

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

**на тему: РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ**

Виконала: студентка 4 курсу,
групи 6-0530.1з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Косенко Марія Вікторівна
Керівник: Неманежина А.О. викладач
кафедри психології
Науковий консультант: Горбань Г.О.,
д.психол.н., професор кафедри психології
Рецензент: Самсонова О.О., к.пед.н.,
доцент кафедри дошкільної та
початкової освіти

Запоріжжя

2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти бакалавр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« ____ » _____ 2024 р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Косенко Марії Вікторівні

Тема роботи Розвиток емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії

керівник роботи Неманежина А.О. викладач кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «05» 02 2024 року № 235-с

2. Термін подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): здійснити аналіз наукової літератури з проблеми розвитку емоційної сфери; розкрити особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії; визначити рівень емоційного розвитку в дітей старшого дошкільного віку; розробити програма розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії та визначити її ефективність.

5. Перелік графічного матеріалу: 8 таблиці, 8 рисунка.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Неманежина А.О., викладач Горбань Г.О., професор		
Розділ 1	Неманежина А.О., викладач Горбань Г.О., професор		
Розділ 2	Неманежина А.О., викладач Горбань Г.О., професор		
Розділ 3	Неманежина А.О., викладач Горбань Г.О., професор		
Висновки	Неманежина А.О., викладач Горбань Г.О., професор		
Додатки	Неманежина А.О., викладач Горбань Г.О., професор		

7. Дата видачі завдання: _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	лютий 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2023 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	березень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	квітень-травень 2024 р.	Виконано
6	Написання висновків	травень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	червень 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	червень 2024 р.	Виконано

Студент _____ М.В. Косенко

(підпис)

Керівник роботи (проєкту) _____ А.О. Неманежина

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ А.О. Неманежина

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 67 сторінок, 8 рисунків, 8 таблиць, 50 джерел, 2 додатка.

Об'єкт дослідження – емоційна сфера дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Гіпотеза дослідження: припущення про те, програма розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії сприятиме розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз наукової літератури з проблеми дослідження з метою визначення сутності поняття «емоційна сфера»; узагальнення, систематизація, синтез; емпіричні: спостереження; тестування; бесіда.

Наукова новизна дослідження у тому, що узагальнено сутність поняття «емоційна сфера»; розширено уявлення про особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії; розроблено програму розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Практична значущість дослідження полягає у розробці та впровадженні програми розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії. Результати дослідження можуть бути використані психологами, здобувачами вищої освіти зі спеціальності 053 «Психологія».

АРТ-ТЕРАПІЯ, ДІТИ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЕМОЦІЇ, ЕМОЦІЙНА СФЕРА, ПОЧУТТЯ.

SUMMARY

Kosenko M.V. Development of the Emotional Sphere of Senior Preschool Children by Means of Art Therapy.

Bachelor's qualification work: 67 pages, 8 figures, 8 tables, 50 sources, 2 applications.

The object of the research is the emotional sphere of senior preschool children.

The subject of the research is peculiarities of the development of the emotional sphere of children of senior preschool children by means of art therapy.

The purpose of the research is to theoretically substantiate and empirically investigate the peculiarities of the development of the emotional sphere of senior preschool children by means of art therapy.

Hypothesis: assumption that the program for the development of the emotional sphere of senior preschool children by means of art therapy will contribute to the development of the emotional sphere of senior preschool children.

Research methods: theoretical – analysis of scientific literature on the research problem in order to determine the essence of the concept of «emotional sphere»; generalization, systematization, synthesis; empirical: observations; testing; conversation.

The scientific novelty of the research consists in the essence of the concept of «emotional sphere» is summarized; expanded understanding of the peculiarities of the development of the emotional sphere of children of senior preschool age by means of art therapy; a program for the development of the emotional sphere of senior preschool children by means of art therapy was developed.

The practical significance of the research lies in the development and implementation of a program for the development of the emotional sphere of senior preschool children by means of art therapy. The results of the research can be used by psychologists, students of higher education in specialty 053 «Psychology».

ART THERAPY, SENIOR PRESCHOOL CHILDREN, EMOTIONS, EMOTIONAL SPHERE, FEELING.

ЗМІСТ

ВСТУП	7
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ	10
1.1. Сутність поняття «емоційна сфера» в сучасній науковій літературі	10
1.2. Особливості емоційного розвитку.....	16
1.3. Чинники розвитку емоційної сфери.....	22
РОЗДІЛ 2 ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ	26
2.1. Особливості емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку.....	26
2.2. Характеристика емоційних порушень розвитку в дітей старшого дошкільного віку	28
2.3. Арт-терапія як засіб емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку.....	31
РОЗДІЛ 3 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ	36
3.1. Визначення рівня емоційного розвитку в дітей старшого дошкільного віку.....	36
3.2. Програма розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.....	45
3.3. Аналіз ефективності програми розвитку емоційної сфери.....	55
ВИСНОВКИ.....	60
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	63
ДОДАТКИ.....	68

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Проблема емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку усе частіше привертає увагу педагогів і психологів. Оскільки соціум нашої сучасності відчуває значну кількість проблем, пов'язаних з прискореним ритмом життя, професійними особливостями, інноваційними технологіями, викликаючи інтелектуальне, духовне, емоційне, фізичне напруження. Необхідні умови розвитку дітей старшого дошкільного шкільного віку відображено у низці законодавчо-нормативних освітніх документів України: Законі України «Про освіту», Базовому компоненті дошкільної освіти.

Сучасні дослідження у галузі психології і фізіології людини дозволяють стверджувати, що у дорослих і дітей спостерігається брак відповідальності, підвищений рівень тривожності, агресивність, якісні зміни у міжособистісних, міжгрупових взаємовідносинах, у ставленні до різних життєвих обставин. Таким чином, питання розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку є дуже важливим, оскільки емоційний світ дітей відіграє важливу роль у розвитку розумових і вольових процесів, у засвоєнні сформованих суспільством моральних норм, а також є важливим етапом формування особистості загалом.

Історія вивчення емоцій сягає корінням часів античності і бере свій початок у працях Гіппократа, Платона та Аристотеля. Однак, і сучасна психологічна наука не втратила потреби в дослідженні такого складного та багатогранного явища, як емоційна сфера особистості. Актуальність цієї теми сьогодні обумовлена тим, що емоції, являючи собою форму активного ставлення людини до оточення впливають на всі сфери її існування та поведінку загалом.

Сьогодні дослідження в галузі емоційного розвитку здобувачів дошкільної освіти є актуальними, оскільки діти малоемоційні й мають труднощі щодо визначення емоційних станів дорослих і однолітків. Проблема

емоційного розвитку досліджувалася такими відомими українськими і закордонними психологами і педагогами як В. Войтко, В. Вундт, Р. Вудвортс, Г. Гуд, У. Джемс, Н. Дмитріюк, К. Ізард, У. Кеннон, А. Кобелева, О. Кормило, О. Лазуренко, К. Ланге, Д. Ліндслі, А. Міханова, Л. П'янківська, Р. Плутчик, М. Тихонова, З. Фрейд та ін.

Отже, порушення психоемоційного розвитку, відставання у формуванні емоцій у дітей призводить до відставання у загальному розвитку, до стійкої негативної поведінки і спотвореного розвитку почуттів.

Арт-терапія може бути ефективним засобом для розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку. Цей метод використовує різноманітні мистецькі матеріали та техніки, такі як малювання, ліплення, музика, танець тощо, для сприяння вираженню та регулюванню емоційних станів дитини.

Актуальність зумовила вибір теми дослідження: «Розвиток емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії».

Об'єкт дослідження – емоційна сфера дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Для досягнення мети необхідно виконати наступні завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз наукової літератури з проблеми розвитку емоційної сфери.
2. Розкрити особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.
3. Визначити рівень емоційного розвитку в дітей старшого дошкільного віку.
4. Розробити програма розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії та визначити її ефективність.

Для виконання завдань дослідження використано такі методи дослідження:

1) теоретичні: аналіз наукової літератури з проблеми дослідження з метою визначення сутності поняття «емоційна сфера»; узагальнення, систематизація, синтез;

2) емпіричні: діагностичні (спостереження; тестування; бесіда) з метою визначення особливостей емоційної сфери в дітей старшого дошкільного віку; психодіагностичні: методика «Емоційна ідентифікація» О. Ізотової; діагностична методика «Емоційна піктограма» М. Кузьміщової; методика «Що? Чому? Як?» М. Нгуен.

Гіпотеза дослідження: припущення про те, програма розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії сприятиме розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

Наукова новизна дослідження у тому, що узагальнено сутність поняття «емоційна сфера»; розширено уявлення про особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії; розроблено програму розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Практична значущість дослідження полягає у розробці та впровадженні програми розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії. Результати дослідження можуть бути використані психологами, здобувачами вищої освіти зі спеціальності 053 «Психологія».

Структура та обсяг роботи. Складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел з 50 найменувань та 2 додатків на 3 сторінках. Загальний обсяг основного тексту 60 сторінок. Робота містить 8 таблиць та 8 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ

1.1. Сутність поняття «емоційна сфера» в сучасній науковій літературі

Емоційна сфера у структурі психіки людини займає важливе місце, оскільки є одним із регуляторів поведінки людини та пізнання оточуючого світу. Здійснення регуляції відбувається через усвідомлення людиною значущості тих чи інших зовнішніх чинників та об'єктів, що знаходить свій відбиток у суб'єктивних формах оціночного переживання. Таким чином, емоційні феномени (емоції, афекти, настрій, стресові стани та ін.) проникають в усі психічні процеси та функції, сприяють організації діяльності людини при задоволенні її потреб. Тому вивчення особливостей і структури емоційної сфери людини відіграє важливу роль у розумінні інших психологічних категорій (когнітивних, поведінкових, особистісних).

Упродовж усього життя кожна людина переживає значну кількість різних емоцій, але під час їх опису, людина відчуває певні труднощі. Водночас опис емоційних станів міститься у науковій літературі. Емоційна сфера людини викликає особливий інтерес у філософів, фізіологів, психологів, з давніх-давен. Уже в філософських трактатах Демокріта і Платона підкреслюється значення почуттів та емоцій у регуляції діяльності. У працях Аристотеля та стоїків порушується питання про афекти, способи їх попередження та боротьби з ними [2]. Також необхідно послатися на систематичні огляди експериментального вивчення емоцій у працях Р. Вудвортса, К. Ізарда, Д. Ліндслі, П. Фресса та ін.

Емоції людини – продукт суспільно-історичного розвитку. Вони визначаються, як суб'єктивна форма вираження потреб, передують діяльності, спонукаючи та спрямовуючи її. Емоції виражаються у переживанні

задоволення, радості, невдоволення, засмучення, страху, гніву та ін. [13]. Формування емоцій відбувається внаслідок розвитку певних форм зв'язку організму із зовнішнім середовищем.

Найпростіші емоції виникають у відповідь на біологічні потреби (умовні рефлекси) організму. Центральний нервовий субстрат емоцій забезпечується вегетативною нервовою системою в її взаємодії зі структурами мозку. Чим складніша емоція, тим більші мозкові території беруть участь у її формуванні [23].

Існує безліч теорій з приводу причин та механізмів формування емоцій. Однією з причин виникнення людських емоцій виділяють необхідність забезпечення соціального зв'язку між матір'ю та її немовлям. За допомогою дорослого, зокрема, своїх батьків дитина задовольняє усі види своїх потреб (потреба в їжі, теплі, догляду, захисту та ін.). Також для фізичного здоров'я та психологічного благополуччя дитині необхідна любов і ласка батьків [11]. Наступна причина виникнення емоцій – потреба в засобах комунікації між дорослими людьми.

Емоції визначають процес формування та функціонування особистості, організують форми взаємодії з соціальним середовищем, здійснюють прямий вплив на якість та зміст діяльності, втілюючи мотивуючу функцію. Не менш значущим залишається той факт, що емоції впливають як на сферу свідомості, так і на фізичне здоров'я, оскільки мають здатність впливати на функції органів та тканин людини.

Багатогранність та високий рівень суб'єктивності прояву зумовлює значну кількість наукових підходів до вивчення змісту емоцій та їхньої ролі в житті людини. Свого часу це питання було предметом вивчення представників різних шкіл та напрямів психології (В. Вундт, Р. Вудвортс, У. Джемс, К. Ізард, У. Кеннон, К. Ланге, Д. Ліндслі, Р. Плутчик, З. Фрейд та ін.). Разом зі спробами знайти першопричину емоційних станів розвивалися і уявлення про суть цього явища в різних існуючих теоріях.

Термін «емоція» походить від латинського *emovere* – збуджувати, хвилювати. У психологічному словнику емоція сприймається, як психічний відбиток у формі безпосереднього упередженого переживання сенсу життєвого явища чи ситуації, зумовленого ставленням їх об'єктивних властивостей до потреб суб'єкта [14].

Таким чином, у словнику закріплюється розуміння емоції, як одного з видів психічних процесів, що відображають суб'єктивне ставлення людини до того, що відбувається, тобто емоції у вузькому значенні. Відповідно, сукупність психічних процесів, що пов'язані з емоціями позначається, як емоційна сфера чи афективна сфера психіки.

Б. Спіноза під афектами має на увазі стани тіла, які збільшують або зменшують здатність самого тіла до дії, сприяють їй чи обмежують її, а водночас і ідеї цих станів [17]. У працях вченого простежується загальне негативне ставлення його сучасників до емоційного життя людини, простежується пріоритет інтелектуальної сфери над емоційною.

У міру накопичення та переосмислення психологічних знань змінюється погляд на сутність та структуру емоційних процесів. Розглядаючи емоції людини, як явище, В. Вундт використав метод інтроспекції та сформулював тривимірну теорію, згідно з якою охарактеризував структуру емоцій трьома вимірами: задоволення – невдоволення, збудження – заспокоєння, напруженість – розслабленість. Поділяючи емоції на елементарні – почуття та складні – афекти, В. Вундт описав їх дві існуючі сторони – об'єктивну зовнішню, пов'язану з пізнавальною сферою та суб'єктивну, що визначається внутрішнім досвідом особистості та виражену у формі переживання. Згідно з цією теорією, емоції – це внутрішні зміни, що здійснюють безпосередній вплив на формування уявлень особистості. Тілесні прояви емоцій розглядаються в контексті тривимірної теорії тільки як наслідки емоційної реакції [37].

Інше уявлення про емоції, як про форму адаптаційного механізму, що сприяє комунікації та виживання людини, було запропоновано еволюційною теорією емоцій Ч. Дарвіна та психоеволюційною теорією Р. Плутчика. У межах

цих теорій емоції описуються не в формі психічного стану, а як отриманий у процесі еволюції засіб пристосування до умов оточення [48].

У руслі фізіологічного напряму емоції, як процес, пояснює «периферична» теорія Джеймса-Ланге та таламічна теорія емоцій У. Кеннона-П. Барда. Одночасно і незалежно один від одного психолог Вільям Джеймс і фізіолог Карл Ланге висунули і обґрунтували припущення про те, що сприймання подразника рефлексорним шляхом викликає тілесну реакцію організму, а емоція є почуттям і наслідком цих змін лише на рівні тіла [36].

На думку К. Ланге, емоція та її прояв – це одне і те саме, якщо прибрати прояв, то зникне і емоція, що вказує на можливість управління емоційними проявами через вчинення дій, характерних для того чи іншого внутрішнього почуття [29].

У певному сенсі альтернативою периферичної теорії можна назвати роботу Кеннона Барда. На основі отриманих експериментальних даних було встановлено, що емоційні переживання є не наслідком, а попередниками фізіологічної реакції організму, а, отже, було висунуто твердження, що не емоція є результатом фізіологічних процесів, а навпаки – вегетативні зміни та м'язові реакції організму є наслідком переживання емоцій [24]. Маючи очевидні переваги, таламічна теорія зводить емоційні дії виключно до рефлексорної діяльності організму, виключаючи когнітивний компонент.

Всупереч фізіологічним теоріям, де емоціям відводиться роль вторинного утворення, низка вчених пов'язує тлумачення ролі емоційної сфери з мотивами та потребами. Так, З. Фройд засновував розуміння емоцій на теорії потягу, прирівнюючи їх до мотивів [22].

М. Арнольд, Дж. Гасон вважали, що емоцію, або афект, можна розглядати як тенденцію, що наближатися до об'єкта, який оцінюється як прийнятний, або віддалятися від об'єкта, який оцінюється як неприйнятний, що підкріплюється специфічними органічними змінами згідно з типом емоції» [25].

У. Макдаугол стверджує, по-перше, що всі ті переживання, які ми називаємо почуттями та емоціями, пов'язані з проявами прагнень організму, що спричинені або впливами ззовні, або всередині організму, або, найчастіше, обома шляхами; по-друге, що загалом ми можемо надійно розмежувати почуття, з одного боку, і емоції – з іншого, на основі їх функціонального ставлення до цілеспрямованої активності, яку вони супроводжують та визначають, оскільки ці відносини в обох випадках суттєво відрізняються [45].

У межах психоаналітичної школи розглядаються переважно негативні емоції – афекти. Процес їх виникнення описується, як форма мимовільної активності – розрядки, що виникає при зіткненні несвідомого потягу та неможливості його реалізувати у зовнішній активності людини.

Один із відомих психологів в галузі емоцій у закордонній психології К. Ізард досліджував людські емоції з різних поглядів. Він пояснює, що емоції формують один з найважливіших елементів людської свідомості: події та пізнання. Він аналізує та знайомить нас з основними базовими теоріями, ключовими емпіричними дослідженнями, аналізує та об'єднує знання у сфері розуміння людських емоцій. К. Ізард досліджує взаємозв'язок між емоціями та когнітивними здібностями. Він вважав, що емоції переживаються, як почуття, які мотивують і організують сприймання, мислення і дії [15].

Теорія диференціальних емоцій К. Ізарда виділяє десять базових емоцій, які володіють унікальними властивостями та складовими, на думку автора, вони є основою мотиваційної системи людського існування. Емоції, як фундаментальні особистісні процеси, надають сенс і значення людському існуванню, взаємодіють зі спонуканнями та з гомеостатичними, перцептивними, когнітивними та моторними процесами, здійснюючи на них вплив. До фундаментальних емоцій він відносив: інтерес – радість, здивування, хвилювання; горе – гнів, огида, страждання, страх сорому, зневага, вина. Із синтезу фундаментальних емоцій виникають комплексні емоційні стани: тривожність, що може поєднувати гнів, почуття вини, страх і навіть інтерес – збудження. До складних емоційних переживань можна віднести ворожість,

любов [47].

Емоційна сфера виконує низку функцій, обов'язкових для життєдіяльності людини:

- відображуючо-оцінона функція. Проявляється в тому, що емоція відображає загальну оцінку ситуації;
- перемикаюча функція. Домінуюча емоція, що проявляється яскравіше, «висвічує» значущу потребу людини;
- підкріплююча функція. Забезпечує людині отримання бажаних чи усунення не бажаних стимулів; емоції залишають сліди на людському досвіді, закріплюючи впливи, які їх порушили;
- компенсаторна функція. Відбувається гіпермобілізація вегетативної нервової системи, під час якої негативні емоції заміщуються позитивними;
- сигнальна функція. Емоції повідомляють про значущість того, що відбувається для людини, тобто емоції дають нам інформацію «навіщо і заради чого ми це робимо?»;
- пускова функція. Емоції запускають діяльність;
- спонукальна функція (мотивація до діяльності);
- організуюча/дезорганізуюча. Деорганізуюча функція полягає у здатності емоцій порушувати цілеспрямовану діяльність. Самі по собі емоції не є дезорганізуючою ланкою, усе залежить від умов, в яких вони проявляються. Порушення діяльності є побічним проявом емоцій;
- аварійного виходу. Різкий сплеск емоцій у формі сліз, крику, високого прояву агресивності. Зазвичай такі способи реагування називають регресивними;
- комунікативна (експресивна). Засоби невербальної комунікації, які супроводжують мовлення, допомагають людині передавати свої почуття та емоції іншим людям, інформацію про своє ставлення до явищ, об'єктів тощо;
- передбачаюча (евристична). Полягає в прогнозуванні подій, що задовольняють мотивацію;
- активації (мобілізує/демомобілізує). Емоційні стани викликають або

мобілізацію органів дії, енергетичних ресурсів та захисних процесів організму, або, у сприятливих ситуаціях, їх демобілізацію, налаштування на внутрішні процеси та накопичення енергії;

- катарсична (допомагає зняти гнів, роздратування);
- пристосувальна (емоції повідомляють, наскільки успішна діяльність людини, яке її ставлення до об'єкта та здійснюють зіставлення результату з очікуваною метою;
- функція становлення та організації суб'єктивного образу [20; 30; 45].

Низка теоретиків виділяють оціночну або так звану сигнальну функцію емоцій (Р. Лазарус, З. Фрейд та ін.). Як спосіб реагування на зміни, що відбуваються у внутрішньому або зовнішньому середовищі, емоції у формі переживання відображають зміст складних і можливих ситуацій та є механізмом регуляції психіки та поведінки особистості.

Таким чином, за результатами аналізу літератури з проблеми розвитку емоційної сфери, зіставлення поглядів різних авторів, ми вважаємо, що емоційна сфера – це широкий спектр внутрішніх індивідуальних переживань та почуттів.

1.2. Особливості емоційного розвитку

На основі емоцій відбувається класифікація подій та явищ на небезпечні – безпечні, приємні – неприємні, корисні – шкідливі та, нарешті, визначення особистої значущості. Оціночна функція емоцій тісно пов'язана з їхньою мотиваційною або спонукальною роллю в процесі життєдіяльності. Емоції можуть виступати у вигляді внутрішніх активаторів або самостійно виявлятися, як окремі мотиви [19]. На основі набутої емоційної пам'яті, викликані в певний момент часу переживання ініціюють та спрямовують активність людини з метою задоволення певної потреби чи розв'язання актуального завдання.

Не лише внутрішні, а й зовнішні прояви емоцій мають важливе значення, будучи своєрідною мовою та способом комунікації людини з оточуючими. Виразні рухи – фізичні зміни у міміці (виразні рухи обличчя), пантоміміці (виразні рухи тіла), у голосі та компонентах мовлення – супроводжують появу емоцій, забезпечуючи контакт для людей. Комунікативна функція сприяє встановленню взаєморозуміння, розпізнаванню потреб та станів інших суб'єктів у процесі спілкування.

Така різноманітна роль у регулюванні діяльності особистості вказує на те, що поведінка людини значною мірою залежить від її емоцій, кожна з яких унікальна за своїми джерелами, засобам зовнішнього вираження та ступеня впливу. Спектр емоцій надзвичайно різноманітний. Різноманітні також і підходи до класифікації емоцій. Найпоширенішим є поділ за знаком емоційного переживання. Позитивні емоції являють собою реакцію на подію, яка відповідає очікуванню, внутрішнім установкам та задовольняє потреби особистості. Їхньою основною функцією є збереження контакту з позитивною подією та стимулювання руху до бажаного результату. Негативні емоції є сигналом для маркування негативного впливу на особистість подій або інших суб'єктів і грають важливу роль у регуляції діяльності.

Спочатку, виконуючи захисну функцію, вони служили еволюційним цілям, спонукаючи обирати поведінку, що сприяє виживанню. На цьому етапі розвитку негативні емоції сприяють формуванню адаптивної моделі поведінки, спрямованої на усунення джерела небезпеки, а також виступають стимулом зростання та розвитку особистості. Розмежування емоцій на позитивні та негативні не є постійною характеристикою, відбувається інтуїтивно і є відображенням позитивної або негативної ролі емоції для окремої особистості в межах конкретної життєвої ситуації. Позитивними чи негативними бувають не емоції, а їх вплив на поведінку та діяльність людини, а також враження, яке вони справляють [27].

Емоційні прояви людини різноманітні та відрізняються за динамікою, глибиною та тривалістю прояву, ступенем виразності та впливом на поведінку та діяльність суб'єкта. У науковій літературі емоційна сфера особистості визначається, як складне багатокomпонентне утворення, пропонуються різні варіанти її структурування. У складі емоційної сфери виділяють такі компоненти як емоційний тон, емоції, емоційні властивості особистості, почуття [45] (рис. 1.1).

Емоційний тон є емоційним забарвленням почуттів та сприймання особистості і є найбільш простою та швидкою формою реагування. Емоційний тон почуттів – це вроджена форма рефлекторного відображення та оцінки зовнішніх подразників за двома полюсами – задоволення та невдоволення. Можна сказати, що виконуючи біологічну функцію супроводу смакових, температурних, больових та інших життєво важливих почуттів, емоційний тон повідомляє організму про потенційну небезпеку або її відсутності, рівня задоволення потреб та стимулює необхідні для досягнення бажаного результату форми поведінки організму.



Рис. 1.1. Компоненти емоційної сфери

Емоційний тон супроводжує як відчуття, так і враження особистості в процесі сприймання та інтелектуальної діяльності. Емоційний тон вражень, пов'язаний із механізмом обумовлення, інтерпретується, як естетичне задоволення або невдоволення особистості, що визначається процесом її

соціалізації та психічною діяльністю. Він не вимагає прямого контакту з подразником і є результатом, наприклад, спогадів особистості [35].

З огляду на всю схожість, емоції є складнішим механізмом відображення оточуючої дійсності. Являючи собою реакцію організму та особистості не на сам стимул, а на ситуацію чи подію загалом, емоції виділяють у самостійний клас психічних процесів та станів. На відміну від емоційного тону, емоції містять як фізіологічний компонент, так і суб'єктивну форму переживання та вираження. Емоції мають властивість усвідомленості – найчастіше індивід здатний усвідомлювати причину прояву своїх реакцій. Крім того, слід зазначити головну відмінність, що виділяється теоретиками при розгляді цих двох явищ, – емоції можуть виникати, як завчасна реакція на поточну або можливу ситуацію, тоді як емоційний тон можливий тільки при прямому контакті з подразником.

Людині властиво постійно відчувати безліч різних емоцій і саме у контексті емоційної сфери між індивідами проявляються глибокі особисті відмінності. Швидкість виникнення реакції, глибина емоцій, їх ригідність чи лабільність, ступінь емоційної стійкості носять суто індивідуальний характер.

Якості, що відображають особливості емоційного реагування в сукупності, є ще одним компонентом емоційної сфери – емоційні характеристики особистості. Володіючи більшою мірою стійкості, вони накладають свій відбиток на низку проявів особистості та її психічний образ. Основні нюанси проявляються у кількох компонентах. Так, показник емоційної збудливості, зумовлений з погляду фізіології загальною збудливістю нервової системи, що характеризує швидкість виникнення та зміни емоційних станів, що відбиває силу прояву емоцій.

Низький поріг збудливості означає наявність швидкої та сильної реакції на зовнішні та внутрішні впливи і може проявлятися в таких особливостях особистості як запальність і дратівливість.

При високому порозі збудливості, що називається емоційною апатією, емоційна реакція має слабкий вираз і з'являється через деякий час. Цей показник відіграє значну роль у процесі активації емоцій, гостроти їх прояву та впливає на організацію поведінки та діяльності особистості. Готовність емоційно реагувати на значущі для особистості явища та події може виражатися як у крайніх формах збудливості чи апатії, так і характеризувати емоційну чуйність – загальну здатність індивіда до швидкого, гнучкого реагування в широкому діапазоні емоцій, виразу емоційно-оціночного ставлення особистості [32].

Розвиток емоційної чуйності є досить важливим у питанні психічного здоров'я та в процесі соціальної адаптації особистості, оскільки, будучи інтегрованою особистісною якістю, сприяє формуванню міжособистісних відносин у спілкуванні та спільній діяльності. Згідно із проведеними психологічними дослідженнями, емоційна чуйність тісно пов'язана з питаннями мотивації, пізнання, комунікативним розвитком, а також бере участь у формуванні світогляду особистості [28]. Кількісна характеристика емоційного реагування також має своє вираження в одному з емоційних властивостей особистості.

Емоційна глибина – показник, що відображає рівень переживань, їхню інтенсивність. Пояснюється, з одного боку, фізіологічними показниками вегетативної збудливості, а з іншого – суб'єктивною оцінкою самого індивіда та ступенем впливу на його поведінку та діяльність, глибина емоцій є ще одним аспектом персональних відмінностей між людьми, що спостерігається у питаннях функціонування емоційної сфери [18].

Емоційно ригідні особистості характеризуються «застряганням», інертністю емоцій, що зберігаються тривалий час навіть після припинення дії збудника, які найчастіше проявляються при виникненні негативних переживань – відчуття провини, злості чи образи. Лабільність емоцій, своєю чергою, означає швидко зміну одних емоційних станів індивіда іншими. У крайній формі прояву цей показник стає імпульсивністю, реактивністю та негативно

впливає на формування зв'язків та уподобань особистості.

Наступним важливим показником, що розглядається як одна з емоційних властивостей особистості, є рівень емоційної стійкості – інтегративна властивість, що характеризується взаємодією емоційного, інтелектуального, мотиваційного, вольового та поведінкового компонентів психічної діяльності індивіда, що забезпечує успішне досягнення мети діяльності та найбільш ефективна соціально-рольова поведінка у складній емотивній обстановці [9].

Подібна здатність до довільної мобілізації можливостей організму для подолання негативних емоцій дозволяє особистості протистояти небажаному впливу зовнішніх та внутрішніх чинників середовища. Опанування цієї якості дає змогу конструктивно розв'язувати проблеми у щоденній, професійній та соціальній сферах життя особистості.

Таким чином. Визначені компоненти емоційної сфери – емоційний тон, емоції, емоційні властивості особистості характеризуються високим ступенем динамічності, носять ситуативний характер і виникають при дії подразника. Усі розглянуті компоненти емоційної сфери особистості відіграють різноманітну роль у регуляції внутрішньої та зовнішньої діяльності. Починаючи з найпростішої оцінки значущості зовнішніх подразників та сигналізації про виникнення потреб, емоційні явища є способом визначення значних цілей та механізмів, сприяючи прийняттю рішень, вибору моделей поведінки та способу взаємодії з оточуючими.

На емоції людини впливає весь досвід її життя. Емоційна сфера виконує низку функцій, від яких залежить життєдіяльність людини загалом. Вона забезпечує подолання небезпечних для людини явищ, емоційний зв'язок між людьми та виступає в ролі внутрішнього організатора процесів, що регулюють зовнішню поведінку людини в напружених ситуаціях. Емоційні переживання виступають синтезуючою основою образу, що забезпечує можливість цілісного відображення мозаїчного розмаїття фактично діючих подразнень.

1.3. Чинники розвитку емоційної сфери

Емоції відіграють важливу роль у розвитку дітей, особливо в дошкільному віці. Цей період відзначається активним соціально-емоційним розвитком, який є ключовим для ефективного навчання та виховання. Розуміння емоційної сфери дітей є важливим завданням для педагогів і психологів, оскільки воно допомагає вибрати оптимальні методи й засоби розвитку дитячої емоційності. Емоції допомагають організму адаптуватися до оточуючого середовища, швидко реагуючи на нього і визначаючи, що є корисним або шкідливим для дитини.

Чинники, що впливають на розвиток емоційної сфери, включають біологічні передумови, соціальне оточення та виховні впливи. Психічний розвиток відбувається в умовах постійного органічного дорослішання, а в дитинстві спостерігається дозрівання організму в цілому і мозку, зокрема. Це створює різноманітні можливості для психічної діяльності на різних вікових етапах. Однак, крім природних властивостей та їх дозрівання, існують індивідуальні відмінності, обумовлені генотипом. З огляду на значення природних особливостей, варто підкреслити, що вони є лише умовами, передумовами для психічного розвитку, а не його рушійними причинами. Жодна з характерних для людини психічних якостей, таких як логічне мислення, творча уява чи вольове регулювання дій, не може виникнути лише через дозрівання органічних задатків. Для їх розвитку потрібні відповідні соціальні умови життя та виховання.

Формування вищих людських почуттів відбувається в процесі, коли дитина освоює соціальні цінності, вимоги та норми, які, за певних умов, стають для неї внутрішнім надбанням. Ці цінності і норми визначають зміст спонукальних мотивів її поведінки. Дитина формує свою унікальну систему цінностей, порівнюючи їх з тим, що вона спостерігає довкола, оцінюючи їх емоційно як привабливі або непривабливі, добрі чи злі, красиві чи потворні.

Проте, щоб дитина не просто прийняла об'єктивне значення норм і вимог, але й перейнялася відповідним емоційним ставленням, так, щоб вони стали критеріями її емоційних оцінок своїх та чужих вчинків, не достатньо лише пояснень та вказівок педагогів чи інших дорослих. Ключову роль в цьому відіграє участь дитини у спільній діяльності з іншими дітьми та дорослими, що дозволяє їй безпосередньо пережити і відчувати певні емоції. Розвиток емоційної сфери дитини залежить від змісту та структури цієї діяльності.

У формуванні емоційної сфери безперечно роль належить макросоціуму із певними культурними стереотипами. Соціокультурна теорія неврозів К. Хорні дає змогу пролити світло на обличчя неврозів, що змінюється, на внесок патогенних цінностей і установок культури у формуванні «невротичної особистості нашого часу» [46].

Сучасні дослідження різних емоційних станів підтверджують їх біопсихосоціальну природу або, виражаючись в популярній термінології, діатез-стресову модель. Згідно із цією моделлю, біологічний діатез або біологічна вразливість виливаються у хворобу лише за умови впливу стресорів – несприятливих психологічних та соціально-психологічних чинників. Значна статистика зростання депресивних, тривожних та соматоморфних розладів не може бути пояснена суто біологічними чинниками та простим зростанням кількості стресових провокацій у результаті загального збільшення рівня стресогенності існування. Вона означає, що важливі чинники впливу на емоційний стан слід шукати у сфері біології, оскільки генетика і біохімія людини що неспроможні настільки радикально змінитися лише за одне покоління.

У сучасному світі існують певні психологічні чинники, які сприяють поширенню негативних емоцій, таких як смуток, страх, агресія, і водночас ускладнюють їх психологічну обробку. Ці чинники включають специфічні цінності та установки, які поширюються в суспільстві і культивуються в багатьох сім'ях. Поступово ці установки стають частиною індивідуальної свідомості, що може сприяти розвитку емоційних розладів.

Наукова спільнота переконана в тому, що сім'я відіграє ключову роль у формуванні емоційної сфери дитини. Значена кількість чинників сімейного життя, таких як структура сім'ї, психологічний клімат, взаємини в родині, методи виховання, емоційні особливості батьків, їхні очікування та цінності, грають важливу роль у формуванні емоційного світу дитини. Психологи різним чином аналізують вплив чинників сімейного середовища на емоційний розвиток дитини.

Так, наприклад, С. Томкінс виділяє чотири основні підходи до того, як дорослі соціалізують смуток у дитині: каральний підхід, коли дитина покарана за вираження смутку; заохочуючий підхід, коли дорослі намагаються заспокоїти дитину та усунути причину смутку; часткове заохочення, коли дорослі просто пестять або підбадьорюють дитину, не спрямовуючи зусиль на усунення причини смутку; використання різних методів інтеракції [50].

С. Томкінс вважав, що каральний підхід може призвести до формування страхів та низької терпимості до фрустрації у дитини. Заохочуючий підхід сприяє формуванню довіри та мужності. Вибір підходу залежить від досвіду батьків та індивідуальних особливостей дитини. Жоден з цих підходів не застосовується в чистому вигляді.

К. Ізард підкреслює важливість реагування батьків на виявлення дітьми емоції радості, оскільки це є ключовим для нормального розвитку дитини. Відмінності радості полягають у тому, що вона не може бути свідомим результатом або метою дії. Батьки не можуть «навчити» дитину радіти [47]. Виявлення радості зазвичай супроводжується посмішкою, яка з'являється у дитини досить рано і спочатку має внутрішній характер. Проте батьки реагують на це як на соціальну емоцію, що сприяє формуванню емоційної підтримки.

Г. Барретт і Дж. Кампос визначають чотири ключові аспекти батьківських емоцій, які можуть впливати на емоційну поведінку дитини:

– батьківські емоції, що виникають у відповідь на конкретні події, можуть бути безпосередньо скопійовані дитиною. Якщо батьки реагують на когось із позитивним або негативним настроєм, дитина, ймовірно, відповідь схожим

чином;

– діти вчаться різним проявам емоцій, які зазвичай використовуються батьками. Дитина може наслідувати саркастичний тон чи навіть певні фрази, що часто вживаються дорослими;

– батьки демонструють ефективні або неефективні стратегії подолання труднощів, і діти вчаться цим прикладом, спостерігаючи, як батьки впораються з емоційно складними ситуаціями.

– створюваний батьками емоційний клімат в сім'ї може непомітно впливати на дитину. Тепла, дружня атмосфера в родині та прийняття дитини є важливими для задоволення її потреб у любові. Ставлення батьків прямо впливає на формування особистості дитини, її самооцінку та взаємини з однолітками [49].

Таким чином, розвиток емоційної сфери включає вплив різноманітних чинників, від біологічних до соціальних. Генетичні передумови, соціальне оточення, культурні норми, досвід та виховання грають ключову роль у формуванні емоційних реакцій та вираженні почуттів. Взаємодія цих чинників складається зі складного механізму, який визначає емоційну адаптацію та розвиток особистості. Розуміння цих чинників допомагає нам краще зрозуміти, як формуються наші емоції.

РОЗДІЛ 2

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

2.1. Особливості емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку

Емоції, емоційно-особистісна сфера відіграють особливу роль у психологічному розвитку дітей дошкільного віку. Дошкільний вік є періодом початкової соціалізації дитини, залучення її до світу культури, загальнолюдських цінностей. У цей період провідними є такі сфери буття: світ людей, природи, світ предметів, внутрішній світ, які стають об'єктами встановлення з ними початкових взаємовідносин.

У житті будь-якій людині доводиться відчувати різні емоції, як позитивні, так і негативні. Для дитини як особистості, яка розвивається, дуже важливо мати можливість співвідносити свої емоційні переживання з емоційними переживаннями близьких та оточуючих людей, тим самим, розвиваючи та коригуючи свою емоційну сферу.

А. Люблінська зазначає, що коли в дитини дошкільного віку з'являються нові інтереси, мотиви та потреби, то говорять про її емоційний розвиток. Так, у мотиваційній сфері з'являються суспільні мотиви, які сприяють розвитку соціальних емоцій. Встановлюється ієрархія мотивів, коли одному мотиву починають підкорюватися всі інші, стимулюючи зміни в емоційній сфері, що зумовлені стійкими та глибокими переживаннями. Емоційні переживання тепер мають глибокий внутрішній зміст у зв'язку з провідним мотивом діяльності дитини [31].

При переході від раннього до середнього дошкільного віку відбувається зміна змісту емоцій. Тенденція до зміцнення емоційного регулювання, формування та розвиток здатності до адекватної та диференційованої емоційної

експресії, використання її як засіб спілкування – усе це характеризує рівень емоційного розвитку на всіх етапах дошкільного дитинства.

У сучасній літературі виділяють два основні чинники, що впливають на емоційний розвиток дитини старшого дошкільного віку: безпосередній вплив генетично закладених програм розвитку та взаємодія дитини зі світом дорослих. У процесі спілкування з дорослими відбувається наслідування та зараження дитини емоціям дорослого, за умови того, що дорослий задовольняє фізіологічні та пізнавальні потреби дитини [3].

У дошкільному віці дитяче тіло та мозок проймають значні фізіологічні та психологічні зміни. Внутрішні органи ростуть та розвиваються, м'язова маса збільшується, а структура та функціонування головного та спинного мозку стають більш складними. Розвивається чутливість зору, слуху та відчуттів. Ці процеси впливають на психічний, особистісний та емоційний розвиток дитини.

У старшому дошкільному віці діти проявляють значний інтерес до активної взаємодії з однолітками, яка відзначається більшою емоційною насиченістю порівняно із взаємодією з дорослими. Це призводить до виразного вияву емоцій через міміку та вираз обличчя. У взаємодії з однолітками дитина використовує різноманітні комунікативні стратегії, такі як сперечання, обман, намагання нав'язати свою думку, вираження жалю та інші. На думку І. Кулагіної, недостатність емоційних контактів з однолітками може сповільнити емоційний розвиток дитини. У віці між 2 та 6 роками відбувається формування почуття власної особистості та культурної ідентичності, що супроводжується сильними емоційними переживаннями. Дитина повинна навчитися інтегрувати ці емоції в свою особистість [26].

У віці семи років відбувається найбільш чуйне розуміння своїх внутрішніх переживань, що зумовлено соціальним оточенням, коли позитивні і негативні емоційні реакції закріплюються у поведінці дитини. До емоційних новоутворень цього віку слід зарахувати насамперед освоєння соціальних форм вираження емоцій та здатність диференціювати ознаки експресії та ідентифікувати їх значення у контексті певних емоційних станів; розвиток

емпатії як здатності співпереживати, співчувати, сприяти почуттю іншої людини, здатність до емоційного передбачення, формується почуття обов'язку, набувають подальшого розвитку естетичні, інтелектуальні та моральні почуття [12].

Позитивні емоції відіграють одну з найважливіших ролей у процесі навчання і виховання дитини старшого дошкільного віку, вони визначають рівень ефективності розвитку, що безпосередньо залежить від прояву їх вольових зусиль. У старшому дошкільному віці емоційний фон дитини приймає відносно стійку форму, що визначає динаміку її світовідчуття.

Таким чином, емоції є важливими у житті людини, позитивний емоційний розвиток гарантує успішний розвиток усіх сфер життя дитини старшого дошкільного віку. Дуже важливо розвивати емоційну сферу дітей дошкільного віку, оскільки це гарантія того, що до молодшого шкільного віку дитина зможе адекватно реагувати на проблеми, з якими зіштовхуватиметься. А виховання у дитині здатності співпереживати, співчувати, висловлювати свої емоції, розпізнавати емоції інших допоможе їй стати успішним, гідним членом суспільства.

2.2. Характеристика емоційних порушень розвитку в дітей старшого дошкільного віку

Особливе місце в сучасних дослідженнях емоційної сфери займає питання про численні порушення та розлади в емоційній поведінці дітей (і не тільки), симптоми яких не складають клінічної картини психічних захворювань, але є, скоріше, непатологічними формами прикордонного стану.

Одним із симптомів емоційного неблагополуччя, що переживається дитиною, є афективна поведінка деструктивного характеру. В онтогенезі афекти – це найбільш рання і примітивна форма емоційного реагування інстинктивної природи [7].

Афективність, яскраво виявляючись на початковому етапі розвитку дитини (у вигляді плачу, крику тощо), потім істотно змінюється під впливом умов виховання, поступово поступаючись місцем іншим емоційним явищам: власне емоціям і почуттям. Однак, у шкільному віці афективна поведінка залишається досить вираженою, будучи «аварійним» способом розв'язання ситуацій, надзвичайно енергоємним, а головне – деструктивним за своїм впливом на окремі психічні процеси, свідомість дитини загалом. Виражена схильність дитини до афективного реагування робить її поведінку неадаптивною, розбалансованою, дисгармонійною [5].

Афект виникає у відповідь на ситуацію, що вже настала. Афект також здатний акумулюватися у бурхливому «афективному вибуху». Афект може мати своє продовження в «афективних слідах», які задають дві тенденції: тенденцію нав'язливості та тенденцію до гальмування, що яскраво проявляється в післядії.

Таким чином, афективні діти (від англ. *affective children*) – діти, у яких через постійне незадоволення будь-яких істотних для них потреб виникають і стають досить стійкими емоційні переживання та пов'язані з ними форми поведінки. Негативні афективні переживання викликають відповідні їм форми поведінки: тривожність, підвищену уразливість, впертість, негативізм, замкнутість, загальмованість, емоційну нестійкість. Водночас порушення емоційного розвитку та відповідні проблеми у поведінці дітей переважно є лише відхиленням від нормального психічного розвитку, а не психічним захворюванням.

Розлади поведінки та емоцій проявляються у дітей як ситуаційно-особистісні реакції у поведінці, діяльності та взаємовідносинах з оточуючими. Нестійкість емоційної сфери, нестабільність характеру впливають на взаємовідносини в колективі з однолітками, з дорослими, призводять до частих конфліктів. Порушення емоційної сфери проявляються у підвищеній емоційній збудливості, загальній гіперестезії, нестійкості вегетативних функцій та підвищеній виснажливості нервової системи. У людей з порушеннями

емоційної сфери почуття агресії, гніву, страху, веселощів, туги можуть виникати під впливом зорових, слухових чи тактильних подразників. Вплив подразників особливо посилюється в незвичній для людини обстановці. Такі діти потребують своєчасної педагогічної корекції, і найкращі результати вдається отримати, якщо корекційні та психотерапевтичні заходи проводять у дошкільному шкільному віці [33].

Емоційний розвиток є комплексним структурованим процесом збагачення чуттєвого та емоційного досвіду в процесі соціалізації дитини. Розвиток емоційної сфери можна розглядати з погляду її становлення, як багатокомпонентного комплексу: когнітивного, афективного, мотиваційного та поведінкового компонентів [34].

З розпізнаванням та редукуванням своїх чи чужих емоційних станів у процесі емоційного розвитку пов'язаний когнітивний компонент. За допомогою цього компонента людина може сприймати ту або іншу ситуацію з погляду емоційної ідентифікації та, оцінюючи її, робити припущення про можливі власні емоційні реакції.

Низка дослідників виділяють три групи порушень у розвитку емоційної сфери дитини: розлади настрою; розлади поведінки; порушення психомоторики (рис. 2.2).



Рис. 2.2. Порушення розвитку емоційної сфери дитини

Водночас, наприклад, розлади настрою пов'язані з посиленням чи зниженням емоційності. Посилена емоційність може проявлятися в стані ейфорії, дисфорії, депресії, тривожного синдрому, страхах. Знижена – апатією, паратимією чи неадекватністю емоцій [42].

Отже, емоції можуть не лише полегшувати поведінку людини, спрямовувати її, робити доцільною та продуктивною, а й формувати деструктивні варіанти поведінкових реакцій, тим самим призводити до дезадаптації. В умовах дизонтогенезу закономірності формування емоційної сфери, її значущість для успішної адаптації людини залишаються незмінними. Що ще раз підкреслює важливе значення описаного феномена для психічної діяльності кожної людини.

2.3. Арт-терапія як засіб емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку

У суспільстві існує значна кількість соціальних проблем, серед яких провідне місце займає проблема емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку. У процесі вибору засобів і методів емоційно-особистісного розвитку дітей потрібно враховувати і психологічні особливості їх розвитку загалом.

У дошкільному вихованні емоційне формування відбувається і в креативних видах діяльності: образотворчій, музичній, хореографічній та ін. Однією з відомих течій у сучасній педагогіці та психології вважається арт-терапія, що являє собою комплекс способів мистецтва та емоційних технік, фактичне завдання якої – коригування психологічного стану та емоційного самопочуття дитини за допомогою творчості [4].

Розвиток особистості, її індивідуалізація, взаємопов'язані з можливістю дітей усвідомлювати та висловлювати власні емоції. Арт-терапевтичні засоби у сприяють виявленню в дітей психологічного ресурсу, можливості прояву емоцій, настроїв, почуттів.

Мистецтво існувало і залишається одним із найсильніших засобів естетичного навчання. Безпосередньо через мистецтво відбувається розвиток смаку, дитина вчиться спостерігати та усвідомлювати чудове, прислухатися до себе, до власних емоцій. Арт-терапія якісно змінює стан особистості, тому що з її допомогою знижується тривожність, змінюються самовідносини, розвивається творча уява. До сучасної арт-терапії відносять ігротерапію, ізотерапію, казкотерапію, маскотерапію, драматерапію, музикотерапію, кольоротерапію, піскову терапію, танцювально-рухову терапію тощо.

Образотворчі арт-технології включають зображення, ліплення, колажування, піщану терапію, ландшафтну арт-терапію. Техніка колажування доцільна на самому початку ознайомлення дитини з арт-технологіями, оскільки вона базується в комбінуванні оброблених матеріалів (вирізків з журналів, друкованих видань, геометричних конфігурацій, піктограм і т.д.), що дозволяє зменшити неспокій дитини з приводу їх невміння зображати, виліплювати та ін.

Ліплення з матеріалів – ефективний засіб реакції на гнів, злість, страх, тривожність, замкнутість, що сприяє зняттю напруги, інстинктивності у формулюванні емоцій [41]. Образотворча арт-терапія сприяє незалежному вираженню власних почуттів, емоцій та ідей, позитивного, прогнозування «власного безпечного світу».

Пісочна арт-терапія ґрунтується на комбінатії невербальної (процедура зведення композиції) та словесної (розповідь про готову композиції, що відкриває її значення) ініціативності дітей. Скринька з піском – умовний простір, який забезпечує «утримання» та вираження різних психологічних переживань, тривожності чи напруження дитини.

Музична арт-терапія – це спосіб та метод цілеспрямованого застосування своєрідних відмінних рис чуттєво-емоційного впливу музики на людину. Результативність мелодійних арт-технологій з метою коригування психологічного стану дитини гарантується унікальністю впливу музики на тіло та особистість людини: мистецтво за допомогою різних звучань породжує в людей встановлену психофізіологічну та емоційну реакцію [38].

Відомий вітчизняний педагог В. Сухомлинський казав, що якщо в ранньому дитинстві донести до серця красу музичних творів, якщо у звуках дитина відчує багатогранні відтінки людських почуттів, то вона піднімається на такий щабель культури, який не може бути досягнутий жодними іншими засобами. Почуття, викликані при прослуховуванні музичної мелодії, відкривають перед дитиною власну красу – маленька людина усвідомлює свою гідність [39].

Мистецтво здатне заражати своїми ідеями, але лише емоційно. Без емоційного компонента мистецтво існувати не може. Емоції, які можуть бути викликані мистецтвом – це особливий вид почуттів – естетичні емоції. Вони вимагають найвищої діяльності психіки [21]. У зв'язку з цим, змістом музики є емоційна сторона психічних переживань людини, якими відбувається відбиток образів довкілля. Впливаючи на емоції та думки людей, музика сприяє пізнанню оточуючого світу, його зміни та перетворення на емоційному рівні. За допомогою особливої емоційної мови музика впливає на почуття та мислення людини, впливає на її світогляд.

Під час сприймання музичних творів мистецтва людина відчуває різноманітні переживання, пов'язані із змістом сюжету. Переживання такого роду збагачують емоційну сферу дитини, а також збагачують палітру естетичних почуттів. Естетичні переживання можуть досягати високого рівня розвитку. У їхній різноманітності можна виділити почуття піднесеного, почуття трагічного, почуття, комічного та ін. Переживаються ці почуття суб'єктивно, але розділені переживання об'єднують та збагачують емоційну сферу людей.

Г.-Г. Декер-Фойгт у своєму посібнику «Вступ до музикотерапії» на основі багатого практичного матеріалу розглянув досягнення та проблеми музикотерапії та сторони її взаємодії з різними сферами психіки людини. Він піддав докладному аналізу сучасний стан та перспективи розвитку різних видів музикотерапії, охарактеризувавши їх, як терапію мистецтвом та використання музики в освіті та вихованні, емоційно-особистісному розвитку дітей [21].

Значний внесок у розвиток музикотерапії зробив відомий грузинський фізіолог Іван Тархнішвілі. У 1893 році він представив свою статтю «Вплив музики на організм людини», згідно з якою лише гармонійна музика, що благородно звучить, добре впливає на здоров'я людини [6].

Танцювально-рухова та драматичні способи арт-терапії орієнтовані на формування можливості дітей до емпатії, співпереживання, сприяють збільшенню сенситивності до своїх і чужих негативних психологічних станів та опанування методами їх зміни у вигляді руху.

Музика, художнє слово, образотворче мистецтво – джерела особливої дитячої радості в дошкільному дитинстві. Дитина відкриває собі чарівний світ мистецтва; при достатньому багатстві емоційних вражень, прагне висловити в своєму «творчому продукті» через музикування, малювання, словотворчість. Водночас дитина відкриває себе, осягає власні можливості, навколишній світ.

Під час проведення роботи з формування емоційної сфери у дитини дошкільного віку, на наш погляд, технології арт-терапії мають низку позитивних сторін перед іншими:

- по-перше, вона дає можливість для вираження недружніх емоцій в соціально прийнятній манері. Зображення, виліплювання, театралізована робота вважаються невинними методами зняття напруги;

- по-друге, вона стимулює розвиток у терапії, оскільки інтуїтивні конфлікти та внутрішні переживання простіше виявляються за допомогою ролей, що дає підстави для інтерпретацій та діагностичної діяльності під час терапії;

- по-третє, арт-терапія може допомогти закріпити взаємовідносини між учасниками, формує та підвищує інтерес дітей до своїх емоцій та емоцій інших людей;

- по-четверте, діяльність в арт-терапевтичних вправах підвищує в дітей з емоційними порушеннями власне почуття індивідуальної цінності.

Отже, можна дійти висновку, що арт-терапія – один із найдоцільніших методів розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку. Задоволення, що виникає внаслідок розкриття та формування умінь та можливостей у процесі створення фігур в арт-терапії, сприяє чуттєвому добробуту дітей, формуванню найбільш близького психологічного контакту між ними та довіллям.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

3.1. Визначення рівня емоційного розвитку в дітей старшого дошкільного віку

На підставі проведеного теоретичного аналізу щодо проблеми розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку було організовано і проведено емпіричне дослідження. Дослідження проводили на базі закладу дошкільної освіти (ясла-садок) № 131 «Віночок», Запорізької міської ради. У дослідження брали участь діти старшого дошкільного віку в кількості 35 осіб.

Експериментальне дослідження проходило в три етапи:

- 1) констатувальний етап – визначення рівня сформованості емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку;
- 2) формувальний етап – розробка та апробація програми розвитку емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку;
- 3) контрольний етап – дослідження впливу програми на формування емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку.

Мета констатувального етапу дослідження – визначення рівнів сформованості емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

Для досягнення мети необхідно виконати наступні завдання дослідження:

1. Визначити критерії і показники розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.
2. Дібрати діагностичні методики для діагностики емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.
3. Провести діагностику та проаналізувати її результати.

На основі аналізу наукової літератури щодо емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку було визначено її критерії і показники, а також здійснено характеристику рівнів сформованості у дітей.

До критеріїв та показників розвитку емоційної сфери належить:

1) емоційне реагування:

- саморегуляція емоційних проявів;
- переважання в поведінці позитивних емоційних реакцій;

2) здатність до емпатії:

- вміння проявляти співчуття, доброзичливість тощо;
- вміння розпізнавати емоційні стани інших;

3) емоційна виразність:

- прояви емоцій за допомогою невербальних засобів;
- виразні емоційні прояви.

Оцінку сформованості кожного критерію було визначено за допомогою трьох рівнів: високий, середній, низький. Охарактеризуємо детальніше ці рівні:

– високий рівень – дитина має широкий діапазон сприймання емоційних станів, вербалізує усі емоційні стани, визначає причини їх прояву; добре сприймає емоційний стан інших, проявляє співчуття, готова допомогти;

– середній рівень – виділяє, впізнає та інтерпретує емоційний стан за допомогою дорослого; відчуває труднощі під час вербалізації деяких емоцій, визначення причини їх прояву; проявляє періодичну увагу до емоційного стану інших, адекватно реагує на їх настрій, здійснює допомогу, якщо просять;

– низький рівень – дитина відчуває труднощі в розумінні, сприйманні емоційних станів; не вербалізує емоції, відчуває труднощі в оцінці емоційних станів; не проявляє інтересу до оцінки емоційного стану інших.

Діагностичне вивчення рівнів розвитку емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку проводили за допомогою трьох методик:

1. Методика «Емоційна ідентифікація» О. Ізотової.
2. Діагностична методика «Емоційна піктограма» М. Кузьміщової.
3. Методика «Що? Чому? Як?» М. Нгуен.

Методика «Емоційна ідентифікація» розроблена О. Ізотовою (додаток А).

Мета дослідження за цією методикою: виявити особливості ідентифікації різних емоцій у дітей молодшого шкільного віку, їх індивідуальних особливостей розвитку емоційної сфери на основі сформованості сприймання та розуміння емоційних станів, рівня прояву емоцій різної модальності (радість, заздрість, гнів, страх та ін.).

Стимульний матеріал: піктограми (схематичне зображення емоцій різної модальності), фотографії осіб людей (дітей) з різним емоційним виразом, картки із зображеннями ситуацій різного емоційного значення, карта-шаблон «Кольорові гноми», 6 карт із зображеннями обличчя гномів з різними емоційними станами.

Дітям був запропонований набір картинок із зображеннями різних емоційних ситуацій: день народження, бійка, розлука, напад тощо. Давали наступну інструкцію: «Я показуватиму тобі картинки з різними історіями, а ти розповідатимеш про людей на цих картинках». Після кожного пред'явлення картинки ставилося питання: «Як ти думаєш, що сталося з цими людьми? Що вони відчують? Як називається таке почуття (настрій)?».

Констатуючий матеріал: спеціальні форми протоколу.

Інтерпретаційний матеріал: таблиця диференціації результатів з урахуванням типу допомоги (діагностична карта).

Якісний аналіз даних показників дає можливість визначити обсяг емоційного досвіду і емоційних уявлень у кожної дитини.

Показники методики:

- сприймання емоцій;
- розуміння змісту емоцій;
- визначення емоцій;
- вербалізація емоцій;
- послідовне відтворення емоцій.

За 5 показниками цієї методики максимальна кількість балів становить 15. При визначенні рівня емоційної ідентифікації враховується сума набраних дитиною балів, використовується наступна шкала:

– високий рівень розвитку емоційної ідентифікації – 13-15 балів (дитина правильно сприймає і розуміє емоційні стани, самостійно визначає і відтворює вираження емоцій різної модальності);

– середній рівень – 8-12 балів (дитина не завжди правильно сприймає і розуміє емоційні стани, з допомогою дорослого визначає і відтворює вираження емоцій різної модальності);

– низький рівень – 0-7 балів (дитина неправильно сприймає і не розуміє емоційні стани, навіть за допомогою дорослого не може визначити і відтворити вираження емоцій різної модальності).

Аналіз результатів, отриманих за цими показниками, дає можливість визначити обсяг емоційного досвіду і емоційних уявлень кожної дитини і виявити рівень емоційної ідентифікації.

Діагностична методика «Емоційна піктограма» для дітей старшого дошкільного віку за М. Кузьміщовою. Ця методика дає змогу визначити обсяг та структуру емоційних уявлень досліджуваних. Дітям було запропоновано 12 слів-понять, що позначають різні емоційні стани (емоції та почуття).

Інструкція: «Зараз я тобі говоритиму різні слова, а ти про кожне слово щось намалюєш. Слів буде багато, їх треба розмістити на одному боці аркуша, а з іншого боку малювати не можна. Постарайся запам'ятати ті слова, які я буду говорити». Результати діагностики дозволили виявити диференціацію адекватності кодування емоційних модальностей.

Інтерпретація: уявлення про емоції інтерпретуються на основі зображень та вербальних описів певних емоційних реакцій та відносин, що виражають когнітивне розуміння емоційного процесу та ступінь його диференційованості.

Обсяг та структура емоційних уявлень, форма розумової діяльності, вербалізація емоційних явищ («словник емоцій») як основні (специфічні) показники цієї методики характеризуються способами адекватного кодування

та вербалізації емоцій (виділення суттєвих ознак цього поняття):

- зображення емоцій, почуттів через експресивний еталон (міміка та пантоміміка) та через контекстні ситуації (сюжет);
- вербалізація емоцій через окремі експресивні прояви (міміка, пантоміміка), схему виникнення емоційного явища (ланцюжок дій), узагальнені характеристики емоційних явищ (структуроване знання-подання).

Рівнева диференціація адекватності кодування для молодшого шкільного віку:

- високий рівень: адекватне кодування та вербалізація 10-12 емоційних модальностей;
- середній рівень: адекватне кодування та вербалізація 8-10 емоційних модальностей, незначні труднощі в деяких емоціях;
- низький рівень: адекватне кодування та вербалізація 4-6 емоційних модальностей.

Методика «Що? Чому? Як?» М. Нгуен (додаток Б).

Мета: виявлення рівня сформованості емоційної сфери дитини враховувати емоційний стан іншої людини, вміння співпереживати, піклуватися про неї.

Обробка результатів. Дитина, відповідаючи питання, має розв'язати певну проблему, що пов'язана з відносинами між дітьми, їх оцінкою ситуацій і розумінням емоційних станів інших людей.

Дітям пропонували прослухати розповідь. Давали інструкцію: «Зараз я прочитаю вам розповідь. Ваше завдання слухати уважно, а потім відповісти на мої запитання». Дитина, відповідаючи на запитання, повинна розв'язати певну проблему, пов'язану із стосунками між дітьми, їх оцінкою ситуацій та розумінням емоційних станів інших людей. Відповіді оцінювалися за трибальною шкалою.

Кількісні результати вивчення рівня розвитку емоційної ідентифікації у дітей старшого дошкільного віку за методикою О. Ізотової представлені у таблиці 3.1.

Як видно з таблиці 2.1, 31,4% (11 дітей) мають високий рівень емоційної ідентифікації. 42,8% (15 дітей) мають середній рівень. 25,8% (9 дітей) мають низький рівень розвитку емоційної ідентифікації. Таким чином, у дітей переважає середній і низький рівень розвитку емоційної ідентифікації.

Таблиця 3.1

Результати розвитку емоційної ідентифікації дітей старшого дошкільного віку за методикою О. Ізотової

Рівні	К-сть	%
Високий рівень	11	31,4
Середній рівень	15	42,8
Низький рівень	9	25,8

Більшість дітей правильно ідентифікували лише веселого гнома, оскільки він має веселу міміку – очі та рот усміхаються. Вони робили помилки, сплутуючи гномів, які виглядали сумними або злими. Деякі змогли правильно визначити сумного гнома, оскільки у нього були сльози. Дуже мало дітей розпізнали гнома, який був наляканий – вони мали агресивну міміку з великими очима та широко розкритим ротом. Більш наочно результати за цією методикою представлено на рис. 3.3.

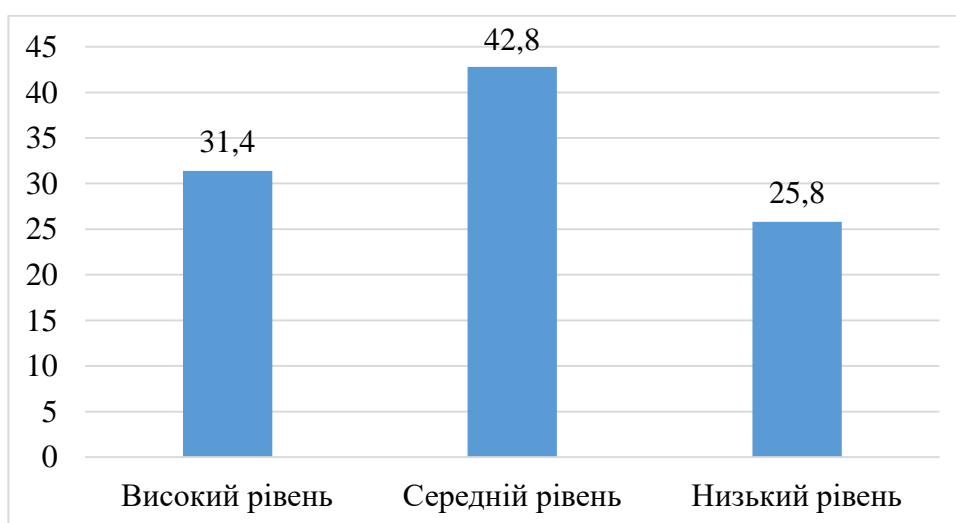


Рис. 3.3. Діаграма емоційної ідентифікації в дітей старшого дошкільного віку за методикою О. Ізотової, %

За показником «розуміння емоційного змісту» діти найточніше та без помилок розрізняли лише дві емоції: «радість» та «сум». Діти майже без помилок розпізнали емоції «сум» (дівчинка, яка сумна і тримає руку біля голови через біль) та «страх». За показником «вербалізація емоцій» діти використовують словесні описи не лише емоцій і настрою, але й подій зі свого життя, що викликають ці емоції. Наприклад, дитина може розповідати за допомогою малюнка, описуючи різні моменти та ситуації зі свого життя, пов'язані з радістю, сонячними подорожами та сімейними зустрічами.

За показником «відтворення емоцій» більшість дітей здатні правильно відтворити емоції «радість» та «смуток», ймовірно, ці емоційні стани доступні для більшості дітей і вони відчують їх частіше, ніж інші емоції. Під час визначення експресивних ознак на карті-шаблоні «Шість гномів», діти найчастіше віддавали перевагу цим двом емоціям. Вони обирали Веселуна через певні асоціації, наприклад, «мені подобається Веселун (вибрала синій костюм) – я люблю синій колір», «Він веселий, бо отримав ляльку, машинку або іншу іграшку». Також, деякі діти обирали Сумного гнома, спираючись на його зовнішній вигляд, наприклад, «Мені подобається сумний гном. У нього хороші очі. Хочеться його пошкодувати». Проте у дітей виникали труднощі в розпізнанні емоцій «відраза» та «презирство».

Діагностична методика «Емоційна піктограма» для дітей старшого дошкільного віку М. Кузьміщової. Результати діагностики представлено в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Результати обсяг та структуру емоційних уявлень дітей старшого дошкільного віку

Рівні	К-сть	%
Високий рівень	9	25,8
Середній рівень	16	45,7
Низький рівень	10	28,5

Аналіз результатів таблиці 3.2. підтверджує, що 25,8% досліджуваних мають високий рівень адекватності сприймання емоцій, дітям виявилось під силу розкодувати і озвучити складні емоції. 45,7% досліджуваних продемонстрували середній рівень адекватності сприйняття емоцій. Діти зазнали деяких труднощів у вербалізації складних емоційних станів, таких як подив, ревності, заздрість, зневага. 28,5% респондентів мають низький рівень адекватності сприйняття емоцій, вони зазнавали труднощів при їх вербалізації. У дітей спостерігається порушення структури емоційних уявлень. Нестабільний рівень довільного вираження емоцій: виникають труднощі довільної мимічної імітації за зразком усіх модальностей нижнього та верхнього патерна. Більш наочно результати за цією методикою представлено на рис. 3.4.

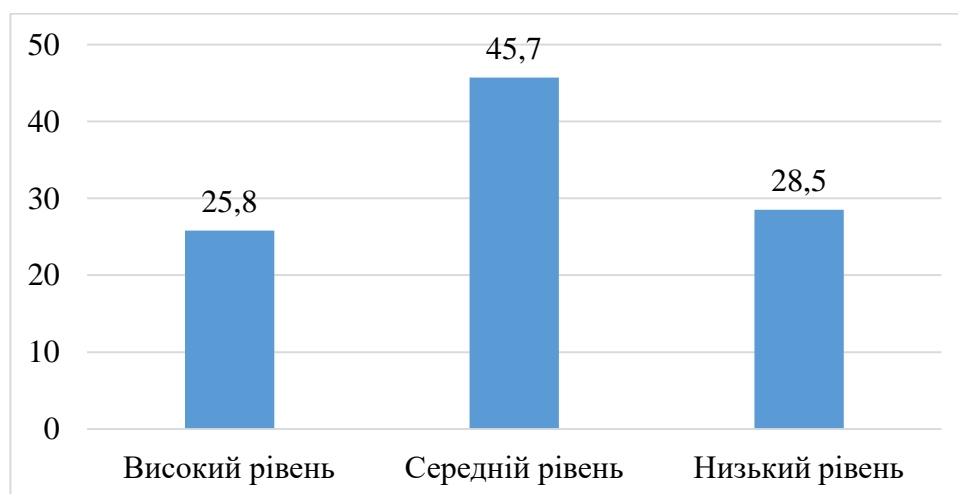


Рис. 3.4. Діаграма результатів обсяг та структуру емоційних уявлень дітей старшого дошкільного віку

Методика «Що? Чому? Як?» М. Нгуен. Результати діагностики представлено в таблиця 3.3.

Таблиця 3.3

Результати діагностики вміння враховувати емоційний стан іншої людини дітей старшого дошкільного віку

Рівні	К-сть	%
Високий рівень	8	22,8
Середній рівень	14	40
Низький рівень	13	37,1

Високий рівень розвитку емоційного інтелекту мають 22,8% (8 дітей) в КГ. Вони правильно пояснюють ситуацію, адекватно сприймають та пояснюють емоції людей-учасників ситуації. Діти говорять про те, що люди почуваються погано, якщо над ними сміються, так не можна чинити. Дитина сама приймає рішення, спираючись на свої почуття – почуття скривдженої людини.

Більшість досліджуваних демонструють середній рівень вміння враховувати емоційний стан іншої людини – 40% (14 дітей). Діти розв'язують проблему, що виникла, менш конструктивно, на запитання, що старша сестра сказала хлопцям, відповідають, що старша сестра погрожувала хлопцям, щоб вони не сміялися і не ображали. Поставивши себе місце героя ситуації, пропонують попросити дорослих поговорити з кривдниками (рис. 3.5). Низький рівень мають 37,1% (13 дітей). Ці діти не розуміють суті питання. Відмовляються відповідати, не ставлять себе місце героя ситуації.

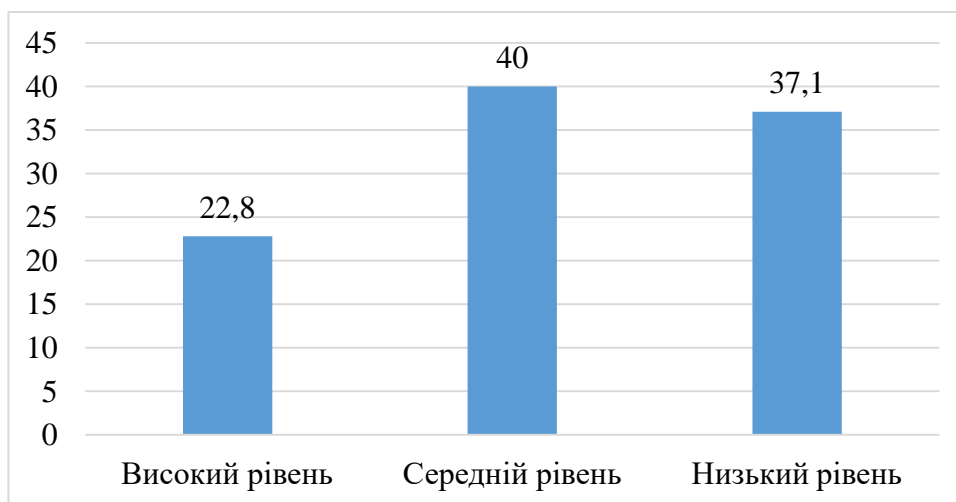


Рис. 3.5. Діаграма результатів діагностики вміння враховувати емоційний стан іншої людини в дітей старшого дошкільного віку, %

Отже, під час проведеного діагностичного дослідження, спрямованого вивчення емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку, було встановлено, що для більшості дітей характерний середній та низький рівень розвитку емоційної сфери та її критеріїв. Ці діти пасивні. Насилу включаються в діяльність, їм потрібний тривалий проміжок часу для відповіді. Усі відповіді

дітей цієї групи стереотипні, вони не проявляють ініціативи та емоцій. У зв'язку з цим ми дійшли висновку, що необхідно провести спеціальну роботу з розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

3.2. Програма розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії

Результати констатувального етапу дослідження показали, що необхідно провести роботу з метою розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку. Аналіз наукової та методологічної психолого-педагогічної літератури з проблеми розвитку емоційно-вольової сфери здобувачів дошкільної освіти дав можливість наукового теоретичного обґрунтування та проведення роботи з розвитку емоційної сфери в дітей старшого дошкільного віку.

Мета формувального етапу – провести системну роботу з розвитку емоційної сфери в дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Завдання формувального етапу дослідження:

1. Корекція та розвиток вміння адекватно реагувати на емоційні прояви інших людей, розділяти їх почуття, глибину їх переживань.
2. Формування навички ідентифікації власного емоційного стану та емоційного стану інших людей.
3. Формування емоційного самовладання у різних соціальних ситуаціях.
4. Формування шанобливого ставлення до емоційного стану інших.

Психолого-педагогічне формування емоційної сфери дітей здійснювалося на основі наступних методологічних принципів вікової, загальної та сімейної психокорекції:

1. Принцип розвитку. Цей принцип передбачає, що за наявності суворо продуманих умов будь-яка дитина має здатність до розвитку, що значною мірою залежить від особливостей організації корекційного процесу.

2. Принцип єдності корекції та розвитку. Цей принцип передбачає, що рішення про зміст корекційної роботи приймається лише на основі психолого-педагогічного аналізу внутрішніх та зовнішніх умов розвитку індивіда.

3. Принцип єдності діагностики та корекції. Цей принцип передбачає, що ці процеси взаємопов'язані, оскільки корекцію порушень неможливо провести без початкової діагностики.

4. Принципи гуманізму, принципи культурно-історичного підходу до закономірностей розвитку психіки.

Стратегія проведення роботи: розвивальна робота спрямована на покращення розуміння дитиною своїх станів, а також доступних для дітей цього віку навичок та прийомів емоційної саморегуляції.

У процесі занять ми вчили дітей передавати заданий емоційний стан, використовуючи різні виразні засоби, вчили слухати та розуміти музичні твори, водночас розвиваючи емпатію. Наприклад, розгляд емоції «радість» реалізовувався через прослуховування з дітьми п'єси П. Чайковського «Нова лялька». Після прослуховування музичного твору дітям ставили запитання: «Про що ви думали, коли слухали музику?», «Що відчували?», «Що хочеться робити під таку музику?». Потім твір прослуховували повторно та пропонували дітям уявити, що їм подарували нову ляльку чи іншу іграшку та потанцювати під цю музику. Після закінчення музики звертали увагу дітей на те, як вони рухалися. Пояснили, що вони висловлювали радість. Наведемо зразки (табл. 3.4) підбору музичних творів для занять із знайомства дітей із базовими емоціями.

Таблиця 3.4

Узагальнені характеристики музичних творів, що виражають емоційні стани

Основні параметри музики	Основний настрій	Характеристика	Назва музичних творів
повільна, мажорна	спокійна	лірична, м'яка, споглядальна, співуча	Ф. Шопен «Ноктюрн фа-мажор» (крайні частини)

Продовження таблиці 3.4

повільна, мінорна	сум	похмура, трагічна, тужлива, гнітюча, сумна, скорботна	П. Чайковський «Лебідь симфонія, вступ», «VI симфонія, фінал»; Е. Гріг «Смерть»; Ф. Шопен «Прелюдія до-мінор», «Марш із сонати сі-бемоль»
швидка, мінорна	гнів	Драматична схвильована, тривожна, неспокійна, бунтівна, гнівна	Ф. Шопен «Скерцо №1 Етюд №12, ор.10»; П. Чайковський «Симфонія №1», «Розвиток»; Фінальна соната Бетховена №14, 23
швидка, мажорна	радість	святкова, урочиста, тріумфуюча, бадьора, весела, радісна	Моцарт «Маленька нічна серенада, фінал»; Бетховен «Фінал симфонії № V, IX»

Нами було розроблено розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії. Основний акцент був зроблений на заняттях музикотерапії, водночас кожне заняття з елементами інших арт-терапевтичних методів супроводжувалося обов'язково музичним супроводом. Програма є інтегрованою, з включенням різноманітних психотехнік: малювання під музику, слухання казок під музику, танцювальна терапія, вираження емоцій та почуттів під музику.

Програма – цикл занять, спрямованих на розвиток емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку. Заняття проходили в ігровій формі. Програма заснована на використанні різних способів творчого самовираження, візуально-пластичних засобів насамперед музичних засобів, які доповнюються засобами арт-терапії та драматичної експресії, руху та танцю.

Розвиваюча програма складається з 10 занять. Тривалість занять складає 20-25 хвилин. У процесі групових занять обов'язково проводилося спільне обговорення процесу та результатів діяльності. Заняття проводилися 2 рази на тиждень з дітьми старшого дошкільного віку. Заняття проходили у невимушеній позитивній обстановці, що дає змогу засвоювати весь матеріал з легкістю. Передбачуваний результат проведення занять – це формування у

дітей вміння співпереживання, розуміння інших людей, а також формування вміння справлятися з агресивними проявами та орієнтуватися на соціально-прийнятні форми поведінки.

Мета програми: оптимізація емоційної сфери в дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії.

Завдання програми:

- 1) створити позитивну установку на взаємодію з психологом;
- 2) розвивати здатність дітей старшого дошкільного віку розуміти свої емоції та висловлювати їх, за допомогою міміки, жестів, голосу окремо та комплексно;
- 3) розвивати здатність у дітей старшого дошкільного віку розпізнавати емоції інших людей за допомогою міміки, жестів, голосу окремо та комплексно, розрізняти подібні емоції;
- 4) формувати в дітей суспільно прийнятні форми вираження негативних емоцій (гнів, образа (сум), страх, зневага, огида та ін.);
- 5) вчити дітей старшого дошкільного віку самостійним прийомам зняття емоційної напруги, втоми, тривоги;
- 6) зменшити рівень тривожності в дітей;
- 7) подолати агресивні прояви в поведінці дітей, пов'язані з невмінням контролювати негативні емоції.

Програма складається з 3 етапів:

1 етап – вступний. Спостереження за дітьми у різних ситуаціях. Формування позитивного настрою на заняття та на взаємодію із дорослим. Ознайомлення дітей із тематикою занять, правилами роботи на заняттях, встановлення емоційно-сприятливого клімату групи, створення довірчої обстановки.

2 етап – основний. Детальне вивчення та подальше опрацювання основних (базових) емоцій. Розвиток та закріплення соціально-адекватних способів вираження негативних емоцій. Навчання самостійним способам зняття напруги та почуття тривоги, вміння взяти себе в руки. Відбувається поступова

корекція негативних особистісних характеристик. Подолання негативних емоційних переживань, зниження рівня тривожності.

3 етап – заключний, підсумковий. Створення емоційно-позитивного настрою, закріплення отриманих дітьми знань та навичок через ігри та малюнки. Перенесення засвоєних форм поведінки спілкування з однолітками. Підбиття підсумків.

Тематичний план корекційно-розвивальних занять програми представлений у таблиці 3.5.

Таблиця 3.5

Тематичний план занять з розвитку емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку

№	Тема заняття	Мета	Форми і методи роботи
1	Вітання	встановлення емоційного контакту з дітьми; формування позитивного настрою на заняття; створення емоційно сприятливого клімату в групі; пом'якшення емоційного дискомфорту дітей	Розмова із дітьми. Спонтанні (вільні) ігри для дітей. Ігри на зняття м'язової та емоційної напруги: психогімнастичні етюди; гра «Ті хто...»; ігри з пластиліном (з музичним супроводом). Ігри на згуртування колективу. Малюнок на тему світ без емоцій (під музику)
2	Образи добрих та злих героїв	вчити розпізнавати та протиставляти один одному протилежні емоції; розвивати здатність розрізняти різноманітні емоції; навчитися невербально висловлювати свої емоції	П. Чайковський «Баба Яга». Бесіда з дітьми. Ігри на вибір дітей. Ігри на зниження тривоги дітей (ігри з піском під муз. супровід). Ігри на зняття м'язового та емоційного напруження: «Килимок агресії». Прослуховування класичної (музикотерапія)
3	Образи тварин у музичних творах	познайомитися з емоцією «здивування»; розвивати розуміння про свої почуття та почуття інших людей; розвивати вміння виражати емоції через танець	К. Сен-Санс п'єса «Лебідь», П. Чайковський «Пісня жайворонка». Бесіда з дітьми. Ігри на вибір дітей. Ігри на зниження тривоги дітей (ігри з водою під муз. супровід). Ігри на зняття м'язового та емоційного напруження: «Чарівний мішечок». Прослуховування класичної (музикотерапія)

Продовження таблиці 3.5

4	Ранок	познайомити з емоцією «радість»; вчити виражати емоції графічними засобами, передавати заданий емоційний стан	Е. Гріг «Ранок». Бесіда з дітьми. Психогімнастичні етюди. Методи арт-терапії (малювання емоцій та переживань дітей під муз. супровід). Прослуховування класичної (музикотерапія)
5	Море	познайомити з емоцією «страх»; розвивати вміння емоційно сприймати стан інших людей; розвивати вміння контролювати свій емоційний стан; вчити за допомогою танцю зображати різноманітність емоційних станів музичного твору	Бесіда з дітьми. Психогімнастичні етюди. Методи арт-терапії (ліплення з пластиліну емоцій). Прослуховування класичної (музикотерапія)
6	Осінь	познайомити з емоцією «сум»; поговорити про те, що буває світлий смуток; згадати або придумати ситуації, коли людина відчуває важкий смуток, а коли світлий смуток;	П. Чайковський «Жовтень». Бесіда з дітьми. Психогімнастичні етюди. Ігри на зниження тривоги дітей (ігри з водою під муз. супровід). Художні етюди. Прослуховування класичної (музикотерапія)
7	Весна	навчитися відстежувати розвиток емоцій; розвивати здатність розпізнавати емоції; навчитися графічно зображати емоцію в динаміці	М. Глінка «Жайворонок». Психогімнастичні етюди. Методи арт-терапії (малювання емоцій та під муз. супровід). Прослуховування класичної (музикотерапія)
8	Музичний образ та його характер	поговорити про емоції, що належать протилежним героям музичних творів; розвивати вміння розпізнавати різноманітні емоції, обирати характер руху	М. Глінка «Марш Чорномору», П. Чайковський «Танець Фей Драже». Бесіда з дітьми. Психогімнастичні етюди. Методи арт-терапії (створення аплікацій під муз. супровід). Прослуховування класичної (музикотерапія)

Продовження таблиці 3.5

9	Музика в русі	навчитися визначати та виражати емоції в танці; навчитися танцювати вальс; розвивати вміння виражати свої емоції через танець	П. Чайковський «Вальс Квітів». Психогімнастичні етюди. Бесіда з дітьми. Танцювання вальсу. Прослуховування класичної (музикотерапія)
10	Прощання	створення емоційно позитивного настрою; розвиток та закріплення соціально-адекватних способів вираження негативних емоцій; закріплення засвоєних форм спілкування та поведінки; підбиття підсумків всього пройденого матеріалу	розмова з дітьми. Ігри на вибір дітей. Ігри на зняття м'язової та емоційної напруги: «Килимок агресії». Психогімнастична гра «Скульптор», «Малюнок себе». Прослуховування класичної, розслаблюючої музики (музикотерапія)

Очікувані результати. Діти старшого дошкільного віку, після реалізації корекційно-розвивальної програми, спрямованої на оптимізацію емоційної сфери, набувають такі особистісні якості та навички, як:

- розвиток емоційного інтелекту;
- вміння впоратися зі своїми негативними емоціями;
- емпатія, співпереживання;
- позитивне ставлення до однолітків;
- зниження рівня тривожності, емоційної напруженості.

Однією з форм педагогічної підтримки розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку у межах програми є «малювання емоцій» (емоційно-символічний метод). Розділивши дітей на групи, ми запропонували їм намалювати кольоровими плямами емоції. Одна група дітей малювала на великому аркуші паперу радість, інша – горе, третя подив. Потім усі разом розглядали отримані зображення, порівнювали та обговорювали побачене.

Художні етюди є образними вправами, виконувати які потрібно використовуючи різні засоби спілкування (жести, міміку, мовлення). Ці етюди виховують естетичні почуття – творче сприймання природи, життя, мистецтва. Етюди «Хороша погода», «Погана погода», «Погода змінилася» пропонує дітям спочатку уявити собі теплий сонячний день, зелений лужок із яскравими квітами, над якими весело пурхають метелики, потім похмуре небо, дощ, холодний вітер, скуйовджених горобців, що забилися під дахи будинків, і, нарешті, уявити, як, несподівано для всіх, закінчився дощ, і визирнуло яскраве сонечко. Після кожної ситуації ставиться запитання «Який у вас зараз настрій?» та пропонується дітям вибрати відповідну піктограму із заздалегідь підготовлених, на якій зображені різні емоції. Ці етюди розширюють уявлення дітей про емоції, пропонуючи їх порівнювати, розвивають емпатію та уяву.

У процесі корекційних занять можна було спостерігати деякі труднощі під час виконання завдань. Особливо складним для дітей було:

1) назвати емоції;

2) дати визначення емоції. Наприклад, дітям було поставлено запитання: «Що таке емоції?», «Що таке радість?», «Що таке почуття провини?». На жодне запитання діти не змогли відповісти вірно;

3) розрізняти емоції та почуття. Для дітей емоції та почуття це одне і теж. На кожному занятті доводилося заново пояснювати, що таке емоції, що таке почуття. До емоцій, діти відносили такі поняття як: самотність, агресивність та ін.

4) правильне називання емоції. При вгадуванні емоцій, діти найчастіше називали дію. Наприклад, не емоція «горе», а «плакати»; не емоція «гнів», а «злитися».

5) розрізнення (впізнавання) емоцій. Найбільші труднощі діти проявили під час розрізнення емоцій «вина» і «сором», а також «зневага» і «огида». На зображеннях часто плутали емоції «здивування» та «страх»;

б) прояв емоцій. Здавалося б, на перший погляд, це має бути найпростішим для дітей, але насправді це викликало труднощі. Особливо, висловлювати будь-яку емоцію максимально задіявши всі частини тіла. Як приклад, можна описати вираження емоції «здивування»;

7) вираження емоцій у творчості. Зокрема, це стосується малюнків. Частина дітей не справлялася з цим завданням з наступних причин:

- нерозуміння суті завдання;
- небажання дотримуватися інструкцій;
- невміння висловити свої емоції та себе на малюнку. Виявилось, що дітям важко придумати, що вони малюватимуть, навіть коли справа стосується самого себе;

8) впізнавання емоційного стану в музичних творах. Діти визначали кожен музичний твір як веселощі.

Перешкодою для успішної реалізації корекційних заходів часто були: проблеми концентрації та утримання уваги, фрагментарність сприймання, утруднені розумові операції, такі як аналіз та синтез. Що, своєю чергою, вказує на важливість комплексного корекційного впливу, на психіку дітей загалом.

Водночас корекційні заняття мали і позитивну динаміку:

- змінювалося емоційне тло від початку заняття до кінця (настрій дітей наприкінці заняття ставав радіснішим і спокійним);
- до 5 заняття взаємини у стали теплішими та дружніми, діти стали добрішими;
- у дітей з'явився позитивний настрій на заняття та взаємодію з дорослим вже на 2 занятті;
- кожне заняття діти дізнавалися про щось нове, емоційний кругозір став ширшим, лексичний запас емоцій також збільшився;
- зниження напруженості у взаємодії один з одним, особливо це помітно в парах дівчинка-хлопчик. На перших заняттях діти майже не спілкувалися, дуже соромилися, коли їм доводилося займатися в парах. Приблизно на 4 занятті, дітям легше стало знаходити спільну мову один з одним. До 10 заняття

діти вільно та радісно виконували завдання разом;

- зниження тривожності в дітей спостерігалось на 8 занятті.

Досягнення результатів було успішним за такими напрямками:

- створення позитивної установки на взаємодію;
- розвиток здатності дітей старшого дошкільного віку розуміти свої та чужі емоції, висловлювати їх;
- зниження рівня тривожності;
- зняття психоемоційної напруги.

Це можна пояснити тим, що під час виконання завдань було задіяно вже наявний у дітей особистісний досвід у розпізнаванні та прояві емоцій.

Найменший ефект був досягнутий у напрямках:

- навчання дітей самостійним прийомам зняття емоційної напруги, втоми, тривоги;
- подолання агресивних проявів у поведінці дітей, пов'язаних з невмінням контролювати негативні емоції;
- навчання дітей суспільно прийнятним формам вираження негативних емоцій.

Найімовірніше, завдання не були вирішені успішно, у зв'язку з обмеженістю в часі та складністю сприйманого матеріалу дітьми на початкових етапах.

Отже, формувальний етап експерименту включав систематичну роботу з дітьми, які склали експериментальну групу. Ці діти стикалися з викликами у розпізнаванні та розумінні власних емоцій, а також емоцій інших людей. Вони мали труднощі у вираженні емоцій різних типів (радість, гнів, сум, страх, відраза, презирство, заздрість та інше). Для цієї групи було проведено корекційну роботу згідно зі спеціально розробленою програмою, спрямованою на розвиток їхньої емоційної сфери. Ця робота спрямована на активізацію емоційного розвитку у дітей старшого дошкільного віку з недорозвиненням мовлення.

3.3. Аналіз ефективності програми розвитку емоційної сфери

Після проведення формувального етапу дослідження ми провели контрольний етап.

Мета контрольного етапу – визначення ефективності впливу розробленої програми на розвиток емоційної сфери в дітей старшого дошкільного віку.

Для досягнення мети необхідно виконати наступні завдання дослідження:

1. Провести повторне діагностичне дослідження.
2. Проаналізувати результати дослідження.
3. Визначити ефективність впливу програми на розвиток емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.

На цьому етапі дослідження було використано ті ж методики, що були на констатувальному етапі. Кількісні результати вивчення рівня розвитку емоційної ідентифікації у молодших школярів за методикою О. Ізотової представлені у таблиці 3.6.

Таблиця 3.6

Результати розвитку емоційної ідентифікації дітей старшого дошкільного віку за методикою О. Ізотової (контрольний етап)

Рівні	К-сть	%
Високий рівень	15	42,8
Середній рівень	15	42,8
Низький рівень	5	14,2

Як видно з табл. 3.6, 42,8% (15 дітей) мають високий рівень розвитку емоційної ідентифікації; 42,8% (15 дітей) – середній рівень; 14,2% (5 дітей) – низький рівень розвитку емоційної ідентифікації. Таким чином, у дітей значно покращилися результати. На рис. 3.6. представлено динаміку емоційної ідентифікації у дітей старшого дошкільного віку за методикою О. Ізотової з констатувального та контрольного етапів дослідження.

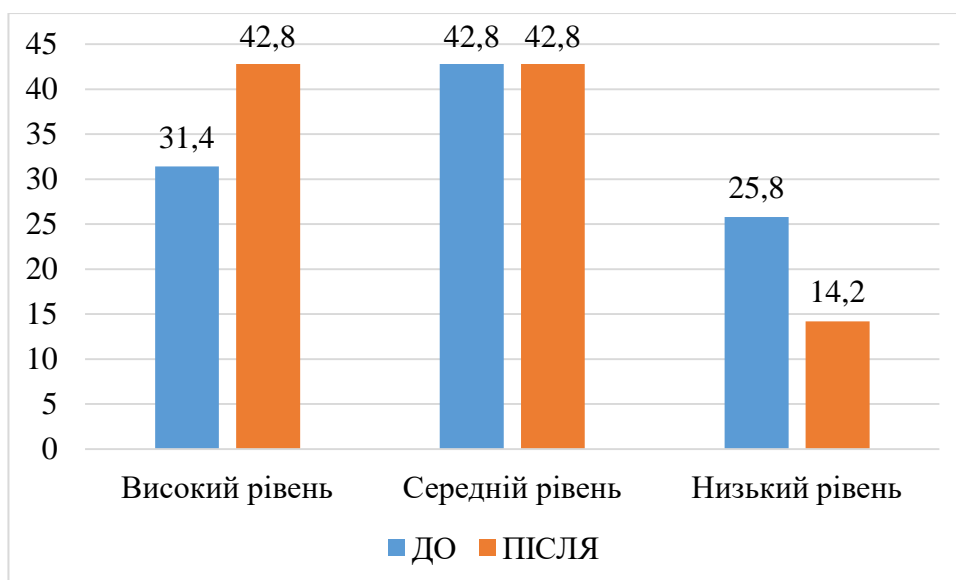


Рис. 3.6. Динаміка емоційної ідентифікації у дітей старшого дошкільного віку за методикою О. Ізотової з констатувального та контрольного етапів дослідження, %

Високий рівень емоційної ідентифікації зріс на 11,4%, середній рівень залишився без змін, низький – знизився на 11,4%. За результатами цієї методики можемо говорити про те, що більшість дітей старшого дошкільного віку навчилися розпізнавати емоції різних модальностей.

Діагностична методика «Емоційна піктограма» для дітей старшого дошкільного віку М. Кузьміщової. Результати діагностики представлено в таблиці 3.7.

Таблиця 3.7

Результати обсягу та структури емоційних уявлень дітей старшого дошкільного віку (контрольний етап)

Рівні	К-сть	%
Високий рівень	17	48,5
Середній рівень	13	37,1
Низький рівень	5	14,2

Аналіз результатів показує, що 48,5% (17 дітей) мають високий рівень емоційних уявлень; середній рівень мають 37,1% (13 дітей); низький рівень мають 14,2% (5 дітей). На рис. 3.5. представлено динаміку результатів обсягу та структури емоційних уявлень дітей старшого дошкільного віку за методикою «Емоційна піктограма» з констатувального та контрольного етапів дослідження.

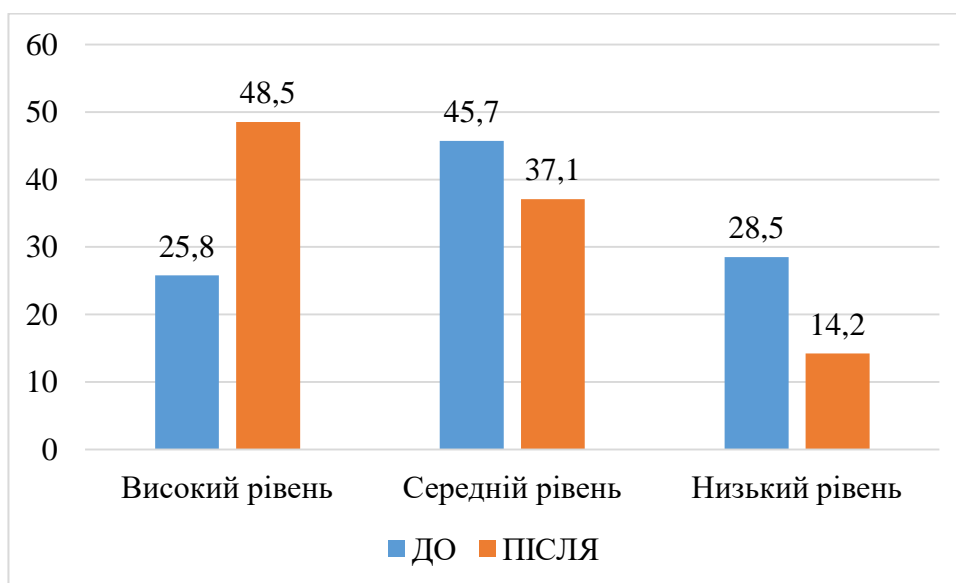


Рис. 3.7. Динаміка результатів обсягу та структури емоційних уявлень дітей старшого дошкільного віку з констатувального та контрольного етапів дослідження, %

Як видно з рис. 3.7, високий рівень обсягу та структури емоційних уявлень зріс на 22,7%, середній рівень знизився на 8,6%, низький – знизився на 14,3%.

Методика «Що? Чому? Як?» М. Нгуен. Результати діагностики представлено в таблиці 3.8.

**Результати діагностики вміння враховувати емоційний стан іншої людини
(контрольний етап)**

Рівні	К-сть	%
Високий рівень	16	45,7
Середній рівень	13	37,1
Низький рівень	6	17,2

Аналіз результатів показує, що 45,7% (16 дітей) мають високий рівень вміння враховувати емоційний стан іншої людини. Середній рівень мають 37,1% (13 дітей). Низький рівень мають 17,2% (6 дітей). На рис. 3.8. представлено динаміку вміння враховувати емоційний стан іншої людини за методикою «Що? Чому? Як?» з констатувального і контрольного етапів.

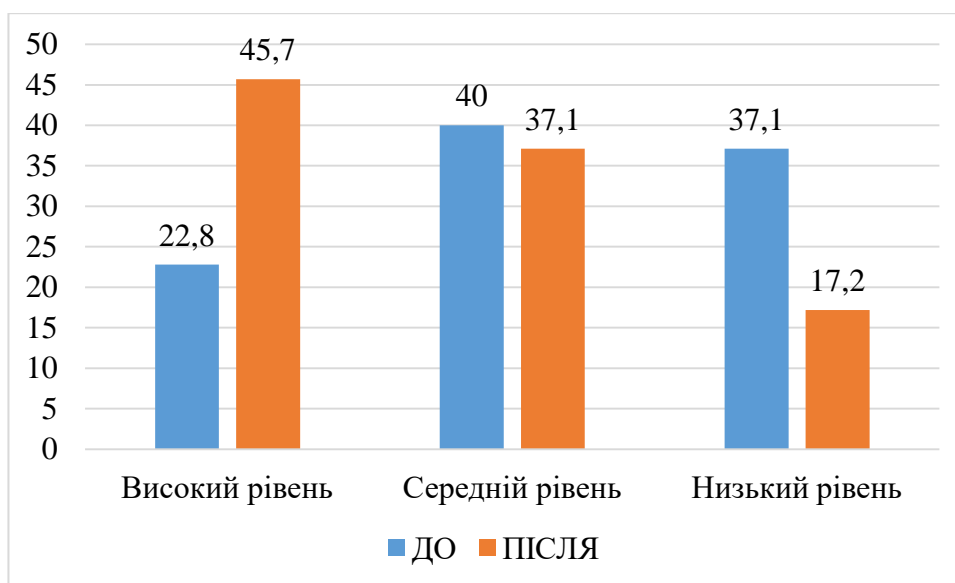


Рис. 3.8. Динаміка результатів діагностики вміння враховувати емоційний стан іншої людини в дітей старшого дошкільного віку з констатувального і контрольного етапів, %

Як видно з рис. 3.6, високий рівень вміння враховувати емоційний стан іншої людини зріс на 22,9%, середній рівень знизився на 2,9%, низький – знизився на 19,9%.

На основі проведеного повторного діагностичного дослідження було виявлено ефективність застосування розробленої програми для розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії. Результати контрольного етапу експерименту підтвердили переважання високого та середнього рівня розвитку емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку.

Загалом контрольний етап показав, що діти навчилися правильно сприймати та розуміти емоційні стани, самостійно визначати та відтворювати висловлювання емоцій різної модальності (радість, гнів, сум, страх, відраза, презирство, заздрість). Їх вчинки та дії стали адекватнішими у різноманітних життєвих ситуаціях. У більшості дітей спостерігається позитивне емоційне ставлення до дорослих та однолітків. У словнику емоцій дітей з'явилися нові слова для позначення емоційних станів людини, як «розчарування», «співчуття», «недовіра», «невдоволення».

Діти навчилися співчувати один одному в радості та в смутку, почали проявляти готовність надати дієву допомогу іншій дитині або дорослому. Отже, за результатами експерименту, можна констатувати ефективність проведеної роботи. Але є ще діти, які мають труднощі з розвитком емоційної сфери, тому необхідно й надалі проводити з ними роботу в цьому напрямі.

ВИСНОВКИ

На основі проведеного дослідження з проблеми розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії можна зробити наступні висновки.

1. Здійснено аналіз наукової літератури з проблеми розвитку емоційної сфери. Емоційна сфера особистості є живим джерелом пізнання, вираженням складних різноманітних відносин для людей. На основі емоцій відбувається класифікація подій та явищ на небезпечні – безпечні, приємні – неприємні, корисні – шкідливі та, нарешті, визначення особистої значущості. Емоційні прояви людини різноманітні та відрізняються за динамікою, глибиною та тривалістю прояву, ступенем виразності та впливом на поведінку та діяльність суб'єкта. Емоційна сфера – це широкий спектр внутрішніх індивідуальних переживань та почуттів. У складі емоційної сфери виділяють такі компоненти як емоційний тон, емоції, емоційні властивості особистості, почуття. Розвиток емоційної сфери включає вплив різноманітних чинників, від біологічних до соціальних. Генетичні передумови, соціальне оточення, культурні норми, досвід та виховання грають ключову роль у формуванні емоційних реакцій та вираженні почуттів. Взаємодія цих чинників складається зі складного механізму, який визначає емоційну адаптацію та розвиток особистості.

2. Розкрито особливості розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії. У старшому дошкільному віці діти переживають значні зміни в розвитку емоційної сфери, що є ключовим етапом їхнього психологічного розвитку. Емоції грають важливу роль у соціалізації дитини, сприяючи її залученню до світу культури та встановленню взаємин з оточуючими. Зазначено, що емоційний розвиток дитини відбувається через нові інтереси, мотиви та потреби, що виникають у дітей, та встановлення ієрархії мотивів, які стимулюють зміни в емоційній сфері. Наголошується на значенні взаємодії дитини з оточуючими людьми, особливо з дорослими та однолітками,

у формуванні емоційної сфери. Спілкування з дорослими може впливати на сприймання та вираження емоцій дитиною, а взаємодія з однолітками розвиває різноманітні комунікативні навички та стратегії. Також важливо враховувати фізіологічні та психологічні зміни, що відбуваються у тілі та мозку дитини під час дошкільного віку, оскільки вони впливають на її емоційний розвиток. Арт-терапія в науково-педагогічній літературі розглядається як засіб, що дозволяє стежити за емоційним самопочуттям та психічним станом здоров'я особистості засобами образотворчої діяльності. Оскільки арт-терапія підтримується дією засобів мистецтва, то її систематизація базується насамперед на специфіці варіантів мистецтва (музика – музикотерапія; образотворча майстерність – ізотерапія; драмтеатр, стиль – імаготерапія; література, книга – бібліотерапія, танець, рух – кінезітерапія).

3. Визначено рівень емоційного розвитку в дітей старшого дошкільного віку. Дослідження проводили на базі закладу дошкільної освіти (ясла-садок) № 131 «Віночок», Запорізької міської ради. У дослідження брали участь діти старшого дошкільного віку в кількості 35 осіб. Діагностичне вивчення рівнів розвитку емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку проводили за допомогою трьох методик: методика «Емоційна ідентифікація» О. Ізотової, діагностична методика «Емоційна піктограма» М. Кузьміщової, методика «Що? Чому? Як?» М. Нгуен. Під час проведеного діагностичного дослідження, спрямованого вивчення емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку, було встановлено, що для більшості дітей характерний середній та низький рівень розвитку емоційної сфери та її критеріїв. Ці діти пасивні. Насилу включаються в діяльність, їм потрібний тривалий проміжок часу для відповіді. Усі відповіді дітей цієї групи стереотипні, вони не проявляють ініціативи та емоцій.

4. Розроблено програму розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії та визначено її ефективність. Мета програми – оптимізація емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку з недорозвиненням мовлення. Розвиваюча програма складається з 10 занять. Тривалість занять складає 20-25 хвилин. Під час роботи з розвитку емоційної

сфери дітей старшого дошкільного віку з порушеннями мовлення було використано такі засоби: психогімнастичні етюди, музикотерапія, ігри на зниження тривоги та м'язового напруження тощо. На основі проведеного повторного діагностичного дослідження було виявлено ефективність застосування розробленої програми для розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку. Високий рівень емоційної ідентифікації зріс на 11,4%, середній рівень залишився без змін, низький – знизився на 11,4%. Високий рівень обсягу та структури емоційних уявлень зріс на 22,7%, середній рівень знизився на 8,6%, низький – знизився на 14,3%. Високий рівень вміння враховувати емоційний стан іншої людини зріс на 22,9%, середній рівень знизився на 2,9%, низький – знизився на 19,9%.

На основі вищевикладеного можна говорити про те, що мета досягнута, завдання вирішені, гіпотезу підтверджено.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Борисенко К. Ю. Особливості розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2021. Вип. 1 (48). С. 48–52.
2. Вімонас В. К. Психологія емоційних явищ. Київ : Просвітництво, 2006. 132 с.
3. Вовчик-Блакитна О. О. Індивідуальні особливості емоційного розвитку дитини: стратегії педагогічного супроводу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 4. С. 1–3.
4. Вознесенська О. Ризики застосування лялько-терапії. *Простір арт-терапії: творча інтеграція та трансформація в епоху плинного модерну* : матеріали XV Міжнародної міждисциплінарної науковопрактичної конференції 16-18 лютого 2018 р.). Київ : Золоті ворота, 2018. С. 4–9.
5. Войтко В. В. Емоційні порушення в дитячому віці та їх корекція: методичні рекомендації. Кіровоград : КОІППО, 2016. 60 с.
6. Гаміна Т. С. Музикотерапія як складова артсинтезтерапії. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2009. № 11 (174). С. 82–90.
7. Гречко Т. Сутність і психологічні особливості вияву негативних психічних станів. *Збірник наукових праць. Серія «Педагогічні та психологічні науки»*. 2015. С. 130–134.
8. Гріньова О. М. Особливості використання музикотерапії в роботі з дошкільниками. *Практичний психолог: Дитячий садок*. 2015. № 10. С. 25–31.
9. Гуд Г. О. Емоційна сфера особистості: теоретико- методологічний аспект дослідження. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2018. Т. 14. Вип. 1. С. 84–94.
10. Данилюк І. В. Казкотерапія як метод психологічного впливу на особистість. *Психологічний час опис*. 2019. № 6. Т. 5. С. 161–173.

11. Дмитріюк Н. С. Вплив емоцій на формування та становлення особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2018. № 8. С. 261–271.
12. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 424 с.
13. Журавльова Л. П. Психологія емпатії : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.
14. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоцій : навч. посібник. Луцьк : Волинський держ. ун-т, ім. Л. Українки, 1997. 306 с.
15. Ізард К. Е. Емоції людини. Харків : Преса, 2015. 240 с.
16. Ізард К. Е. Психологія емоцій. Харків : Преса, 2017. 373 с.
17. Ізотова О. І., Нікіфорова О. В. Емоційна сфера дитини : теорія і практика. Київ : Академія, 2014. 288 с.
18. Кічук А. В. До характеристики емоційних ознак психологічного здоров'я особистості. *Science Progressin European Countries: new concept sand modern solutions*. 2018. С. 275–279.
19. Кобелева А. В. Проблема функціонування емоційної сфери особистості в контексті психофізіологічного підходу. *Теоретико-методологічні проблеми практичної психології та її перспективи розвитку* : збірник доповідей Всеукраїнської студентської науковопрактичної конференції, присвяченої 125-річчю з Дня народження Гордона Олпорта. Кропивницький, 2022. С. 96–98.
20. Коврига Н. В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01. Київ, 2003. 20 с.
21. Кормило О. М. Передумови і загальні тенденції розвитку емоційної сфери молодших школярів : зб. наук. пр.: філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ, 2004. Вип. 9. Ч. 2. С. 171–177.
22. Косьянова О. Ю. Емоційна сфера як основа даних показників поліграфного методу. *Наука і освіта*. 2016. № 2–3. С. 91–98.

23. Котик Т. М. Нова Українська Школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи : навчально-методичний посібник для вчителів початкової школи. Тернопіль, Астон, 2020. 192 с.

24. Кочарян О. С. Особливості організації емоційної сфери особистості з різним рівнем емоційної зрілості. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2014. № 1110. Вип. 55. С. 27–30.

25. Кузьменко Т. М. До проблеми дослідження феномена «емоційна нестабільність» та шляхів гармонізації емоційної сфери особистості. XII міжнародна науково-практична конференція «*Адаптаційні можливості дітей та молоді*», 13-14 вересня 2018 року. Одеса, 2018. С. 134–137.

26. Кулагіна І. Ю. Вікова психологія. Розвиток дитини від народження до 17 років : навч. посібник. Харків : Педагогіка, 2008. 301 с.

27. Лазуренко О. О. Проблема емоційності в психології. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2014. Т. VI. Вип. 4. С. 170–176.

28. Лазуренко О. О. Психологічний аналіз основних напрямків дослідження емоційної сфери. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної АПН України. Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2012. Т. 24. Ч. 5. С. 83–93.

29. Левицька Л. В. Вплив емоцій на стан здоров'я особистості. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету Україна*. 2010. Вип. 2. С. 234–237.

30. Лисенкова І. П. Когнітивний підхід у дослідженні емоційної сфери. *Психологія і особистість*. 2018. № 2 (14). С. 59–69.

31. Люблінська А. А. Дитяча психологія : навч. посібник. Харків : Психологія, 2006. 206 с.

32. Мазяр О. В. Діагностика особистісної проблеми: емоційна сфера. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 1 (4). С. 36–41.

33. Маляр О. І. Проблематика негативних емоційних проявів у дітей молодшого шкільного віку. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія.* 2018. № 7. С. 24–28.
34. Молдованенко Ю. В. Розвиток емоційної сфери молодших школярів засобами кінезіологічних ігор та вправ. Херсон: ХДУ, 2021. 26 с.
35. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
36. П'янківська Л. В. Аналіз сучасних поглядів на емоційної сфери особистості. *Логос.* 2019. Т. 4. С. 21–23.
37. Півень М. О. Структурні особливості емоційної сфери особистості з різним рівнем емоційної зрілості. *Психологічне консультування і психотерапія.* 2014. Вип. 1–2. С. 249–256.
38. Побережна Г. Педагогічний потенціал музикотерапії. Мистецтво та освіта. № 2. 2008. С. 9–12.
39. Саєнко Ю. В. Техніки і прийоми регуляції емоцій. *Питання психології.* 2017. № 3. С. 88–92.
40. Сорока О. В., Банкул Л. Д. Музикотерапія як інноваційна здоров'язберезувальна технологія для роботи з молодшими школярами. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка, соціальна робота.* 2013. Вип. 27. С. 192–195.
41. Терлецька Л. Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології : навч. посіб. Київ : Видавничий дім «Слово», 2016. 128 с.
42. Тихонова М. Емоційна дезадаптація дітей молодшого шкільного віку. *Психолог.* 2003. № 1. С. 27–30.
43. Трегуб О. О. Казкотерапія в роботі практичного психолога ДНЗ. *Таврійський вісник освіти.* 2017. № 1. С. 255–260.
44. Федій О. А. Музикотерапія в професійній діяльності сучасного педагога. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки.* 2009. № 11 (174). С. 282–292.

45. Чебикін О. Я. Становлення емоційної зрілості особистості : монографія. Одеса : СВД Черкасов, 2009. 230 с.
46. Horney K. *Neurosis and human growth; the struggle toward self-realization*. New York: W. W. Norton, 1950. 400 p.
47. Izard C. E., Bucchler S. Aspects of Consciousness and Personality in Terms of Differential Emotions Theorie. *Emotions. Theory, Research and Experience*. New York : Academic Press, 1980. P. 165–187.
48. Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. A structural theory of ego defenses and emotions. *Emotions in personality and psychopathology*. New York, 1979. P. 229–257.
49. Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. *Emotions: theory, research and experience*. New York, 1981. 291 p.
50. Tompkins S. S. *Affect, Imagery, Consciousness. The negative affects*. New York, 1963. 592 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Емоційна ідентифікація»

Етап 1

Матеріал: аркуш білого паперу, кольорові олівці, 6 карт із зображеннями осіб гномів.

Інструкція 1: Хочеш, я розповім тобі казку про гномиків? Жили-були нерозлучні друзі гноми: веселун ЕХ, злюка УХ, плакса ОХ, Богуз ОЙ, привереда ФУ, Ябеда АГА. Гноми завжди грали разом, хоча іноді сварилися.

У процесі інструкції здійснюється показ мімікою, при необхідності проаналізувати відповідність імені кожного гнома певного емоційного стану. Далі показати по черзі 6 карт з особами гномів.

Інструкція 2: Подивися, тут намальовані всі гномики. Спробуй відгадай, хто з них веселун, злюка, плакса, боягуз, ябеда, привереда. Як ти здогадався? Якщо ти не впевнений звертати увагу на брови, рот, очі зображення. Використовувати показ мімікою.

Інструкція 3: А який гномик тобі подобається більше? Чому? Розкажи про нього. А який гномик тобі подобається найменше? Чому? Розкажи про нього.

Етап 2

Матеріал: карта з кольоровим зображенням 6 гномів (особи не промальовані), кольорові олівці.

Інструкція: Одного разу гномики попросили художника намалювати їх усіх разом на одному портреті. А художник забув (не встиг) намалювати їм обличчя. Може ти закінчиш портрети, ти ж знаєш, як гномики виглядають? З кого почнеш? Вибирай! У кожного гнома свій улюблений колір, тому всі ковпачки повинні бути різнокольорові. Як ти думаєш, який ковпачок підходить кожному гному?



Методика «Що? Чому? Як?» М. Нгуен

Текст для дівчаток:

«Мене звать Аня. Я навчаюсь у першому класі. Маю старшу сестру Таню. Якось ми їхали машиною і потрапили в аварію. Ми були легко поранені. У Тані була зламана права рука, але вона незабаром зажила. А в мене на обличчі була глибока подряпина, і за місяць залишився шрам. Шрам невеликий, але всі хлопці у школі його помічають, особливо хлопчик на ім'я Вова. Вова лідер серед хлопців. І ви знаєте, він і його друзі почали з мене сміятися. Мені було дуже прикро. Я навіть не хотіла більше ходити до школи. Таня дізналася про це. Днями я все-таки як завжди пішла до школи з Танею. Біля входу стояв Вова із друзями. Побачивши мене, вони почали про щось шепотіти і сміятися. Моя сестра відразу підійшла до них і щось сказала Вові. Я стояла далеко від них, тож нічого не чула. Я тільки знаю, що саме після розмови з Танею Вова та його друзі перестали з мене сміятися. Я пишаюся тим, що я молодша сестра Тані і тим, що в мене є старша сестра, яка завжди мені допоможе. Але я досі не знаю, що ж Таня сказала Вові та хлопцям. Як ви думаєте, що вона їм сказала?»

Текст для хлопчиків:

Мене звать Антон. У мене є старший брат Юрко. Нещодавно я почав вчитися кататися велосипедом. Спочатку я часто падав, і сусідські хлопчики з мене сміялися. Мені було дуже прикро. Я навіть хотів закинути велосипед. Але Юрко вирішив мені допомогти. Одного дня ми з Юрою вийшли на подвір'я з велосипедом. Там нас побачили хлопці. Вони почали про щось шепотіти і сміятися. Мій старший брат одразу підійшов до них і щось сказав. Я стояв далеко від них, тож нічого не чув. Я тільки знаю, що саме після розмови з Юрою хлопчики перестали з мене сміятися. Я пишаюся тим, що я молодший брат Юри і тим, що в мене є старший брат, який завжди мені допоможе. Але я досі не знаю, що ж Юрко сказав хлопцям. Як ви думаєте, що він їм сказав.»