

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

Кафедра педагогіки та психології дошкільної та початкової освіти

**АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО ВПЛИВУ
НА ЕМОЦІЙНУ СФЕРУ ДОШКІЛНИКІВ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконала: здобувачка 2 курсу

Спеціальності 012 Дошкільна освіта
Освітньо-професійної (наукової)
програми «Дошкільна освіта»

Гасаненко Катерина Геннадіївна

Керівник Лось О.М., кандидатка
психологічних наук, доцентка кафедри
педагогіки та психології дошкільної та
початкової освіти

Рецензент Крупник І.Р., кандидат
психологічних наук, доцент кафедри
психології Херсонського державного
університету

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	7
1.1. Загальна характеристика методів арт терапії в психологічній літературі.....	7
1.2. Соціальна ситуація розвитку дитини дошкільного віку	11
1.3. Особливості використання арт-терапії в роботі з емоційною сферою дошкільників.....	15
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ АРТ- ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ НА ЕМОЦІЙНУ СФЕРУ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	18
2.1. Характеристика процедури та методи дослідження використання арт-терапії в роботі з емоційною сферою дошкільників.....	18
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментального дослідження використання арт-терапії в роботі з дошкільниками.....	25
2.3. Напрями стабілізації емоційного стану дошкільників методами арт- терапії.....	33
ВИСНОВКИ	37
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	39
ДОДАТКИ	43

ВСТУП

Сучасні умови освітнього простору вимагають від педагога, а зокрема від вихователя закладу дошкільної освіти, постійного розвитку та використання інновацій, втілення новітніх технологій і створення відповідного середовища для забезпечення гармонійного та всебічного розвитку дітей. Однією з таких сучасних та ефективних технологій є арт-терапія, що являє собою лікування засобами мистецтва. Арт-терапія на сьогодні є одним з напрямів сучасної психотерапії, що значно розвивається та стає все більш популярним у професійній сфері як за кордоном, так і в нашій країні. Цей метод використовується з цілями лікування і розвитку дитини за допомогою творчості і вважається одним з найбільш м'яких, але ефективних методів, використовуваних в роботі педагогами та психологами. Часто в науково-педагогічній інтерпретації арт-терапія трактується як турбота про емоційне самопочуття та психологічне здоров'я особистості, групи чи колективу засобами художньої діяльності.

В період дошкільного дитинства відбувається багато новоутворень, які є основними у процесі розвитку особистості дитини. На цьому етапі формується нова емоційна ситуація розвитку. Провідною діяльністю являється гра, під час якої здійснюється інтенсивний емоційний та інтелектуальний розвиток дитини, відбувається підготовка до навчання в школі. Значну роль у цьому процесі відіграє арт-терапія. Різноманітність проблем, які вирішуються за допомогою технік арт-терапії дуже велика, а саме: внутрішні та міжособистісні конфлікти, кризові стани, травми, вікові кризи, втрати, після стресові ситуації, невротичні розлади та багато інших станів та захворювань.

У сьогоднішній арт-терапія активно використовується у підготовці дитини до сучасного життя в родині, у дитячому садочку і в школі. В

освітньому процесі вона виконує такі функції: виховну, корекційну, психотерапевтичну, діагностичну, розвиваючу і вирішує наступні задачі: розвиває пізнавальні процеси (сприйняття, увагу, пам'ять, образно-логічне мислення, просторову уяву), процеси саморегуляції; розвиває творчий потенціал, формує комунікативні навички; тренує дрібну моторику рук; гармонізує психоемоційний стан.

Українські педагоги, такі як А. Капська, В. Андрущенко, В. Тарасун, І. Омельченко, Л. Федорович, Н. Денисенко, О. Кондрицька, О. Кононко, І. Ликова, О. Міхеєнко та інші, описали свій досвід та практику використання арт-терапії у своїй професійній діяльності.

Арт-терапія є методом, який не має суттєвих обмежень або протипоказань і вважається безпечним для релаксації та розслаблення. У дошкільнят завданнями арт-терапії є наступні аспекти: розвивати уявлення про себе; навчити виражати свої емоції та почуття; спонукати увагу до власних внутрішніх відчуттів; зменшити психоемоційний стрес; стимулювати пізнавальний інтерес; допомогти особі знаходити соціально прийнятні способи виразу як позитивних, так і негативних емоцій.

Сучасне суспільство визнає низку різновидів арт-терапії, які включають бібліо-, казко-, маско-, кольоро-, фото-, відео-, музикотерапію, ігротерапію, анімаційну терапію, орігамі, роботу з глиною, терапію з піском. Усі ці методи можуть успішно використовуватися в роботі з дітьми дошкільного віку, оскільки вони сприяють розвитку творчих здібностей дитини, допомагають їй розуміти власні почуття і емоції, покращують самооцінку та сприяють успішній адаптації в суспільстві та соціалізації.

Арт-терапія сприяє позитивному впливу на особистість дитини. Вона допомагає знизити рівень тривоги, укріплює відношення до власної особистості, надає можливість самовираження та розвиває творчі здібності та почуття. Шляхом використання мистецтва дошкільник не лише може висловити себе, але й пізнати більше про себе та інших дітей. Іноді цей метод стає для деяких дітей єдиним способом висловити свою індивідуальність і

донести до світу своєї творчої здібності. Це і зумовило вибір теми дослідження «Арт-терапія як засіб психолого-педагогічного впливу на емоційну сферу дошкільника».

Зв'язок роботи з науковими планами, програмами та темами. Магістерське дослідження виконано відповідно до наукової теми кафедри педагогіки та психології дошкільної та початкової освіти дошкільної та початкової освіти Херсонського державного університету.

Мета дослідження – науково обґрунтувати й експериментально апробувати методику використання арт-терапії як засобу психолого-педагогічного впливу на емоційну сферу дошкільників.

Завдання дослідження:

1. Охарактеризувати методи арт-терапії в психологічній літературі.
2. Розкрити соціальну ситуацію розвитку дитини дошкільного віку.
3. Визначити особливості використання арт-терапії в роботі з емоційною сферою дошкільників.
4. Розробити та експериментально перевірити методику впливу арт-терапії на емоційну сферу дошкільника.

Об'єкт дослідження – емоційна сфера дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – арт-терапія, як засіб психолого-педагогічного впливу на емоційну сферу дошкільника.

Методи дослідження: У процесі проведення дослідження використовувалися різні методи. Для аналізу теоретичної інформації, науково-методичної та довідкової літератури, а також педагогічної документації були використані теоретичні методи, такі як порівняння, аналіз, узагальнення, класифікація та систематизація інформації. Для отримання практичних даних були застосовані емпіричні методи дослідження, такі як спостереження, тестування, бесіди та аналіз результатів діяльності. З метою перевірки ефективності використання арт-терапії як засобу психолого-педагогічного впливу на емоційну сферу дошкільників був проведений педагогічний експеримент. Для підтвердження достовірності отриманих

даних був використаний статистичний метод аналізу отриманих результатів.

Практичне значення. Матеріали магістерського дослідження можуть бути реалізовані в освітньому процесі закладів дошкільної освіти, у професійній діяльності вихователів закладів дошкільної освіти.

Апробація результатів дослідження здійснювалася на кафедрі педагогіки та психології дошкільної та початкової освіти.

Структура дипломної роботи. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Загальна характеристика методів арт-терапії в психологічній літературі

Термін «арт-терапія» походить від англійських слів «art» (мистецтво) і «therapy» (терапія, лікування) і був введений А. Хіллом для опису методу, що сприяє вільному самовираженню. Ще З. Фрейд відзначав, що внутрішній світ та індивідуальність людини можуть виявлятися у візуальній формі через малюнки чи ліпку. [35, с.70]

Арт-терапія широко використовується у роботі з дітьми через свою велику ефективність у розв'язанні психологічних проблем та сприянні творчому розвитку дитини. Вона допомагає розкрити потенціал дитини та встановити гармонійні стосунки з навколишнім світом. Арт-терапія здебільшого використовує невербальні прийоми самовираження та спілкування, саме тому вона заслуговує особливої уваги, оскільки дітям часто буває важко виразити свої переживання словами.

Арт-терапія надає можливість дитині виразити свої емоції та почуття шляхом малювання, ліплення та використання природних матеріалів. Оскільки, часто дитина може не говорити, чи не може визнавати свої проблеми, проте їй легко виражати себе через малювання, ліплення або за допомогою рухів тіла, демонструючи свої істинні прагнення та потреби. До того ж, заняття арт-терапією здатні знімати психоемоційне напруження у дітей. Під час мистецьких занять, важливо, щоб дитина відчувала радість, задоволення та досягала успіху в цій діяльності. Коли вона бачить, що має успіх у прояві та відображенні своїх емоцій, створенні неповторних виробів,

малюнків, дитина відчуває в собі впевненість, разом з цим відбуваються успіхи в спілкуванні, а взаємодія зі світом стає більш конструктивною. Успіхи та самовираження дитини у творчості в її психіці несвідомо переносяться і на звичайне життя. [30, с.10-11]

Основною метою арт-терапевтичних методів є сприяння гармонічному розвитку особистості шляхом розвитку здібностей до самовираження та самопізнання. К. Юнг вважав, що мистецтво сприяє полегшенню процесів індивідуалізації та формування особистості, заснованих на встановленні рівноваги між «Я» свідомим і «Я» несвідомим. Головним засобом арт-терапевтичного впливу для нього була техніка активної уяви, спрямована на зіткнення «Я» свідомого та «Я» несвідомого. [28, с. 213]

До арт-терапевтичних технологій, якими користуються психологи та педагоги, відносять такі різновиди: ізотерапію, кольоротерапію, казкотерапію, пісочну терапію, музикотерапію, танцювальнорухову терапію, лялькотерапію, фототерапію, гудзикотерапію тощо.

Одним з найпопулярніших методів арт-терапії є ізотерапія. Ізотерапія – лікування образотворчим мистецтвом – ліпленням, малюванням, декоративно-прикладним мистецтвом. Досліджуючи питання зцілення мистецтвом М. Власюк звертає увагу на те, що підсвідомість дитини може приховувати переживання, мрії чи страхи, а малювання здатне «проявити» приховане. Під час малювання дитина відображає на папері свій внутрішній стан. [4, с. 10]. Варто зазначити, що ізотерапія значно відрізняється від занять мистецтвом, оскільки спрямована на процес, а не на результат. Одним із головних аспектів під час ізотерапевтичних технік є вибір кольору.

Кольоротерапія є ефективним психологічним методом впливу на дитину, і вона може бути використана як педагогічний та лікувальний інструмент при роботі з дітьми дошкільного віку. Колір може заспокоїти, зняти стрес та активізувати працездатність. На сьогодні існують основні закономірності впливу кольорів на психічний стан дитини, таким чином теплі кольори (червоний, жовтий, жовтогарячий) відносяться до активних,

вони підсилюють фізіологічні процеси, збуджують психіку дитини, покращують настрій. Холодні ж, навпаки – вважаються пасивними, вони здатні заспокоювати психіку, а інколи пригнічувати.

Таким чином, проблема кольоротерапії сьогодні розглядається у двох рівнозначних аспектах. Перший - це корекція впливу навколишнього освітнього середовища на психіку дитини дошкільного віку через оптимальне поєднання кольорів та форм; другий - це визначення характеристик особистості, психічного та емоційного стану дитини, базуючись на її виборі кольорів та загальноприйнятих асоціаціях між кольорами та настроями. [20, с. 80-81.]

Щодо піскової психотерапії, варто відзначити, що вперше цей метод виник у контексті аналітичної психології. Його теоретичною основою можна вважати розроблену К. Юнгом техніку активного уявлення.

Як зауважила Н. В. Тарасенко, пісочна терапія є провідним прийомом психологічного впливу, що надає дитині можливість виявляти свої найглибші емоційні переживання, звільнитись від страхів. Слід підкреслити, що застосування пісочної терапії відбувається з метою діагностики, стимуляції та розвитку тактильних навичок та є дієвим засобом у наданні первинної психологічної допомоги. [29, с. 27]

Музикотерапія – психологічна практика застосування мелодій та звуків для відновлення емоційної рівноваги та покращення психофізичного стану людини. [14, с.63] За словами української науковиці О.М. Гріньової, музикотерапія є комплексною наукою, яка може застосовуватися у різних сценаріях, і внаслідок цього, у дітей спостерігається поліпшення психоемоційного стану, підвищується самооцінка та зникають проблеми в комунікативній сфері. [8, 29 ст.]

Разом з музикотерапією в психології часто використовують танцювальну терапію.

Танцювально-рухова терапія дає можливість розглядати та розуміти рухи людського тіла як послідовність дій мимовільного характеру.

Танцювальну терапію доречно застосовувати з дітьми, які мають емоційні розлади чи порушення спілкування. Для вирішення емоційно-вольових проблем важливим є те, що під час танцю дитина природно опиняється у взаємодії з іншими дітьми, вдосконалюються навички міжособистісної взаємодії, для отримання позитивних емоцій, усуваються проблеми та страхи.

Казкотерапія є важливою складовою арт-терапії, де використовується казкова форма для інтеграції особистості дитини в реальний світ. Цей метод спрямований на розширення свідомості та розвиток творчих здібностей дитини.

Думка, висловлена у наукових працях С. В. Березки, є досить обґрунтованою. Вона підкреслює, що робота з казками відкриває можливість проводити психологічну роботу без негативних наслідків або болю (щодо психологічного захисту) психокорекцію гіперактивних, сором'язливих, невпевнених чи замкнутих дітей. Науковець вказує, що під час казкотерапії можна пропрацювати власні почуття дитини, страхи, корегувати рівень тривожності. Використання казкотерапії в роботі з дітьми, дає можливість розвивати мовлення, розвивати словниковий запас, корегувати пізнавальні процеси та емоційно-вольову сферу. [1, с. 210]

Одним із найцікавіших та водночас малодослідженим методом арт-терапії є лялькотерапія, яка використовується в найрізноманітніших варіантах під час виховної, корекційної, діагностичної роботи педагога. Враховуючи надзвичайний психолого-педагогічний вплив на дитячу особистість, лялькотерапія може стати досить ефективною психолого-педагогічною технологією.

Лялькотерапія, як метод заснована на процесах ідентифікації дитини з улюбленою іграшкою чи улюбленим героєм казки. Метою лялькотерапії є допомога у ліквідації переживань, зміцнення психічного здоров'я, покращення соціальної адаптації, розвиток самосвідомості, розв'язання конфліктів в умовах творчої колективної діяльності.

Серед основних функцій лялькотерапії виділяють:

- комунікативну – встановлення емоційного контакту, створення дитячого колективу;
- релаксаційну – зняття емоційної напруги;
- виховну – психокорекція прояву особистості в ігрових моделях життєвих ситуацій;
- розвиваючу – розвиток психічних процесів, таких як пам'ять, увага, сприйняття;
- навчальну – збагачення інформацією про навколишній світ. [36]

Отже, аналіз наукової та методичної літератури щодо даної теми підтвердив, що арт-терапія активно використовується в сучасній психології для роботи з дітьми дошкільного віку, саме в психодіагностичній, психокорекційній та психотерапевтичній роботі, оскільки арт-терапія є сприятливим методом для роботи з різними психологічними проблемами, сприяє розвитку пізнавальних та творчих здібностей дитини, а також налагодженню гармонійних відносин з оточуючим середовищем. Отже, застосування арт-терапевтичних технологій є дієвим методом роботи з дітьми, що сприяє самовираженню та всебічному розвитку дитини.

1.2. Соціальна ситуація розвитку дитини дошкільного віку

Перш ніж розглянути особливості використання арт-терапії в роботі з дітьми та її вплив на емоційну сферу дошкільника, варто звернути увагу на унікальність та неповторність дитячої психології, дитячого світовідчуття та світосприймання. Психічний розвиток дитини вражає своєю інтенсивністю. Дитина освоює мовлення, оволодіває прямоходінням, вчиться діяти з найпростішими побутовими предметами, з'являються перші види діяльності, що мають цілеспрямований характер, значно розвивається спілкування з дорослими та однолітками, поведінка дитини спрямовується нею згідно вимог дорослих. У дошкільному віці відзначається наявність значної

кількості сензитивних періодів, під час яких певні аспекти психічного розвитку розглядаються особливо інтенсивно. Цей період дошкільного дитинства визначає основи розвитку як психічних функцій, так і особистості в цілому. [11]

Дорослому належить визначальна роль у психічному розвитку дитини, оскільки саме дорослі піклуються про задоволення життєво необхідних потреб дитини у їжі, відпочинку, чистоті, проте для нормального психічного розвитку дитини цього недостатньо. З дитиною необхідно налагоджувати доброзичливі, емоційно забарвлені, стабільні стосунки, що є провідним каналом передачі суспільного досвіду. Дітям притаманна вразливість, висока чутливість, стомлюваність та швидкі зміни настрою. Дорослим необхідно вміти за зовнішніми признаками розпізнавати стан дитини. Емоційний спокій дитини переважно залежить від дорослого, характерного для нього стилю спілкування. Найбільш сприятливим для розвитку дитини є позитивний емоційний фон, радісні та оптимістичні переживання. [10]

Емоційний контакт між дитиною та дорослим виникає навіть до того, як вона оволодіє найпростішими діями з предметами. У цей період немовля ще не може розуміти слів або поведінку дорослого, але виявляє радість, проявляє інтерес, готове довго спостерігати за ним, реагує на його слова та усмішку. Предмети в цей період привертають увагу дитини за спонуканням дорослого, а не самі по собі, внаслідок цього дитина долучається до предметної діяльності. Вміючи використовувати предмети, дитина набуває навички наслідування дій дорослих, стає більш самостійною, що сприяє її всебічному розвитку. [21]

Проявляючи зацікавленість до світу дорослих, але не маючи змоги включитись до нього, дошкільники моделюють цей світ у грі. Гра є провідною діяльністю дітей дошкільного віку, під час якої вони можуть виконувати ролі дорослих, копіюючи в уявних ситуаціях їх життя, стосунки та працю. Важлива особливість гри полягає в тому, що діти в невимушеній формі відтворюють світ дорослих, будують уявлення про професійні та

сімейні ролі. Гра забезпечує розвиток мовленнєвих, рухових, розумових навичок у дошкільнят та позитивно впливає на їх психоемоційний стан.

Варто зазначити, що в період дошкільного дитинства дитина освоює не лише гру, але й продуктивні види діяльності, такі як малювання, аплікацію, ліплення, конструювання, починає виконувати різні навчальні і трудові завдання. Окремі види діяльності сприяють засвоєнню дій та утворенню певних психічних якостей, які є необхідними для розвитку особистості. Наприклад, гра є дуже важливою для розвитку мислення, засвоєння норм поведінки, встановлення стосунків з однолітками, проте вона не створює умов для розвитку сприймання. Такими якостями володіє малювання та конструювання. Адже якісно зобразити предмет, відтворити його ознаки можна тільки після детального ознайомлення з його особливостями. Цим і обумовлена значущість малювання та конструювання у розвитку дитячого сприймання.

Період дошкільного дитинства характеризується новою ситуацією соціального розвитку, коли поступово розширюється сфера взаємодії та коло спілкування дитини. Спілкування з дорослим набуває нових форм і змісту та значно розширюється. Дитині вже недостатньо уваги з боку дорослого та спільної з ними діяльності, оскільки можливості її спілкування значно розширилися завдяки мовленнєвому розвитку. Вона вже може спілкуватись не тільки про предмети, які безпосередньо сприймає, а й предмети, які відсутні у конкретній ситуації взаємодії. Зміст спілкування виходить за межі сприйнятої ситуації й стає позаситуативним.

Соціальна ситуація розвитку дитини дошкільного віку характеризується активізацією спілкування дитини з дорослими й ровесниками. Спілкування з дорослими ґрунтується на основі значної самостійності дитини, розширення її пізнання про оточуючу дійсність. Завдячуючи використанню провідного засобу спілкування – мовлення та правильній постановці запитань дошкільники значно поповнюють свої уявлення про навколишній світ. Перебуваючи у ролі слухача, дитина

вимагає до себе ставлення, як до товариша чи партнера. Така взаємодія дорослого з дитиною має назву пізнавального спілкування. У дошкільному віці також виникає особистісна форма спілкування, яка характеризується спільним обговоренням дитини з дорослим поведінки та вчинків інших людей.

Взаємовідносини дошкільника з дорослим починають набувати пізнавально-наслідувального змісту, коли малюк під час ігрової діяльності копіює діяльність дорослого і ставить йому велику кількість запитань. Проте, наслідування дитиною дорослого з часом стає вибіркоким та свідомим. Для більшості дітей цього віку характерним є набуття статусу вихованця дитячого садка. Переважно, залучення дитини до нового соціального інституту має позитивний вплив, проте відвідування дитячого садка може мати й деякі негативні психологічні наслідки. Особливої значущості набувають взаємини дошкільника з однолітками. Зміцнена зацікавленість у дитини до взаємодії з однолітками виявляється через розвиток складніших ігор та розширення її сфери соціальних контактів. У взаємодії з однолітками дитина формує відносини, що базуються на рівності, відмінно від взаємодії з дорослими, де відносини можуть базуватися на підкоренні.

Внаслідок тривалої взаємодії дошкільників у дитячому середовищі, виникають перші нестійкі, переважно одностатеві угруповання. Серед дошкільнят починають виокремлюватись більш популярні діти, які претендують на роль лідерів та дітлахи, яких однолітки намагаються уникати. Статус дитини в соціальному середовищі в більшості залежить від характеру родинної взаємодії. Так авторитарні методи батьківського виховання дитини мають своє відображення на її спробах пригнічувати та утискати однолітків. Тоді ж, як наявність вільних та турботливих стосунків дошкільника з батьками, сестрами чи братами зумовлює легкість в адаптації та у спілкуванні з іншими дітьми.

Спілкування дошкільника з однолітками приводить до наступних наслідків:

- формування навиків соціальної взаємодії;
 - вдосконалення здатності ділитись інформацією та підтримувати розмову;
 - вироблення комунікативної гнучкості шляхом домінування та підкорення у ході гри;
 - виникнення самосвідомості через порівняння з іншими однолітками;
 - покращення здатності до співчуття та вміння виявляти турботу.
- [25, с. 129-132]

Соціальна ситуація розвитку в дошкільному віці характерна тим, що у дитини з'являються елементарні обов'язки, змінюються взаємовідносини з дорослими, набуваючи нових форм, а саме спільні дії поступово переходять у самостійне виконання дитиною вказівок дорослого, виникає можливість систематичного навчання дитини певним навичкам; дитина дошкільного віку вступає у певні стосунки з ровесниками, її внутрішня позиція характеризується усвідомленням власного «Я» та своїх дій, великим інтересом до світу дорослих та їхньої діяльності. [40, с. 87-88]

Таким чином, дитинство є критичним періодом для розвитку дитини. Саме в цей час діти розпочинають проявляти творчу активність, яка виражається у їхній здатності створювати нові речі і змінювати оточуючий світ. Це проявляється у їхній художній діяльності та іграх з конструкціями. Під час дошкільного віку діти також починають усвідомлювати норми та правила поведінки. Вони розвивають перші моральні уявлення, зокрема, розрізнення між тим, що є правильним і неправильним. Дитиною також починає формуватися бажання розуміти і систематизувати навколишній світ. Їм цікаво розглядати закономірності в цьому світі, і це впливає на їхнє сприйняття оточення. У цьому віці світосприйняття дитини стає унікальним.

Процес соціального розвитку розпочинається з раннього дитинства і відбувається в певному соціальному середовищі. Дошкільник розвивається в межах своєї родини та соціального оточення. На нього впливають батьки,

рідні та інші дорослі, ровесники, з якими він спілкується, а також заклад дошкільної освіти, як соціальний інститут. Визначено, що соціальний розвиток дитини дошкільного віку визначається взаємозв'язком процесів соціалізації та індивідуалізації.

1.3. Особливості використання арт-терапії в роботі з емоційною сферою дошкільників

На сьогоднішній день вчені розглядають арт-терапію, як можливість, що дозволяє піклуватись про психічне здоров'я дітей та їх емоційне самопочуття методами художньої діяльності. [12, с. 12.]

Заняття дітей образотворчим мистецтвом впливає на розвиток їхньої емоційної сфери, мислення і природної креативності. Творча діяльність стимулює дітей до спілкування та розширює міжособистісні стосунки.

В сучасному освітньому просторі арт-педагогіка має значні перспективи розвитку, оскільки використання творчої діяльності під час освітнього процесу сприятиме розвитку креативності, самостійності, активності, навиків самовираження та саморефлексії, виявленню емоцій через творчість, що допоможе дитині адаптуватися в макросоціальному середовищі.

Самовираження та саморефлексія є важливими аспектами психологічного та творчого розвитку дитини. Це здатність дітей аналізувати свої арт-продукти та розповідати про їх значення щодо власних емоцій. Виявлення бажання дітей ділитись своїми спостереженнями та роздумами після арт-терапевтичних занять.

Використання різноманітних кольорів, форм та образів для вираження конкретних емоцій може бути показником розвитку дитини і розуміння її внутрішнього світу.

Арт-терапія здатна допомагати дитині впоратись із власними психологічними проблемами, відновлювати емоційну рівновагу та усунути порушення поведінки. Однією з особливостей дитини є те, що вона часто має складності у вербалізації своїх проблем та переживань. Для неї є природньою

невербальна експресія, а також образотворча. Почуття та переживання дитини мають більш активний прояв в образотворчій діяльності, аніж в словах. Слід враховувати фантазію дитини та її схильність до ігрової діяльності, яка має яскравий прояв під час арт-терапевтичних занять, саме тому під час таких занять варто створювати особливу атмосферу для творчості та гри. Предмети ігрової діяльності та образотворчі матеріали відіграють значну роль в процесі комунікації з дитиною. Образотворчий матеріал, ігровий простір та образ може бути для дитини засобами саморегуляції та психічного захисту, до яких вона приходять у важких для себе обставинах.[27]

Під час арт-терапевтичної роботи з дітьми використовується великий набір різноманітних образотворчих матеріалів, а саме: олівці, фломастери, фарби, воскова крейда; для створення об'ємних проєктів використовуються кольоровий папір газети, журнали, шпалери, листівки; з природних матеріалів – насіння рослин, пелюстки квітів, кора та листя дерев; для ліплення – пластилін, глина, тісто. Різноманітність художніх матеріалів має безпосередній вплив на творчу роботу дитини. Вони породжують емоційне піднесення дитини та інтерес до заняття. Важливим є вільний вибір матеріалів для роботи дитиною.

До арт-терапевтичних технік, які спрямовані на позитивні зміни в емоційній сфері та психологічному самовідчутті належать такі: малювання себе, зображення власного життєвого простору, створення особистих символів, зображення спокою за допомогою різних матеріалів, вираження свого настрою, створення скульптури сім'ї, зображення своєї лінії життя з позначенням на ній певних подій, малюнок своїх проблем, групова фреска тощо. Ці роботи можуть бути індивідуальними, груповими, парними.

Отже, арт-терапія має позитивний вплив на особистість дитини: дає можливість виразити себе, знижує тривожність, зміцнює ставлення до себе, розвиває творчість. За допомогою мистецтва дитина дошкільного віку може не тільки виражати себе, а й більше дізнаватись про себе та інших дітей.

Часто буває, що для дітей це є єдиним способом заявити про свої творчі здібності та дати світу знати про себе.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ НА ЕМОЦІЙНУ СФЕРУ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Характеристика процедури та методи дослідження використання арт-терапії в роботі з емоційною сферою дошкільників

Експериментальний етап магістерського дослідження спрямований на перевірку ефективності педагогічних умов, які були визначені під час теоретичного етапу роботи. Для досягнення поставленої мети в експерименті вирішувалися завдання:

1. Визначити показники сформованості емоційної сфери у дітей дошкільного віку.
2. Розробити систему арт-терапевтичних методів для формування емоційної сфери у здобувачів дошкільної освіти.
3. Провести початкову та заключну оцінку для визначення рівнів розвитку емоційної сфери у здобувачів дошкільної освіти, в контрольній та експериментальній групах.

Дослідженням було охоплено 20 дітей старшого дошкільного віку закладу дошкільної освіти № 16 м. Херсона, 4 вихователі старших груп, та батьків.

Розпочинаючи експеримент, нами було визначено критерії й показники рівня сформованості емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку.

Так, за критерієм самовираження та саморефлексія виступали: здатність дітей аналізувати свої арт-продукти та розповідати про їх значення

щодо власних емоцій; виявлення бажання дітей ділитись своїми спостереженнями та роздумами після арт-терапевтичних занять;

За критерієм виявлення емоцій через творчість виступали: здатність дітей передавати свої почуття та емоції через арт-продукти; використання кольорів, форм, та образів для вираження конкретних емоцій.

З метою діагностики рівня сформованості емоційної сфери у здобувачів дошкільної освіти до кожного показника, в межах кожного критерію нами були підготовані діагностичні вправи. Відповідно до встановлених критеріїв, було розглянуто та описано рівні розвитку емоційної сфери, які були класифіковані як «високий», «середній» і «низький». Докладна характеристика рівнів розвитку логіко-математичних понять у дітей, які отримують дошкільну освіту, подана в Додатку А.

Проілюструємо прикладами діагностичних завдань відповідно заявлених критеріїв і показників.

Критерій: самовираження та саморефлексія

Показник: здатність дітей аналізувати свої арт-продукти та розповідати про їх значення щодо власних емоцій.

Завдання 1. Вправа «Настрій моєї ляльки»

Мета: визначити рівень сформованості навичок самовираження через образ своєї ляльки.

Матеріали: лялька для кожної дитини, піктограми «Емоції».

Хід проведення: діти сідають в коло, кожен тримає в руках ляльку. Вихователь пропонує дітям розповісти про настрій своєї ляльки. Спочатку розповідає вихователь. Наприклад: «Одного разу почався сильний дощ та ураган і я дуже злякалась. Я відчула емоцію страху.»

Потім діти починають ділитися своїм емоційним досвідом, описуючи особисті історії та емоції які відчували, вони можуть бути як позитивними (радість, здивування, гордість тощо), так і негативними (злість, страх, гнів тощо). На столі лежать піктограми «Емоції» (символічні зображення обличь з різними емоціями). Після завершення розповіді кожна дитина

обирає таку емоцію, яку відчуває найчастіше. Після завершення вправи вихователь задає дитині питання про те, чи хоче вона зберегти свою ляльку, чи хоче змінити її емоцію, якби була така можливість.

Завдання 2. Вправа «Намалюй свій настрій»

Мета: діагностувати вміння висловлювати свої емоції за допомогою фарб та аналізувати їх.

Матеріали: папір, фарби та пензлики.

Хід проведення: вихователь пропонує дитині намалювати малюнок, який відображає її поточний настрій. Не обмежує її вибір теми, кольорів або форм. Після того, як малюнок готовий, пропонуємо дитині розповісти про нього. Ставимо відкриті запитання, які сприяють розгортанню розмови про те, що вона намалювала. Наприклад: «Що ти намалював(ла)?», «Які кольори ти використав(ла)? Як вони відображають твій настрій?», «Які почуття викликає в тебе твій малюнок?»

Завдання 3. Вправа «Емоційний термометр»

Мета: діагностика здатності розуміти та визначати свій емоційний стан.

Матеріали: папір, олівці.

Хід проведення: вихователь розповідає дитині, що емоції можна виміряти термометром. Пропонує зобразити термометр зі шкалою, яка буде відображати різні інтенсивності емоцій (від слабких до сильних). Потім просить дитину обрати конкретну емоцію та показати на термометрі, якою інтенсивністю вона її відчуває.

Критерій: виявлення емоцій через творчість

Показник: здатність дітей передавати свої почуття та емоції через арт-продукти; використання кольорів, форм, та образів для вираження конкретних емоцій.

Завдання 4. Вправа «Кольорова вода»

Мета: визначити здатність дітей передавати свої емоції за допомогою кольорів.

Матеріали: по 3 стаканчики з водою на кожну дитину, фарби, пензлики.

Хід проведення: дітям пропонується сісти за столи, на яких розташовані три стаканчики, фарби та пензлики для кожної дитини. Вихователь просить дітей створити кольоровий образ для кожної рибки. Діти розфарбовують воду відповідно до своїх власних почуттів, вибираючи окремі кольори для вираження кожної емоції (кожен може мати своє уявлення про колір радості, суму, гніву - це нормально).

Завдання 5. Вправа «Колаж емоційних образів»

Мета: виявити різноманітні почуття, які дитина може відчувати.

Матеріали: аркуш паперу, журнали, газети, брошури, ножиці, клей.

Хід проведення: вихователь пропонує дитині обрати декілька емоцій, які вона хоче виразити у своєму колажі. Це може бути, наприклад, радість, смуток, злість тощо. Потім просить дитину шукати образи, які асоціюються з кожною обраною емоцією. Нехай вона вирізає чи вириває зображення, які відображають ту чи іншу емоцію. Після цього дитина розміщує вибрані образи на аркуші паперу так, щоб вони створювали колаж. Вона може розташовувати образи в будь-якому порядку та комбінувати їх способами, які їй подобаються. Після створення колажу, обговорюємо з дитиною кожен обраний образ та те, як він відображає обрану емоцію.

Завдання 6. Вправа «Емоційні маски»

Мета: діагностика емоційного стану дитини.

Матеріали: пластилінова маса різних кольорів, набір інструментів для моделювання, наприклад, ножиці, ролики, палички тощо.

Хід проведення: вихователь пояснює дітям, що вони матимуть можливість створити маски, які відобразатимуть різні емоції. Просить дітей подумати про те, які форми, вирази обличчя та деталі найкраще відповідатимуть обраній емоції. Діти можуть навіть намагатися уявити, як би виглядала маска, якби вона була живою. Після того, як діти завершать

свої маски, вихователь просить їх поділитися, яку емоцію вони вибрали та як вони відобразили її у масці.

Отримавши результати констатувального експерименту, ми провели експериментальну роботу протягом 2022-2023 навчального року.

Формувальні методики емоційного стану засобами арт-терапії спрямовані на активний розвиток та формування емоційної сфери у дітей. Основною метою цих методик є підтримка та збагачення емоційної самосвідомості, виразності та регуляції.

Проаналізуємо, як здійснювалось формування емоційної сфери у дітей дошкільного віку протягом експериментально-дослідницької діяльності.

Під час виконання системи вправ вирішувались такі завдання:

- формування емоційної самосвідомості;
- розвиток рефлексії, самовираження;
- формування емоційної грамотності;
- розвиток здатності впоратися зі стресом та труднощами без шкоди для фізичного і психологічного здоров'я;
- розвиток вміння управляти емоційним станом відповідно до ситуації.

Для ефективного формування емоційної сфери у здобувачів дошкільної освіти необхідно було розробити систему вправ.

Вправа «Емоційні історії»

Мета: формувати емоційну грамотність, емпатію та креативність. Сприяти розумінню та вираженню емоцій через творчість та імпровізацію.

Хід проведення:

Підготовка: необхідно підготувати набір карток, на кожній з яких написано назву різних емоцій, таких як радість, сум, гнів, страх, захопленість, цікавість, тощо.

Вибір емоції: кожна дитина обирає одну картку з емоцією. Ця емоція буде основною для їхньої історії.

Створення історії: діти по черзі створюють історію, в якій вони головний герой, і використовують обрану емоцію. Історія може бути маленькою або більш обширною, але обов'язково повинна відображати обрану емоцію.

Емоційна виразність: під час розповіді дошкільники можуть використовувати вираз обличчя, міміку, жести та інші засоби для виразного відтворення обраної емоції.

Імпровізація: діти можуть використовувати імпровізацію та творчість для розвитку історії. Вони можуть додавати перешкоди, змінювати сюжет та емоції головного героя.

Спільний висновок: після того, як кожен учасник розповість свою історію, проводимо коротке обговорення, в якому учасники поділяться своїми спостереженнями щодо того, як вони відчували себе під час виразу обраної емоції та як це вплинуло на їхню історію.

Вправа «Емоційний калейдоскоп»

Мета: розвивати емоційну самосвідомість, здатність розпізнавати та виразно виражати свої емоції через творчість.

Матеріали: аркуші паперу, олівці, фломастери, кольоровий папір, клей, ножиці.

Хід проведення:

Вибір емоцій: вихователь пропонує дітям вибрати кілька емоцій або почуттів, які вони відчують у даний момент або відчували в останній час. Можна включити позитивні, негативні та амбівалентні емоції.

Кольоровий вибір: просимо учасників обрати кольори, які асоціюються з кожною обраною емоцією. Наприклад, червоний для гніву, синій для суму, жовтий для радості тощо.

Створення образу: на кожному аркуші паперу, який відповідає обраній емоції, дошкільники створюють образ за допомогою кольорів, фігур, ліній та інших елементів. Це може бути абстрактний образ або конкретна форма, яка виражає їхнє відчуття.

Пояснення образів: після створення образів, діти розповідають про кожен створений образ. Вони можуть пояснити, чому обрали саме такий спосіб виразу та як цей образ відображає їхню емоцію.

Груповий обмін: по черзі необхідно надавати можливість кожному учаснику показати свої образи та розповісти про них. Під час презентацій інші діти можуть слухати та висловлювати свої спостереження та враження.

Обговорення: після того, як всі учасники презентували свої образи, вихователь проводить коротку дискусію. Обговорює те, як візуальний вираз співпадає зі словесним описом емоції, що може бути новим або несподіваним в їхньому виразі.

Вправа «Сумна хмаринка – веселе сонце»

Мета: формувати вміння розрізняти, порівнювати та відчувати різні емоції, навчати поєднувати емоційний стан з м'язовим тонусом, навчати навичкам релаксації.

Хід проведення:

Діти сідають в коло на килимку. Вихователь пропонує їм уявити, що вони сумна хмаринка:

- Давайте уявимо, що кожен з вас – сумна хмаринка. Хмаринка дуже сумує, вона надула губки, опустила очі, насупила брови – їй зовсім не весело. Але зненацька дмухнув теплий вітерець (діти в цей час махають перед обличчям руками, створюючи вітерець) і прогнав сумну хмаринку, а замість неї з'явилося яскраве та усміхнене сонечко (всі посміхаються). Сонечко подарувало всім свою радість та тепло. Воно зігріватиме ваші рученята (діти гладять свої долоні по черзі і наші ніжки і всіх навкруги (діти беруться за руки, обіймаються, обмінюються позитивними емоціями).

Вправа «Емоційна мозаїка»

Мета: формування та розвиток емоційної сфери через творчість, виявлення та вираження різних емоцій та сприяння осмисленню власних почуттів.

Хід проведення:

Підготовка: вихователь завчасно готує аркуші паперу, різні кольори олівців, фломастерів, акварелей, кольоровий папір, клей, ножиці.

Вибір емоцій: пропонуємо дітям вибрати декілька емоцій, які вони хочуть висловити та виразити. Це можуть бути як позитивні, так і негативні емоції.

Кольоровий вибір: просимо учасників пов'язати кожен вибір емоції з певним кольором. Який колір асоціюється з кожною їхньою емоцією?

Творчість: надаємо дошкільнятам можливість виразити кожен вибір емоції через малюнки, візуальні образи, форми, лінії та інші творчі елементи. Кожен аркуш паперу буде відповідати одній емоції.

Складання мозаїки: після того, як діти створили свої творчі вирази емоцій, пропонуємо їм скласти всі аркуші паперу в одну «емоційну мозаїку». Вони можуть розташувати їх так, щоб створити візуальне представлення своєї емоційної сфери.

Обговорення: після закінчення створення мозаїки, просимо всіх поділитися своїми думками щодо своєї творчості. Обговорюємо, як діти вибирали кольори та форми для виразу різних емоцій, що це для них означає.

Обираючи методи роботи, потрібно зважати на рівень актуального і найближчого розвитку дитини дошкільного віку, ступінь складності матеріалу, індивідуальні та вікові особливості дитини, мету та завдання освітньої діяльності.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментального дослідження використання арт-терапії в роботі з дошкільниками

На початку формувального етапу експерименту було проведено констатувальний зріз з метою виявлення рівня сформованості емоційної сфери у здобувачів дошкільної освіти.

Кількісні показники рівнів сформованості самовираження та саморефлексії у дітей дошкільного віку експериментальної та контрольної груп представлено в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

**Рівні сформованості самовираження та саморефлексії за показниками: здатність дітей аналізувати свої арт-продукти та розповідати про їх значення щодо власних емоцій. Виявлення бажання дітей ділитись своїми спостереженнями та роздумами після арт-терапевтичних занять.
(за результатами констатувального зрізу)**

Рівні	Групи	
	Експериментальна група (ЕГ) %	Контрольна група (КГ) %
Високий	15	10
Середній	45	45
Низький	40	45

Отримані дані свідчать про недостатній рівень сформованості самовираження та саморефлексії у дошкільнят. Так, низький рівень властивий 40 % дітей експериментальної групи та 45% дітей контрольної групи, середній рівень мають по 45% дітей. Високий рівень властивий 15% дітей експериментальної групи, 10% дітей контрольної групи.

Результати діагностики рівнів сформованості у здобувачів дошкільної освіти виявлення емоцій через творчість представлені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Рівні сформованості виявлення емоцій через творчість за показниками: здатність дітей передавати свої почуття та емоції через арт-продукти. Використання кольорів, форм та образів для вираження конкретних емоцій.

Рівні	Групи	
	Експериментальна група (ЕГ) %	Контрольна група (КГ) %
Високий	15	20
Середній	45	40
Низький	40	40

Отримані дані свідчать про переважання середнього та низького рівнів серед дітей. Так, низький рівень властивий для 40% дітей експериментальної групи та 40% дітей контрольної групи, середній рівень мають 45% дошкільників експериментальної групи та 40% дітей контрольної. Високий рівень властивий 20% дітей контрольної групи, 15% дітей експериментальної групи.

Аналіз результатів констатуючого етапу дослідження дав змогу зробити висновок про те, що рівень розвитку емоційної сфери дітей старшого

дошкільного віку відповідає низькому та середньому рівням. Висновки представлено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

**Результати виконання завдань за двома критеріями
на початку експерименту (за середнім арифметичним)**

Група	Середнє арифметичне за критеріями, %						Середнє арифметичне 3-х критеріїв		
	Самовираження та саморефлексія			Виявлення емоцій через творчість					
	в	с	н	в	с	н	в	с	н
ЕГ	15	45	40	15	45	40	15	45	40
КГ	10	40	50	20	40	40	15	40	45

Як видно з таблиці, на високому рівні було лише 15% дітей експериментальної і 15 % контрольної груп. Більшість дітей знаходились на середньому (в експериментальній і – в контрольній групах) і низькому (в експериментальній і в контрольній групах) рівнях.

За допомогою аналізу результатів діагностики можна виокремити причини недостатньої сформованості емоційної сфери у дітей дошкільного віку, а саме:

- *соціальне оточення*: сімейне та соціокультурне середовище може впливати на формування емоційної сфери. Діти, які не оточені підтримкою та позитивними взаєминами, можуть відчувати незручності у вираженні своїх емоцій;

- *стрес та травми*: емоційна сфера може страждати внаслідок стресу, травматичних подій або негативних досвідів. Це може призвести до нерозвинутості певних емоцій, страхів або неспроможності адекватно реагувати на ситуації;
- *брак емоційного навчання*: діти можуть не мати достатньо можливостей навчитися розпізнавати та регулювати свої емоції. Недостатнє виховання щодо важливості емоцій та їхнього вираження може призвести до сформованості низького рівня емоційної компетентності.
- *відсутність моделей поведінки*: діти можуть не мати позитивних моделей для наслідування у вираженні та регулюванні емоцій. Якщо діти не бачать, як дорослі або однолітки адекватно реагують на емоції, вони можуть відчувати плутанину щодо того, як це робити самостійно.
- *відсутність сприятливого середовища*: важливо, щоб діти були в середовищі, де вони можуть відчувати себе безпечно, де їхні емоції підтримуються та розуміються. Відсутність цього може призвести до стриманості в вираженні емоцій.
- *індивідуальні особливості*: кожна дитина має свої унікальні особливості розвитку. Деякі діти можуть потребувати більше часу для формування емоційної сфери через їхню внутрішню динаміку.

Розробляючи систему методів реалізації педагогічних умов, ми керувались твердженням що ці умови мають сприяти результативному формуванню емоційної сфери у дітей дошкільного віку.

Під час організації формувального експерименту кількість дітей старшого дошкільного віку була рівномірно розподілена в контрольну та експериментальну групи. Метою прикінцевого зрізу було:

- 1) визначити заключний рівень розвитку емоційної сфери;
- 2) сформулювати висновок щодо ефективності розробленої системи вправ, які застосовувались під час формувального етапу дослідження.

Враховуючи встановлені критерії оцінки, було проведено аналіз всіх отриманих результатів, що допомогло отримати загальну картину рівня розвитку у дітей дошкільного віку емоційної сфери.

Статистичні дані щодо рівня сформованості самовираження та саморефлексії в обох групах на прикінцевому етапі представлено у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

**Рівні сформованості самовираження та саморефлексії
(за результатами прикінцевого зрізу)**

Рівні	Групи	
	Експериментальна група (ЕГ) %	Контрольна група (КГ) %
Високий	50	40
Середній	40	40
Низький	10	20

Отримані результати свідчать про позивні зміни у дітей старшого дошкільного віку експериментальної групи, в якій ми включали в ігрову діяльність дітей, творчі вправи на вираження власних емоцій, які давали кожному дошкільнику можливість висловити свої емоції, керувати ними, проводити саморефлексію. Важливо відзначити, що під час активної практичної взаємодії дітей дошкільного віку спостерігається поглиблення, розширення та закріплення їхніх знань і навичок.

Так, низького рівня сформованості емоційної сфери за критерієм самовираження та саморефлексія на кінець експерименту досягли лише 10% дошкільників експериментальної групи та 20% дошкільників контрольної групи. Водночас середній рівень показали по 40% дошкільників кожної групи. Позитивні зміни відбулися в межах високого рівня в дітей експериментальної групи було 50% дітей, а в контрольній групі 40%.

Результати рівня сформованості емоційної сфери за критерієм виявлення емоцій через творчість у обох групах на прикінцевому етапі дослідження представлено в таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

**Рівні сформованості виявлення емоцій через творчість
(за результатами прикінцевого зрізу)**

Рівні	Групи	
	Експериментальна група (ЕГ) %	Контрольна група (КГ) %
Високий	40	40
Середній	50	35
Низький	10	25

Отримані результати засвідчують позитивні зміни у ЕГ. Так, низький рівень засвідчено у 10 % експериментальної групи та 25 % контрольної групи, середній рівень – 50 % експериментальної групи та 35 % контрольної групи, високий рівень – по 40% в обох групах за критерієм виявлення емоцій через творчість.

Отже, в процесі творчої діяльності старших дошкільників, щодо розвитку самовираження та саморефлексії, здатності виявляти свої емоції

через творчість, діяльність акцентувалась на творчих вправах, які мали саме цю мету.

Порівняльні результати щодо рівнів сформованості емоційної сфери у старших дошкільників засобами арт-терапії за статистичною інформацією констатувального і формувального експериментів в обох групах представлено в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

**Рівні сформованості емоційної сфери у старших дошкільників
засобами арт-терапії**

Група	Середнє арифметичне за критеріями, %						Середнє арифметичне 3-х критеріїв		
	Самовираження та саморефлексія			Виявлення емоцій через творчість					
	в	с	н	в	с	н	в	с	н
ЕГ	50	40	10	40	50	10	45	45	10
КГ	40	40	20	40	35	25	40	38	22

Представимо порівняння результатів у експериментальній групі на констатувальному та прикінцевому етапах дослідження у діаграмі на рис 2.1.

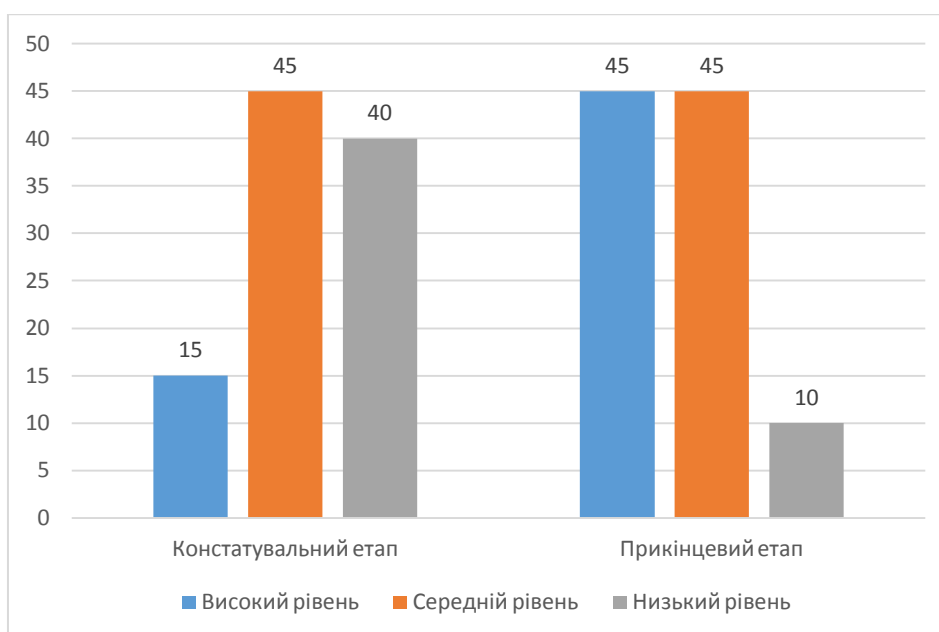


Рис. 2.1. Порівняння результатів у експериментальній групі на констатувальному та прикінцевому етапах дослідження

Представимо порівняння результатів у контрольній групі на констатувальному та прикінцевому етапах дослідження у діаграмі на рис 2.2.

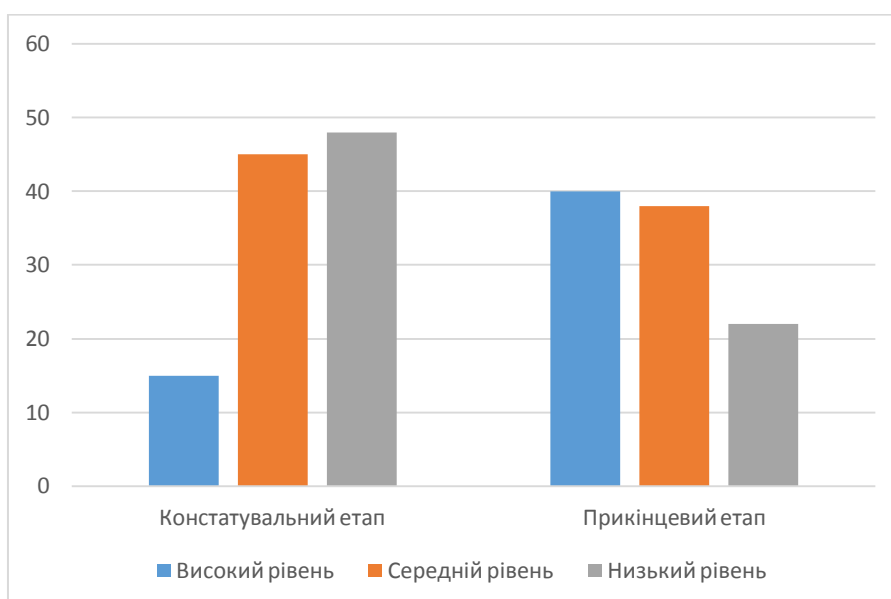


Рис. 2.2. Порівняння результатів у контрольній групі на констатувальному та прикінцевому етапах дослідження

Таким чином, в заключних висновках було відзначено, що результати прикінцевого зрізу показали більш кращий результат в застосуванні запропонованої методики для розвитку емоційної сфери у порівнянні з методикою, що використовувалась у контрольній групі.

Отже, результати остаточного аналізу відзначили ефективність педагогічних умов, які були об'єктом дослідження, щодо розвитку емоційної сфери у старших дошкільників шляхом використання методів арт-терапії.

2.3. Напрями стабілізації емоційного стану дошкільників методами арт-терапії

Емоції допомагають нам формувати уявлення про навколишній світ. Діти дошкільного віку не вміють самостійно виражати свої емоції та почуття, через це активність дитини є виразно емоційною, характерна позитивним чи негативними переживаннями. Здатність довільно керувати своїми емоціями та діями закладається впродовж всього дошкільного дитинства. Емоції долають шлях поступового розвитку, набувають більш багатого змісту та більш ускладнені форми прояву під впливом виховання, соціальних умов. Емоційний розвиток дитини дошкільного віку перш за все пов'язаний із виникненням в нього нових потреб, інтересів, мотивів.

Дитина живе емоціями, використовує їх під час вибору способів поведінки. Емоції допомагають регулювати розумову діяльність, робити оточуючий світ різноманітним, супроводжують дитячі практичні дії та відчуття. Дитинство стає незабутнім періодом життя, завдячуючи емоціям. [33 с. 155-158.]

Не існує правильних чи неправильних емоцій та почуттів, так як вони усі грають важливу роль у житті дошкільника. Важливим фактором є те, що емоції повідомляють дітям та дорослим інформацію про їхній стан. Відчуттям безпеки та надійності наповнюють позитивні емоції, такі як задоволення, радість, довіра. Саме тоді діти відчувають, що в їхньому світі все гаразд. На відміну від негативних емоцій, так як вони породжують незадоволеність і попереджають про небезпеку. Сум спонукає до зниження енергії. Страх підштовхує дитину до захисту. Ніжність і тепло говорять дитині про те, що її люблять та цінують. [19, с. 42-44.]

Регуляцію емоцій можна розуміти, як трансформацію негативних емоцій в позитивні за допомогою методів арт-терапії. Використання таких методів є важливим для корекції комунікативної та емоційної сфери, а також сприяє творчому та особистісному розвитку дитини. Під час використання арт-терапії дитині надаються необмежені можливості для самовираження та самореалізації під час творчості, пізнання власного «Я». Створені дитиною результати праці дозволяють виразити свої емоції, підвищити самооцінку та ступінь самосприйняття, а також полегшують процеси комунікації з іншими людьми. [16 с. 89.]

Можна виділити 5 важливих складових емоційного інтелекту, які показують на скільки ми вміємо володіти собою:

- самосвідомість – розуміння внутрішнього стану;
- саморегуляція – здатність володіти своїм внутрішнім станом;
- мотивація – емоційні схильності, які допомагають у досягненні мети;
- емпатія – розуміння почуттів до інших;
- соціальні навички.

Враховуючи ці складові, був створений відповідний алгоритм гармонійно-розвинутої особистості: інтелект має взаємно поєднуватись з повноцінною емоціональністю. Важливою є профілактика відхилень у емоційному розвитку дошкільника. Для того аби зняти емоційне напруження необхідним є використання танців, арт-терапії, рухливих ігор тощо. Важливо програвати разом з дітьми певні ситуації для того, щоб навчити їх володіти своїми емоціями.

Дитині у своєму житті доводиться взаємодіяти з навколишнім середовищем та різними людьми. Кожен переживає різні почуття та емоції. Дошкільник не завжди може справлятися зі своїми емоціями та знаходити шляхи адекватного реагування на певну ситуацію, що викликає стрес та психоемоційний дисбаланс.

Для врегулювання емоційного стану допомагає використання різноманітних технік арт-терапії.

Бібліотерапія – віршування для діагностики та корекції емоційних станів; написання листа – для роботи з образою, злістю чи горем; створення власної казки – під час різних негативних станів.

Техніка «Малювання маслом» - один з методів ізотерапії, який допоможе розслабитись та зняти напруження. Також допомагає розвитку емоційного інтелекту та виявленню прихованих емоцій свого внутрішнього «Я».

Техніка «Оркестр» виконується за допомогою музичних інструментів – допомагає звільнити негативні емоції, почути інших та зменшити психоемоційне напруження.

Під час роботи з дітьми можна використовувати і лялькотерапію. Дитина сама обирає ляльку «добру» або «сміливу» чи «боягузливу». Ролі необхідно розподіляти так, щоб дорослий говорив за «сміливу» ляльку, дитина за «боягузливу», а потім навпаки, для того щоб роздивитись ситуацію з обох боків. Потім обговорити з дошкільником почуття, які мають негативний вплив на нього.

Впродовж дня ми можемо відчувати багато емоцій, а дитина відчуває їх ще більше. Обов'язково треба промовляти свої емоції, якими б вони не були.

Одним із варіантів, за допомогою якого можна допомогти виражати емоції є зображення дерева. Треба намалювати велике дерево та почепити на видному місці. Це дерево має кілька завдань. В першу чергу, воно допомагає висловлювати свої почуття, які виникли в певній ситуації, завдяки чому оточуючі люди знатимуть, що відчуває автор. Окремо створити листочки з емоціями та спостерігати яким чином змінюються емоції дитини.

Після посилення роботи над емоційним інтелектом дошкільників знизиться конфліктність дітей. Вони будуть легко розрізняти свої емоції та називати їх, виражати мімікою або жестами, також розумітимуть емоційний стан інших людей, помічати взаємозалежність між певним вчинком та

почуттями настрою. Емоції сприяють формуванню характеру дитини та мають вплив на визначення життєвих позицій дорослої людини. [24]

Таким чином використання методів арт-терапії допомагають стабілізувати емоційні стани дітей дошкільного віку, знизити рівень тривожності, трансформувати негативні емоції в позитивні, задіяти всі свої творчі здібності, допомагають поліпшити якість життя, досягати поставлених цілей та підвищує рівень самооцінки. Дитина навчається будувати відносини з собою та навколишнім світом.

ВИСНОВКИ

У даній дипломній роботі було проведено дослідження щодо застосування арт-терапії як ефективного засобу психолого-педагогічного впливу на емоційну сферу дошкільників. Дослідження показало, що арт-терапія є цінним інструментом, спрямованим на підтримку та розвиток емоційної сфери дітей у дошкільному віці.

Арт-терапія дозволяє дошкільникам вільно виражати свої емоції, виявляти їх за допомогою творчості, що важливо для їхнього загального розвитку. Мистецька діяльність стимулює різнобічний розвиток особистості, допомагає відкривати нові способи самовираження та розуміння власних почуттів.

Соціальна ситуація розвитку дитини дошкільного віку була визначена як період формування основних особистісних рис та навичок, включаючи розвиток емоційної сфери. З урахуванням особливостей цього періоду, арт-терапія виявилася важливим інструментом для допомоги дітям розкривати та

розуміти свої емоції, розвивати емоційний інтелект, сприяти засвоєнню адекватних стратегій взаємодії з іншими.

Результати дослідження вказують на те, що арт-терапія сприяє формуванню емоційної сфери у дошкільників. Вона допомагає виявляти та називати різні емоції, розвиває емоційний інтелект, сприяє встановленню зв'язку між внутрішніми почуттями та їх виразом у творчій діяльності.

Арт-терапевтичні методи та вправи, використані у дослідженні, дозволили дошкільникам розвивати свідомість про свої емоції, вчитися розпізнавати та адекватно реагувати на них. Ігровий характер занять дозволяє дітям навчатися у веселій та невимушеній обстановці, що сприяє більш якісному засвоєнню матеріалу.

Перш за все, методи арт-терапії охарактеризувалися як інноваційні підходи до психологічної роботи з дітьми, що базуються на використанні творчості як засобу самовираження та саморозкриття. Істотною особливістю цих методів є їхній психотерапевтичний характер, спрямований на розвиток емоційної компетентності, саморефлексії та самовираження у дітей.

Основними перевагами арт-терапії у роботі з дошкільниками є індивідуальний підхід до кожної дитини, створення сприятливого емоційного середовища, підвищення самооцінки та самоповаги у дітей. Арт-терапія допомагає впливати на позитивний розвиток психічного стану дітей, сприяє їхньому психоемоційному розвитку та гармонійному взаємодії з навколишнім світом.

Отже, використання арт-терапії у педагогічній практиці може бути важливим кроком у покращенні емоційної сфери дошкільників. Цей підхід сприяє розвитку важливих навичок саморефлексії та самовираження, що сприяє загальному психоемоційному розвитку маленьких дітей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Березка С.В. Особливості застосування арт-терапії в роботі з дошкільниками з порушенням інтелекту / С.В. Березка // Науковий вісник Херсонського державного університету. – 2018. – Т.2. – С.208 – 213.
2. Василевська О. І. Казкотерапія як засіб психолого-педагогічного впливу. Психологічні науки. 2012. Вип. 39. С. 30-36.
3. Ветрова О.Є. Психолого-педагогічний підхід до визначення поняття «страх». Педагогічна освіта та наука, 2005. №8, С. 37–41.
4. Власюк М. Арт-терапія: зцілення мистецтвом / М. Власюк // Психолог. – 2005. – № 39. – с. 10
5. Вознесенська О. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті / О. Вознесенська, Л. Мова. – К. : Шкільний світ, 2007. – 120 с.

6. Вознічка-Парузель Б. Мистецтво створення релаксаційних казок. [упоряд. Л. А. Лугова, Ю. В. Стадницька]. Острів безпеки у світі небезпеки: на допомогу бібліотерапевту. Львів, 2012 . С. 89–91.
7. Головатюк, Іван Григорович. «Арт-терапія у зарубіжній науковій традиції.» *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота* 2 (2017): 63-66.
8. Гріньова О.М. Особливості використання музикотерапії в роботі з дошкільниками / О.М. Гріньова // *Практичний психолог: Дитячий садок.* – 2015. – №10. – С. 25–31. 29 ст
9. Доренський В. Мистецтво як феномен людино творення / В. Доренський // *Філософська думка.* – 2009. – № 6. – С. 61–78.
10. Дуткевич Т. В. Дитяча корекційно-розвивальна психологія // *Посібник.* К.: Центр учбової літератури. – 2017.
11. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія: навчальний посібник // *Київ: Центр учбової літератури.* – 2012.
12. Єгорова Т. І. Використання арт-терапії у роботі з розвитку емоціональної сфери з дітьми з ЗПР – 2021.
13. Калька Н., Ковальчук З. *Практикум з арт-терапії : навч.-метод. посібник.* Ч. 1. Львів - 2020. – с.63
14. Керншток-Редль Г. Цілющі історії для дітей: заспокійливі, утішливі і підбадьорливі / пер. з нім. О. Винярьська. Львів : Свічадо, 2012. 158 с.
15. Ковінько А. В. Проблеми розвитку творчих здібностей особистості. Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика : матер. II міжнар. наук.-практ. конф. (11 квітня 2017 р., м. Харків). Х., 2017. С. 313-314.
16. Лаппа А. Є., Волженцева І. В. Арт-терапія в регуляції емоційних станів особистості // *Редакційна колегія.* – 2019.
17. Лепетченко М. В. Особливості й значення впливу казки на формування творчих проявів дітей дошкільного віку із порушеннями мовлення.

- Актуальні питання корекційної освіти. Вип. II. Кам'янецьПодільський: «Медобори 2006», 2011. С.112-121.
18. Магур Л.М., Харенко С., Авраменко С., Євтушенко І. Танцювально-психологічний тренінг. Психологічний інструментарій. Київ : Марич, 2009. С. 48
 19. Мельничук І. В. Генеза емоційних особливостей у сучасних дітей. Наука і освіта. 2002. № 5.
 20. Мішкулинець О. О. Використання арт-терапевтичних методик в умовах інклюзивного освітнього середовища //Психологія: теорія і практика. – 2018. – с. 80-81.
 21. Павелків Р. В. Дитяча психологія : навч. посіб. [Текст] / Р. В. Павелків, О. П. Цигипало. – К. : Академвидав, 2008. – 431 с
 22. Поніманська Т.І. Дошкільна педагогіка. Навчальний посібник. К.: Академвидав, 2004. 455 с.
 23. Реброва К. Створення талісманів у процесі арт-терапії. Простір арт-терапії : збірник наукових статей / УМО, ГО «Арт-терапевтична асоціація».Київ : Золоті ворота, 2012. Вип. 12 (12). С. 107–116.
 24. Розвиток емоційного інтелекту як передумова розвитку інноваційної особистості: методичний посібник [Електронний ресурс]. – Режим доступу :<https://vseosvita.ua/library/metodicnij-posibnik-rozvitok-emocijnogo-intelektu-ak-peredumova-rozvitku-innovacijnoi-osobistosti-10855.html>
 25. Сергєєнкова О. П. Вікова психологія : навч. посіб. / О. П. Сергєєнкова, О. А. Столярчук, О. П. Коханова, О. В. Пасєка. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 376 с.
 26. Синиця В. Корекція страхів у дітей засобами арт-терапії. Актуальні проблеми сучасної психології: шляхи становлення особистості : матеріали II загальноуніверситетської науково-практичної конференції 17 травня 2018 року. Переяслав-Хмельницький, 2018. С. 205–209.

27. Сорока О. В. Арт-терапія в соціальній сфері: курс лекцій //Тернопіль: ТДПУ. – 2008. – Т. 86.
- 28.Ставицька О.І. Функціональні особливості використання методів арт-терапії у роботі психолога із дітьми і підлітками // Освіта регіону.2011-№2.-С.213
- 29.Сусла А.М. Пісочна терапія в роботі з дітьми з вадами психофізичного розвитку /А.М. Сусла // Дитина з особливими потребами. – 2016.– № 6.– с. 27
- 30.Теорія і практика арт-терапії : навчально-методичний комплекс / Уклад. І.В. Бабій. – Умань, Алмі – 2014.
31. Терлецька Л. Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології: навч. пос. Київ: Видавничий дім «Слово», 2016. 128 с.
32. Титаренко О.І. Використання арт-терапії в психолого-педагогічному супроводі освітнього процесу. Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти. URL: http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp6/tytarenko.pdf.
33. Трофаїла Н. Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку //Науковий вісник Миколаївського державного університету імені ВО Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки. – 2014. – №. 45.
34. Федій О.А. Лялькотерапія у професійній діяльності педагога. Постметодика. 2019. № 1 (85). С. 46–50.
- 35.Фірсова Л. С. Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі / Л. С. Фірсова // Вісник Черкаського університету: [зб. наук. ст.]. Вип. 144: Серія Педагогічні науки / М-во освіти і науки України, Черкаський нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси: Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2009. – с.70
36. Хлопоніна Н. Є. Лялькотерапія як метод психологічної корекції. – 2012.
37. Хрестоматія з історії дошкільної педагогіки: навч. посібник / за ред. З.Борисової. К.: Вища школа, 2004. 511 с.

38. Яценко Т. С. Арт-терапевтичні технології в роботі психолога / Т. С. Яценко, І. В. Калашник, І. О. Чернуха. – К. : Марич, 2009. – 68 с
39. Яценко Т.С. По той бік символіки психомалюнків. Практична психологія та соціальна робота, 2009. №7. С.25-26.
40. Danilyuk I., Burkalo N. Особливості застосування арт-терапії в роботі з дітьми //PSYCHOLOGICAL JOURNAL. – 2021. – Т. 7. – №. 9. – С. 85-98.

ДОДАТКИ

Додаток А.

Характеристика рівнів сформованості емоційної сфери у здобувачів дошкільної освіти

Високий рівень – діти створюють арт-продукти з виразними деталями, які точно відображають їхні емоції. Вони здатні чітко виразити свої настрої та почуття через обрані образи та кольори, проявляють різноманітні емоції за допомогою різних технік та деталей у своїх арт-продуктах. Діти вільно виражають свої думки, почуття та досвід через арт-продукти та словесні висловлювання. Вони глибоко розуміють зв'язок між своїми емоціями та їх виразом у творчості та активно беруть участь у

обговоренні своїх арт-продуктів, глибоко роздумують над тим, як вони відображають їхню особистість та почуття.

Середній рівень – діти створюють арт-продукти, які відображають загальний настрій або конкретні емоції, але можуть бути менш деталізованими. Вони вміють вибирати елементи арт-продукту для виразу емоцій, але можуть потребувати підтримки у своєму виборі. Можуть вільно виражати свої думки та почуття, але можуть потребувати додаткової підтримки для глибшого розуміння зв'язку між ними та їх арт-продуктами.

Низький рівень – діти можуть відчувати труднощі з виразом емоцій через арт-творчість, їхні арт-продукти можуть бути менш виразними або не так чітко відображати їхні почуття, можуть відчувати труднощі з самовираженням та саморефлексією, їхні висловлювання можуть бути обмеженими або поверхневими. Вони можуть мати обмежений вибір образів або символів для виразу своїх емоцій. Діти можуть відчувати труднощі з самовираженням та саморефлексією, їхні висловлювання можуть бути обмеженими або поверхневими.