

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**Тернопільський національний педагогічний університет  
Імені Володимира Гнатюка**

**Факультет педагогіки і психології**

**Кафедра спеціальної та інклюзивної освіти**

**Магістерська робота**

**на тему: «ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ У КОРЕКЦІЙНІЙ  
РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З  
СОЦІОАДАПТАЦІЙНИМИ ТРУДНОЩАМИ»**

**Спеціальність:**

**016 Спеціальна освіта (Інклюзивна освіта)**

**Магістрантки групи зМІО-2\_10**

**Миханчук Ірини Валеріївни**

**НАУКОВИЙ КЕРІВНИК: Професор,  
доктор педагогічних наук  
кафедри спеціальної та інклюзивної освіти  
Супрун Микола Олексійович**

**РЕЦЕНЗЕНТ: директор Поляхівського  
ліцею Теофіпольської селищної ради  
Хмельницького району  
Хмельницької області  
Савчук Валентина Миколаївна**

Робота захищена з оцінкою: \_\_\_\_\_

Національна шкала: \_\_\_\_\_

Кількість балів: \_\_\_ Оцінка: ECTS \_\_\_

**Тернопіль – 2025**

## Анотація

**Миханчук І.В. Використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами.** – Магістерська робота зі спеціальності 016 – Спеціальна освіта. – Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка. – Тернопіль, 2025. – 87 с.

Кваліфікаційна робота магістра присвячена проблемі теоретичного обґрунтування та практичного використання арт-терапевтичних методів у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку, які мають соціоадаптаційні труднощі.

У роботі використано комплекс методів дослідження: теоретичний аналіз наукової літератури, узагальнення, порівняння; емпіричні методи (спостереження, бесіди, педагогічний експеримент – констатувальний, формувальний, контрольний етапи); методи діагностики емоційно-вольової сфери та комунікативних навичок (зокрема, проєктивні методики); методи кількісного та якісного аналізу отриманих даних.

Результати дослідження підтвердили гіпотезу про те, що цілеспрямоване впровадження арт-терапії (ізотерапії, казкотерапії, колажування, ігротерапії з мистецькими елементами) у корекційний процес сприяє значному зниженню рівня тривожності та агресивності у дітей, підвищенню їхньої соціальної компетентності та покращенню навичок самовираження. Розроблено та апробовано корекційно-розвивальну програму.

**Ключові слова:** діти з особливими освітніми потребами, арт-терапія, ізотерапія, пісочна терапія, казкотерапія, колажування, корекційна робота, соціоадаптаційні труднощі, соціалізація, емоційно-вольова сфера, комунікативні навички.

## **Abstract**

**Mykhanchuk I.V. The use of art therapy in correctional work with children of primary school age with socio-adaptive difficulties.** – Master's thesis in the specialty 016 – Special education. – Ternopil National Pedagogical University named after Volodymyr Hnatyuk. – Ternopil, 2025. – 87 p.

The master's qualification work is devoted to the problem of theoretical substantiation and practical use of art therapy methods in correctional work with children of primary school age who have socio-adaptive difficulties.

The work used a complex of research methods: theoretical analysis of scientific literature, generalization, comparison; empirical methods (observation, conversations, pedagogical experiment - ascertaining, formative, control stages); methods of diagnosing the emotional-volitional sphere and communication skills (in particular, projective techniques); methods of quantitative and qualitative analysis of the obtained data.

The results of the study confirmed the hypothesis that the targeted introduction of art therapy (isotherapy, fairy tale therapy, collage, play therapy with artistic elements) into the correction process contributes to a significant reduction in the level of anxiety and aggressiveness in children, an increase in their social competence, and an improvement in self-expression skills. A correctional and developmental program has been developed and tested.

**Keywords:** children with special educational needs, art therapy, isotherapy, sand therapy, fairy tale therapy, collage, correctional work, socio-adaptive difficulties, socialization, emotional-volitional sphere, communication skills.

## ЗМІСТ

<b>Вступ .....</b>	<b>3</b>
<b>Розділ 1. Теоретичні аспекти наукового дослідження .....</b>	<b>7</b>
1.1. Методологічні засади наукового пошуку.....	7
1.2. Аналіз психолого-педагогічних джерел з проблеми дослідження використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми.....	11
<b>Висновки до 1 розділу .....</b>	<b>19</b>
<b>Розділ 2. Аналіз ефективності використання технік арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами .....</b>	<b>21</b>
2.1. Методика проведення констатувального етапу наукового пошуку .....	21
2.2. Хід проведення та результати констатувального експерименту...	26
<b>Висновки до 2 розділу .....</b>	<b>35</b>
<b>Розділ 3. Оптимізація процесу формування емоційного інтелекту та когнітивних процесів у дітей молодшого шкільного віку з використанням арт-терапії .....</b>	<b>38</b>
3.1. Методика формувального етапу наукового дослідження.....	38
3.2. Хід проведення формувального етапу наукової роботи.....	40
3.3. Методичні рекомендації із використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами .....	51
<b>Висновки до 3 розділу .....</b>	<b>60</b>
<b>Висновки .....</b>	<b>62</b>
<b>Список використаних джерел .....</b>	<b>66</b>
<b>Додатки .....</b>	<b>71</b>

## Вступ

**Актуальність теми дослідження.** Закон України «Про освіту» забезпечує рівні умови доступу до освіти усім її громадянам. Незалежно від громадянства, національності, місця проживання, раси, кольору шкіри, статі, віку, стану здоров'я, наявності інвалідності, приналежності до певної релігії або політичної партії, мови спілкування, майнового та соціального статусу, інших ознак або обставин, кожен громадянин має рівні права у доступі до освіти.

З огляду на ситуацію в державі, – воєнний стан, еміграцію, внутрішню міграцію, життя у постійному стресі тощо, на те, що сучасне суспільство зіштовхується з усе новими викликами, внаслідок яких збільшується число осіб з інвалідністю, з особливими освітніми потребами, особливими труднощами – інтелектуальними, фізичними, функціональними, соціокультурними та соціоадаптаційними, – постає питання надання підтримки та допомоги особам, які її потребують. Особливо гостро постає питання інтеграції дітей із труднощами соціальної адаптації в дитячий колектив у перехідні, критичні періоди – дошкільну та початкову ланки освіти. Вирішити ці проблеми допомагає включення дітей з соціоадаптаційними труднощами у інклюзивний освітній простір, надання системи корекційно-розвиткових послуг, добір спеціальних методів та методик, які б сприяли найоптимальнішому зменшенню проявів цих труднощів.

Особливу увагу слід звернути на те, що дітям із соціоадаптаційними труднощами інтегруватися у суспільство, мабуть, найважче. Адже вони змушені, в огляду на певні обставини, бути обмеженими у спілкуванні в колі родини та близьких людей, з якими уже налагоджений емоційний та комунікативний зв'язок. Вони нездатні повноцінно вести спосіб життя, звичний для нормотипових дітей, хоча потребують його навіть більше, ніж їх ровесники з нормотиповим рівнем розвитку [11, с.58-60].

В. Сухомлинський зазначав, що «знедолена природою дитина не повинна знати, що в неї слабкий розум, слабкі сили. Виховання такої дитини має бути в сто разів ніжнішим, чуйнішим, дбайливішим». Навчання та виховання таких дітей потребує надзвичайної терпимості, толерантності та віри у їх сили. І все це зможе організувати лише той педагог, який завоює у такої дитини повну довіру, стане для неї безпечним та авторитетним дорослим, скоригує роботу та спрямує її у потрібному напрямку, добре відповідні корекційні методи та методики, які у комплексі повною мірою допоможуть дитині з соціоадаптаційними труднощами інтегруватись спочатку у дитячий колектив, а пізніше – у суспільне середовище.

Проблемам роботи з дитиною з труднощами соціальної адаптації велику увагу надавали видатні учені, зокрема, Т.Дегтяренко, В.Засенко, Н.Компанець, Л.Коваль-Бардаш, Н.Квітка, Л.Прохоренко, О.Чеботарьова, Н.Ярмола та інші. У їхніх наукових працях акцентуються питання соціально-педагогічної діяльності, яка б була спрямована на оптимізацію виховних можливостей соціуму, активне залучення підростаючого покоління до соціально-виховної діяльності.

Проте однієї лише соціальної інтеграції для дітей із соціоадаптаційними труднощами для їх повноцінного та всебічного розвитку недостатньо. Батькам, педагогам та корекційним фахівцям слід вибудувати таку освітню траєкторію, яка б дозволила дитині розширити коло спілкування, створити ситуацію успіху, дати їй можливість повірити у власні сили.

Однією із методик, яка найповніше і найкраще дозволяє зробити процес інтегрування у дитячий колектив дитини з соціоадаптаційними труднощами найбільш прийнятним, може стати арт-терапія [7]. Проте не усі її аспекти, зокрема, саме у питаннях корекційної роботи з такими дітьми, є достатньо вивченими та систематизованими, що й обумовило вибір мною теми магістерського дослідження «Використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами».

**Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні та аналізі використання методів та прийомів арт-терапії у роботі з дітьми молодшого шкільного віку з труднощами соціальної адаптації, розробці методичних рекомендацій із використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами.

Відповідно до мети магістерського дослідження необхідно вирішити, зокрема, такі **завдання**:

1. Проаналізувати теоретико-методологічні основи методик та технік арт-терапії, які можна використати у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку.

2. Визначити види, форми, методи та напрямки арт-терапевтичної діяльності корекційного педагога в умовах закладу загальної середньої освіти.

3. Обґрунтувати методи оптимізації процесу формування емоційного інтелекту та когнітивних процесів у дітей молодшого шкільного віку з особливостями соціальної адаптації.

4. Емпірично довести ефективність застосування арт-терапевтичних методик у корекційній діяльності з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами.

5. Розробити методичні рекомендації із впровадження методів арт-терапії у діяльність корекційного педагога при наданні корекційних послуг в умовах закладу загальної середньої освіти.

**Об'єкт дослідження:** техніки арт-терапії у корекційній роботі з дітьми з соціоадаптаційними труднощами.

**Предмет дослідження:** оптимізація процесу формування емоційного інтелекту та когнітивних процесів у дітей молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами.

**Методи дослідження:** вивчення інформаційних джерел; теоретичні – дедукція, аналіз, порівняння, класифікація, узагальнення, систематизація та

конкретизація); емпіричні – спостереження, анкетування, опитування, тестування.

**База емпіричного дослідження.** Застосування методів арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами досліджувалися на базі 5 закладів загальної середньої освіти Теофіпольської ОТГ Хмельницької області. Основною базою дослідження обрано Поляхівський ліцей Теофіпольської селищної ради Хмельницького району Хмельницької області.

**Теоретичне значення отриманих результатів:** у процесі проведення магістерського дослідження нами було досліджено та проаналізовано ефективність використання технік арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з труднощами соціальної адаптації, та надані методичні рекомендації із впровадження методів арт-терапії у діяльність корекційного педагога при наданні корекційних послуг в умовах закладу загальної середньої освіти.

**Практичне значення отриманих результатів** полягає у можливості використання даних, обґрунтованих у моєму магістерському дослідженні, у практичній діяльності корекційного педагога при наданні корекційних послуг дітям молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами на базі закладу загальної середньої освіти.

**Структура роботи.** Магістерська робота складається із вступу, трьох розділів та висновків до кожного із них, загальних висновків, списку використаних джерел (51 найменування) та додатків. Загальний обсяг роботи становить 87 сторінок друкованого тексту, основний зміст викладено на 65 сторінках.

## Розділ 1.

### Теоретичні аспекти наукового дослідження

#### 1.1. Методологічні засади наукового пошуку

Сучасне суспільство, у якому в останні роки дедалі більше уваги приділяється забезпеченню дотримання прав дитини та інклюзивній орієнтованості в усіх сферах життєдіяльності, питання соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами набуває особливої актуальності. Внаслідок різноманітних факторів середовища з кожним роком дедалі більше простежується тенденція значного зростання кількості дітей порушеннями у різних сферах розвитку. Незважаючи на це, кожна дитина, незалежно від своїх особливостей та відмінностей, має право на повноцінне життя, всебічний розвиток та соціальну інтеграцію.

Соціальна адаптація дітей з особливими освітніми потребами – це не забаганка і не просто бажання, а необхідність, яку можна окреслити такими факторами:

- право на рівні можливості. Конституція України гарантує кожній дитині право, незалежно від своїх особливостей, на отримання якісної освіти, розвиток власних талантів та реалізацію потенціалу;
- соціальна інклюзія. Суспільство, в якому усі її члени почуваються рівноправними та незалежними;
- здоров'я та благополуччя. Соціальне включення позитивно впливає на покращення психологічного та фізичного здоров'я дітей з особливостями розвитку, підвищує їх самооцінку та впевненість у власних силах;
- розвиток суспільства. Інклюзивному суспільству притаманна краща толерантність, воно є більш відкритим та здатним до запровадження інновацій [22, с.18-25].

Соціальна адаптація дитини полягає в пристосуванні її до соціального середовища за рахунок уміння аналізувати поточні соціальні ситуації, усвідомлювати свої можливості у певній ситуації, соціальних обставинах, вміння утримувати свою поведінку відповідно до головних цілей діяльності. Вона є одним із етапів інтеграції дитини у суспільство, зокрема, у дитячий колектив. Тобто, уся робота, – і педагогічна, і корекційна, – має бути спрямована на включення дитини у дитячий колектив, у соціальне середовище, на формування адекватної системи стосунків із соціальними об'єктами, рольову пластичність поведінки в залежності від ситуації, прийняття норм та цінностей нового соціального середовища та форм соціальної взаємодії.

Процес інтеграції дітей із соціоадаптаційними труднощами у суспільство базується на певних теоретичних засадах та методологічних підходах. Науково обґрунтовані, зокрема, такі теоретичні засади: [2, с.28-29]

- концепція інклюзивної освіти – передбачає створення освітнього середовища, яке б задовольняло потреби усіх учнів, зокрема і учнів, які мають особливі освітні потреби;

- теорія соціального навчання – допомагає дитині з ООП навчатися соціальних навичок через спостереження за іншими людьми, наслідуючи їх поведінку та отримуючи зворотній зв'язок;

- психоаналітична теорія – увага акцентується на важливості раннього досвіду та несвідомих конфліктів у формуванні особистості і застосовується для розуміння причин соціоадаптаційних труднощів та розробки ефективних втручань;

- когнітивно-поведінкова теорія – підкреслює роль мислення та поведінки у формуванні проблем, використовується для навчання дітей нових способів мислення та поведінки, які сприятимуть кращій адаптації до соціального середовища;

- гуманістична психологія – зосереджена на потенціалі кожної людини до зростання та самореалізації; спрямована на створення атмосфери прийняття, підтримки та довіри.

Щодо методологічних підходів, то їх трактують, зокрема, як:

- індивідуальний підхід – для кожної дитини розробляється індивідуальна програма підтримки та розвитку, так як кожна дитина з соціоадаптаційними труднощами має свої особливості;

- комплексний підхід – до роботи з дитиною залучаються різні фахівці (психолог, педагог, корекційний та соціальний педагоги тощо) для забезпечення всебічної підтримки;

- міждисциплінарний підхід – для більш ефективного вирішення проблем дитини до співпраці залучаються фахівці різних галузей (психології, педагогіки, медицини);

- активний метод – полягає в залученні самої дитини до процесу розробки та реалізації програми реабілітації;

- соціально-педагогічні методи – використання ігрових, творчих, комунікативних методів для розвитку соціальних навичок та самоствердження дитини [25, с.44-47].

Крім теоретичних та методологічних засад соціальної інтеграції дітей з особливими освітніми потребами, слід виокремити заходи, спрямовані на залучення дітей з соціоадаптаційними труднощами у суспільство. Вони мають на меті допомогти таким дітям розвинути свої навички, підвищити самооцінку, подолати страхи та інтегруватися у суспільство. Вони, зокрема, мають таку спрямованість:

- інклюзивна освіта – створення умов для навчання дітей з особливими освітніми потребами разом з їхніми ровесниками;

- психологічна підтримка – проведення індивідуальних та групових психологічних занять, тренінгів, арт-терапії, ігрової терапії тощо;

- соціальна адаптація – організація соціальних тренінгів, гуртків за інтересами, спільних творчих справ, волонтерських заходів тощо;

- робота з родиною – надання консультацій батькам, допомога у створенні сприятливого сімейного середовища;
- співпраця з освітніми закладами, громадськими організаціями та іншими соціальними інститутами.

У будь-якому разі важливо розуміти, що залучення дітей з соціоадаптаційними труднощами у суспільство – складний і тривалий процес, який вимагатиме спільних зусиль родини, закладу освіти, громади та держави.

Розглянемо детальніше сутність поняття «соціоадаптаційні труднощі». Це складний комплекс проблем, з якими стикаються діти в процесі взаємодії із навколишнім світом. В залежності від індивідуальних особливостей дитини вони можуть проявлятися у різних формах та ступенях важкості, часто вони є наслідком взаємодії біологічних, психологічних та соціальних факторів.

Дитина може зустрітись з різними соціоадаптаційними труднощами коли виходить зі звичного соціального оточення. Це можуть бути: *труднощі у спілкуванні*: складність у встановленні контактів з однолітками та дорослими; нездатність до співпраці та командної роботи; відсутність інтересу до спільних занять та ігор; відсутність самостійності; безініціативність; замкнутість, сором'язливість або, навпаки, агресивність; систематична потреба психолого-педагогічного контролю, керівництва поведінкою та діяльністю; *проблеми з емоційною регуляцією*: часті зміни настрою, дратівливість, плаксивість; труднощі з управлінням гнівом та агресією; тривожність, страхи, фобії; низька самооцінка; повне або часткове нерозуміння власних потреб та інтересів; неусвідомленість мотивів діяльності; *порушення поведінки*: гіперактивність, непосидючість; імпульсивність, труднощі з концентрацією уваги; проблеми з дотриманням норм та правил поведінки; *труднощі у навчанні*: складність у сприйнятті та запам'ятовуванні інформації; проблеми з виконанням завдань та

дотриманням дисципліни; низька мотивація до навчальної діяльності; *фізичні симптоми*: головні болі; болі в животі; безсоння; втрата апетиту.

Всі ці труднощі можуть бути пов'язані як із психосоматичними реакціями на стрес, так і можуть бути спричинені проявами супутніх захворювань.

Для того, щоб краще розуміти, які основні аспекти слід врахувати при складанні індивідуальної освітньої траєкторії, і, як один із її напрямів – корекційну роботу, слід охарактеризувати види соціоадаптаційних труднощів. Розрізняють такі види соціальної дезадаптації:

- шкільна дезадаптація – труднощі в адаптації до шкільного середовища, проблеми з навчанням та спілкуванням з однолітками;
- сімейна дезадаптація – проблеми в сімейних стосунках, конфлікти з батьками або іншими членами родини;
- соціальна дезадаптація – труднощі у спілкуванні з однолітками, відсутність друзів, соціальна ізоляція.

Враховуючи усі актуальні сторони питання, можна підсумувати, що нам, фахівцям, слід спочатку детально вивчити усі труднощі та потреби дитини, лише після цього працювати над добором видів, форм та засобів арттерапії, які б дозволили дитині довіритись, відкритись та розкрити власний потенціал, рухаючись у своєму власному темпі до успіху.

## **1.2. Аналіз психолого-педагогічних джерел щодо використання арттерапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку**

Аналіз психолого-педагогічних джерел щодо використання арттерапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку дозволяє виділити ключові аспекти проблеми, що досліджується, та визначити основні напрями її вивчення в науковій літературі. Дослідники з різних країн світу

підтверджують ефективність арт-терапевтичних методів у роботі з дітьми, що мають емоційні, поведінкові та навчальні проблеми [8, с.21-26].

Ряд науковців, зокрема: І.Зайцев, С.Найдюк, К.Ляшенко та В.Ткаченко, розглядають арт-терапію як метод психологічної корекції, який використовує творчість для вираження емоцій, переживань та вирішення внутрішніх конфліктів. Вони підкреслюють, що арт-терапія є невербальним методом, що особливо цінно для дітей молодшого шкільного віку, які не завжди можуть вербалізувати свої почуття. Творчий процес, такий як малювання, ліплення, ліплення або створення колажів, дозволяє дитині в безпечному середовищі виразити свій внутрішній світ, опрацювати травматичний досвід та знайти нові способи самовираження. Коротко хочу зупинитись на напрямках досліджень кожного із них.

І. Зайцев, український психолог, автор наукових праць з вивчення питань застосування арт-терапевтичних методів для корекції поведінкових та емоційних порушень у дітей. Внесок І.Зайцева у вивчення та розвиток арттерапії в Україні є значним і багатограним. Він відомий як науковець, що систематизував та адаптував арт-терапевтичні методики для роботи з різними категоріями дітей, зокрема тими, що мають емоційні, поведінкові та психосоціальні проблеми. Він зосередив свою діяльність на кількох ключових напрямках, які визначили його внесок у розвиток арт-терапії: науковець глибоко дослідив теоретичні засади арт-терапії, розглядаючи її як метод невербальної комунікації та психологічної корекції. Він підкреслював, що творчий процес дозволяє дитині виразити свій внутрішній світ, переживання та конфлікти, які вона не може або не хоче вербалізувати. Це особливо важливо для дітей, які пережили травму або мають труднощі у спілкуванні. Він адаптував існуючі арт-терапевтичні методики до українських реалій та розробив власні програми для роботи з дітьми.

Його дослідження включали:

- корекцію емоційних порушень: він довів ефективність арт-терапії у зниженні рівня тривожності, агресії та страхів у дітей молодшого

шкільного віку. І. Зайцев розробив спеціальні вправи, що допомагають дітям «прожити» свої негативні емоції через малюнок, ліплення чи інші творчі форми;

- корекцію поведінкових проблем: у своїх працях він обґрунтував, що арт-терапія сприяє розвитку саморегуляції та самоконтролю у дітей, допомагає їм навчитися виражати свої почуття у соціально прийнятний спосіб;

- розвиток комунікативних навичок: І. Зайцев підкреслював, що спільна творча діяльність у групі допомагає дітям налагоджувати контакт, вчитися взаємодіяти та співпрацювати.

- практична діяльність: окрім наукової роботи, І. Зайцев активно займався практичною діяльністю. Він проводив тренінги та майстер-класи для психологів, педагогів та соціальних працівників, навчаючи їх застосовувати арт-терапевтичні методики у своїй роботі. Його праці стали важливим джерелом для студентів та фахівців, що працюють з дітьми. Він зробив значний внесок у популяризацію арт-терапії в Україні, довівши її ефективність не лише як терапевтичного, але й як розвивального методу, активно публікуючи свої дослідження у фахових виданнях, виступав на конференціях та семінарах, чим сприяв визнанню арттерапії як повноцінного методу психологічної корекції.

С. Найдюк, українська психологиня, досліджувала арт-терапію як інструмент для корекції страхів та агресивної поведінки у дошкільників та молодших школярів. С. Найдюк зробила значний внесок у розвиток і вивчення арт-терапії, зосереджуючись на її застосуванні як методу корекційно-розвивальної роботи з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку. Її наукові праці особливо цінні тим, що вони адаптують арт-терапевтичні методики до специфіки роботи з дитячою психологією та емоційними порушеннями, що є частим явищем у дітей цього віку, зосередивши свої дослідження на кількох важливих аспектах арттерапії, зокрема:

- корекція емоційних порушень: вона розглядає арт-терапію як ефективний інструмент для зниження рівня страхів, тривожності та агресії у дітей. Її методики допомагають дітям «прожити» свої негативні емоції через творчий процес, що сприяє їхній гармонізації та психологічному розвантаженню. Вона розробила спеціальні вправи, що використовують різні види творчості для діагностики та корекції емоційної сфери дитини;

- розвиток комунікативних навичок: фахівчиня акцентувала увагу на тому, що групові арт-терапевтичні заняття сприяють розвитку соціальних та комунікативних навичок. Спільна творча діяльність допомагає дітям навчитися взаємодіяти, співпрацювати, виражати свої почуття та розуміти емоції інших, що є важливим для їхньої соціалізації.

Вагомий внесок С. Найдюк полягає не лише в теоретичних розробках, а й у створенні практичних посібників та методичних рекомендацій для психологів, педагогів та соціальних працівників. Її праці містять конкретні сценарії занять, приклади вправ та інтерпретації дитячих робіт, що робить її методики доступними для використання на практиці. Вона адаптувала існуючі арт-терапевтичні методики, такі як ізотерапія (лікування мистецтвом), для роботи з дітьми з різними порушеннями. Її роботи підкреслюють важливість індивідуального підходу до кожної дитини та необхідність врахування її вікових та психологічних особливостей.

Загалом, С. Найдюк зробила значний внесок у популяризацію та практичне застосування арттерапії в Україні, особливо у роботі з дітьми, що мають емоційні та поведінкові проблеми. Її праці є важливим джерелом для студентів та фахівців, які прагнуть ефективно використовувати творчість як інструмент психологічної корекції.

К. Ляшенко, українська дослідниця, у своїх роботах аналізувала вплив арттерапії на розвиток творчих здібностей та психоемоційного стану дітей. К.В. Ляшенко зробила вагомий внесок у розвиток і дослідження арт-терапії, зосередившись на її практичному застосуванні в корекційно-розвивальній роботі з дітьми. Її роботи особливо цінні тим, що вони аналізують вплив

творчих методів на психоемоційний стан дітей та їхні творчі здібності, що допомагає у подоланні різних проблем.

У своїх дослідженнях виділяє кілька важливих аспектів арт-терапії, які допомагають вирішувати проблеми дитячого розвитку:

- корекція психоемоційної сфери: у своїх працях вона наголошує, що творчість є ефективним засобом для вираження та опрацювання негативних емоцій, таких як страхи, тривожність та агресія. Через малювання, ліплення або створення колажів дитина може без слів «розповісти» про свої переживання;

- розвиток творчих здібностей: дослідниця розглядає арт-терапію як інструмент, що не тільки коригує, але й розвиває креативність і уяву. Вона стверджує, що творчий процес стимулює мислення дитини, допомагає їй знаходити нові шляхи вирішення проблем і сприяє загальному гармонійному розвитку.

Її внесок полягає також у розробці та адаптації конкретних методик для роботи з дітьми. У її роботах можна знайти детальні описи вправ та рекомендації для психологів, педагогів та батьків. Це робить арт-терапію більш доступною та зрозумілою для широкого кола фахівців. Ляшенко підтримує інтегративний підхід, поєднуючи арт-терапію з іншими методами психологічної корекції. Вона вважає, що такий комплексний підхід є найбільш ефективним для роботи з дітьми, які мають складні та різнопланові проблеми. Загалом, К.Ляшенко зробила вагомий внесок у популяризацію арт-терапії в Україні, довівши її ефективність як універсального інструменту для розвитку та корекції психоемоційного стану дітей. Її роботи є важливим джерелом для всіх, хто працює з дітьми та прагне використовувати творчі методи для їхньої підтримки.

В. Ткаченко, українська фахівчиня, приділяла увагу арттерапії як засобу подолання комунікативних труднощів у дітей з особливими освітніми потребами. Внесок В.Ткаченко у розвиток та вивчення арт-терапії в Україні зосереджений на її практичному застосуванні в корекційно-розвитковій

роботі з дітьми, особливо тими, що мають труднощі у спілкуванні та адаптації. Її роботи акцентують увагу на використанні арт-терапевтичних методів для подолання комунікативних бар'єрів та психологічної реабілітації. Ткаченко, як дослідниця та практик, зробила значний внесок у кількох ключових напрямках:

- подолання комунікативних труднощів: вона розглядає арт-терапію як ефективний засіб для невербального вираження емоцій та думок. Це особливо важливо для дітей, які мають проблеми з мовленням або сором'язливістю, оскільки творчий процес допомагає їм «говорити» через образи, форми та кольори;

- психологічна реабілітація: у своїх дослідженнях фахівчиня підтверджує, що арт-терапія допомагає дітям, які пережили травматичний досвід, опрацювати негативні емоції та відновити психологічну рівновагу. Творчість стає безпечним простором, де дитина може вивільнити напругу та знайти внутрішній спокій;

- розвиток самооцінки та самосвідомості. Вона стверджує, що успішний творчий досвід сприяє формуванню позитивного «Я-образу» дитини. Кожна успішно завершена робота, кожен малюнок чи виріб стає джерелом гордості та впевненості у своїх силах.

Практична спрямованість діяльності В. Ткаченко полягає у розробці практичних рекомендацій та методик для використання арт-терапії у різних освітніх та реабілітаційних закладах. Її роботи містять конкретні вправи та приклади занять, що робить їх корисними для широкого кола фахівців.

З огляду на це, В.Ткаченко зробила значний внесок у розуміння арттерапії як потужного інструменту корекційно-розвивальної роботи, що сприяє не лише психологічній корекції, а й гармонійному розвитку особистості дитини.

Ще одна фахівчиня, Маргарет Ловенфельд, британська лікарка-психотерапевтка, є розробницею методу пісочної терапії, який активно використовується в арттерапії для роботи з дітьми. Внесок Ловенфельд у розвиток арттерапії є значним і фундаментальним, хоча вона сама не була

арт-терапевткою в сучасному розумінні цього слова. Вона відома як лікар-педіатр та психіатр, що розробила метод «Світу» (The World Technique), який став одним із найважливіших інструментів у дитячій психотерапії та згодом був інтегрований в арт-терапію. У 30-х роках ХХ століття Маргарет Ловенфельд створила метод, який дозволяв дітям будувати свій власний світ у пісочниці, використовуючи мініатюрні фігурки та предмети. Цей метод став інструментом для невербального вираження внутрішнього світу дитини, її переживань, конфліктів та фантазій. Застосовуючи цей метод на практиці, вона довела, що діти, особливо ті, які не можуть або не хочуть говорити про свої проблеми, можуть «розповідати» про них через символічну гру в пісочниці. Цей підхід став основою для розвитку пісочної терапії, яка сьогодні є важливою складовою арт-терапії.

Метод «Світу» використовувався не тільки для діагностики, але й для корекції. М.Ловенфельд спостерігала за тим, як діти взаємодіють з предметами, створюють свій світ і руйнують його. Це давало їй змогу зрозуміти їхні внутрішні конфлікти та допомагати їм знайти шляхи їх вирішення.

Хоча М. Ловенфельд працювала з піском і мініатюрними предметами, її ідеї про символічну гру та невербальне самовираження стали ключовими для розвитку арт-терапії як окремого напрямку психотерапії. Її роботи надихнули багатьох арт-терапевтів на використання різних творчих матеріалів для дослідження та корекції внутрішнього світу дитини. Загалом, Маргарет Ловенфельд зробила значний внесок у розвиток дитячої психотерапії та стала однією з основоположниць підходів, що пізніше були інтегровані в арт-терапію. Її метод «Світу» залишається актуальним і сьогодні.

Вірджинія Сатир, американська психотерапевтка, одна із основоположниць сімейної терапії, хоча не була арт-терапевтом, її підходи до сімейної терапії, що включають елементи творчого самовираження, мали значний вплив на розвиток арт-терапії. Внесок Вірджинії Сатир у розвиток

арттерапії є непрямим, але значним: її підходи до терапії, які включали елементи творчого самовираження, мали значний вплив на розвиток арт-терапії як окремого напрямку.

Сатир завжди підкреслювала важливість невербальних сигналів у спілкуванні. Вона вважала, що поза, жести та рухи тіла можуть розповісти більше, ніж слова. Це тісно перегукується з принципами арт-терапії, де творчий процес (малювання, ліплення, тощо) є формою невербальної комунікації. У своїй роботі вона часто використовувала скульптури родини, де члени сім'ї фізично розташовувалися в просторі, символізуючи свої стосунки. Це дозволяло візуалізувати динаміку сім'ї та її проблеми, що є основою для використання символічних образів в арт-терапії. Вона заохочувала клієнтів експериментувати з різними способами вираження своїх почуттів та знаходити нові рішення для своїх проблем. Ця ідея є ключовою для арт-терапії, де творчість є інструментом для самопізнання та саморозвитку. Вагомий внесок В'єрджинії Сатир у розвиток арт-терапії полягає в тому, що вона заклала теоретичні основи для використання творчих, невербальних та символічних методів у психотерапії. Її підходи до сімейної терапії надихнули багатьох арт-терапевтів на використання творчості як інструменту для дослідження та корекції внутрішнього світу людини.

Отже, наукові дослідження українських та зарубіжних науковців підтверджують позитивний вплив арт-терапії на різні аспекти розвитку дітей молодшого шкільного віку. Зокрема, на:

- корекцію емоційної сфери: зниження рівня тривожності, агресії та страхів, гармонізація емоційного стану дитини;
- розвиток комунікативних навичок: арт-терапія сприяє встановленню контакту з фахівцем та іншими дітьми, вчить виражати свої почуття та розуміти емоції інших;
- корекцію поведінкових порушень: арт-терапія допомагає дитині навчитися контролювати свою поведінку, розвивати саморегуляцію;

- підвищення самооцінки: успішне створення творчої роботи сприяє формуванню позитивного «Я-образу» дитини.
- розвиток креативності та уяви: арт-терапія стимулює творчі здібності дитини, допомагає їй знаходити неординарні рішення.

Отже, проаналізувавши психолого-педагогічних джерела з проблеми дослідження використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку, можна зробити такі висновки: завдяки своїй доступності та простоті у використанні арт-терапія є досить ефективним видом корекційного впливу на особистість особи з ООП з метою стабілізації її емоційного та чуттєвого стану, покращення комунікації та когнітивних процесів, можливості реалізації творчого потенціалу особистості; впровадження арттерапії у роботу корекційного фахівця дає йому потужний інструментарій для корекційного впливу на дитину та можливість ненав'язливим способом досягти взаєморозуміння та співпраці з дитиною з труднощами у навчанні [31, с.35-38].

## **Висновки до 1 розділу**

У цьому розділі було розглянуто теоретичні засади застосування арттерапії в роботі з дітьми з особливими освітніми потребами. Арт-терапія є ефективним методом психологічної допомоги, який має ряд переваг та може бути успішно застосований для роботи з дітьми з різними видами порушень розвитку. Важливо враховувати особливості кожної дитини та створювати для неї безпечне та комфортне середовище для самовираження та розвитку. Різноманітні види арт-терапії стабілізують емоційний стан дітей: знімають стрес, знижують рівень нервово-психічної напруги, піднімають настрій.

По-перше, посилюється бажання дитини пізнавати щось нове, експериментувати і працювати самостійно.

По-друге, під час роботи з різноманітними матеріалами для творчості розвивається тактильна чутливість як основа «ручного інтелекту»

І по-третє, при тактильному контакті з глиною, пластиліном, піском, різноманітними камінчиками, мушлями, намистинками тощо більш гармонійно та інтенсивно розвиваються всі когнітивні функції (сприйняття, увага, пам'ять, мислення),

А ще вдосконалюється предметно-ігрова діяльність, що сприяє розвитку сюжетно-рольової гри і комунікативних навичок дитини.

## **Розділ 2.**

### **Аналіз ефективності використання технік арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами**

#### **2.1. Методика проведення констатувального етапу наукового пошуку**

Зважаючи на те, що на сучасному етапі у закладах загальної середньої освіти збільшується кількість дітей, які потребують корекції психофізичних функцій, когнітивного розвитку та мовлення, у штат закладу вводяться посади корекційних педагогів, які надають корекційно-розвиткові послуги на базі закладу освіти. Позитивним є те, що зараз частіше, ніж раніше, порушення у розвитку дитини діагностують уже у дошкільному віці, таким чином сприяючи більш вчасному корекційному втручанням і виправленню порушень у сприятливіший термін. Такі діти приходять до молодшої школи підготовленішими як у когнітивній, так і у емоційно-вольовій сфері. І тоді корекційному педагогу та усій команді супроводу дитини з ООП слід лише продовжувати навчальну та корекційно-розвиткову роботу, застосовуючи адаптації та модифікації, методи та методики, які закріплюють наявні знання та дають можливість дитині з особливими освітніми потребами розвиватись у власному темпі [25, с.234-237].

Сьогодні перед нами, фахівцями у сфері інклюзивної освіти, стоїть надзвичайно важливе завдання: знайти ефективні інструменти для підтримки всебічного розвитку дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Традиційні методи навчання та корекції часто виявляються недостатніми для роботи з дітьми, які мають емоційні, поведінкові, сенсорні чи комунікативні труднощі. У цьому контексті арт-терапія – метод, який ґрунтується на використанні мистецтва та творчості, – набуває особливого значення.

Арт-терапевтичні техніки дозволяють дитині виражати свої почуття, переживання та думки невербально, що є надзвичайно цінним, коли слова не можуть передати глибину внутрішнього світу. Вони створюють безпечний простір для самовираження та самопізнання, допомагаючи подолати психологічні бар'єри та розвинути необхідні навички [28].

Арт-терапія - це один із найефективніших методів роботи з дітьми з особливими освітніми потребами, яка дозволяє їм виражати свої почуття та переживання через творчість. Існує багато технік арт-терапії, і кожна з них має свій унікальний вплив на розвиток дитини.

Ізотерапія (терапія малюванням та ліпленням) по праву вважається основою арт-терапії, тому що вона допомагає дитині виражати свій внутрішній світ через форми, кольори та лінії [13]. Завдяки застосуванню ізотерапії у корекційній роботі відзначається позитивний вплив на розвиток:

- емоційної сфери: знижується рівень тривожності та агресії; вона допомагає особам з ООП вивільнити негативні емоції;
- когнітивної сфери: розвиває уяву, фантазію та дрібну моторику, що, у свою чергу, стимулює розвиток мовлення та мислення;
- соціальної сфери: у групових заняттях діти вчаться співпрацювати, ділитися матеріалами та взаємодіяти.

Пісочна терапія застосовується для сприяння емоційному виразу, самовираженню і розвитку особистості через використання піску і різних іграшкових фігурок. Під час пісочної терапії дитина має можливість створити і впорядкувати свій внутрішній світ у спеціально підготовленому пісковому лотку. Вона може використовувати пісок і фігурки, щоб виразити свої почуття, емоції, конфлікти та думки, які можуть бути важко висловити словами [36]. Фахівець спостерігає за процесом і допомагає дитині розуміти її внутрішній світ та здійснювати певні внутрішні перетворення. Пісочна терапія особливо ефективна для дітей, а особливо тих, які мають обмежену можливість висловлювати свої почуття та емоції словами. Вона позитивно впливає на розвиток психоемоційної сфери, допомагаючи створювати

безпечний простір для пропрацювання внутрішніх конфліктів, страхів та травм, допомагаючи дитині символічно вирішити власні проблеми, будуючи та руйнуючи свій світ. Пісочна терапія також сприяє сенсорній інтеграції, так як тактильні відчуття при роботі з піском допомагають дітям врегульовувати свої емоції та почуття.

Казкотерапія – це поєднання казки та творчості; це вид роботи, де діти не лише слухають історію, але й створюють до неї ілюстрації, персонажів або ляльковий театр [16]. Завдяки такому поєднанню словесного сприймання та ручної творчості дитина покращує комунікативні навички, розповідаючи власні або придумані історії, і вчиться виражати свої почуття. Застосовуючи у роботі казки з терапевтичним змістом, фахівець допомагає дитині зрозуміти та прийняти свої емоції; дитина може ідентифікувати себе з персонажем казки та знайти вирішення своїх проблем.

Техніка музикотерапії використовує музику та ритм для корекції емоційного стану дитини. Часто музикотерапія інтегрується в арт-терапію, одночасно поєднуючись з іншими її техніками, таким чином сприяючи зняттю напруги, зменшуючи рівень тривожності та покращує настрій дитини. А ще музикотерапія розвиває слухову пам'ять, ритм, що корисно для дітей з дислексією та іншими труднощами у навчанні [10].

Колаж, як одна із технік арт-терапії, має на меті шляхом створення композицій з різних матеріалів (вирізки з журналів, газети, фотографії тощо) допомогти дитині виразити свій внутрішній світ без страху помилок у малюванні або ліпленні, вона розвиває креативність, уяву та вміння знаходити нестандартні рішення [13].

І хоча кожна з цих технік має свої переваги, поєднання кількох із них в індивідуальній програмі корекції може значно покращити розвиток дитини з особливими освітніми потребами, покращити її емоційний стан та зменшити рівень тривожності та страхів.

Зважаючи на значну кількість наукових статей, досліджень, котрі були проведені світовими та українськими науковцями та фахівцями, у вивченні

цього питання та доведень ефективності даних методик, все ще існують невирішені, незакінчені питання з цієї тематики. Зокрема, недостатньо вивченим залишається питання ефективності довгострокової арт-терапевтичної корекції, а також вплив арт-терапії на соціальну адаптацію дітей з різними труднощами, і соціоадаптаційними у тому ж числі. Також потребує подальшого дослідження питання розробки та використання інструментів для оцінки ефективності арт-терапевтичної корекції, а також розробка методичних рекомендацій щодо застосування арт-терапії у роботі над корекцією соціоадаптаційних труднощів зокрема.

У цьому дослідженні ми розглянемо різноманітні види арт-терапевтичних технік, таких як ізотерапія, пісочна терапія, казкотерапія тощо, а також проаналізуємо їх вплив на різні сфери розвитку дитини, яка має особливі освітні потреби. Метою цієї наукової роботи є систематизація знань та надання практичних рекомендацій, які допоможуть фахівцям ефективно інтегрувати ці техніки у свою корекційно-розвиткову роботу.

Емпіричне дослідження ефективності використання арт-терапевтичних технік у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку, котрі мають соціоадаптаційні труднощі, охоплювало такі етапи:

I етап – це констатувальний експеримент, під час якого проходило вивчення проявів соціоадаптаційних труднощів в дітей молодшого шкільного віку за допомогою комплексу психодіагностичних методик;

II етап – це власне формувальний експеримент, тобто апробація розробленої програми психологічної корекції проявів труднощів у соціальній адаптації у молодших школярів;

III етап – контрольний експеримент, під час якого проводилась перевірка ефективності використання арт-терапії у корекційній роботі з подолання проявів даних труднощів.

Проведення констатувального етапу наукового дослідження є дуже важливим кроком, який дозволяє визначити актуальний стан проблеми та виявити її специфічні аспекти для подальшої корекційної роботи. У

магістерському дослідженні на тему «Використання арттерапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами» цей етап має на меті комплексну діагностику рівня розвитку та виявлення емоційних, поведінкових та навчальних проблем у дітей, що є об'єктом дослідження.

*Методика проведення констатувального етапу дослідження.*

Арт-терапія, як один із методів корекційно-розвиткової роботи, є дуже потужним інструментом у корекційній роботі з особами з особливими освітніми потребами, в тому числі і з дітьми. Завдяки своїй багатозадачності та проведенню її у формі гри, вона дозволяє значно покращити розвиток дитини з особливими освітніми потребами, урізноманітнити корекційну роботу, покращити емоційний стан дитини та зменшити рівень тривожності та страхів [5].

Перед початком роботи з арт-терапевтичними методиками корекційний педагог проводить діагностику для визначення рівня проблем, які піддаються корекції із застосуванням методів арттерапії. Діагностичні заняття можна проводити як індивідуально, так і в груповій формі, залежно від мети, якої необхідно досягти цим видом діагностики. Під час процесу діагностики психолог спостерігає за діями дитини, не втручаючись, і допомагає їй зрозуміти себе та свої почуття. Заняття ґрунтуються на безпеці довіри, дозволяють дитині повністю відкритись перед дорослим, розповісти або показати фахівцю, що турбує дитину, чому вона хвилюється або чого боїться.

Констатувальний етап наукового дослідження слід проводити у кілька послідовних кроків, використовуючи комплексний підхід, який поєднує різноманітні методи та методики.

## 2.2. Хід проведення та результати констатувального експерименту

**Мета констатувального етапу дослідження** полягає у визначенні стартового рівня сформованості показників соціальної адаптації, емоційно-вольової регуляції та комунікативної компетентності у дітей 7-10 років, котрі мають виражені соціоадаптаційні труднощі, в умовах закладу загальної середньої освіти.

З огляду на мету поставлені такі **завдання дослідження**:

- сформувати групу дітей дошкільного віку для дослідження;
- діагностувати рівень соціальної адаптованості дітей контрольної групи (визначити місце дитини в колективі, ставлення до однолітків);
- оцінити стан емоційної сфери (дослідити рівень тривожності, агресивності, наявність страхів);
- виявити у дітей контрольної групи особливості комунікативної та поведінкової регуляції у ситуаціях взаємодії;
- провести аналіз (кількісний та якісний) отриманих даних для визначення стартового рівня перед початком експерименту .

**Організація дослідження:** констатувальний етап наукового дослідження проводився у січні- квітні 2025 року на базі ЗЗСО «Поляхівський ліцей Теофіпольської селищної ради Хмельницького району Хмельницької області». У дослідженні брали участь діти молодшого шкільного віку у кількості 8 дітей з різними труднощами. Список дітей подано у додатку 4.

**1. Визначення об'єкта та предмета дослідження.** Об'єктом дослідження є діти молодшого шкільного віку з певними виявленими труднощами, зокрема, підвищена тривожність, агресія, труднощі у спілкуванні та соціальній адаптації.

Предметом дослідження є стан психоемоційної сфери, комунікативні навички та рівень адаптації дітей, а також специфіка їхніх емоційних та поведінкових проблем.

**2. Вибір та застосування діагностичних методик.** Для забезпечення комплексної оцінки були обрані методики, які дозволяють діагностувати як свідомі (вербальні), так і несвідомі (проективні) прояви соціоадаптаційних труднощів, що є найважливішим для подальшої арт-терапевтичної роботи [38].

Для діагностики рівня соціальної адаптації було використано соціометричну методику «Мозаїка», адже цей показник є ключовим елементом у роботі психологів, педагогів та соціальних працівників. Вона допомагає визначити статус дитини в колективі, виявити «ізольованих» та «відкинутих» дітей, котрі мають проблеми у міжособистісній взаємодії; оцінити, наскільки успішно дитина ставиться та пристосовується до соціального середовища, засвоює норми, правила та виконує свої соціальні ролі. Дітям був запропонований набір різнокольорових геометричних елементів (квадратів, трикутників, прямокутників) загальною кількістю близько 100 одиниць, та основу для складання (аркуш паперу або килимок). Фахівець надав відкриту інструкцію : «Склади будь-яку композицію, малюнок або картину, яка тобі подобається, використовуючи ці елементи».

Оцінка та аналіз композицій проводився за такими основними показниками:

- колірна гама: переважання яскравих, теплих, гармонійних кольорів свідчить про високе емоційне благополуччя, і, навпаки, переважання тьмяних, змішаних або негармонійних – про тривогу та пригніченість;
- структура та композиція: наявність чіткої, симетричної форми є сигналом про потребу у контролі та про організованість, в той же час хаотичне, безформне розташування елементів є наслідком імпульсивності та низької внутрішньої регуляції;
- використання простору: рівномірне заповнення всієї поверхні є результатом впевненості та відкритості, а скупчення елементів в одному

місці або мінімальне використання простору – боязливості та соціальної скутості;

- ступінь завершеності: прагнення довести композицію до логічного кінця показує цілеспрямованість, а швидка відмова від роботи – низьку мотивацію та втому.

Для діагностики емоційних станів та тривожності на констатувальному етапі застосовувався тест «Тривожність» (Р. Темл, М. Доркі, В. Амен) [Дод. 1], – це проєктивна методика для виявлення загального рівня тривожності та джерел, де така ситуація могла виникнути, – шкільні ситуації, родинні стосунки тощо. Цей тест використовує проєктивну методику у формі малюнків і є дуже простим та зрозумілим для дитини. Замість прямих запитань, які можуть збентежити дитину, тест пропонує їй оцінити емоційний стан іншої дитини на картинці. Дитині показують серію з 14 парних карток, де на кожній зображена певна соціально значуща ситуація (до прикладу, дитина сама в кімнаті, дитина грається з однолітками, дитина розмовляє з дорослим, дитина заходить у темну кімнату). У кожній парі є два варіанти зображення тієї самої ситуації: «щаслива/спокійна» або «засмучена/налякана» дитина. Дитині ставлять запитання: «Котра з цих двох дітей більше схожа на тебе, коли ти опиняєшся в такій ситуації?» Кожен вибір «засмученої» або «наляканої» дитини фіксується як бал тривожності. Чим більше дитина обирає «засмучені» варіанти, тим вищим вважається її загальний рівень тривожності.

Для дослідження міжособистісної взаємодії використовувався проєктивний малюнок «Моя сім'я»; це один із найпоширеніших та найінформативніших інструментів у дитячій психології. Це не тест у звичному розумінні, а спосіб проникнути у внутрішній світ дитини та побачити її сім'ю так, як її сприймає сама дитина. Робота у цьому напрямку проводиться наступним чином: дитині дають чистий аркуш паперу, простий олівець і просять: «Намалюй, будь ласка, свою сім'ю». Жодних додаткових інструкцій чи обмежень не дається (окрім, можливо, прохання не

використовувати лінійку чи трафарети). Дитина, виконуючи малюнок, проєктує (переносить) на папір:

- своє емоційне ставлення до кожного члена сім'ї;
- сприйняття сімейної структури, ієрархії та взаємин;
- своє місце та роль у цій системі.

Тобто, вона малює не об'єктивну реальність, а свій психологічний стан у цій реальності. Фахівець у свою чергу дивиться не стільки на художні здібності дитини, скільки на формальні та змістовні елементи малюнка:

- склад сім'ї: кого забула намалювати? Це може вказувати на конфлікти, відкидання, відсутність емоційного зв'язку;
- послідовність малювання: кого намалювала першим? Зазвичай, це особа, яка є найбільш значущою, авторитетною або близькою для дитини);
- розмір та розташування фігур: хто найбільший? Хто найменший? Розмір може відображати значущість, силу, авторитет; розташування – психологічну близькість чи дистанцію;
- взаємодія фігур: чи тримаються за руки? Чи стоять близько? Чи між ними є стіна/об'єкт? Показує емоційну зв'язаність або відчуженість;
- якість ліній та натиск: слабкі, невпевнені лінії? Чи сильний, агресивний натиск? Цей показник відображає рівень тривожності, напруги або імпульсивності);
- деталі та аксесуари: у кого немає рук? Хто має зброю? У кого яскрава посмішка, а у кого сумні очі? Наче такі символічні деталі, але саме вони допомагають зрозуміти конфлікти чи емоційний стан.

Отже, методика «Моя сім'я» дозволяє психологу оцінити емоційну атмосферу у сім'ї, діагностувати емоційні проблеми дитини, виявити наявність внутрішньосімейних конфліктів, ступінь адаптації та психологічне благополуччя дитини, просто аналізуючи те, як дитина зображує свій найважливіший світ – свою сім'ю.

Для дослідження стану самооцінки та мотивації дитини показала свою ефективність методика «Сходинки самооцінок», модифікація методики

«Драбинка» [Дод.3]. Це простий візуально-проективний тест, який був розроблений для того, щоб зрозуміти, як дитина сприймає та оцінює сама себе серед інших людей, зокрема, однокласників чи друзів. Дитині під час тестування пропонують подивитися на зображення драбинки, яка зазвичай має 7 сходинок. Ці сходинки символізують різні рівні успішності, доброти, розуму чи інших позитивних якостей:

- верхні сходинки (1-3) – «найкращі», «найрозумніші», «найдобріші» діти;
- середня сходинка (4-та) – «звичайні» діти;
- нижні сходинки (5-7) – «погані», «невмілі» діти, ті, у кого «нічого не виходить».

Психолог або педагог просить дитину виконати три основні кроки, щоб оцінити її:

- реальну самооцінку: «Намалюй або постав фігурку, тобто себе, на ту сходинку, на якій, як ти думаєш, ти стоїш зараз».
- ідеальну самооцінку, або рівень домагань: «А на яку сходинку ти хотів би потрапити?» Цей показник дає нам уявлення про амбіції дитини.
- оцінку оточення: «А на яку сходинку, на твою думку, тебе поставила б твоя мама чи вчителька?» Це допомагає зрозуміти, як дитина сприймає ставлення до себе з боку значущих дорослих.

Аналіз місця на драбинці, куди дитина себе поставила, дозволяє психологу визначити її тип самооцінки:

Перша сходинка, найвища, свідчить про завищену самооцінку. Така дитина беззастережно вважає себе найкращою. У молодшому шкільному віці це може бути варіантом норми (якщо вона не суперечить реальним досягненням).

Друга або третя сходинка говорить про адекватну, високу самооцінку. Дитина бачить себе позитивно, але залишає місце для розвитку, усвідомлюючи, що є кращі або ідеальніші.

Четверта сходинка, середня, показує занижену самооцінку. Якщо дитина ставить себе в центр, але не нагору, це може вказувати на невпевненість або занижену самооцінку, оскільки молодші школярі частіше схильні до позитивної оцінки.

Нижні сходинки – п'ята-сьома, – змушують фахівця зрозуміти, що у дитини різко занижена самооцінка. Вона відчуває психологічне неблагополуччя, високу тривожність, відсутність віри у власні сили та можливі проблеми з адаптацією.

Найбільша цінність цієї методики у тому, що завдяки своїй ігровій формі дає можливість отримати доступ до самосвідомості дитини без складних вербальних опитувальників.

**3. Результати констатувального експерименту.** Аналіз отриманих емпіричних даних дозволив виділити три рівні **сформованості соціоадаптаційних показників**: низький, середній та високий.

**Таблиця 2.1.**

**Рівні сформованості показників рівня соціальної адаптації (за результатами констатувального експерименту)**

Проективний показник	Характеристика рівня	Кількість дітей	% дітей
Домінування тьмяної або дисгармонійної гами	Висока емоційна напруга та внутрішній дискомфорт.	4	50
Хаотична або незавершена структура	Слабкість внутрішньої регуляції та схильність до імпульсивних дій, що ускладнює взаємодію.	5	62,5
Мінімальне використання простору	Соціальна скутість, невпевненість у своїх силах (аналогічно заниженій самооцінці).	4	50

Джерело: укладено автором

Отже, результати «Мозаїки» підтвердили висновки, отримані попередніми проективними тестами. Половина дітей демонструють ознаки низької внутрішньої організованості та високої емоційної напруги, що виражається у хаотичності композицій та використанні тьмяних кольорів.

Тенденція до мінімального використання простору (50%) є прямим невербальним відображенням заниженої самооцінки та соціальної пасивності. З огляду на це, методика підтверджує, що корекційна робота має бути спрямована не лише на зовнішні поведінкові прояви, але й на внутрішнє емоційне та регуляторне благополуччя.

Результати проєктивного тестування (за методикою тесту «Тривожність» ( Р.Темл, М.Доркі, В.Амен) підтвердили наявність високої емоційної напруги та тривожності у дітей, котрі брали участь у експерименті.

**Таблиця 2.2.**

**Рівні сформованості показників рівня емоційного стану та тривожності (за результатами констатувального експерименту)**

Рівень емоційного стану та тривожності	Характеристика рівня	Кількість дітей	% дітей
Високий	Діти часто демонструють соматичні прояви: швидко стомлюються, почуваються напруженими, мають низьку концентрацію уваги; їхні емоційні реакції є невідповідними до ситуації.	4	50
Середній	Тривога виникає в конкретних стресових ситуаціях (оцінювання, конфлікт), але не є постійною.	3	37,5
Низький	Діти спокійні, врівноважені, діють відповідно до ситуації	1	12,5

Джерело: укладено автором

Підсумовуючи даний вид тестування, бачимо, що високий рівень тривожності виявлено у 50% дітей, а середній рівень – у 37,5% досліджуваних. Це свідчить про переважання тривожного фону, який негативно впливає на концентрацію та соціальні реакції.

Аналіз емоційної напруги, внутрішнього конфлікту та відчуття ізоляції проводився за малюнковою методикою «Моя сім'я», і він також

показав домінування захисних механізмів (мініатюрне зображення себе, відсутність або закреслення фігури члена сім'ї) та агресивних тенденцій (темні кольори, гострі деталі, розірвані лінії) тощо у 70% робіт.

Аналіз проводився за ключовими проєктивними показниками: структура композиції (розташування фігур), динаміка взаємодії (наявність/відсутність спільних дій), графічні особливості (колірна гама, сила натиску, деталізація) та особливості зображення себе.

**Таблиця 2.3.**

**Рівні сформованості показників емоційної напруги, внутрішнього конфлікту та відчуття ізоляції.**

Проєктивний показник (дисгармонія)	Інтерпретація	К-ть дітей	% дітей
<b>Захисні механізми або тривога</b>			
Мініатюрне зображення себе (або відсутність)	Відчуття власної незначущості, низька самооцінка, потреба у захисті.	5	62.5
Бар'єри (лінії, предмети між фігурами)	Відчуття ізоляції, порушення комунікації у сім'ї.	4	50
<b>Агресивні тенденції або конфлікт:</b>			
Домінування темних, тривожних кольорів	Емоційна напруга, наявність прихованої або явної агресії.	6	75
Закреслення, сильний натиск, гострі кути	Напруженість, внутрішній конфлікт, тривожність.	5	62,5
<b>Емоційна ізоляція</b>			
Відсутність зображення рук або обличчя	Утруднення у встановленні емоційного контакту, нездатність до вираження почуттів.	3	37,5

Джерело: укладено автором

Отримані дані підтверджують, що у близько 60% дітей малюнки вказували на ознаки високої емоційної напруги, внутрішнього конфлікту та відчуття ізоляції. Перевага захисних механізмів, котре ми побачили у мініатюрному зображенні себе та бар'єрах між фігурами, йде поряд із низьким соціометричним статусом цих дітей у колективі, виявленим у

попередньому дослідженні. Це практично доводить необхідність роботи з прихованими, несвідомими емоційними переживаннями.

Діагностика **самооцінки та комунікативної ініціативи** проводилася за методикою «Драбинка». Додатково проводилося стандартизоване спостереження за поведінкою дітей під час групових занять та перерв для оцінки комунікативної ініціативи та включеності у спільну діяльність.

Самооцінка оцінювалася як завищена, адекватна та занижена, нестійка. Труднощі у сфері комунікації досліджувались за частотою звернень до однолітків, ініціюванням спільної гри та активністю у груповій взаємодії.

**Таблиця 2.4.**

**Рівні сформованості показників самооцінки та комунікативної ініціативи.**

Показник	Рівень	Інтерпритація	К-ть дітей	% дітей
Самооцінка	Занижена/ нестійка	Сильна залежність від зовнішньої оцінки, невпевненість у власних силах, нестійкість образу «Я».	5	62,5
	Адекватна	Сприйняття себе відповідно до реальних можливостей та успіхів.	2	25
	Завищена		1	12,5
Комунікативна ініціатива	Дефіцит ініціативи (уникнення групових завдань)	Пасивність, страх відмови, уникнення уваги та ризику бути відторгнутим.	5	62,5
	Помірна/ висока ініціатива	Активна включеність у взаємодію, готовність до спільної діяльності.	3	37,5

Джерело: укладено автором

Результати діагностики дають можливість зробити висновок про прямий зв'язок між емоційними та соціальними труднощами. У більш ніж 60% дітей була виявлена занижена або нестійка самооцінка, яка неодмінно призводить до труднощів, пов'язаних із комунікативною ініціативою, коли дитина уникає групових завдань та не виявляє бажання комунікувати з

однолітками у 62,5% випадків. Така поведінка є прямим проявом захисної реакції: дитина, не впевнена у своїй цінності та успіху, що свідчить про занижену самооцінку, обирає соціальну ізоляцію, щоб уникнути потенційного відторгнення, що напряду підтверджує взаємозв'язок з низьким соціометричним статусом дитини.

**4. Висновки після проведення констатувального етапу.** Проведене констатувальне дослідження дозволило зробити такі висновки:

- актуальність проблеми підтверджена: переважна більшість досліджуваних дітей (більше 70%) мають значні або помірні труднощі у соціальній адаптації, які є основною перешкодою для їх успішного навчання та інтегрування у колектив;

- взаємозв'язок сфер: виявлено безпосередній зв'язок між високим рівнем тривожності (більше 70%) та низьким соціометричним статусом: емоційні труднощі не дозволяють проявляти комунікативну ініціативу, і, як наслідок, – це призводить до соціального відторгнення;

- обґрунтування корекції: оскільки виявлені проблеми носять яскраво виражений емоційно-вольовий та міжособистісний характер, найбільш прийнятним засобом корекційної роботи є арт-терапія. Використані проєктивні діагностичні методики діагностики підтверджують, що діти ефективніше виражають свої переживання невербально, і доцільним буде використання арт-терапевтичних технік для корекційної роботи.

Результати констатувального експерименту лягли в основу розробки змістового наповнення та визначення цільових показників для формувального етапу дослідження.

## **Висновки до 2 розділу**

Цей розділ нашої роботи був присвячений глибокому зануренню у теоретичні основи проблеми. Було здійснено комплексний теоретичний

аналіз сутності соціоадаптаційних труднощів у дітей молодшого шкільного віку з допомогою діагностичних методик у ході констатувального етапу дослідження було обґрунтовано доцільність застосування арт-терапії як провідного корекційно-розвивиткового інструменту. Ми детально проаналізували, що саме стоїть за терміном «соціоадаптаційні труднощі» у молодших школярів та чому саме арт-терапія є найбільш логічним і дієвим інструментом для вирішення цих проблем [17].

Ми з'ясували такі ключові моменти:

1. Молодший шкільний вік, а це діти приблизно 6-10 років – це справжній виклик для дитячої психіки. Дитина переходить від безтурботної гри до серйозного навчання. Соціоадаптаційні труднощі виникають тоді, коли дитина не може впоратися з новими вимогами: вона або постійно тривожиться, боїться помилок і відторгнення, або конфліктує з однолітками, виявляючи агресію. Ми бачимо, що це не просто «погана поведінка», а системне порушення, яке зачіпає емоції, волю та вміння спілкуватися.

2. Діти цього віку часто ще не вміють докладно пояснити словами, що їх турбує чи лякає. Тут на допомогу приходять арт-терапія. Ми обґрунтували, що малювання, ліплення чи робота з казками, – це їхня рідна, невербальна мова. Вона сприяє, зокрема:

– безпечному вираженню, адже дитина може «виплеснути» свій страх чи гнів на папір, не боячись покарання. Це забезпечує потужний очищувальний ефект, знижуючи внутрішню напругу;

– створення нового «Я», адже через малюнок дитина створює свій новий, позитивний образ і може безпечно провести «репетицію» нових соціальних ролей.

3. Ми не просто вибираємо один метод, а створюємо комплексний підхід. Ми зупинилися на чотирьох ключових напрямках:

– ізотерапія (малювання): для прямої роботи з емоціями, страхами та тривожністю;

- пісочна терапія: для корекції емоційних, поведінкових, комунікативних або психосоматичних проблем, а також для стимуляції розвитку дитини;
- казкотерапія: для моделювання соціальних ситуацій, формування моральних норм та адекватних стратегій поведінки;
- колажування та інші техніки: для розвитку самооцінки, цілісного образу «Я» та навичок взаємодії у групі.

Ми довели, що лише системна інтеграція цих технік здатна дати стійкий корекційний результат. Теоретичний аналіз повністю підтвердив нашу гіпотезу: арт-терапія має всі необхідні механізми для того, щоб стати провідним засобом корекції соціоадаптаційних труднощів у молодших школярів, а констатувальний етап, де ми проводили перевірку, наскільки глибоко ці проблеми вкорінені у нашій групі, дозволив нам розробити максимально точну та ефективну програму корекції.

### Розділ 3.

## Оптимізація процесу формування емоційного інтелекту та когнітивних процесів у дітей молодшого шкільного віку з використанням арт-терапії

### 3.1. Методика формувального етапу наукового дослідження

Формувальний етап даного магістерського дослідження є найголовнішою частиною експериментальної роботи, тому що він безпосередньо спрямований на практичне впровадження та перевірку ефективності розробленої корекційної програми. На основі результатів констатувального експерименту, який підтвердив високий рівень соціоадаптаційних труднощів, знижену самооцінку та емоційну напругу в учнів молодшого шкільного віку, які ми часто можемо спостерігати у дітей з особливими освітніми потребами, виникла нагальна потреба у цілеспрямованому психолого-педагогічному втручанні.

**Мета** цього етапу полягає в емпіричному обґрунтуванні та апробації ефективності програми корекційної роботи засобами арт-терапії, спрямованої на подолання соціоадаптаційних труднощів, підвищення самооцінки та стабілізації емоційно-вольової сфери у дітей молодшого шкільного віку.

Ми прагнемо довести, що, використовуючи невербальні засоби самовираження, такі як малювання, ліплення, роботу у педагогічній пісочниці, колажування тощо, можемо сприяти емоційному розвантаженню дітей, формуванню позитивного «Я-образу», розвитку комунікативної ініціативи та, як наслідок цієї роботи, - подоланню соціоадаптаційних труднощів.

Методика реалізована через послідовні блоки, кожен з яких вирішує конкретні завдання корекції.

Головні завдання формувального етапу магістерського дослідження можна окреслити наступним чином:

1. Створення безпечного та довірливого корекційного середовища для емоційного розвантаження:

- забезпечення атмосфери психологічного комфорту, де унеможливлено критику чи негативну оцінку творчих робіт, що є основою для зняття емоційного захисту;

- сприяння невербальному вираженню негативних емоцій (гніву, страху, тривоги) з використанням ізотерапевтичних технік (наприклад, «Каляки-маляки», вільного малювання), забезпечуючи катарсичний ефект.

2. Розвиток навичок емоційної саморегуляції, ідентифікації та вираження почуттів;

- формування вміння диференціювати, вербалізувати та адекватно відтворювати базовий та розширений спектр емоцій у творчій діяльності;

- навчання прийомам зняття психоемоційної напруги та внутрішніх конфліктів за допомогою кольору, форми та ритму (через музикотерапію та роботу з пластичними матеріалами).

3. Корекція заниженої, тобто нестійкої, самооцінки, формування позитивного «Я-образу» через творчу діяльність:

- мінімізація проявів захисних механізмів (закреслення, мініатюрне зображення себе), виявлених на констатувальному етапі, та поступова зміна негативних установок щодо власної особистості;

- створення особистісних колажів, скульптур та портретів, спрямованих на візуалізацію внутрішніх ресурсів, успіхів та позитивних рис характеру, закріплення почуття самоцінності;

4. Симуляція комунікативної ініціативи та розвиток навичок конструктивної міжособистісної взаємодії:

- залучення дітей до спільних групових арт-проектів («Коллективна мандала», «Спільна картина») для формування досвіду успішної співпраці та взаємодопомоги;

– відпрацювання навичок асертивної поведінки, вміння домовлятися та ефективних стратегій вирішення конфліктів у безпечних умовах (через лялькотерапію, драматизацію та рольові ігри).

Для апробації корекційної програми із застосуванням арт-терапевтичних методик була створена експериментальна група, до складу якої увійшли 8 учнів початкових класів з особливими освітніми потребами із навчальними труднощами помірною та важкою ступеня прояву з діагностованими соціоадаптаційними труднощами (за результатами констатувального експерименту).

Програма розрахована на 3 місяці (приблизно 12 тижнів), двічі на тиждень, тривалість одного заняття – 30 хвилин і проходила у формі групових занять (підгрупами по 3-4 особи) для покращення комунікативної взаємодії.

### 3.2. Хід проведення формувального етапу наукової роботи

Корекційна програма була структурована на основі принципів арт-терапевтичного підходу та складалася з трьох логічно пов'язаних блоків.

**Таблиця 3.1.**

#### **Структура корекційно-розвиткової програми із застосуванням арт-терапевтичних методик**

Назва блоку	Мета	Основні арт-терапевтичні техніки	Приклади вправ
Блок 1: Адаптація та емоційне розвантаження (заняття 1-6)	Створення довіри, зняття емоційної напруги та діагностика актуального емоційного стану. Навчання ідентифікації базових емоцій.	Ізотерапія (вільне малювання), музикотерапія, казкотерапія.	«Каляки-маляки» (зняття напруги), «Малювання настрою», «Скульптура страху», «Мій чарівний друг» (для безпечного контакту), «Казка про емоції».

## Продовження таблиці 3.1.

Блок 2: Корекція самооцінки та навичок взаємодії (заняття 7- 18)	Формування позитивного «Я- образу», розвиток самоповаги, набуття навичок асертивної поведінки та ефективної комунікації.	Колажування, лялькотерапія, групове малювання, казкотерапія (створення сюжетів).	«Мій портрет успіху» (колаж), «Спільна картина класу», «Діалог ляльок», «Мій герб».
Блок 3: Закріпленн я та інтеграція набутого досвіду (заняття 19- 24)	Генералізація набутих навичок у реальне життя, формування стійкості до фрустрації та завершення терапевтичного процесу.	Скульптурна терапія (ліплення), мандалотерапі я, рефлексивні бесіди, створення «Книги досягнень».	«Коллективна мандала», «Книга моїх досягнень», «Я в ідеальному класі».

Джерело: укладено автором

Робота над **першим блоком** програми «Адаптація та емоційне розвантаження» фокусувалась на встановленні емоційного контакту, створення ритуалів групової взаємодії та безпечного простору, діагностиці актуальної емоційної напруги та агресивних тенденцій. Основна функція цього блоку полягала у знятті психоемоційного та м'язового напруження, формуванню довіри до фахівця та матеріалів, невербальному «проживанні» негативних емоцій тощо.

Для досягнення мети цього блоку фахівець добирала наступні ключові техніки та вправи [31]:

1. *«Каляки-маляки»*: це проста, але ефективна психологічна, арт-терапевтична та тілесно-орієнтована техніка, призначена для зняття емоційного та м'язового напруження, а також для вільного вираження прихованих переживань.

Суть вправи полягає у швидкому, безконтрольному та безцільному малюванні на аркуші паперу. Дитина бере олівець, крейду або пензель і, заплющивши очі, протягом короткого часу (зазвичай 1-3 хвилини) вона

швидко, бездумно та не контролюючи рухів руки, створює на папері «каляки-маляки» – хаотичні лінії, каракулі, штрихи. Головна умова – не думати про результат і відпустити руку, дозволяючи вийти внутрішньому напруженню. Після цього вона розплющує очі та дивиться на створений малюнок.

Завдання – знайти серед хаосу ліній образ, фігуру, предмет або істоту (наприклад, обвести частину каракулей, перетворивши їх на «монстра», «квітку» чи «людину»). Далі цей знайдений образ допрацьовується (домальовуються деталі, розфарбовується) та аналізується (як називається, що відчуває, чого хоче).

Ця вправа працює за принципом тілесного розрядження та проєкції: тіло: рух руки без контролю мозку допомагає «скинути» м'язові затиски та емоційний стрес; емоції: хаотичні лінії є безпечним способом «викинути» на папір негативні чи амбівалентні почуття (злість, тривогу, страх), які важко висловити словами»; проєкція: пошук образу в хаосі дозволяє усвідомити та назвати внутрішній стан чи конфлікт, який раніше був неясним.

2. *«Мій настрій сьогодні»*: це проста, швидка та універсальна діагностично-корекційна вправа, спрямована на усвідомлення, вербалізацію та графічне вираження поточного емоційного стану (настрою). Часто використовується на початку або в кінці заняття у роботі з дітьми, підлітками та дорослими.

Суть вправи полягає в усвідомленні своїх відчуттів. Учасникам пропонується зупинитися і прислухатися до своїх внутрішніх відчуттів, запитавши себе: «Який мій настрій прямо зараз?»

Вираження власних відчуттів відбувається за допомогою: кольору: дитина обирає колір (або кілька кольорів), який найкраще відображає її настрій на даний момент»; образу: далі цими кольорами вона створює малюнок, абстрактну пляму, символ або «ляпку», які ілюструють цей настрій (це може бути сонце, хмара, хвиля, вихор тощо).

Потім дитина називає свій настрій (наприклад, «Я відчуваю спокій» або «У мене сьогодні жовтий настрій радості»). За бажанням, він ділиться своїм малюнком та пояснює, чому саме цей колір і образ його відображає.

Таким чином, ця вправа допомагає дитині навчитися усвідомлювати та називати власні емоції, а фахівцеві – швидко оцінити емоційний фон групи, водночас створюючи довірливу атмосферу та налагоджуючи емоційний контакт між учасниками.

3. *Техніка «Скульптура мого страху»*. Це потужна тілесно-орієнтована та арт-терапевтична техніка, що використовується для роботи з конкретними страхами, тривогами чи емоційними блоками. Її мета – матеріалізувати страх, відсторонитися від нього, а потім змінити його, щоб зменшити його владу над людиною.

Дитині пропонується заплющити очі та відчути свій страх. Потім вона має створити фізичну «скульптуру» цього страху. Ця скульптура може бути виліплена з глини, пластиліну, підручних матеріалів, але частіше – з власного тіла, коли використовує своє тіло, щоб прийняти позу, яка, на її думку, найкраще відображає її страх (наприклад, стиснуті кулаки, зігнута спина, прикриті обличчя), або ж вона може використовувати тіла інших учасників групи.

Після створення «скульптури», дитина відходить від неї (якщо це матеріальна скульптура) або розслабляє тіло і дивиться на позу збоку (якщо це була її поза), описує скульптуру, дає їй ім'я, говорить про її розмір, форму, колір та емоції. Це допомагає відділити себе від страху, перетворивши його на зовнішній об'єкт.

Потім дитині пропонується змінити скульптуру (позу) так, щоб вона відображала бажаний стан (спокій, сила, впевненість). У фіналі вона може «забрати» в собі цю нову, змінену позу або образ, інтегруючи відчуття сили, яке вона створила, замість відчуття страху. Дана техніка допомагає перейти від пасивного переживання страху до активного керування ним.

Робота над **другим блоком** «Корекція самооцінки та навичок взаємодії» була зацентрована на активній груповій взаємодії, відпрацюванні соціальних ролей, корекції самооцінки та внутрішніх установок [18]. Вона покликана сприяти формуванню позитивного самосприйняття, навчанню вмінню відстоювати свої кордони, набуттю навичок групової роботи та зниженню агресивних і захисних тенденцій.

Виконати завдання даного блоку корекційної програми психологові допомагали такі методики:

1. *«Мій портрет успіху»*: це арт-терапевтичний метод колажування, спрямований на візуалізацію цілей, ресурсів та бажаного образу «успішного Я». Він використовується для підвищення мотивації, самооцінки та планування майбутнього.

Дитина переносить на аркуш паперу своє внутрішнє бачення успіху. Замість абстрактних думок, створюється конкретний, наочний образ бажаних досягнень, якостей та ресурсів. Колаж слугує «картою мрії» або «магнітом», що надихає на дії та допомагає фокусуватися на цілях. Дитині надаються журнали, газети, фотографії, малюнки, ножиці, клей, основа для колажу (аркуш паперу). Вона інтуїтивно переглядає матеріали та вирізає зображення, слова, фрази та символи, які асоціюються для неї з успіхом (професійним, особистим, фінансовим), бажаними якостями (впевненість, рішучість, спокій) та ресурсами (люди, місця, знання, які потрібні для досягнення цілей). Вирізані елементи компонуються та наклеюються на основу, створюючи цілісний «портрет» або «картину» успішного майбутнього. По закінченню роботи дитина презентує свій колаж, пояснюючи, що символізує кожен елемент і які кроки він планує зробити для реалізації цього «Портрету успіху».

Цей метод допомагає не лише мріяти, а й структурувати мрію, перетворюючи її на візуальний план дій.

2. *«Спільна картина класу»* – це групова арт-терапевтична та діагностична техніка, спрямована на вивчення психологічного клімату,

взаємодії, згуртованості та місця кожного учня у колективі. Вона стимулює комунікативну ініціативу, необхідність домовлятися та ділити простір.

Суть цієї вправи: учням видається один великий аркуш паперу або дошка та спільні матеріали для малювання (фарби, олівці, фломастери). Вони отримують інструкцію: створити спільну картину на вільну тему, або на задану (наприклад, «Наш клас у майбутньому», «Ми разом», «Життя нашої школи» тощо). Часто встановлюється обмеження на час і заборона на пряму вербальну комунікацію під час малювання, щоб стимулювати невербальну взаємодію та прояви лідерства чи ізоляції.

Психолог аналізує не лише фінальний малюнок, але й процес його створення, звертаючи увагу на:

- процес взаємодії: хто лідирує у виборі теми, кольору, розміщенні? Хто ізолюється і малює у кутку? Чи були конфлікти через простір чи ідеї?

- спільний простір: як учні використовують спільний простір? (Якщо малюнок цілісний, то це свідчить про високу згуртованість. Якщо він розбитий на ізольовані ділянки – про фрагментацію та наявність мікрогруп). Які образи переважають (спільна діяльність, дружба, агресія, смуток)? Як зображений сам клас (як єдиний організм чи набір окремих фігур)?

Техніка допомагає візуально виявити соціометричну структуру класу, приховані напруження та ступінь емоційного благополуччя колективу. Роботу виконують діти на одному великому аркуші, де кожен має внести свій елемент.

3. «*Діалог ляльок*»: це ще один ігровий та проєктивний метод, у якому дитина використовує ляльки-рукавички або пластилінові фігурки для безпечного розігрування та вирішення складних емоційних і соціальних ситуацій. Це форма психодрами, адаптована для роботи з дітьми та дорослими.

Дитина обирає або створює ляльку, чи фігурку, яка символізує його самого, або іншу важливу для нього особу, з якою він має конфлікт

(наприклад, батька, вчителя, кривдника). За допомогою цих фігурок вона розігрує конфліктну або незручну ситуацію (наприклад, прохання про допомогу, вираження злості, відмова), лялька виконує роль буфера; говорячи через ляльку, дитина може висловити почуття (злість, страх, образу) та спробувати нову, більш адаптивну модель поведінки, не відчуваючи прямої загрози і не соромлячись. Фахівець, ненав'язливо заохочує дитину змінювати сценарій, шукати нові фрази та реакції, поки не буде знайдено успішне та комфортне вирішення цієї ситуації.

Головне завдання цього методу – відпрацювати нові соціальні навички, зменшити емоційну напругу, яка неодмінно пов'язана з конфліктом, та інтегрувати успішний досвід дитини у реальну поведінку. Ця техніка довела свою ефективність при роботі з сором'язливістю, агресією та травматичним досвідом.

4. «Мій герб»: це арт-терапевтичний метод, у якому використовує принцип символіки для дослідження та закріплення позитивного «Я-образу», самооцінки та усвідомлення особистих ресурсів.

Методика проведення даного виду роботи наступна:

- дитина створює свій особистий герб на малюнку, який має символічно відобразити його унікальність та силу;
- аркуш паперу (герб) ділиться на кілька секторів;
- кожен сектор заповнюється символічними елементами: сектор 1 (сильні сторони): зображення або символи, що відображають таланти, здібності та найкращі якості особистості (наприклад, лев – сміливість, книга – знання); сектор 2 (життєві принципи): символи або короткі фрази, що позначають особисті правила, цінності та кредо (наприклад, терези – справедливість, дерево – стійкість); сектор 3 (досягнення або мрії): зображення минулих успіхів або цілей, яких дитина прагне досягти.

До герба додається девіз – коротка фраза, яка підсумовує мрії, прагнення або життєву позицію дитини.

Техніка допомагає переглянути або активізувати внутрішні ресурси, підвищити самоприйняття, візуально закріпити позитивну особливість та унікальність: усвідомити власну важливість та цінність. Герб стає візуальним нагадуванням про всі ці якості та внутрішню силу.

При роботі над **третім блоком** дослідження «Закріплення та інтеграція набутого досвіду» особлива увага фахівця спрямовувалась на трансформацію позитивних змін у реальне життя, формування стійкості до тривожності, пригніченості та розчарування, і завершення корекційного циклу.

Основні його завдання, – інтеграція нових поведінкових шаблонів, усвідомлення динаміки власних змін та створення емоційного ресурсу для майбутнього, – напрацьовувалися за допомогою таких технік та вправ:

1. *«Колективна мандала»*: це груповий арт-терапевтичний метод, який спрямований на дослідження взаємодії, гармонізації стосунків та зміцнення згуртованості колективу через спільне створення кругового малюнка.

Учасники групи, без попереднього планування або з мінімальним обговоренням, працюють разом над одним великим круговим полем – мандалою. Кожна дитина по черзі або одночасно додає свої елементи, - кольори, лінії, форми, символи, – до загального малюнка. Іноді дітей просять малювати мовчки, щоб стимулювати невербальну комунікацію та емоційне узгодження.

Мандала може бути створена на вільну тему або відображати спільний стан групи, її цілі або поточні переживання. Кругова форма мандали сприяє відчуттю цілісності, завершеності та рівності всіх учасників.

Даний метод ефективний як при діагностиці, адже аналіз малюнка та процесу показує, як члени групи ділять простір, чи виникають конфлікти між кольорами чи формами, та хто займає центральне або периферійне місце, так і для навчання дітей працювати у команді, адже спільний творчий процес і створення єдиного красивого продукту зміцнює зв'язки та відчуття приналежності до спільноти.

2. *«Книга моїх досягнень»* – це довгостроковий інструмент арт-терапії для підвищення самооцінки, який полягає у створенні персоналізованого альбому або портфоліо, що візуально фіксує та впорядковує всі позитивні результати, зусилля та успіхи дитини.

Послідовність виконання даного виду роботи така: протягом певного часу (тижня, місяця, року тощо) дитина, за допомогою дорослого, збирає матеріали, які підтверджують її успіхи:

- творчі роботи: малюнки, аплікації, вироби;
- фотографії: участь у змаганнях, виступах, групових заходах;
- грамоти, дипломи, подяки або навіть записи про позитивні вчинки (наприклад, «Я допоміг другові» або «Я вивчив складне правило»).

Зібрані елементи систематизуються та оформлюються у вигляді книги, альбому, панно або спеціальної папки. Кожного разу при додаванні нового елемента дитина обговорює свій успіх: що вона відчувала, як досягла результату, і чому ця подія важлива.

Цей метод допомагає дитині побачити, що успіхи не випадкові, а є результатом її власних зусиль, а також акцентує її увагу на власних сильних сторонах і формує стійку, позитивну самооцінку. А ще він слугує джерелом натхнення для молодшого школяра та підтверджує: «Я можу! Я талановитий!»

3. *«Я в ідеальному класі»*: це арт-терапевтичний метод візуалізації, спрямований на корекцію соціальної дезадаптації та формування позитивної моделі взаємодії у колективі.

Пропонуємо дитині намалювати себе в такому класі, у якому вона почувається абсолютно комфортно, успішно та щасливо. Це має бути ідеальна соціальна ситуація, яку дитина хотіла б переживати: це має бути клас, де її приймають, де вона має друзів, де її розуміють вчителі, і де вона успішна у навчанні чи спілкуванні.

Дитина малює цей ідеальний клас, обов'язково включаючи: зображення себе у бажаній позиції, до прикладу, у центрі групи, поруч із

другом, біля дошки з усмішкою тощо; позитивні взаємодії, – лінії, кольори чи дії, які б відображали дружбу, підтримку, спільну гру ( до прикладу, діти тримаються за руки, усміхаються одне одному, працюють разом).

Після малювання дитина описує свою картину, проговорюючи деталі: «Тут я сміюся з Оленкою», «Тут мене хвалить учитель», «Тут мені легко».

Даний арт-терапевтичний метод використовує механізм програмування (позитивної афірмації через малюнок), так як створення та емоційне проживання ідеальної ситуації допомагає дитині створити внутрішній шаблон бажаної поведінки та стосунків, а це своєю чергою сприяє покращенню її реальної соціальної адаптації.

Отже, застосування арт-терапевтичних вправ у довготривалій корекційній програмі є високоефективним та багатофункціональним інструментом, особливо у роботі з дітьми молодшого шкільного віку, оскільки вона забезпечує як глибоку діагностику, так і стійкий позитивний корекційний ефект через творче самовираження та емоційне розвантаження.

Реалізація корекційної програми із використанням арт-терапевтичних методик базувалася на цільовому застосуванні ключових арт-терапевтичних технік:

- ізотерапія (малювання): використовувалася на всіх етапах. На початковому етапі – для діагностики та емоційної розрядки, через колір і форму, на основному – для символічного відпрацювання соціальних ролей, страхів та конфліктів.

- казкотерапія: забезпечувала моделювання соціальних ситуацій та формування моральних норм. Створюючи власні казки, дитина безпечно досліджувала причини соціоадаптаційних труднощів та знаходила адекватні шляхи їхнього вирішення.

- колажування: застосовувалося для корекції самооцінки та формування цілісного, позитивного «Я-образу». Техніка «Мій ідеальний світ» або «Світ моїх друзів» допомагала візуалізувати бажані соціальні зв'язки.

– лялькотерапія та скульптурна терапія: використовувалися для відпрацювання комунікативних навичок та розвитку емпатії (діти вчилися говорити від імені ляльки, переживати ситуації від імені іншого).

Для **оцінки ефективності програми** після її завершення було проведено контрольний експеримент з використанням тих самих діагностичних методик, що і на констатувальному етапі. Результати представлені у таблиці.

**Таблиця 3.2.**

**Підсумкова таблиця ефективності корекційної програми із використанням арт-терапевтичних методик**

Сфера корекції (діагностовані проблеми)	Застосовані методики	Очікуваний результат	Кількість дітей з позитивною динамікою	Ефективність (%)
Емоційний стан / тривожність	«Тривожність» (Темпл), «Скульптура страху», «Каляки-маляки», «Мій настрій сьогодні»	Зниження рівня загальної шкільної тривожності, зменшення проявів страхів.	6	75
Самооцінка / самоприйняття	«Драбинка», «Мій герб», «Книга досягнень»	Перехід від заниженої/неадекватної самооцінки до адекватної, закріплення позитивного «Я-образу»	7	87,5
Соціальна адаптація / взаємини	«Діалог ляльок», «Спільна картина класу», «Я в ідеальному класі»	Покращення соціометричного статусу, збільшення кількості позитивних виборів, здатність до конструктивного вирішення конфліктів.	6	75

## продовження таблиці 3.2.

Мотивація до діяльності (навчання)	"Мій портрет успіху"	Підвищення рівня навчальної мотивації, розвиток цілепокладання та внутрішньої мотивації.	6	75
Групова згуртованість	«Колективна мандала», «Спільна картина класу»	Покращення психологічного мікроклімату, зростання згуртованості та взаємопідтримки.	7	87,5

Джерело: укладено автором

Підводячи підсумки після застосування корекційної програми, можна сказати, що очікуваним результатом формувального етапу було статистично значуще покращення всіх вищезазначених показників у дітей групи, яка брала участь у дослідженні. Як показує таблиця результатів, завдань програми вдалося досягти, адже майже усім молодшим школярам з особливими освітніми потребами вдалося підвищити рівень показників соціальної адаптації, комунікативних навичок та групової згуртованості, що ефективно працюватиме на їх подальше навчання та дозволить їм комфортно почуватись у суспільному середовищі, відчуваючи себе потрібним та цінним членом учнівського колективу.

### **3.3. Методичні рекомендації із використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку з соціоадаптаційними труднощами**

Арт-терапія є одним із найбільш ефективних та екологічних методів психокорекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку, особливо тими, котрі мають соціоадаптаційні труднощі. Невербальний характер арт-терапії дозволяє мінімізувати використання мовлення, і це може стати справжньою

знахідкою для корекційного фахівця, який працює з дітьми, котрі мають дефіцити мовленнєвого розвитку або психологічні труднощі з комунікацією, забезпечуючи прямий доступ до сфери емоцій, сприяючи емоційній розрядці та безпосередньому обміну інформацією, ідеями та почуттями між кількома людьми.

У нашому магістерському дослідженні ми теоретично та практично довели ефективність арт-терапії у корекційній роботі з дітьми, які мають труднощі комунікації та соціальної адаптації, в умовах закладу освіти, у штат якого введений корекційний педагог, який надає психолого-педагогічні та корекційно-розвиткові послуги на базі цього закладу.

У цьому розділі дослідження ми розробили та структурували методичні рекомендації для практичного психолога та корекційного педагога, які працюють у команді супроводу дитини з особливими освітніми потребами.

#### Загальні **принципи та цілі** використання арт-терапії

Арт-терапія – це захоплюючий та ефективний напрямок психологічної допомоги, який використовує творчість як основний інструмент зцілення та самопізнання, і базується на фундаментальній ідеї, що процес мистецької творчості сам по собі є цілющим і сприяє фізичному, ментальному та емоційному здоров'ю дитини [26]. Цей метод базується на провідних принципах, розкриття яких дасть глибше розуміння важливості та необхідності такого виду роботи у корекційно-розвитковому процесі.

Принцип «Тут і зараз» дозволяє дитині сфокусуватись на почуттях, думках та станах, які виникають безпосередньо в процесі творчої діяльності. Його головна ціль – допомогти дитині встановити прямий контакт зі своїм внутрішнім і зовнішнім світом. Замість того, щоб розповідати про свої проблеми, вона переживає їх у процесі творчості та знаходить нові способи реагування. Важливість його – в усвідомленні, що навіть якщо дитина малює подію з минулого, переживає її вона зараз, а значить, зараз вона може знайти внутрішні сили для її інтеграції. Тобто, принцип «Тут і зараз» перетворює

творчий процес на живий експеримент, коли дитина не просто говорить про проблему, а створює нове рішення або нове ставлення до неї.

Принцип безумовного прийняття є надважливим для створення безпечного корекційного середовища, у якому панує атмосфера довіри. Він має на увазі повне прийняття будь-якого художнього продукту дитини без будь-яких умов, критики чи оцінки. Приймається вся особистість дитини: її почуття, часто «негативні» чи «недоречні», думки, поведінка і, що надзвичайно важливо, – її творчі роботи та процес. Завдяки цьому принципу створюються умови для зменшення захисних реакцій дитини, вона відчуває, що її приймають, перестає боятися осуду, стає більш чесною у самовираженні та дозволяє глибше зануритись у її проблеми. Досвід прийняття допомагає їй прийняти себе з усіма недоліками, а це, – як наслідок, – сприяє підвищенню самоповаги та вмінню більш адаптивно взаємодіяти зі світом.

Принцип активації творчої енергії є найактуальнішим у процесі корекції арт-терапією, так як саме творчість є основним механізмом зцілення та особистісного зростання. Творча енергія є тією життєвою силою, яка вмикає інтуїцію, уяву, здатність до гри та вміння знаходити нестандартні рішення завдяки стимулюванню дитини до вільного вибору матеріалів та способів роботи. Як наслідок, – це сприяє розвитку ініціативи та самостійності, адже через експериментування з різними художніми матеріалами – фарби, глина, колаж, музика, рух тощо, та заохочення до спонтанності, дитина відчуває «безпечні рамки», у яких може дозволити собі творити без оцінки, та усвідомлювати, що здатна створювати щось нове і керувати цим процесом. Принцип активації творчої енергії дозволяє використовувати мистецтво не просто як засіб діагностики, а як динамічний інструмент перетворення свого власного внутрішнього світу.

Принцип безпечного простору є вагомим принципом арт-терапії і ґрунтується на створенні атмосфери, у якій дитина може вільно висловлювати будь-які, навіть найважчі чи агресивні, почуття у творчій

формі без страху покарання, може почуватися захищеним і вільно виражати свій внутрішній світ, адже знає, що інформація, висловлена чи створена на занятті, залишиться між ним і фахівцем. Безпечний простір дозволяє дитині ризикувати і бути спонтанною у використанні «заборонених» матеріалів, робити помилки або створювати хаотичні образи, і бути впевненим у тому, що це є частиною її дослідження і не призведе до негативних наслідків, тобто є тією необхідною умовою для досягнення глибинних психологічних змін.

Фахівець, який починає застосовувати арт-терапію у корекції соціоадаптаційних або інших труднощів у дітей з особливими освітніми потребами, має знати, які корекційні цілі допомагає вирішувати цей метод [27], а це, зокрема:

- корекція емоційно-вольової сфери; вона полягає у зниженні рівня тривожності та агресивності, навчанню диференціації та вербалізації емоцій;
- розвиток комунікативних навичок; завдяки арт-терапевтичним методикам у дітей формуються навички групової взаємодії, емпатії, які сприяють подоланню міжособистісних конфліктів;
- покращення когнітивних процесів; метод стимулює увагу, пам'ять, образне мислення через набуття або покращення сенсорного та візуального досвіду;
- формування позитивної «Я-концепції»; по закінченню серії арт-терапевтичних сеансів у дітей спостерігається підвищення самооцінки та прийняття себе через усвідомлення цінності створеного власноруч творчого продукту;
- корекція поведінкових шаблонів та саморегуляція; дитина навчається контролювати свої дії та реакції, через малюнок, ліплення, руйнування матеріалів у неї формуються навички самоконтролю та імпульсного реагування, тренуються вольові процеси;
- розвиток сенсорно-перцептивної сфери; сенсорна інтеграція має велике значення, особливо у роботі з дітьми з особливостями розвитку, адже стимулює діяльність різних органів чуття через роботу з різноманітними

текстурами сприяє кращій координації «рука-око», розвитку дрібної моторики, усвідомленню власних тілесних меж та відчуттів;

- зміцнення ресурсності та стресостійкості; методи арт-терапії спрямовують дитину на пошук внутрішніх сил та механізмів подолання труднощі завдяки створенню образів, які символізують силу, безпеку, надію або особисті досягнення, допомагаючи візуалізувати свої внутрішні опори та переносити ці позитивні образи у реальне життя для подолання стресу та травм;

- інтеграція досвіду та робота з травмою; часто діти соціально незахищених категорій, і, зокрема, багато із них і є тими дітьми з особливими потребами, – переживають різні травматичні події, – як фізичні, так і психологічні. Арт-терапія допомагає надати травматичному досвіду форми, кольору та сюжету, і це часто дозволяє дитині відійти від болючих спогадів, витіснити їх з внутрішнього світу і зробити їх об'єктом для безпечного опрацювання.

**Організаційно-методичні аспекти впровадження арт-терапії у корекційно-розвиткову роботу**

Успішна робота арт-терапевтичними може стати такою тоді, коли забезпечуються дві основні групи умов: психологічні, або власне терапевтичні, які створюють атмосферу довіри та безпеки, та матеріально-технічні, – вимоги до середовища та простору, завдяки яким забезпечується свобода творчості.

Середовище має відповідати таким вимогам:

1. вимоги до простору: достатній простір для індивідуальної та групової роботи (мінімально 5-6 м<sup>2</sup> на дитину).
2. Вимоги до світла та кольору: м'яке, природне освітлення, відсутність яскравих, агресивних кольорів у приміщенні.
3. Вимоги до меблів: мобільні поверхні (столи та стільці), які легко миються та які можна переставляти для групової чи індивідуальної роботи.

Вимоги до арт-терапевтичних матеріалів:

Для ефективної роботи з дітьми із соціоадаптаційними труднощами найкраще, коли у роботі використовується велика кількість різноманітних матеріалів, які забезпечують тактильну стимуляцію та емоційну розрядку; для цього добре використовувати елементи сенсорної інтеграції. Для зручності та кращого розуміння даний вид рекомендацій подано у таблиці:

**Таблиця 3.3.**

**Матеріали, рекомендовані до використання у корекційно-розвитковій роботі із застосуванням арт-терапії**

<b>Категорія матеріалів</b>	<b>Матеріали, які рекомендовані до використання</b>	<b>Функціональне призначення</b>
Для «заземлення» та структури	Кольоровий папір, картон, фломастери, ножиці, клей	Розвиток дрібної моторики, планування, когнітивний контроль
Для емоційної розрядки	Пальчикові фарби, глина, пластилін, солоне тісто, пісок (кінетичний або справжній)	Зняття м'язового та емоційного напруження, опрацювання агресії
Для асоціативного мислення	Природні матеріали (шишки, листя, каштани), тканина, нитки, бісер, гудзики	Розвиток уяви, символічна гра, формування навичок комунікації у групі
Для тілесної терапії	Великі аркуші паперу (ватман), фарби, пензлі різних розмірів, губки	Звільнення енергії, відчуття тіла в просторі, робота з великими емоціями

Джерело: укладено автором

При виборі певних арт-терапевтичних технік слід завжди зважати на індивідуальні особливості, потреби та бажання дитини або групи дітей, а також на поставлені корекційні цілі в індивідуальній програмі розвитку дитини, або ж, якщо корекційна робота відбувається в групі – тоді увагу спрямовувати на труднощі, які необхідно піддавати груповій корекції. Кожна техніка має своє унікальне призначення, яке спрямоване на розвиток певних навичок, зокрема, на покращення комунікації, посилення саморегуляції або формування позитивної самооцінки. Саме тому ми згрупували методичні

рекомендації, які стосуються добору корекційних технік, та подали їх у вигляді таблиць.

Таблиця 3.4.

### Техніки для корекції емоційно-вольової сфери та зняття агресії

Назва техніки	Мета корекції	Інструкція до виконання
«Малювання гніву»	Символічне опрацювання агресії та негативних емоцій	Дитині пропонується намалювати свій гнів, використовуючи найяскравіші та найнасиченіші кольори. Потім дати вибір: розірвати малюнок, зім'яти його або заховати у «таємну скриньку»
«Мої почуття у кольорі»	Диференціація та вербалізація складних емоцій	Створити палітру настроїв, де кожному базовому почуттю (радість, смуток, страх) відповідає певний колір чи відтінок. Далі – намалювати ситуацію дня, використовуючи ці кольори
«Комікс про конфлікт»	Навчання конструктивним способам вирішення конфліктів	Дитина малює історію, що складається з 3-4 кадрів: 1) Виникнення проблеми (конфлікту); 2) Пік напруги; 3) Альтернативний, позитивний спосіб вирішення

**Техніки для розвитку комунікативних та соціальних навичок**

Назва техніки	Мета корекції	Інструкція до виконання
«Спільний малюнок» (групова робота)	Розвиток навичок співпраці, прийняття чужої ініціативи	Двом-трьом дітям дається один великий аркуш паперу та спільна тема. Важливо: малювати можна лише одним пензлем (по черзі) або використовуючи лише один колір на групу.
«Подарунок товаришеві»	Розвиток емпатії, формування позитивного соціального зв'язку	Кожна дитина створює невеличкий арт-об'єкт (з пластиліну, природних матеріалів) для іншого учасника групи. Обговорення: «Що цей подарунок символізує?»
«Чарівна країна моїх друзів»	Усвідомлення свого місця в колективі	Дитина малює фантастичну країну (школу чи групу) та розміщує в ній себе та своїх однокласників. Аналізується розташування, розміри фігур та відстані між ними.

Джерело: укладено автором

Техніки можна змінювати на інші та адаптувати під власні можливості та можливості і побажання дітей, головне у роботі – досягнення корекційних цілей та орієнтація на результат.

**Етапи впровадження корекційної програми**

Корекційна робота з використанням арт-терапії має бути інтегрована в індивідуальну навчальну програму та складатися з трьох послідовних етапів.

Етап I: Діагностичний та адаптаційний (10% часу)

Мета: Встановлення контакту в атмосфері довіри, діагностика актуального на даний час емоційного стану та визначення провідного типу взаємодії; навчання ідентифікації базових емоцій.

Техніки, які можна застосувати на даному етапі: ізотерапія («вільне малювання»), казкотерапія, музикотерапія, «Малюнок сім'ї або школи», «Кольоровий тест Люшера» (адаптований) [Дод.2].

Результат: визначення провідних страхів, тривоги, рівня самооцінки та типу взаємодії.

Етап II: Корекційний (корекція самооцінки та навичок взаємодії, 80% часу)

Мета: Безпосереднє опрацювання виявлених проблем, формування нових, адаптивних моделей поведінки та емоційного реагування.

Техніки, які можна застосувати на даному етапі: колажування, лялькотерапія, групове малювання, казкотерапія (створення сюжетів).

Методика: Обов'язкова рефлексія після кожного заняття. Запитання: «Що ти відчував, коли малював?», «Чому обрав саме цей колір?», «Що змінилося у твоїй картині?».

Етап III: Закріплення та інтеграція набутого досвіду (10% часу)

Мета: Перенесення набутих навичок у реальні життєві ситуації.

Техніки, які можна застосувати на даному етапі: скульптурна терапія (ліплення), мандалотерапія, рефлексивні бесіди, створення «Книги досягнень», групова робота «Спільний проєкт класу».

Результат: Використання дитиною набутих стратегій саморегуляції в навчальній діяльності та поза нею.

Оцінка ефективності корекційної роботи за програмою із застосуванням арт-терапевтичних методик повинна бути комплексною, тобто якісною та кількісною, і базуватися на даних, отриманих від фахівців і педагогів.

До визначення кількісних показників належать тестові методики.

Повторна діагностика: використання стандартизованих тестів (до прикладу, тести на виявлення агресивності, тести на виявлення тривожності тощо) до початку програми та після її завершення.

Аналіз продуктів діяльності: зміна палітри кольорів (зменшення використання темних, агресивних кольорів), поява сюжетності, збільшення розміру «Я-фігури» на малюнках.

Якісні показники визначають за допомогою спостереження та експертної оцінки, тобто ті зміни, які відбулися у різних сферах по закінченні програми:

Емоційна сфера: зменшення кількості спалахів гніву, здатність називати та пояснювати свої почуття.

Соціалізація: ініціювання контакту з однолітками, готовність працювати в парі або групі, зменшення ізоляції.

Навчальна діяльність: збільшення стійкості уваги, зменшення кількості відволікань, здатність дотримуватися інструкції протягом всього заняття як результат покращення саморегуляції.

Самооцінка: висловлювання задоволення від власного продукту, активна участь у публічній демонстрації своєї роботи.

### **Висновки до 3 розділу**

Третій розділ магістерського дослідження був присвячений розробці, структуризації та обґрунтуванню методичних рекомендацій із використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку, котрі мають соціоадаптаційні труднощі.

Розроблені рекомендації ґрунтуються на теоретичному аналізі ролі арт-терапії як невербального засобу корекції, що є особливо ефективним для молодших школярів із затримкою психічного розвитку та дефіцитом емоційного інтелекту. Доведено, що невербальний характер арт-терапії дозволяє обходити вторинні дефекти мовленнєвого розвитку та забезпечує прямий доступ до афективної та регуляторної сфер.

Рекомендації являють собою цілісну корекційно-розвиткову програму, яка включає визначення провідних принципів (безумовного прийняття, безпечного простору), чітких корекційних цілей (корекція емоційно-вольової сфери, розвиток комунікації, стимуляція когнітивних процесів) та

організаційно-методичних аспектів (вимоги до середовища та специфіка матеріалів).

Було деталізовано та класифіковано арт-терапевтичні техніки, зокрема, виділено два ключові блоки завдань: корекція емоційної сфери: за допомогою технік «Малювання гніву», «Комікс про конфлікт» тощо, які спрямовані на символічне опрацювання негативних емоцій та навчання конструктивному реагуванню; розвиток комунікативних навичок: за допомогою технік «Спільний малюнок», «Подарунок другові», які спрямовані на формування емпатії, співпраці та усвідомлення себе в колективі.

Запропоновано триетапну модель впровадження програми: діагностично-адаптаційний, корекційний та закріплення та інтеграція набутого досвіду (закріплення навичок у реальних умовах). Наголошено на важливості рефлексії після кожного заняття як механізму переходу від емоційного вираження до когнітивного усвідомлення.

Розроблено багаторівневу систему критеріїв оцінювання, що поєднує кількісні (повторна діагностика тривожності, аналіз продуктів діяльності) та якісні показники (спостереження за динамікою соціалізації та стійкості уваги в навчальній діяльності).

Таким чином, у розділі було успішно реалізовано завдання з розробки обґрунтованої, практично орієнтованої програми, спрямованої на оптимізацію процесу формування емоційного інтелекту та корекцію когнітивних процесів у дітей молодшого шкільного віку з використанням потенціалу арт-терапії. Розроблені рекомендації можуть бути впроваджені в роботу фахівців інклюзивно-ресурсних центрів та закладів загальної середньої освіти.

## Висновки

Проведене нами магістерське дослідження, присвячене використанню арт-терапії у корекційній роботі з дітьми молодшого шкільного віку із соціоадаптаційними труднощами, є актуальним з огляду на інтенсивне зростання кількості учнів, які демонструють дефіцит емоційної регуляції, низький рівень емоційного інтелекту та проблеми інтеграції в освітнє середовище, особливо в умовах інклюзивного навчання [20]. Дослідження було виконано відповідно до поставленої мети та завдань, а його результати узагальнені в наступних теоретичних та практичних положеннях.

### I. Теоретико-методологічне узагальнення

У першому розділі нами було здійснено комплексний теоретико-методологічний аналіз, що сформував концептуальне підґрунтя роботи:

- визначено сутність та структуру соціоадаптаційних труднощів у молодшому шкільному віці, які розглядаються як комплексний розлад, що охоплює дезадаптацію в емоційно-вольовій, комунікативній та когнітивній сферах. Було встановлено, що однією з ключових причин виникнення цих труднощів є невідповідність рівня розвитку емоційного інтелекту віковій нормі, а також вторинні потреби, властиві дітям із затримкою психічного розвитку;

- досліджено теоретичні засади емоційного інтелекту як динамічної здатності особистості до усвідомлення, розуміння та управління власними емоціями та емоціями інших. Підкреслено, що молодший шкільний вік є сенситивним періодом для цілеспрямованого формування емоційного інтелекту, оскільки саме в цей час відбувається перехід від ситуативних емоцій до стійких соціальних почуттів;

- обґрунтовано терапевтичний та корекційний потенціал арт-терапії. Арт-терапія визначена як провідний невербальний метод, що дозволяє обходити обмеження вербальної комунікації, які часто ускладнюють роботу з дітьми із соціоадаптаційними труднощами. Механізм

впливу арт-терапії полягає у катарсисі (емоційній розрядці), символічній комунікації (проекції внутрішніх конфліктів у продукт діяльності) та формуванні нових, адаптивних емоційних реакцій через творчий процес.

Отже, теоретичний аналіз підтвердив, що арт-терапія є найбільш адекватним і гнучким інструментом для цілеспрямованої корекції емоційно-вольової та комунікативної сфер, які лежать в основі соціоадаптаційних труднощів.

## II. Результати експериментально-дослідницької роботи

У другому розділі було проведено експериментальне дослідження (констатувальний, формувальний, контрольний етапи) з метою емпіричного підтвердження гіпотези.

Констатувальний етап діагностики підтвердив наявність суттєвих дефіцитів у сформованості емоційного інтелекту, навичок саморегуляції та комунікативної компетенції у дітей експериментальної групи. Зокрема, було виявлено низькі показники за такими критеріями, як усвідомлення власних емоцій, здатність до емпатії та конструктивне вирішення конфліктів. Це стало підґрунтям для розробки цільової корекційної програми.

Формувальний етап передбачав апробацію розробленої арт-терапевтичної програми, сфокусованої на послідовному розвитку рецептивного та експресивного компонентів емоційного інтелекту. Програма була побудована на принципах системності, мультимодальності та емоційної підтримки, з активним використанням різних видів арт-діяльності (ізотерапія, ліплення, музикотерапія, колажування) для стимуляції провідних аналізаторів.

Контрольний етап дослідження продемонстрував статистично значущі позитивні зміни в показниках експериментальної групи, що підтверджує ефективність впровадженої програми, зокрема:

– покращення емоційного інтелекту: спостерігалось достовірне підвищення рівня усвідомлення та управління власними емоціями. Діти з експериментальної групи значно покращили здатність до вербалізації

емоційних станів, а також знизили рівень фрустраційної толерантності та афективної напруги.

– корекція соціоадаптації: значно зросли показники комунікативної ініціативи, зникли ознаки соціальної ізоляції та агресивної поведінки. Діти почали частіше використовувати соціально прийнятні способи взаємодії та співпраці у групі, що було підтверджено даними спостереження та педагогічними оцінками.

– стимуляція когнітивних процесів: як вторинний ефект стабілізації афективної сфери, було відзначено опосередковане покращення таких когнітивних функцій, як стійкість та концентрація довільної уваги, що є важливим для успішного засвоєння навчального матеріалу.

Таким чином, експериментально-дослідницька частина повністю підтвердила висунуту нами гіпотезу: використання спеціально розробленої програми корекційної роботи на засадах арт-терапії є ефективним засобом оптимізації процесу формування емоційного інтелекту та корекції соціоадаптаційних труднощів у дітей молодшого шкільного віку.

### III. Методичні розробки та практична значущість

У третьому розділі було розроблено та структуровано методичні рекомендації на основі результатів експериментального дослідження.

Розроблено цілісну корекційно-розвиткову програму, що охоплює три послідовні етапи: діагностично-адаптаційний (встановлення контакту, первинний зріз), корекційний (систематична робота з опрацювання емоцій та комунікації) та етап закріплення навичок і перенесення їх у реальне життя. Ця модель забезпечує послідовність та наступність у роботі фахівців.

Складено диференційований комплекс арт-терапевтичних технік, які класифіковані за функціональним призначенням: техніки для емоційної розрядки та опрацювання агресії («Малювання гніву» тощо) та техніки для розвитку соціальної взаємодії та емпатії («Спільний малюнок», «Подарунок другові» тощо). Підкреслено необхідність застосування рефлексії після

кожного заняття як ключового механізму переходу від невербального вираження до когнітивного усвідомлення почуттів.

Створено систему критеріїв оцінки ефективності, що включає як кількісні (статистичний аналіз змін), так і якісні показники (спостереження за поведінкою, аналіз продуктів діяльності). Це дозволяє фахівцям об'єктивно відстежувати динаміку розвитку дитини.

Узагальнюючи результати нашого дослідження, можна стверджувати, що мета роботи повністю досягнута, а поставлені завдання успішно виконані. Дослідження довело, що арт-терапія є не просто допоміжним, а провідним та ключовим засобом корекції соціоадаптаційних труднощів у молодших школярів.

Практична значущість роботи полягає у можливості негайного впровадження розроблених методичних рекомендацій у практику корекційних педагогів, практичних психологів та фахівців інклюзивно-ресурсних центрів.

Перспективами подальших досліджень можуть стати: вивчення довготривалого впливу арт-терапевтичних програм на академічну успішність дітей з ООП; розробка інтегрованих арт-терапевтичних методик, що поєднують музикотерапію та драматерапію; а також дослідження можливостей застосування арт-терапії для профілактики емоційного вигорання педагогів, які працюють з дітьми зі складними освітніми потребами.

## Список використаних джерел

1. Абетка інклюзивності і толерантності: науково-популярне видання / ГО «Соціальна синергія». Київ : Видавництво «Теза», 2020. 30 с.
2. Бех І. Виховання особистості. Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. Київ : Либідь, 2003. 153 с.
3. Боровик І. Г. Дихаємо правильно – легко розмовляємо. Харків: Видавництво Ранок. 2012. 64 с.
4. Варій М. Й. Загальна психологія: навч. посібник для студ. психол. і педагог. спеціальностей. Львів : Край, 2007. 968 с.
5. Ветров О. Є. Психолого-педагогічний підхід до визначення поняття «страх». *Педагогічна освіта та наука*. 2005. № 8. С. 37–41.
6. Власюк М. Арт-терапія: зцілення мистецтвом. *Психолог*. 2005. № 39. С. 9–23.
7. Вознесенська О. Особливості арт-терапії як методу. *Психолог*, 2005. № 39. С. 15–23.
8. Вознесенська О. Арт-терапія в роботі практичного психолога: використання арт-технологій в освіті. Київ : Шкільний світ, 2007. 56 с.
9. Вознесенська О. Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті. Київ: Шк. світ, 2010. 120 с.
10. Гріньова О. М. Особливості використання музикотерапії в роботі з дошкільниками. *Практичний психолог: Дитячий садок*, 2015. №10. С. 25–31.
11. Гріньова О.М., Терещенко Л.А. Дитяча психодіагностика: навчально-методичний посібник. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2015. 227 с.
12. Дзьобань О. Інформаційне суспільство як мережево-комунікативний простір управління. *Віче*, 2015. № 10. С. 7–13.
13. Інноваційні арт-терапевтичні технології: збірник статей I Всеукр. наук. інтернет-конф., 12 березня 2019 р., м. Переяслав-Хмельницький / за заг. ред.: В.А. Вінс, Т. М. Кузьменко, І. М. Зозуля. Переяслав-Хмельницький, 2019. 165 с.

- 14.Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
- 15.Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
- 16.Капшук О.М. Ігротерапія та казкотерапія: розвиваємося, граючи. Київ. 2019. 88 с.
- 17.Коваленко В.С. Психологічне благополуччя як складник психологічного здоров'я людини: теоретичні підходи та емпіричні дослідження в закордонній психології. *Вісник Одеського національного університету*. Психологія. 2017. №. 3. С.40–50
18. Костик Л.Б., Гончар Н.П., Цегельник Т.М. Особливості пісочної терапії як методу розкриття творчого потенціалу дитини. *Інноваційна педагогіка: науковий журнал*. 2021. № 36. С.232-236. URL: <http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2021/36/50.pdf> (дата звернення: 20.12.2024).
- 19.Колпакчи О.С. Арт-терапія: курс лекцій: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2018. 288 с.
- 20.Літвякова І.А., Ханецька Н.В. Дослідження впливу емоцій на стан особистості. *Молодий вчений*. 2017. № 11. С. 22–28.
- 21.Михайліченко М.В., Рудик Я.М. Освітні технології: навчальний посібник. Київ: ЦП «КОМПРИНТ», 2016. 583 с.
22. Пантюк Т. І.; Невмержицька О. В.; Пантюк М. П. Основи корекційної педагогіки: навчально-методичний посібник. Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ ДДПУ, 2009. 324 с.
- 23.Пономаренко Т.Л. Гра як провідна діяльність дошкільника. *Оновлення змісту та форм дошкільня та початкової освіти України: Матеріали Всеукраїнської науково–практичної конференції*. Миколаїв, 2003. С.266–269.

24. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації. Методичний посібник / уклад. : Г.Б. Растроста. Суми. НВВ КЗ СОППО, 2018. 64с.
25. Савчин М. В. Загальна психологія. Навч. посібник. Київ : ВЦ «Академія», 2020. 344 с.
26. Сорока О.В. Арт-терапевтична компетенція як складова професійної компетентності фахівців соціальної сфери. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*, 2016. № 2 (12). С. 122–125.
27. Сорока О.В. Корекція страхів методами арт-терапії. Київ : Либідь. 2003. 114 с.
28. Тараріна О.В. Глибинна арт-терапія: практики трансформацій. Київ : Астамір-В. 2017. 240 с.
29. Тараріна О.В. Практикум з арт-терапії в роботі з дітьми. Київ : Астамір-В. 2018. 72 с.
30. Терлецька Л.Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології: навч. пос. Київ : Видавничий дім «Слово». 2016. 121 с.
31. Терещенко Л.А., Карабаєва І.І. Психологічні особливості емоційної сфери дітей дошкільного віку. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Київ, 2014. 120 с.
32. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К. : ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.
33. Українська психологічна термінологія: словник-довідник. За ред. Л. А. Чепи. К., 2010. 302 с.
34. Щербак Т.І., Щерба А.П. Розвиток емоційного інтелекту у період фахової підготовки психологів. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Інституту психології імені Г.С. Костюка*, 2016. № 9. С. 582–589.
35. Цуркан Л. Форми роботи з батьками. *Директор школи*, 2010. № 5 С. 56–59.

36. Шик Л.А. Пісочна терапія у роботі з дошкільниками. Х. Основа, 2012. 105 с.
37. Юрчинська Г. К. Самопізнання особистості в аспекті професійного та духовного вигорання. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2016. № 9. С. 267–277.
38. Ярема Н. Ю. Психологічне здоров'я особистості. *Юридична психологія*. 2015. № 2. С. 106–113.
39. Albrecht E., Khetani M. Environmental impact on young children's participation in home-based activities. *Developmental Medicine & Child Neurology*. 2016. Vol. 59, № 4. DOI: 10.1111/dmcn.13360 (дата звернення: 20.12.2024).
40. Di Marino E., Tremblay S., Khetani M., Anaby D. The effect of child, family and environmental factors on the participation of young children with disabilities. *Disability and Health Journal*. 2018. Vol. 11. P. 36–42. DOI: 10.1016/j.dhjo.2017.05.005 (дата звернення: 20.12.2024).
41. Golos A., Ben-Zur H., Chapani S. I. Participation in preschool activities of children with autistic spectrum disorder and comparison to typically developing children. *Research in Developmental Disabilities*. 2022. Vol. 127. P. 104252.
42. Guichard S., Grande C. The role of environment in explaining frequency of participation of pre-school children in home and community activities. *International Journal of Developmental Disabilities*. 2017. P. 1–9. DOI: 10.1080/20473869.2017.1378160.
43. Hollenweger J. Applying ICF in Education and Care // Castro S., Palikara O. (eds.). *An Emerging Approach to Education and Care. Implementing a Worldwide Classification of Functioning and Disability*. New York: Routledge, 2018. P. 33–51.
44. Jones, L2013 Then they started shooting: Children of the Bosnian war and the adults they become. New York: Bellevue Literary Press.

45. Joshi, PT and Deborah O'Donnell 2003 Consequences of child exposure to war and terrorism. *Clinical Child and Family Psychology Review* 6(4):279-291.
46. Killeen H., Anaby D. R. The impact of parent involvement on improving participation of children born preterm: The story in the baseline. *Contemporary Clinical Trials Communications*. 2022. Vol. 28. P. 100942.
47. Mpofu E., Oakland T. *Rehabilitation and Health Assessment: Applying ICF Guidelines*. United States: Springer Publishing Company, 2010.
48. Richardson Z. S., Scully E. A., Dooling-Litfin J. K., Murphy N. J., Rigau B., Khetani M. A., McManus B. M. Early intervention service intensity and change in children's functional capabilities. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*. 2020. Vol. 101, № 5. P. 815–821.
49. Stelmokaite A., Prasauskiene A., Bakaniene I. Participation patterns and predictors of participation in preschool children with developmental disability. *British Journal of Occupational Therapy*. 2022. Vol. 85, № 6. P. 453–461.
50. Falikman M.V. "Methodology of constructivism in the psychology of knowledge *Psychological Research* 9.48 (2016): 3-14. 75
51. Feyerabend P. *Against Method*. 4th ed., New York, NY: Verso Boors, 2010, 413 p

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### **Тест «Тривожність» (Р.Темл, М. Доркі, В. Амен)**

**Мета.** Виявити рівень тривожності дитини.

**Обладнання.** Серія малюнків із 14 картинок у двох варіантах (для хлопчиків і для дівчаток). Кожен малюнок сюжетно передає типову для життя дитини ситуацію.

**Інструкція.** «Подивись уважно на картинку. Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини — сумне чи веселе? Вибери».

Вибір дитиною відповідного обличчя і його словесних висловлювань фіксується у спеціальному протоколі.

#### **Інтерпретатування результатів**

Потрібно здійснити кількісний та якісний аналіз інформації, зафіксованої у протоколі.

*Якісний аналіз* передбачає уважне вивчення висловлювань дитини, що фіксуються у другому стовпчику спеціального протоколу. На основі такого аналізу робляться висновки про емоційний досвід спілкування дитини з людьми, які її оточують, і той слід, який цей досвід залишив у душі дитини. Особливо високе проєктивне значення щодо цього мають малюнки серії 4, 6, 14 та 2, 7, 9, 11. Діти, які дають нечіткі пояснення до цих малюнків, з більшою ймовірністю одержать високий ІТ (індекс тривожності).

*Кількісний аналіз* може бути виражений як у балах, так і у відсотках;

$IT = (\text{кількість емоційно-негативних виборів}/14) * 100\%$

Рівні:

*Слабкий* – бали – 0-1; ІТ – 0-7,2 %.

*Середній* – бали – 2-5; ІТ – 14,3-35,7 %.

*Добрий* – бали – 6-7; ІТ – 42,9-50 %.

*Високий* бали – 8 і більше; ІТ – 57,1 % і більше.

## ПРОТОКОЛ

до тесту «Тривожність»

Ім'я дитини \_\_\_\_\_

Вік дитини \_\_\_\_\_

### Дані обстеження

Номер і зміст малюнка	Висловлювання дитини	Вибір дитини	
		Веселе обличчя	Сумне обличчя
1. Гра з молодшими дітьми			
2. Дитина і мати з дитиною			
3. Об'єкт агресії			
4. Одягання			
5. Гра зі старшими дітьми			
6. Укладання спати на самоті			
7. Умивання			
8. Догана			
9. Ігнорування			
10. Агресивний напад			
11. Збирання			

іграшок			
12. Ізоляція			
13. Дитина з батьками			
14. Їжа на самоті			

Для полегшення якісного аналізу результатів додаємо коментарі, що спираються на досвід Л. Ясюкової. Їх складено на основі узагальнення висловів «балакучих» дітей, які самі розмірковували з приводу запропонованих малюнків і вибраних відповідей, а також бесід із батьками.

**Малюнок 1.** Діти граються (емоційно позитивна ситуація).

Ця ситуація сприймається дітьми як гра з однолітками, а не з молодшою дитиною (що й передбачається стандартом методики). Малюнок викликає негативну реакцію дитини у тому разі, коли у неї не складаються стосунки з дітьми (постійні суперечки, інші діти часто її ображають), а також якщо батьки почали різко обмежувати її в іграх із друзями через те, що потрібно учитися. Першу причину дітям важко коментувати, щодо другої – охоче пояснюють: «Зараз прийде мама і сваритиметься через те, що уроки не зроблено, а ми тут граємося».

Той чи інший вибір інтерпретації робиться залежно від того, на які наступні ситуації (з дітьми або з матір'ю) дитина реагує негативно.

**Малюнок 2.** Дитина й мати з немовлям (нейтральна ситуація). Малюнок викликає негативну реакцію дитини, якщо мати приділяє їй менше уваги, ніж сестричці чи братикові (навіть якщо вони близнюки або старші від дитини за віком, незважаючи на те, що на малюнку зображено немовля). Першокласник може почувати себе обділеним увагою матері й нелюбимим не тільки у тих випадках, коли мати більше уваги приділяє малюкові або ставить у приклад більш успішного і слухняного брата (сестру), а й тоді, коли вона змушена багато часу приділяти підліткові, який відбився від рук,

постійно лаючи та відчитуючи його. Отже, будь-яка, навіть негативна увага до іншої дитини може бути причиною ревнощів. Малюнок може сприйматися негативно й у тому разі, якщо дитина взагалі не має братів і сестер, але мати з повагою ставиться до когось із її друзів й постійно ставить його за приклад. Негативна реакція може бути викликана постійним порівнянням дитини із якимось ідеалом, невідповідність якому може дуже болісно переживатися дитиною. У цьому випадку мати може постійно вживати вирази : «хороші діти так не поведуться», «першокласник повинен уміти це робити», «справжні чоловіки не плачуть». Малюнок може сприйматися дитиною негативно, якщо мати надто часто як позитивний приклад подає батька або когось з близьких родичів (якщо той навчається у школі на «відмінно», має різні грамоти та медалі за спортивні досягнення, багато чого досяг у житті тощо).

Проективні малюнки надають додаткову інформацію для вибору тієї чи іншої інтерпретації. Певні уточнення можна зробити безпосередньо у процесі бесіди з матір'ю.

Важливо підвести матір до розуміння того, що дитині для нормалізації її емоційного стану слід приділяти трохи більше уваги й надавати трохи більше допомоги. Підкреслюючи певну неспроможність дитини, мати лише ускладнює ситуацію, а увага, підтримка й допомога надасть дитині сили діяти, стати такою, якою мати хоче її бачити.

**Малюнок 3.** Дитина як об'єкт агресії (емоційно негативна ситуація)  
Зазвичай ситуація сприймається негативно й дитина вибирає сумне обличчя для персонажа, зображеного на малюнку, але це має місце далеко не завжди. Й у цих випадках не можна (як нерідко робиться) поправляти дитину, переконувати у неправильності вибору або ж неправильно розумінні малюнка, та пояснювати його зміст. Позитивно малюнок сприймається активними, розгальмованими дітьми (частіше хлопчиками), які уміють протистояти агресії; бійки, навіть з друзями, для них звичні й сприймаються як нормальний спосіб вирішення суперечок. Вони люблять

демонструвати силу й добре себе почувають після такого з'ясування стосунків. Така дитина не ображається, після бійки (навіть якщо вона зазнала поразки) завжди готова продовжити гру.

**Малюнки 4, 7, 14.** Вдягання, умивання, їжа (нейтральні побутові ситуації).

Малюнок 14 сприймається дітьми як звичайна ситуація, а не якась особливе, споживання їжі, яке важко емоційно сприймається наодинці (відповідно до стандартного опису методики). Ці малюнки викликають негативну реакцію у тому разі, якщо батьки «фіксовані» на охайності, акуратності та режимі, постійно виправляють дитину й роблять їй зауваження: «зачешися», «поправ сорочку», «застібни гудзика», «помий руки» тощо. Ситуація загострюється, якщо дитина уповільнена і її починають квапити. Окрім цього, мал. 14 негативно сприймається тими дітьми, батьки яких надто стурбовані правильним харчуванням й примушують дитину «їсти те, що потрібно», незважаючи на те, якій їжі вона надає перевагу та чи хоче дитина їсти взагалі. Мал. 14 іноді сприймається не як одна з побутових ситуацій (споживання їжі), а як власний портрет. У цьому випадку негативний вибір свідчить про негативну самооцінку дитини. Саме такий висновок слід зробити, якщо й у колірному виборі дитини (методика Люшера) на першому (або на другому) місці стоїть чорний.

**Малюнок 5.** Дитина грається з матір'ю (емоційно позитивна ситуація). На практиці всі діти сприймають персонаж, який у методиці позначено як старшу дитину, як матір. Малюнок викликає негативну реакцію, якщо мати зосереджена тільки на навчанні дитини, забороняє або суттєво обмежує її ігри, вважаючи це заняттям виключно для дошкільнят, марнуванням часу. Іноді така установка складається у матері, яка невпевнена у шкільних успіхах своєї дитини й яка прагне зробити усе можливе, Щоб дитина навчалася на «відмінно». Такі матері можуть заохочувати відвідування гуртків та інтелектуальних занять, але обмежувати участь дитини у звичайних дитячих іграх.

Матері слід тактовно пояснити, що дитина не може повністю відмовитися від звичного для неї способу життя. Позбавлення її ігор призводить до емоційної дестабілізації, погіршує працездатність, знижує навчальну активність.

**Малюнок 6.** Дитина грається сама (нейтральна ситуація).

У практиці невідомі випадки, коли цей малюнок трактується як засинання наодинці (що відповідає стандартному опису методики). Зазвичай діти описують цю ситуацію так: «Мама з татом дивляться телевізор, а дитина грається». Малюнок сприймається негативно, коли батьки більше уваги приділяють собі, ніж дитині, «ігнорують» дитину, намагаються не займатися нею («іди пограйся», «не заважай», «у мене брак часу» тощо). Іноді такі стосунки з дитиною складаються через об'єктивні обставини. Батьки бажали б і більше спілкуватися з дітьми, але вимушені багато працювати, щоб задовольнити матеріальні потреби сім'ї. Вони дуже втомлюються, й на ігри з дитиною вже просто не вистачає сил. Маленькі діти неспроможні зрозуміти ці об'єктивні причини, навіть якщо їм намагаються ці причини пояснити. Вони реагують безпосередньо на слова, які чують найчастіше, та ставлення, яке відчують.

У цьому разі важливо поновити позитивний емоційний контакт із дитиною. Не обов'язково гратися з нею, вистачить просто потримати дитину на колінах, приголубити. Не обов'язково підтримувати розмову, достатньо слухати та кивати. Така «взаємодія» не потребує особливих зусиль і часу, а дитина вже не відчуває себе знедоленою.

**Малюнок 8.** Мати сварить дитину (емоційно негативна ситуація).

Позитивно малюнок сприймається розпеченими, безтурботними дітьми. Як правило, вони коментують свій вибір так: «мама зараз посвариться й забуде, знов будемо гратися», «мама просто так погрожує, насправді вона не сердиться».

**Малюнок 9.** Дитина й батько, який грається з малюком (нейтральна ситуація). Негативна реакція дитини пояснюється аналогічно до інтерпретації мал. 2.

**Малюнок 10.** Ситуація суперництва (емоційно негативна ситуація).

Сприймається дітьми як ситуація суперництва, а не як агресивний напад (що відповідає стандартному опису методики). Малюнок сприймається позитивно активними, такими, які можуть постояти за себе, забіякуватими дітьми (дівчатками й хлопчиками приблизно однаково). Вибір веселого обличчя вони коментують так: «Тут діти граються».

**Малюнок 11.** Збирання іграшок (емоційно нейтральна ситуація).

На малюнку діти зазвичай бачать ігрову ситуацію, а не прибирання іграшок (згідно зі стандартним описом методики). Малюнок викликає негативну реакцію в тому разі, якщо дитині не дають гратися (аналогічно реакції на мал. 5). Вибір сумного обличчя діти зазвичай коментують так: «Мама прийшла й каже: “Досить гратися, іди робити уроки”».

**Малюнок 12.** Ізоляція, ігнорування дитини іншими дітьми (емоційно негативна ситуація).

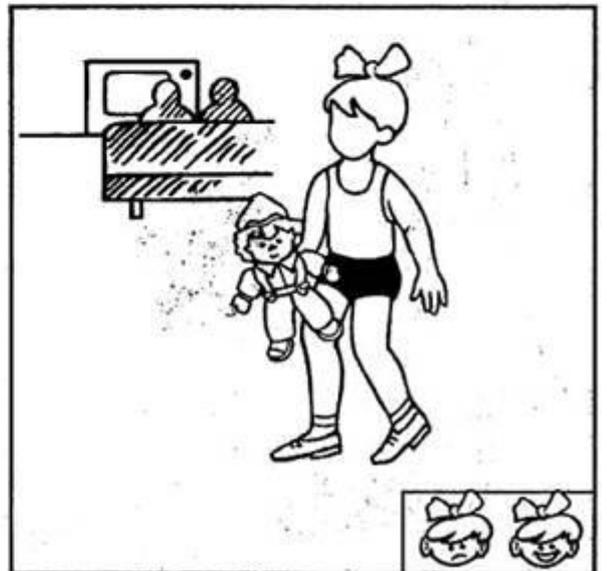
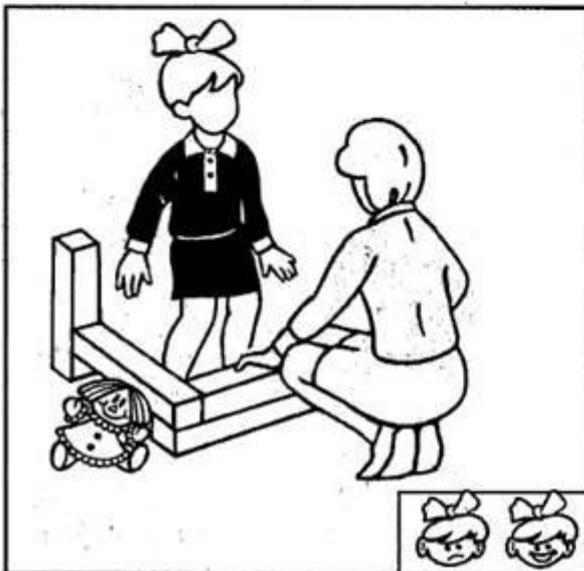
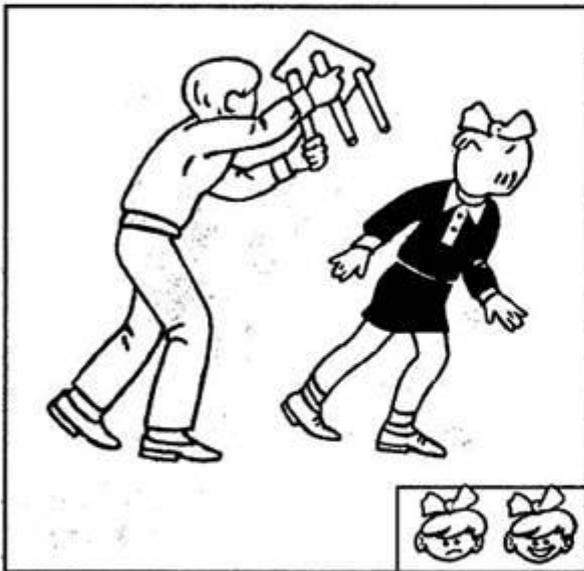
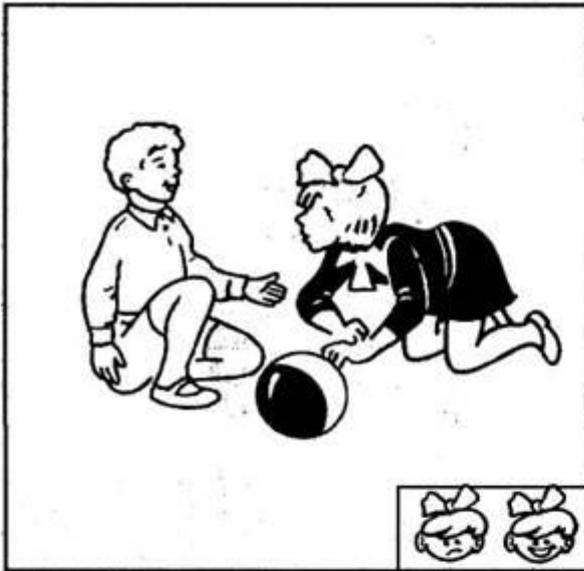
Якщо дитина не є знедоленою, її не виключають постійно зі спільних ігор, то малюнок сприймається нею позитивно. Дитина пояснює, що на малюнку діти граються. Малюнок практично завжди сприймається негативно дітьми з високим рівнем інтелектуального розвитку: вони реагують на об'єктивний зміст ситуації незалежно від того, як реально до них ставляться інші діти (навіть у тому разі, коли посідають у класі провідні позиції). У цьому випадку негативний вибір дитини не слід інтерпретувати як показник тривожності й додавати до інших «тривожних» виборів. Малюнок також негативно сприймають і ті діти, яких справді не запрошують до спільних ігор, і вони цим надто переймаються.

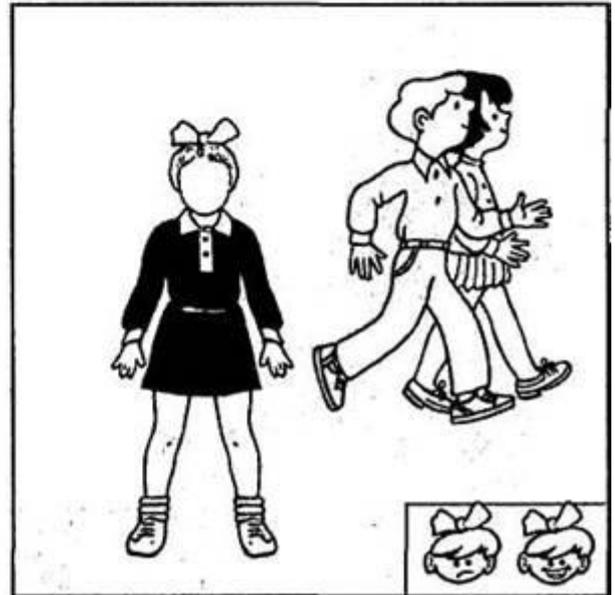
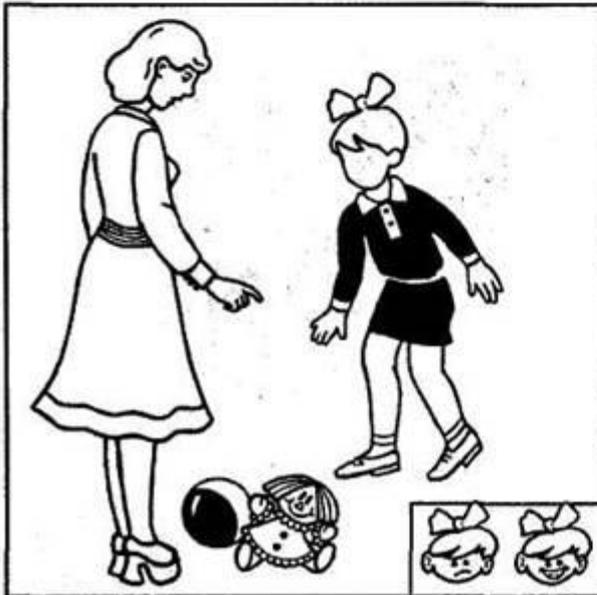
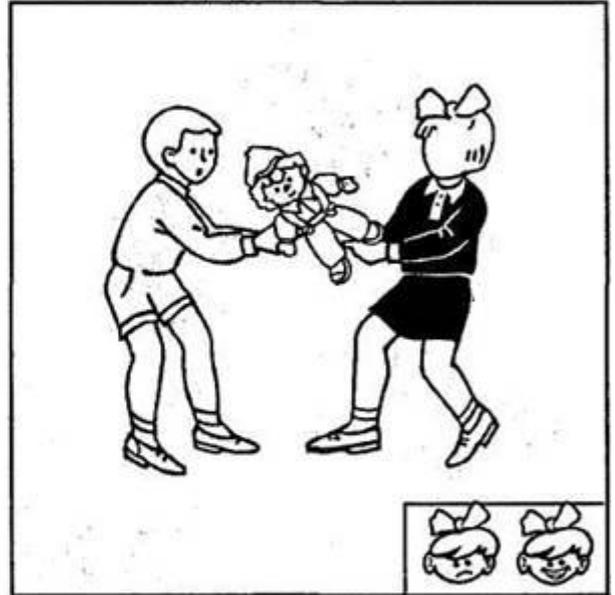
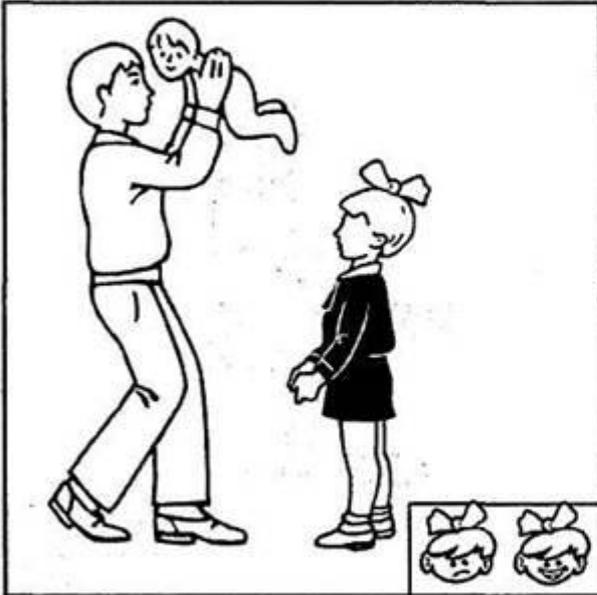
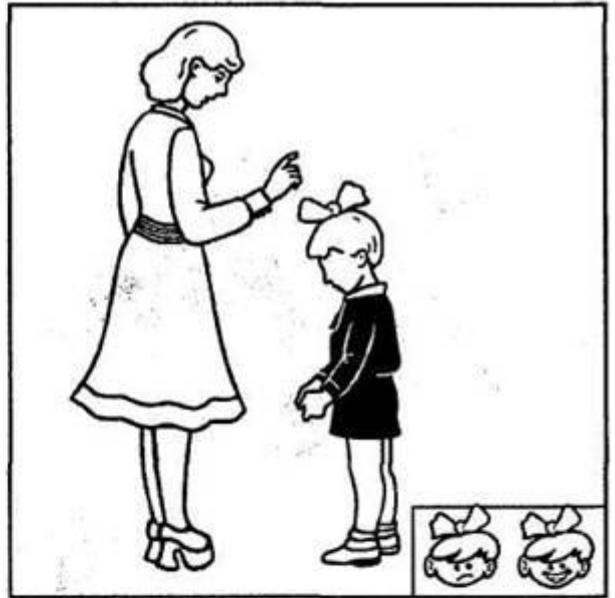
**Малюнок 13.** Дитина з батьками (емоційно позитивна ситуація).

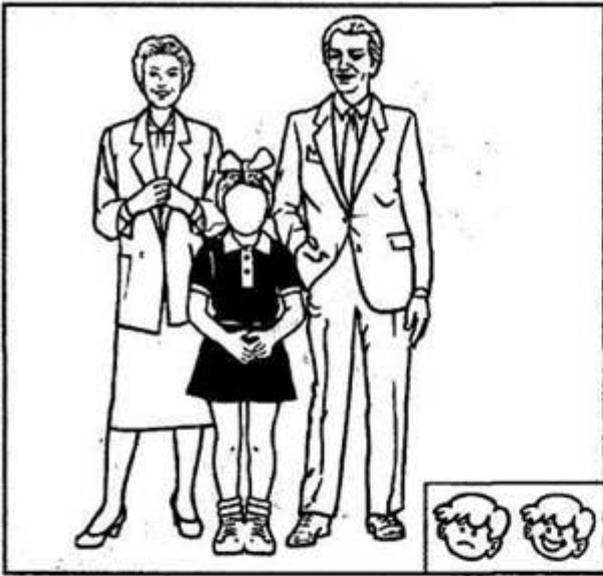
Малюнок сприймається негативно, якщо зіпсовано взаємини з батьками (емоційне неприйняття, байдуже ставлення, часті покарання), а

також коли батьки конфліктують між собою чи із старшими членами сім'ї, а дитина мимоволі бере у цьому участь. У останньому випадку Малюнки, де батько й мати зображені окремо, дитина може сприймати позитивно (тобто з кожним окремо у неї хороші стосунки, погано стає тільки тоді, коли вони збираються разом). Малюнок сприймається негативно й у тому разі, коли зіпсовані стосунки дитини з одним із батьків (зазвичай із домінантним), а другий не може впоратися із захисною функцією. Якщо дитина виховується у неповній сім'ї, але не відчуває ніякого дискомфорту, почувається добре, то малюнок вона сприймає позитивно. Якщо ж вона почуває себе ущемленою, глибоко переживає відсутність батька чи матері, вважає свою сімейну ситуацію неповноцінною, то малюнок оцінюється негативно.

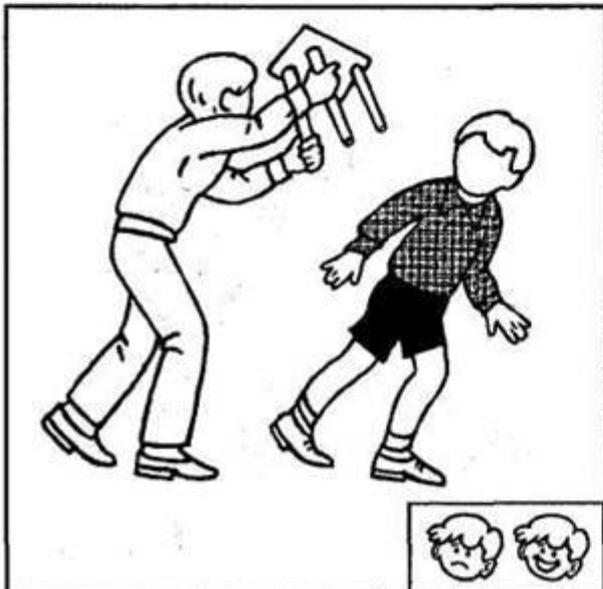
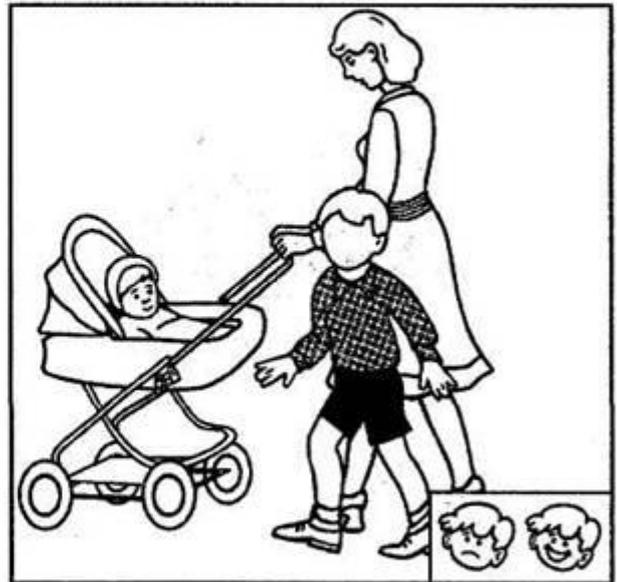
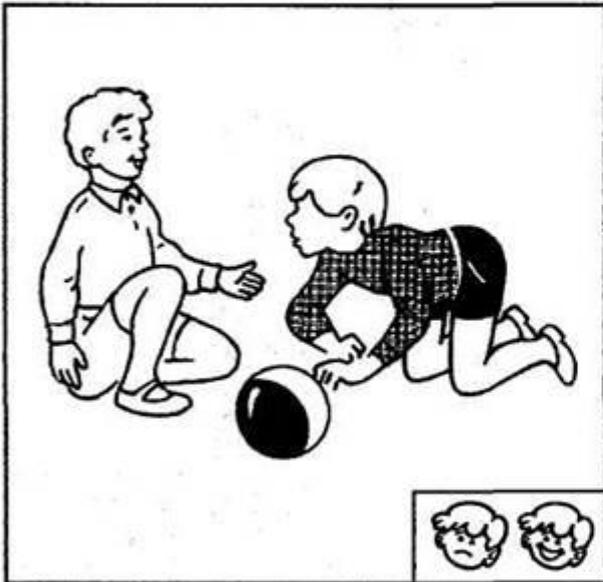
Варіант для дівчаток

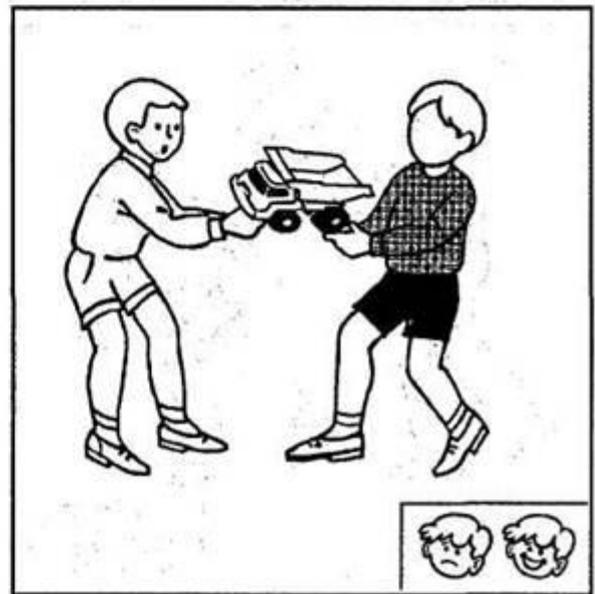
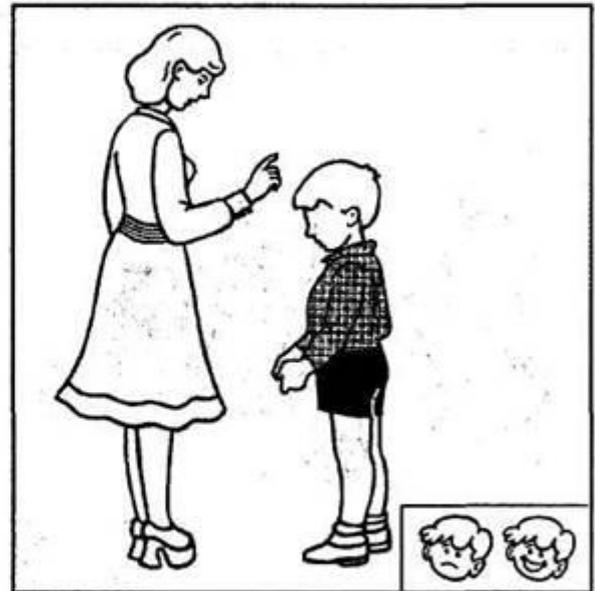
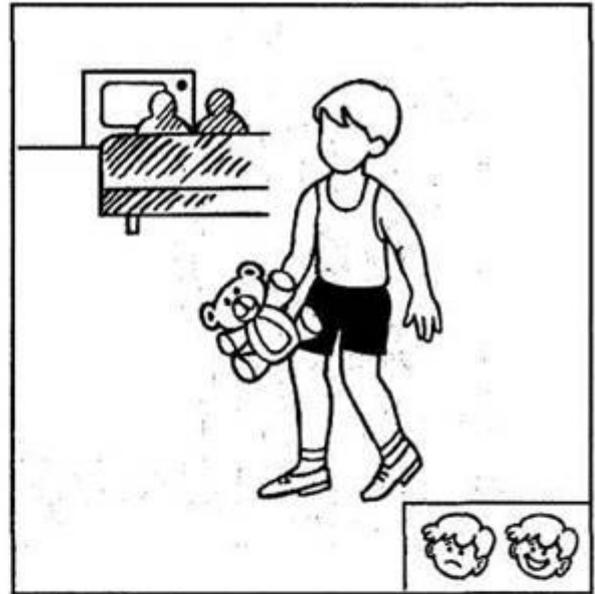
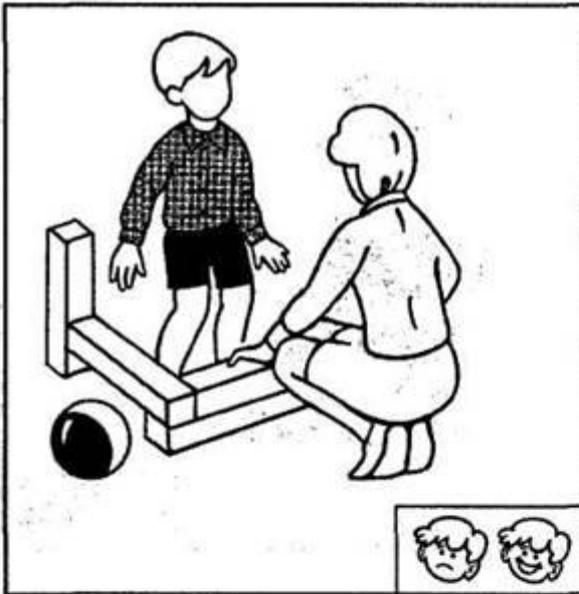


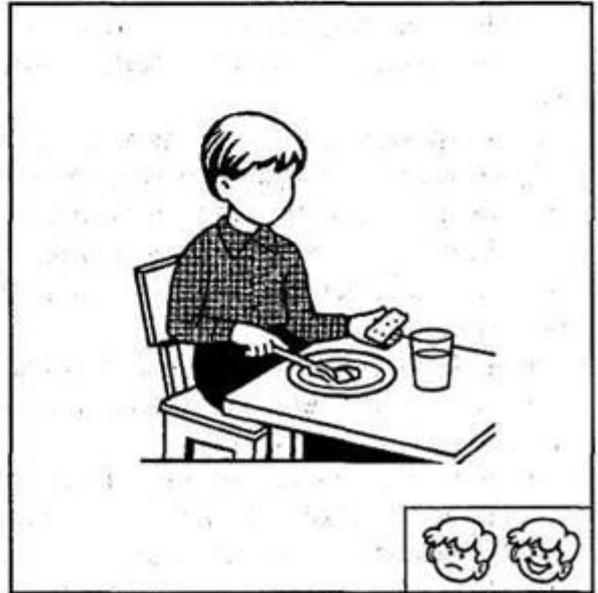
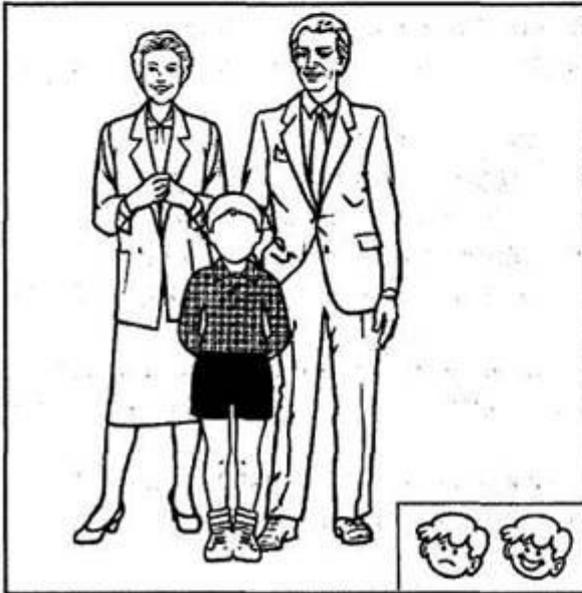
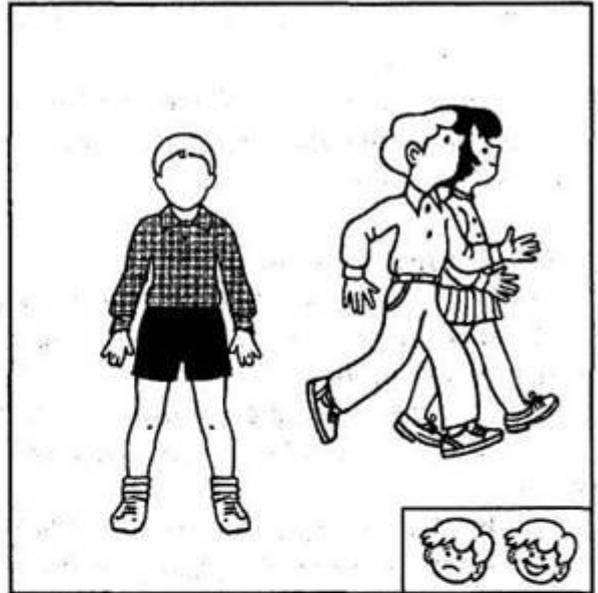




ВАРІАНТ ДЛЯ ХЛОПЧИКІВ







## Додаток Б

### Тест Люшера



#### Інтерпретація тесту :

Характеристика кольорів (по Максу Люшеру) містить 4 основних і 4 додаткових кольори.

#### Основні:

№ 1 – синій. Символізує спокій, стан спокою, потребу у відпочинку, емоційну стабільність і задоволеність, душевну прихильність, гармонію. Особистісні характеристики кольору: чесність, справедливість, незворушність, доброта і сумлінність.

№ 2 – зелений. Символізує вольове зусилля, напругу і наполегливість, високий рівень домагань і самовпевненість, прагнення до самовираження, успіху і влади, діловитість, наполегливість і завзятість у досягненні цілей, упертість, енергійний захист своїх позицій. Самостійність, незворушність, черствість.

№ 3 – червоний. Символізує силу волі, активність, що доходить в ряді випадків до агресивності, прагнення до успіху через боротьбу, наступальність і владність, потребу діяти і витратити сили, лідерство та ініціативність, збудженість. Особистісні характеристики: чуйність, рішучість, енергійність,

напруженість, приязність, впевненість, товарицькість, дратівливість, привабливість, діяльність.

№ 4 – жовтий. Символізує активність, прагнення до спілкування і сприйнятливості до всього нового, оптимізм, радість і веселість, розслабленість і розкутість, оригінальність і прагнення до розширення своїх можливостей. До особистісних характеристик відносяться: балакучість, природність, відкритість, товарицькість, енергійність.

#### **Додаткові:**

№ 5 – фіолетовий. Символічне значення: вразливість, емоційна виразність, чутливість, інтуїтивне розуміння, зачарованість і мрійливість, захоплення і фантазії. Особистісні характеристики: несправедливість, нещирість, егоїстичність, самостійність.

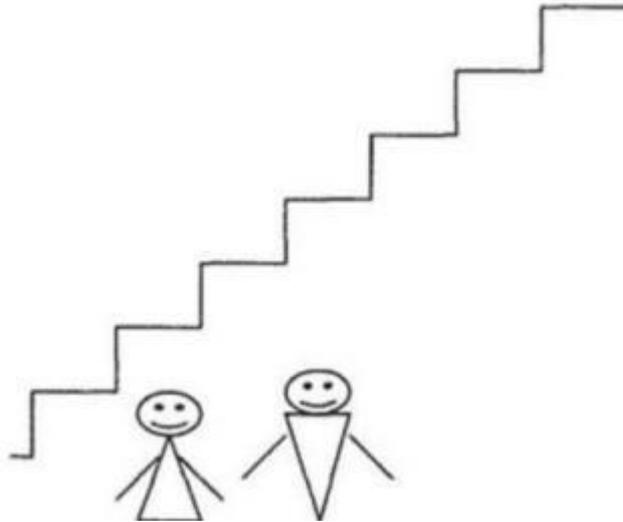
№ 6 – коричневий. Уособлює комфорт тілесних відчуттів, прагнення до затишку і спокою, фізичну легкість і сенсорну задоволеність. Для коричневого кольору були отримані такі особистісні характеристики, як поступливість, залежність, спокій, сумлінність і розслабленість.

№ 7 – чорний. Символізує в першу чергу заперечення, закінчення чогось і відмову, зречення і неприйняття, протест проти чого або когось. У граничній формі символізує небуття. Особистісні характеристики чорного кольору: непривабливість, мовчазність і замкнутість, упертість, егоїстичність, незалежність, ворожість.

№ 8 – сірий. Символізує нейтральність і «безбарвність», неучасть, соціальну відгородженість, свободу від зобов'язань, неврівноваженість, млявість і розслабленість, невпевненість, несамотійність і пасивність.

## Додаток В

### Тест «Драбинка»



Намалюйте або виріжте з паперу драбинку з десятима сходинками. Тепер покажіть її дитині та поясніть, що на нижньому щаблі стоять вередливі, мовчазні, невиховані хлопчики та дівчатка, на другому – більш спокійні та веселі, на третьому – ще ліпші, і так до дев'ятої. А ось на найвищій сходинці стоять найрозумніші, найдобріші, найвихованіші діти, які вміють дружити. Важливо, аби малюк правильно зрозумів розташування дітей на сходинках, тому можна в нього про це перепитати. А тепер запитайте, на якій сходинці стояв би він сам. Нехай намалює себе на цьому щаблі або поставить ляльку. Ось ви і виконали завдання, залишається зробити висновки.

- Якщо дитина ставить себе на першу, 2-гу, 3-тю сходинки знизу, то в неї занижена самооцінка.
- Якщо на 4-ту, 5-ту, 6-ту, 7-му, то середня (адекватна).
- А якщо – на 8-му, 9-ту, 10-ту, то самооцінка завищена. Для дошкільнят трохи завищена самооцінка вважається нормою. Про надто завищену самооцінку можна говорити, якщо дитина постійно ставить себе на 10-ту сходинку.

## Додаток Г

Список дітей, які брали участь у дослідженні

№ з\п	Прізвище та ім'я дитини	Вік	Рівень підтримки	Труднощі
1	Абрамчук Віктор	7	3	Навчальні
2	Глабай Ангеліна	8	4	Інтелектуальні
3	Дробиш Юрій	8	4	Соціоадаптаційні
4	Кондратюк Тарас	9	4	Функціональні
5	Кравчук Ілона	9	3	Навчальні
6	Приймаченко Денис	10	4	Навчальні
7	Хворостюк Михайло	10	3	Навчальні
8	Яворський Назар	11	4	Соціоадаптаційні