

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

Факультет дошкільної педагогіки та психології
Кафедра сімейної та спеціальної педагогіки і психології

Кваліфікаційна робота магістра

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-
ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДОШКІЛЬНИКІВ**

Виконала: здобувачка
освітнього ступеня магістра
денної форми навчання
ОПП «Дошкільна освіта. Практична
психологія в закладах дошкільної освіти»
спеціальності: 012 Дошкільна освіта
Азаркіна Олена Володимирівна

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук, доцент
Кримова Наталія Олексіївна

Одеса – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ВИКОРИСТАННЯМ ОБРАЗОТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	3 8
1.1. Розвиток емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку ...	8
1.2. Психолого-педагогічні особливості розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку в умовах сучасного цифрового світу	15
1.3. Поняття та сутність образотворчої діяльності як методу арт-терапії ...	20
1.4. Умови розвитку емоційно-вольової сфери дошкільників засобами образотворчої діяльності	27
Висновки до першого розділу.....	33
РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАСТОСУВАННЯ ОБРАЗОТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО- ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	35
2.1. Організація та методи дослідження	35
2.2. Інтерпретація результатів первинної діагностики	36
2.3. Програма розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку засобами образотворчої діяльності	43
2.4. Динаміка результатів дослідження.....	511
2.5. Рекомендації щодо реалізації програми розвитку емоційно-вольовий сфери дітей старшого дошкільного віку засобами образотворчої діяльності	61
Висновки до другого розділу	655
ВИСНОВКИ.....	666
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	688
ДОДАТКИ.....	73

ВСТУП

Актуальність і наукова значимість цього дослідження обумовлена тим, що в епоху стрімкої цифровізації, що характеризується повсюдним впровадженням інформаційних технологій в повсякденне життя, діти старшого дошкільного віку стикаються з новими викликами, що мають істотний вплив на їх емоційний та вольовий розвиток. Надмірне використання цифрових пристроїв, що стало невід'ємною частиною життя сучасних сімей, може призводити до порушень в емоційно-вольовій сфері, що виявляються у вигляді підвищеної тривожності, агресивності, імпульсивності та труднощів.

В саморегуляції образотворча діяльність, будучи одним з найбільш ефективних методів арт-терапії, надає унікальні можливості для становлення емоційно-вольової сфери, сприяючи гармонійному розвитку дитини. Використання образотворчої діяльності у терапевтичних цілях дозволяє створити безпечний простір для самовираження, знижуючи рівень стресу та напруги, накопичених у результаті інтенсивної взаємодії з цифровим середовищем. Процес малювання, що стимулює розвиток творчого потенціалу та активізує природні механізми саморегуляції, може стати ефективною противагою негативного впливу надмірного використання цифрових технологій.

Дослідження застосування образотворчої діяльності в контексті сучасного цифрового світу набуває особливої ваги, враховуючи необхідність розробки нових підходів, адаптованих до реалій інформаційного суспільства. Вивчення впливу арт-терапевтичних практик на емоційно-вольову сферу дітей старшого дошкільного віку може надати цінні дані для створення комплексних програм розвитку, спрямованих на формування стійкості до негативних аспектів цифровізації.

Крім того, актуальність даного дослідження обумовлена потребою у розробці ефективних стратегій розвитку емоційно-вольової сфери та профілактики порушень, що виникають на тлі інтенсивної взаємодії дітей із цифровими пристроями. Ізо-терапія, заснована на природній для дитини діяльності малювання, може стати важливим інструментом в арсеналі психологів та педагогів, які працюють з дітьми старшого дошкільного віку в умовах сучасного цифрового світу.

Таким чином, дослідження психолого-педагогічних умов використання образотворчої діяльності як засобу розвитку в емоційно-вольовій сфері дітей старшого дошкільного віку в контексті сучасної цифрової реальності видається вкрай актуальним, що має як теоретичне, так і практичне значення для розвитку психолого-педагогічної науки та практики.

Об'єкт дослідження: емоційно-вольова сфера дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження: психолого-педагогічні умови використання образотворчої діяльності як засобу розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку.

Мета дослідження: розробити та апробувати програму розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку з використанням образотворчої діяльності.

Гіпотеза дослідження. Ми припускаємо, що розроблена програма сприятиме зниженню рівня тривожності, покращенню показників сприйняття та ідентифікації емоцій.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити такі **завдання** :

- Проаналізувати теоретичні основи використання образотворчої діяльності у розвитку емоційно-вольової сфери у роботі з дітьми старшого дошкільного віку.

- Сформувати набір діагностичних інструментів, що дозволяють всебічно оцінити емоційно-вольову сферу дітей старшого дошкільного віку.

- Провести емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення особливостей емоційно-вольового розвитку дітей старшого дошкільного віку, які використовують цифрові пристрої.

- Розробити та реалізувати практично психолого-педагогічну програму розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, із застосуванням технік образотворчої діяльності.

- Оцінити результативність (ефективність) розробленої та апробованої програми.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали:

- теорії емоційного розвитку дітей дошкільного віку;
- концепції арт-терапії та ізо-терапії (В.Анголенко, Т.Демиденко, Т.Горобець, Н.Яценко);

- дослідження впливу цифрових технологій на розвиток дітей (Т.Ряснянський, Н.Кателевська, О.Косілова). Базовими для цього дослідження з'явилися також: концепція емоційного інтелекту (Д.Гоулман); теорія соціального навчання (А.Бандура).

Методи дослідження :

- методи збору теоретичної інформації: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукових уявлень на тему дослідження;

- методи збору емпіричної інформації: спостереження, анкетне опитування, тестування, аналіз продуктів художньо-образотворчої діяльності дітей (формуючий етап у формі організованих занять з дітьми дошкільного віку, а також констатуючий та контрольний етапи діагностики), методи якісного та кількісного аналізу даних, у тому числі й методи математичної статистики із застосуванням U-критерію Манна-Уїтні.

Методики дослідження:

- методика «Паровозик»;
- модифікація тесту дитячої тривожності (Р.Темл, В.Доркі, М.Амен) та методики «Кінотеатр»;

– емоційна ідентифікація діагностична методика для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Дослідно-експериментальна база дослідження: Одеський центр соціальних послуг. У дослідженні взяли участь 40 дітей старшого дошкільного (2 групи по 20 дітей у кожній), які активно взаємодіють з цифровими пристроями у повсякденному житті за результатами анкетування батьків.

Наукова новизна дослідження полягає у:

– розробленні комплексної моделі застосування образотворчої діяльності для розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку в умовах цифровізації;

– виявленні специфічних особливостей емоційно-вольового розвитку дітей старшого дошкільного віку у контексті їх взаємодії з цифровим середовищем;

– визначення ефективних технік та прийомів образотворчої діяльності, адаптованих до потреб сучасних дітей, що активно використовують цифрові пристрої.

Теоретична значимість дослідження полягає у:

– розширення наукових поглядів на вплив цифрового середовища на емоційно-вольову сферу дітей старшого дошкільного віку;

– поглиблення розуміння механізмів впливу образотворчої діяльності на психоемоційний стан дітей в умовах сучасного інформаційного суспільства;

– систематизації та узагальнення теоретичних підходів до використання образотворчої діяльності у роботі з дітьми, які мають проблеми емоційно-вольової регуляції.

Практична значущість дослідження полягає у розробці та апробації психолого-педагогічної програми розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, які використовують цифрові пристрої, засобами образотворчої діяльності. Результати дослідження можуть бути використані

психологами, педагогами та арт-терапевтами в роботі з дітьми, які зазнають труднощів емоційно-вольового регулювання, а також при розробці профілактичних програм, спрямованих на зниження негативного впливу цифрових технологій на розвиток дітей.

Достовірність та обґрунтованість результатів дослідження забезпечувалися:

- використанням комплексу взаємодоповнюючих методів, адекватних меті, предмету та завданням дослідження;
- репрезентативністю вибірки та статистичною значимістю отриманих результатів;
- застосуванням сучасних методів математичної обробки даних;
- співвідношенням отриманих результатів із даними інших досліджень у галузі дитячої психології та арт-терапії.

Апробація і впровадження: основні результати дослідження опубліковано у фаховому журналі категорії Б (Кримова Н., Азаркіна О. Арт-терапія як засіб гармонізації взаємодії між батьками та дитиною раннього віку. Перспективи та інновації науки. 2025, №9(55). С.1313-1232. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9\(55\)-1313-1323](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9(55)-1313-1323)), у збірнику матеріалів (Krymova N. O., Azarkina O. V. The role of isotherapy in the formation of the emotional-volume sphere of elderly preschoolers // Актуальні проблеми дошкільної освіти: теорія та практика: матеріали V Всеукраїнської конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених. Вип. V. Одеса : Видавництво ТОВ «Лерадрук», 2025. С. 108-114), обговорювалися на засіданнях кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського».

Структура магістерської кваліфікаційної роботи. Робота складається з вступу, 2 розділів, висновків, містить 9 рисунків, 8 таблиць, список використаної літератури (43 джерела), 3 додатки. Основний текст роботи викладено на 66 сторінках.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВИКОРИСТАННЯМ ОБРАЗОТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

1.1. Розвиток емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку

Психологічні особливості дітей старшого дошкільного віку характеризуються інтенсивним розвитком емоційно-вольової сфери, що формує основу особистісного становлення дитини. У цей час відбувається якісне перетворення емоційних процесів, що супроводжується ускладненням і збагаченням змісту емоційних переживань, що безпосередньо впливає на характер взаємодії дошкільника з навколишнім світом.

Досліджуючи особливості вольового регулювання у дітей старшого дошкільного віку, відзначаємо формування здатності до свідомого управління своєю поведінкою через освоєння нових соціальних ролей та правил. Діти старшого дошкільного віку починають демонструвати зачатки довільної поведінки, що виявляються в умінні дотримуватися інструкцій дорослих і контролювати власні імпульсивні реакції [12].

Емоційна сфера дітей старшого дошкільного віку зазнає істотних змін, що характеризуються появою складніших почуттів і переживань, пов'язаних з моральними аспектами поведінки. У дітей формується здатність до емпатії, що дозволяє їм більш тонко сприймати емоційні стани оточуючих та адекватно на них реагувати [31].

У цьому віці відбувається інтеграція емоційних і вольових процесів, що створює передумови у розвиток емоційної регуляції поведінки. Діти вчаться керувати своїми емоціями, стримувати безпосередні спонукання, що є важливим показником готовності до шкільного навчання. Діти старшого

дошкільного віку починають розуміти соціальну обумовленість емоцій, усвідомлюючи, різні ситуації можуть викликати різні емоційні реакції в різних людей.

Розвиток емоційно-вольової сфери у цьому віці тісно пов'язані з ігровою діяльністю, що є провідною формою активності дошкільника. Саме в грі дитина освоює різні способи емоційного реагування, вчиться контролювати свої бажання та дотримуватися правил, що сприяє формуванню довільності поведінки.

Перші прояви волі спостерігаються вже в ранньому дитинстві, коли дитина, прагнучи досягти бажаної мети, долає перешкоди. Одним із ранніх вольових проявів вважаються довільні рухи, розвиток яких тісно пов'язаний з формуванням цілісного сенсомоторного образу.

Діти старшого дошкільного віку відрізняються підвищеною емоційністю, що виявляється у всіх аспектах їхньої життєдіяльності. Їх сприйняття навколишнього світу, розумові процеси та уява нерозривно пов'язані з яскравими емоційними переживаннями. У цьому віці дітям ще складно контролювати свої почуття та стримувати їх прояви, що виражається у щирому та безпосередньому вираженні радості, страху, смутку чи захоплення. Враховуючи ці особливості, саме у старшому дошкільному віці дуже важливо приділяти особливу увагу розвитку емоційно-вольової сфери дитини.

Психологічні особливості дітей старшого дошкільного віку характеризуються динамічним розвитком емоційно-вольової сфери, що виявляється в різних аспектах їхньої поведінки та взаємодії з навколишнім світом. Перебуваючи на порозі важливого життєвого етапу, пов'язаного з початком шкільного навчання, діти демонструють особливу чутливість до зовнішніх впливів, що відображається в їх емоційних реакціях та способах самовираження [18].

Досліджуючи психологічні особливості дітей старшого дошкільного віку, звертаємо увагу на складний взаємозв'язок між їх підвищеною

емоційною сприйнятливістю та самооцінкою, що часто характеризується нестійкістю і залежністю від думки значних дорослих. Діти цього віку, зіштовхуючись із новими життєвими ситуаціями, демонструють виражену емоційну реактивність, що особливо загострюється в періоди вікових криз 7 та 11 років [23].

За спостереженнями, емоційна сфера дітей старшого дошкільного віку відрізняється особливою пластичністю та безпосередністю вираження почуттів, не скутих ще соціальними умовностями. Зазнаючи глибоких емоційних переживань, діти не здатні тривалий час зберігати один емоційний стан, легко переходячи від радості до жалю і назад. Їх емоційне тло, як правило, характеризується загальною позитивною спрямованістю, проте може різко змінюватися під впливом різних факторів навколишнього середовища [24].

На особливу увагу заслуговує той факт, що діти старшого дошкільного віку, володіючи підвищеною емоційною чутливістю, ще не навчилися точно розпізнавати емоційні стани інших людей, що може призводити до виникнення комунікативних труднощів та непорозуміння у міжособистісному спілкуванні. Їхня пізнавальна діяльність і творче самовираження насичені яскравими емоційними переживаннями, що стають важливим стимулом для розвитку особистості.

Розвиток емоційно-вольової сфери у старшому дошкільному віці є складним багатоаспектним процесом, що вимагає створення сприятливої психологічної атмосфери та цілеспрямованого педагогічного супроводу, що враховує індивідуальні особливості кожної дитини. У цей час дитина освоює нові види діяльності, його спілкування з оточуючими ускладнюється, а пізнання світу себе стає активнішим. Всі ці процеси супроводжуються яскравими емоційними переживаннями, тому що дитина ще не здатна сприймати світ виключно раціонально і багато чого засвоює через емоційну сферу.

Шестирічна дитина відрізняється високою експресивністю – її почуття виникають швидко та виявляються інтенсивно. Хоча діти цього віку вже здатні певною мірою контролювати свої емоції, такі як страх, агресію чи сльози, вони роблять це лише у випадках крайньої необхідності. Вже в ранньому віці діти емоційно реагують на свої успіхи та невдачі у різних видах діяльності. Більшість дітей просто відзначають досягнутий результат, але деякі вже здатні відчувати позитивні емоції при успіху та негативні при невдачі.

У дошкільному віці діти починають освоювати навички управління своїми психічними процесами. Вони навчаються ставити цілі, наприклад, запам'ятовувати вірші чи виконувати доручення дорослих. У цей час формується самооцінка, з'являється суперництво і мотивація досягнення успіху [25].

Старший дошкільний вік характеризується інтенсивним формуванням морально-етичних уявлень, що сприяють розвитку соціального інтелекту та емоційного сприйняття навколишнього світу. У цей час відбувається якісний стрибок у освоєнні дітьми суспільних норм поведінки, що супроводжується глибоким осмисленням етичних категорій та розвитком здатності до рефлексії власних дій.

Спостереження показують, що діти старшого дошкільного віку починають виявляти стійкий інтерес до мотиваційної складової людських вчинків, намагаючись розібратися в причинно-наслідкових зв'язках між діями та їх наслідками. Здатність, що формується, з моральним міркуванням дозволяє їм вибудовувати складніші моделі соціальної взаємодії, засновані на розумінні справедливості та відповідальності за свої вчинки.

Фахівці (Н. Пов'якель, І. Савенко, Л. Шкребтієнко), досліджуючи процеси морального становлення дітей старшого дошкільного віку, акцентують увагу на визначальній ролі сімейного мікроклімату у формуванні етичних уявлень дитини. Міцна емоційна прихильність до батьків створює сприятливий ґрунт для інтеріоризації моральних і цінностей,

що транслуються значними дорослими. Діти, які отримують позитивне підкріплення своєї просоціальної поведінки, демонструють більш високий рівень морального розвитку, що виявляється у здатності розрізняти конструктивні та деструктивні поведінкові патерни [1].

Особливої значущості у старшому дошкільному віці набуває процес формування самосвідомості, який виступає фундаментальним новоутворенням даного періоду. Розвивається самооцінка, що спочатку базується на емоційно-чуттєвому сприйнятті себе, поступово збагачується когнітивним компонентом, що дозволяє дитині більш об'єктивно оцінювати свої якості та здібності.

Емоційна сфера дітей старшого дошкільного віку зазнає значних змін, що характеризуються розвитком здатності до емпатії та розуміння емоційних станів оточуючих. Діти починають тонше диференціювати емоційні прояви, зчитуючи невербальні сигнали у процесі комунікації. Цьому сприяє активне включення до різні види діяльності, що передбачають емоційне залучення та міжособистісну взаємодію.

Розвиток емоційно-вольової сфери в цей період тісно пов'язаний з удосконаленням механізмів довільного регулювання поведінки, що дозволяють дитині більш ефективно контролювати свої емоційні реакції та вчинки [18].

У старшому дошкільному віці відбувається значне ускладнення механізмів соціальної перцепції, що сприяє формуванню глибшого емоційного реагування на навколишню дійсність.

Розвинена здатність до емоційного резонансу створює основу виникнення стійких форм емпатичного поведінки, що у різних соціальних контекстах.

Особливо яскраво емоційне залучення дітей старшого дошкільного віку проявляється у ситуаціях змагального характеру, коли інтенсивність переживань може тимчасово знижувати здатність до саморегуляції. При цьому, поринаючи у світ художніх образів та ототожнюючи себе з

позитивними персонажами, діти демонструють високу здатність до емоційного відгуку та співпереживання.

Наголошуємо, що ідентифікація через співпереживання стає провідним механізмом розвитку емоційної сфери дошкільника. В умовах організованого освітнього середовища діти починають виявляти більш стійкі форми просоціальної поведінки, які виражаються в готовності до емоційної підтримки та практичної допомоги одноліткам [3].

Якісні зміни у структурі емоційних процесів дітей старшого дошкільного віку, що характеризуються появою складніших форм емоційного реагування, проявляються з розвитком когнітивних функцій. Емоційні переживання набувають великої глибини та диференційованості, поширюючись на широке коло об'єктів навколишнього світу [5].

Важливою особливістю цього вікового періоду стає формування механізмів емоційної регуляції, що виявляються у здатності до запобігання емоційним наслідкам своїх дій.

Моральні почуття, що розвиваються на основі засвоєння соціальних норм та цінностей, що починають відігравати провідну роль у регуляції поведінки дитини. Емоційний досвід старшого дошкільника суттєво збагачується завдяки розширенню соціальних контактів та ускладненню форм взаємодії з однолітками та дорослими. Здатність до узагальненої оцінки вчинків з позиції моральних норм свідчить про розвиток вищих почуттів та становлення довільного регулювання емоційної сфери.

В старшому дошкільному віці спостерігається інтенсивний розвиток емоційно-вольової сфери, що характеризується якісними змінами у здатності до саморегуляції та контролю поведінки. Ми акцентуємо увагу на необхідності збереження емоційної насиченості діяльності дітей старшого дошкільного віку, наголошуючи на значущості внутрішньої мотивації для успішного виконання різних завдань [35].

Формування вольових якостей у період відбувається під безпосереднім впливом дорослих, виступаючих спочатку у ролі зовнішніх регуляторів

поведінки дитини. Поступово, з розвитком образного мислення та внутрішнього плану дій, діти починають орієнтуватися на інтеріоризовані образи значних дорослих, що сприяє становленню довільності поведінки.

Особливу роль у здатності до тривалих вольових зусиль, що дозволяє долати труднощі, що виникають при досягненні поставлених цілей. відіграє мова, що виступає важливим інструментом довільної регуляції поведінки і сприяє усвідомленому плануванню діяльності [14].

Розвиток волі у старшому дошкільному віці характеризується формуванням складної системи взаємопов'язаних компонентів, що включають цілеспрямованість діяльності, здатність до підпорядкування мотивів та прояву вольових зусиль у ситуації морального вибору. Діти цього віку демонструють зростаючу здатність до самоконтролю та емоційної регуляції, що проявляється у більш зваженому прийнятті рішень та вмінні стримувати безпосередні імпульси.

Важливо, що індивідуально-типологічні особливості нервової системи разом із віковими характеристиками створюють унікальні умови до розвитку емоційно-вольової сфери кожної дитини. При цьому підвищена сензитивність психічних функцій у дошкільному віці може зумовлювати як інтенсивний розвиток, і підвищену вразливість до несприятливих впливів.

У період завершення дошкільного віку, у більшості дітей спостерігається стабілізація емоційних проявів, проте трапляються випадки емоційної нестабільності, що потребують особливої уваги педагогів і психологів. Своєчасна робота з розвитку емоційно-вольової сфери має ключове значення для запобігання формуванню стійких патологічних патернів поведінки та забезпечення гармонійного розвитку особистості дитини.

Таким чином, розвиток емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку є складним і багатогранним процесом, що грає ключову роль у формуванні особистості дитини. У цей період відбувається значне ускладнення емоційних проявів, розвивається здатність до емпатії та

співпереживання, формуються первинні моральні почуття та етичні норми поведінки. Діти вчаться розуміти та контролювати свої емоції, хоча цей процес ще далекий від завершення. Вольова сфера також зазнає суттєвих змін. Діти старшого дошкільного віку починають виявляти здатність до цілеспрямованих дій, подолання перешкод та дотримання правил. Розвивається довільність поведінки, хоча вона все ще потребує підтримки з боку дорослих. Важливу роль цьому процесі грає мова, що виконує регулюючу функцію.

Формування емоційно-вольової сфери тісно пов'язане із загальним психічним розвитком дитини, її соціалізацією та взаємодією з навколишнім світом. Велике значення мають стосунки у сім'ї, спілкування з однолітками та педагогами у дошкільному закладі. Успішний розвиток емоційно-вольової сфери сприяє гармонійному становленню особистості дитини, її адаптації до соціуму та готовності до подальшого навчання у школі. Однак слід зазначити, що цей процес може супроводжуватись певними труднощами та проявами емоційної нестабільності. Завдання дорослих – створити сприятливі умови для розвитку емоційно-вольової сфери, враховуючи індивідуальні особливості кожної дитини та забезпечуючи необхідну підтримку та керівництво.

1.2. Психолого-педагогічні особливості розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку в умовах сучасного цифрового світу

У сучасних умовах розвиток емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку набуває особливої актуальності в контексті збереження психічного здоров'я підростаючого покоління. Підкреслюючи фундаментальне значення емоційної рівноваги на формування здорової особистості дитини, здатної до повноцінного соціального взаємодії та встановлення глибоких міжособистісних зв'язків, звертаємо увагу на

тривожну тенденцію зростання емоційно-вольових порушень серед дітей старшого дошкільного віку, що виявляються в різних формах дезадаптивної поведінки та ускладнюють процес соціалізації. Своєчасна діагностика та профілактика подібних порушень стає пріоритетним завданням психолого-педагогічного супроводу дітей дошкільного віку [42].

На особливу увагу заслуговує вплив сучасних інформаційних технологій на розвиток емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку. Дослідження сучасних авторів (Л. Потапук, В. Лінник, М.Гресько) демонструють значне збільшення часу, що проводиться дітьми перед екранами різних пристроїв, що суттєво змінює структуру їхньої повсякденної активності та характер емоційного досвіду. Відзначається формування феномену «цифрового дитинства», що характеризується глибокою інтеграцією технологій у життя сучасної дитини. Цей процес, створюючи нову соціальну ситуацію розвитку, вимагає особливої уваги якості і змісту споживаного дітьми цифрового контенту [27].

Аналізуючи результати сучасних досліджень, можемо вказати на суттєвий взаємозв'язок між характером медіаконтенту та проявами агресивної поведінки у дітей старшого дошкільного віку. Емпіричні дані свідчать про негативний вплив неконтрольованого перегляду віково-неадекватного контенту на емоційний розвиток дітей. У сучасних умовах особливої актуальності набуває вивчення впливу цифрового середовища на емоційно-вольовий розвиток дітей старшого дошкільного віку. Автори підкреслюють значимість батьківського контролю за медіаспоживанням, що сприяє зниження негативних поведінкових проявів у дітей старшого дошкільного віку [8].

Довгострокові наслідки ранньої ідентифікації з агресивними медіаперсонажами переконливо продемонстровані у дослідженні L.Huesmann та J. Moise-Titus, яке простежує розвиток агресивних тенденцій протягом 15 років [35]. Експеримент N. Schutte, J. Malouff та інших, незважаючи на методологічні обмеження, також вказує на суттєвий вплив

агресивного ігрового контенту на поведінку дітей старшого дошкільного віку [41].

L. Pagani, F. Lévesque-Seck, C. Fitzpatrick у своєму лонгітюдному дослідженні підтверджують наявність кореляції між раннім надлишковим медіаспоживанням та подальшими проблемами соціальної адаптації.

Ці дані знаходять підтримку в роботах K. Mistry, C. Minkovitz, D. Strobino, D. Borzekowski [40], а також A. Parkes із співавторами [38] та I. Shiue [42].

На особливу увагу заслуговують дослідження N. Connors-Burrow Edge, L. McKelvey, J. Fussell, які демонструють негативний вплив віково-неадекватного контенту на розвиток соціальних навичок дітей старшого дошкільного віку [41].

T. Hinkley, H. Brown, V. Carson [36] у своєму масштабному онлайн-дослідженні підтверджують зворотну залежність між часом використання цифрових пристроїв та рівнем розвитку соціальних компетенцій.

У сучасних дослідженнях особлива увага приділяється впливу цифрових технологій на формування емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку. Hyun Ah Seo та Hui Young Chun, провівши масштабне дослідження в Південній Кореї, виявили значний взаємозв'язок між надмірним використанням комп'ютера та зниженням ключових показників соціально-емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку [34].

Лонгітюдне дослідження V. Skalická, B. Wold, F. Stenseng та L. Wichstrøm, реалізоване у Норвегії, демонструє довгостроковий негативний вплив раннього занурення у цифрове середовище на розвиток емоційного інтелекту дітей, причому особливо виражений ефект спостерігається у дівчаток, що може бути обумовлено гендерними особливостями емоційного виховання [43].

J. Twenge та W. Campbell, аналізуючи дані масштабного американського дослідження, виявили суттєве зниження показників

саморегуляції у дітей старшого дошкільного віку, які проводять значний час із цифровими пристроями. При цьому важливо відзначити, що базові емоційні здібності, такі як прояв уподобання та емпатії, виявилися більш стійкими до впливу цифрового середовища [35].

К. Kostyrka-Allchorne та N. Cooper [35] звертають увагу на механізм негативного впливу цифрових пристроїв через збіднення внутрішньосімейної комунікації. Фонова присутність цифрових медіа суттєво знижує якість та кількість безпосередніх взаємодій між батьками та дітьми.

У сучасних умовах особливої актуальності набуває вивчення впливу цифрового середовища на емоційно-вольовий розвиток дітей старшого дошкільного віку. Експериментальні дослідження демонструють, що пасивне споживання медіаконтенту, навіть освітнього характеру, не сприяє розвитку емоційного інтелекту та соціальних навичок без активної взаємодії та зворотного зв'язку з дорослими [39].

Сучасні діти старшого дошкільного віку занурені в насичене цифрове середовище, де домінуючу роль грають мобільні пристрої, які стають невід'ємною частиною їхнього повсякденного життя [3].

У науковому співтоваристві триває дискусія про характер впливу цифрових технологій на психічний розвиток дітей старшого дошкільного віку. S. Tisseron, M. Шпітцер з колегами попереджають про потенційні ризики, тоді як інші бачать у цифрових технологіях потенціал для збагачення розвиваючого середовища [9].

S. Tisseron [11] аналізує об'єктивні передумови ранньої цифровізації дитинства, пов'язані і з технологічним прогресом, і з соціокультурними чинниками сучасного суспільства. В сучасному світі, що характеризується стрімким розвитком цифрових технологій, спостерігається значна трансформація емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку.

Комп'ютерні пристрої, спочатку призначені для отримання інформації, перетворилися на основне джерело сенсорних вражень, що

поступово витісняє традиційні форми фізичної активності та живого спілкування [41].

Дослідження, проведені сучасними вченими, включаючи М. Шпітцера, вказують на серйозну проблему розвитку так званої «цифрової деменції», яка виникає за надмірного використання електронних пристроїв у дитячому віці. Дане явище характеризується поступовим зниженням когнітивних здібностей та небажанням задіяти розумовий потенціал у повному обсязі [25].

Фахівці в галузі дитячої психології, які вивчають вплив віртуального середовища на розвиток дітей старшого дошкільного віку, наголошують, що комп'ютерні ігри, незважаючи на їхню привабливість, не можуть повноцінно замінити традиційну ігрову діяльність, з огляду на обмеженість можливостей дитини на самостійну побудову ігрового сюжету під час використання комп'ютерних ігор [43].

Глибока інтеграція цифрових технологій у життя сучасних дітей призводить до суттєвих змін у їх поведінці, способах комунікації та світосприйнятті. Спостерігається тенденція заміщення текстового сприйняття візуальним, появі нових форм взаємодії з реальністю через технології доповненої реальності [41].

Серйозне занепокоєння викликає формування комп'ютерної залежності у дітей старшого дошкільного віку. Відсутність сформованих механізмів самоконтролю робить дітей особливо уразливими перед привабливістю віртуального світу. Особливо важливо відзначити негативний вплив цифровізації на розвиток емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку, які, проводячи значний час у віртуальному середовищі, втрачають можливість повноцінної емоційної взаємодії з оточуючими. Відсутність невербальної комунікації у цифровому середовищі призводить до формування емоційного дефіциту та відставання у розвитку як емоційного, так і вербального інтелекту [14].

Пілотне дослідження, проведене нами, показало, що більшість дітей відчувають труднощі в оцінці емоційного стану оточуючих, розпізнаванні їх емоцій та розумінні себе. У дітей виникали труднощі з визначенням таких емоційних станів, як «спокій» та «заздрість», хоча у дітей старшого дошкільного віку зазвичай уже сформовано емоційний «репертуар». Результати дослідження свідчать, що діти відчувають труднощі у сфері емоційного інтелекту.

Таким чином, характеристика порушень емоційно-вольової сфери у дітей старшого дошкільного віку в умовах сучасного цифрового світу є комплексною проблемою, обумовленою низкою чинників. Дослідження показують, що надмірне використання цифрових пристроїв може негативно впливати на розвиток емоційного інтелекту, соціальних навичок та здатності до емпатії у дітей. Основні порушення включають зниження здатності розпізнавати і інтерпретувати емоції інших людей, труднощі у вираженні власних емоцій і управлінні ними, підвищений рівень агресії, особливо у дітей, що часто дивляться контент з елементами насильства, проблеми з концентрацією уваги і самоконтролем, зниження рівня розвитку уяви і творчих здібностей, труднощі в Інтернет-залежності. При цьому важливо відзначити, що вплив цифрових технологій на емоційно-вольову сферу дітей неоднозначний і залежить від багатьох факторів, включаючи зміст споживаного контенту, час, що проводиться з пристроями, та ступінь батьківського контролю. Деякі дослідження вказують на потенційні позитивні ефекти, такі як розвиток певних когнітивних навичок та нових форм соціальної взаємодії.

1.3. Поняття та сутність образотворчої діяльності як методу арт-терапії

Арт-терапія, що є синтезом методів мистецтва та психологічних технік, є одним із провідних напрямків у сучасній педагогіці та психології. Її

основна мета полягає у розвитку психоемоційного стану дитини через творчу діяльність. Формування повноцінної особистості та її індивідуалізація тісно пов'язані зі здатністю дітей усвідомлювати та висловлювати свої емоції та почуття [5].

Арт-терапевтичні методи, що застосовуються в педагогічній практиці, сприяють розкриттю емоційного потенціалу дітей, надаючи їм можливість висловити свої переживання і настрої [38]. В образотворчій діяльності ці методи використовуються для гармонізації стану та розвитку нервової системи через психологічну дію мистецтвом [37].

Сучасна арт-терапія, що є комплексним напрямом психолого-педагогічної роботи, включає різні форми творчого самовираження, що дозволяють ефективно вирішувати завдання емоційного та психологічного розвитку. Будучи «безпечним методом зняття психічної напруги», педагогічна арт-терапія, що не має протипоказань, успішно застосовується для розвитку соціальних навичок та здатності до вираження почуттів [3].

Особливе місце в системі арт-терапевтичного впливу займає ізо-терапія, що поєднує різноманітні техніки образотворчої діяльності та надає широкі можливості для творчого самовираження. Вона ґрунтується на застосуванні образотворчої творчості, спрямованої на роботу із внутрішнім світом людини через створення візуальних образів.

Історично сформована практика використання образотворчого мистецтва у терапевтичних цілях, що отримала наукове обґрунтування на роботах Я. Коменського та І. Песталоцці, дозволила сформулювати цілісний підхід до розуміння механізмів впливу творчої діяльності на психічний стан людини. К. Ушинський, розвиваючи ці ідеї, підкреслював особливу роль малювання у розвитку пізнавальних процесів та емоційної сфери дітей, що згодом знайшло відображення у сучасних методиках ізо-терапії.

Досліджуючи терапевтичний потенціал образотворчої творчості, ми виділили кілька ключових механізмів впливу ізо-терапії на психіку людини. Створювані в процесі малювання образи, що відображають внутрішні

переживання та конфлікти, сприяють їхньому усвідомленню та переробці, що призводить до гармонізації психічного стану. Процес творчості, що супроводжується позитивними емоціями, дозволяє знизити рівень тривожності та напруження.

Особливого значення ізо-терапія набуває у роботі з дітьми дошкільного віку, будучи природною формою самовираження для дитини, дозволяє безпечно відреагувати негативні емоції та переживання, сприяючи розвитку емоційного інтелекту та комунікативних навичок. Спонтанна творчість, не обмежена жорсткими рамками та правилами, створює умови для вільного прояву індивідуальності дитини.

Вивчаючи практичне застосування ізо-терапії, відзначимо її ефективність у роботі з різними психологічними проблемами, включаючи страхи, агресію, наслідки психотравмуючих ситуацій. Використання різних художніх матеріалів та технік, підібраних з урахуванням індивідуальних особливостей та потреб клієнта, дозволяє досягти максимального терапевтичного ефекту.

Ф. Фребель, розробляючи теоретичні основи застосування образотворчої діяльності у педагогічному процесі, наголошував на значущості створення сприятливого середовища для творчого самовираження. Сучасні дослідження підтверджують, що організація простору та атмосфери, що сприяють розкриттю творчого потенціалу, є важливою умовою ефективності ізо-терапії.

Сутність ізо-терапії полягає у її здатності активізувати внутрішні ресурси особистості через творче самовираження, створюючи умови для самопізнання та саморозвитку. Невербальний характер роботи дозволяє обійти захисні механізми психіки, роблячи доступним для усвідомлення та опрацювання глибинного психологічного матеріалу. Процес створення художнього образу, що супроводжується терапевтичним альянсом між клієнтом та терапевтом, сприяє формуванню нових адаптивних моделей поведінки та взаємодії з навколишнім світом.

Значним аспектом ізо-терапії виступає її інтегративний характер, що дозволяє поєднувати різні техніки та підходи залежно від індивідуальних потреб клієнта. Спонтанне малювання, доповнене елементами музичної терапії та релаксаційними техніками, створює багатовимірний терапевтичний простір, що сприяє глибшому зануренню у творчий процес.

Істотне місце в практиці ізо-терапії займає метод колажування, особливо ефективний на початкових етапах роботи з дітьми, які мають невпевненість у своїх художніх здібностях. Комбінування готових матеріалів дозволяє подолати початковий бар'єр і досягти значного зниження тривожності, створюючи основу подальшої творчої роботи.

Метод колажування, що часто використовується на початкових етапах роботи з дітьми, які мають невпевненість у своїх художніх здібностях, дозволяє через комбінування готових матеріалів досягти значного зниження тривожності.

Говорячи про роботу з пластичними матеріалами, підкреслимо особливу ефективність ліплення у процесі вираження негативних емоційних станів, включаючи гнів, страх і тривогу. Даний метод, що сприяє зняттю м'язових затискачів та розвитку пластичної уяви, створює сприятливі умови для спонтанного вираження почуттів, забезпечуючи необхідну рухову та емоційну розрядку.

Малювальна терапія, яка виступає як інструмент самостійного вираження внутрішнього світу дитини, сприяє формуванню позитивної соціальної адаптації через створення кольорово-композиційної моделі власного безпечного простору. Особливу цінність представляє піскова терапія, заснована на поєднанні невербальної активності у процесі створення композиції та подальшої вербалізації через розповідь про створену роботу. Пісочниця, яка у ролі символічного простору, дозволяє безпечно висловити різні емоційні переживання, використовуючи фігурки персонажів для моделювання різних ситуацій взаємодії.

Малювальна терапія, також відома як ізо-терапія, є ефективним методом роботи з емоційними проблемами дітей. Цей підхід особливо актуальний під час вирішення таких завдань, як подолання емоційної депривації, усунення труднощів емоційного розвитку та профілактика ситуативних емоційних станів. Крім того, ізо-терапія успішно застосовується для зниження рівня тривожності, боротьби зі страхами та фобічними реакціями [28].

Однією з ключових технік терапії є спонтанне малювання. У цього методу дитині надаються необхідні матеріали до творчості, але з даються конкретні завдання. Створення сприятливої атмосфери, наприклад, за допомогою спокійної музики, сприяє зануренню дитини на процес. Напівзакриті очі та вільний рух руки по паперу дозволяють дитині прислухатися до своїх внутрішніх відчуттів, висловити почуття та поглянути на свій світ із боку.

Іншою ефективною формою роботи є асоціативне малювання. У цьому випадку пропонуються теми, пов'язані з емоційною сферою та міжособистісними відносинами, такі як «Мій страх» або «Смішні лиходії». Важливо, що це заняття мають відбуватися у невимушеній і спонтанній атмосфері, відрізняючись від структурованої освітньої діяльності. У цьому розвитку художніх навичок перестав бути основною метою, а акцент робиться на особисті відчуття дитини.

Пісочна терапія, інтегрована в практику ізо-терапії, становить особливу цінність завдяки поєднанню невербальної активності та подальшої вербалізації досвіду. Створення композицій у пісочниці, що виступає як символічний простір, дозволяє безпечно висловити різні емоційні переживання через моделювання ситуацій взаємодії.

Ізо-терапія, будучи одним із ключових методів арт-терапії, є унікальний підхід до роботи з емоційною сферою людини, заснований на використанні образотворчого мистецтва в терапевтичних цілях. Сутність ізо-терапії полягає в тому, що через творче самовираження, що реалізується за

допомогою візуальних технік, людина отримує можливість досліджувати та трансформувати свій внутрішній світ, виражати пригнічені емоції та неусвідомлені переживання [16].

Цей метод, що спирається на принципи психології та мистецтвознавства, дозволяє створити безпечне місце для самовираження, де клієнт може символічно відобразити свої проблеми, страхи та конфлікти, використовуючи художні матеріали. Процес створення візуальних образів, що супроводжується професійною підтримкою терапевта, сприяє розвитку саморозуміння, підвищення самооцінки та покращення емоційного стану клієнта.

Ізо-терапія будучи невербальною формою комунікації, особливо ефективна у роботі з дітьми, які зазнають труднощів у вербалізації своїх почуттів, а також у випадках, коли словесне вираження проблеми утруднене через її травматичний характер. Використовуючи різні художні матеріали та техніки, клієнти можуть висловити та усвідомити свої емоції, не вдаючись до прямого обговорення болючих тем [33].

Важливою особливістю ізо-терапії є її здатність активізувати праву півкулю мозку, що відповідає за образне мислення та інтуїцію. Це дозволяє обійти захисні механізми свідомості та отримати доступ до глибинних переживань та ресурсів особистості [6]. У процесі творчої діяльності відбувається інтеграція різних аспектів психіки, що сприяє цілісному розвитку особистості та підвищенню її адаптивних можливостей.

Сучасна арт-терапевтична практика, що активно застосовується в роботі з дітьми старшого дошкільного віку, спирається на чітко структурований процес, що дозволяє досягти максимальної ефективності розвиваючого впливу. Організація ізо-терапевтичних занять вимагає послідовного проходження кількох взаємозалежних етапів, кожен із яких має свої специфічні завдання та особливості реалізації.

Початковий, орієнтовний етап спрямований на створення сприятливих умов для адаптації дитини до нової творчої ситуації взаємодії. У цей період,

що характеризується знайомством із різноманітними художніми матеріалами, відбувається формування первинної довіри до процесу арт-терапевтичної роботи.

Аналізуючи другий етап ізо-терапії, наголошується на значущості емоційного включення дитини в творчий процес через усвідомлений вибір теми малювання. Цей етап, що супроводжується активізацією внутрішніх ресурсів дитини, створює основу подальшого терапевтичного взаємодії.

Третій етап характеризується інтенсивним пошуком найбільш адекватних форм самовираження через експериментування з різними художніми техніками. На завершальному етапі відбувається поглиблення та конкретизація обраної форми роботи, що сприяє більш повному розкриттю внутрішніх переживань дитини та символічному вирішенню конфліктних ситуацій [26].

Використання малюнкової терапії дозволяє створити безпечний простір для вираження емоцій та переживань дитини. Завдяки цьому діти можуть невербально висловити те, що їм складно чи страшно сказати словами. Процес малювання також сприяє розвитку уяви, креативності та допомагає дитині краще зрозуміти свій внутрішній світ.

Важливо відзначити, що роль спеціаліста в процесі ізо-терапії полягає не в інтерпретації малюнків, а у створенні підтримуючої атмосфери та фасилітації процесу самовираження дитини. Фахівець може ставити відкриті питання про малюнок, допомагаючи дитині самому розкрити значення створених образів.

Ізо-терапія може проводитися як в індивідуальному, так і в груповому форматі. Групові заняття сприяють розвитку соціальних навичок та надають можливість для взаємної підтримки та обміну досвідом між дітьми. При цьому індивідуальні сесії дозволяють глибше опрацювати особисті проблеми дитини.

В процесі ізо-терапії можуть використовуватися різні матеріали: олівці, крейди, пастель. Вибір матеріалу може залежати від цілей заняття і

переваг дитини. Наприклад, робота з фарбами дозволяє більш вільно виражати емоції, тоді як олівці дають можливість більш детальної і структурованої роботи.

Таким чином, ізо-терапія є потужним інструментом для роботи з емоційною сферою дитини, сприяючи її гармонійному розвитку та подоланню різних психологічних труднощів. Будучи потужним інструментом самопізнання та особистісного зростання, вона продовжує розвиватися та збагачуватися новими техніками та підходами. Її ефективність в роботу з широким спектром психологічних проблем та вікових груп робить її одним із найбільш затребуваних та перспективних напрямів у сучасній психотерапевтичній практиці.

1.4. Умови розвитку емоційно-вольової сфери дошкільників засобами образотворчої діяльності

Художня творчість є унікальною сферою діяльності, що надає дошкільникам широкі можливості для емоційної самореалізації, експериментування та розвитку своїх здібностей. Цей вид активності розглядається фахівцями як вища форма психічної діяльності, що сприяє самовираженню та самоактуалізації особистості дитини. У процесі творчості дошкільник не лише наслідує вже відомі зразки, а й створює оригінальні комбінації ідей, знаходячи нестандартні рішення поставлених завдань.

Художня творчість відіграє важливу роль у формуванні емоційного інтелекту дитини, дозволяючи йому освоювати «мову емоцій». Протягом історії людства емоційний досвід знаходив своє відображення у різних витворах мистецтва. З розвитком дитини на її свідомості формуються «чуттєві зразки», тобто, загальноприйняті методи зовнішнього вираження різних психологічних реакцій. У процесі творчої діяльності дошкільник співвідносить ці зразки з предметом зображення, що дозволяє йому адекватно представляти свої емоції малюнку.

Образотворча діяльність приваблює дітей своєю доступністю і можливістю безпосереднього вираження себе через образи, що створюються. Процес малювання дозволяє дитині зняти емоційну напругу, подолати агресивність та тривожність, впоратися зі своїми страхами. Більше того, творча діяльність сприяє формуванню впевненості у собі та освоєнню соціально прийнятних моделей поведінки через позитивні емоційні переживання.

Важливо, що художня творчість у дошкільному віці не лише служить засобом емоційної розрядки, а й сприяє розвитку когнітивних функцій дитини. Створюючи малюнок, дитина вчиться планувати свої дії, розвиває просторове мислення та дрібну моторику [38]. Крім того, у процесі творчості формуються такі важливі якості, як посидючість, концентрація уваги та здатність доводити розпочату справу до кінця.

Мистецька творчість також відіграє значну роль у соціалізації дошкільника. Беручи участь у колективних творчих проектах, діти навчаються взаємодіяти один з одним, поважати чужу думку та внесок кожного учасника у загальний результат. Це сприяє розвитку емпатії, комунікативних навичок та вміння працювати в команді [7].

Особливу цінність художню творчість є для дітей з особливостями розвитку. Для таких дітей малювання, ліплення та інші види образотворчої діяльності можуть стати ефективним способом самовираження та взаємодії з навколишнім світом. Творчий процес допомагає подолати комунікативні бар'єри та розвинути навички, які можуть бути утруднені в інших видах діяльності [26].

У контексті сучасної дошкільної освіти художня творчість розглядається не лише як самостійна галузь розвитку, але як інструмент, інтегрований у різні освітні області. Наприклад, малювання може використовуватися для закріплення знань про природу, навколишній світ або для розвитку математичних уявлень.

Педагоги та психологи наголошують на важливості створення сприятливого середовища для художньої творчості дітей старшого дошкільного віку. Це включає у собі не лише забезпечення необхідними матеріалами, а й створення атмосфери, в якій дитина почувається вільною для самовираження, не боїться експериментувати та помилятися. Підтримка дорослих, виражена у вигляді інтересу до творчості дитини, а чи не критики чи надмірного втручання, грає ключову роль розвитку творчого потенціалу дошкільника [10].

Слід зазначити, що мистецька творчість у дошкільному віці є потужним інструментом всебічного розвитку особистості дитини. Воно сприяє емоційному, когнітивному та соціальному розвитку, надаючи дитині унікальні можливості для самовираження та пізнання світу. Тому важливо, щоб батьки та педагоги створювали умови для регулярної творчої діяльності дітей старшого дошкільного віку, розуміючи її значущість для гармонійного розвитку дитини.

Сучасна педагогічна арт-терапія, що активно застосовується в роботі з дітьми старшого дошкільного віку, демонструє високу ефективність у розвитку емоційно-вольової сфери та попередження різних порушень. Особливою цінністю є здатність арт-терапевтичних методів створювати безпечний простір для самовираження через візуальні образи, що дозволяють дитині досліджувати зміст свого внутрішнього світу. Активізуючи механізми самозцілення психіки, творча діяльність сприяє розкриттю внутрішніх ресурсів дитини, надаючи можливість для невербального вираження складних переживань, що особливо актуально у віці [41].

Важливо, що арт-терапія у педагогічній практиці не ставить за мету створення художніх шедеврів чи розвиток специфічних художніх навичок. Основний фокус робиться на самому процесі творчості та її терапевтичному ефекті. Це дозволяє зняти напругу, пов'язану з оцінкою результату, і зосередитись на вільному самовираженні [15].

Однією з ключових переваг арт-терапії є її здатність обходити захисні механізми свідомості. Працюючи з образами та символами, дитина може висловити ті аспекти свого досвіду, які важко чи неможливо висловити словами. Це особливо цінно під час роботи з травматичними переживаннями чи складними емоційними станами.

Арт-терапевтичні техніки також сприяють розвитку емоційного інтелекту дитини. Через творче самовираження діти старшого дошкільного віку вчаться розпізнавати і диференціювати різні емоції, що є важливою навичкою їхнього соціально-емоційного розвитку [32]. Крім того, процес створення та обговорення продуктів діяльності допомагає дітям краще розуміти емоції інших людей, розвиваючи емпатію та соціальну компетентність.

У контексті дошкільної освіти арт-терапія може бути інтегрована у різні освітні галузі. Наприклад, вона може використовуватися для підтримки розвитку мови, коли діти описують свої малюнки чи створюють історії з урахуванням своїх творчих робіт. Також арт-терапевтичні техніки можуть застосовуватися для закріплення знань про навколишній світ, коли діти створюють візуальні уявлення концепцій, що вивчаються.

Своєю чергою підкреслимо роль педагога в арт-терапевтичному процесі. На нашу думку, педагог виступає не в ролі вчителя чи критика, а скоріше, як фасилітатор, який створює безпечний і підтримує простір для творчого самовираження дитини. Його завдання – заохочувати спонтанність і свободу вираження, не нав'язуючи свої інтерпретації чи оцінки.

Арт-терапія сприяє емоційному та соціальному розвитку особистості. Цей метод дозволяє індивіду висловлювати свої внутрішні стани, розвивати емпатію та глибше розуміти навколишній світ. Особливого значення арт-терапія набуває в контексті позитивної соціалізації, сприяючи підвищенню міжособистісної компетентності та формуванню навичок побудови гармонійних відносин. Крім того, арт-терапевтичні практики відіграють

важливу роль у розвитку креативності, яка розглядається як ключовий фактор успішної адаптації та самореалізації особистості у сучасному світі.

Аналізуючи особливості арт-терапії, можна назвати кілька основних напрямів її впливу емоційну сферу дітей старшого дошкільного віку. Насамперед, цей метод сприяє формуванню, ідентифікації та диференціації особистих емоцій та почуттів дитини. Через творчий процес діти вчаться розпізнавати та висловлювати свої емоційні стани, що є важливим етапом у розвитку емоційного інтелекту.

Іншим важливим аспектом арт-терапії є розвиток здатності розуміти емоційний стан співрозмовника за невербальними сигналами. Працюючи з візуальними образами, діти навчаються інтерпретувати міміку, жести, пози та інтонації, що значно покращує їхні навички міжособистісної взаємодії. Одночасно з цим відбувається зміцнення особистих кордонів у відносинах, що сприяє формуванню здорової самооцінки та впевненості у собі [17].

Арт-терапія також відіграє важливу роль у оволодінні соціально прийнятних способів вираження емоційних станів. Через творчу діяльність діти знайомляться з різними формами самовираження, які схвалюються в суспільстві, що сприяє їхній успішній соціалізації. Особлива увага в арт-терапевтичній роботі з дітьми старшого дошкільного віку приділяється розвитку навичок саморегуляції почуттів. Творчий процес надає дітям багатий сенсорний досвід, сприяє формуванню художніх переживань, а також розвиває мануальні та рухові навички. Усе це у комплексі створює основу більш ефективного управління своїми емоційними станами [11].

Ключовим принципом арт-терапії є її орієнтація на внутрішні ресурси здоров'я та сили, властиві кожній дитині. Цей підхід акцентує увагу на природному прояві почуттів, емоцій і настроїв у творчості, приймаючи дитину такою, якою вона є, разом з її унікальними способами самопрезентації [15]. Такий безоцінний підхід створює безпечний простір для самовираження та особистісного зростання.

Арт-терапевтичні методики надають психологам унікальну можливість здійснювати м'який, ненав'язливий контроль над емоційним станом дітей і, за необхідності, коригувати їхню поведінку, ставлення до себе та оточуючих [33]. Працюючи над розвитком емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку, техніки арт-терапії мають низку істотних переваг проти іншими методами. Насамперед, арт-терапія створює безпечний простір для вираження негативних емоцій у соціально прийнятній формі. Малювання, ліплення та інші види цього виду арт-терапії стають ефективними інструментами для зняття емоційної напруги, не завдаючи шкоди оточуючим. Це особливо важливо для дітей, котрі ще не навчилися адекватно висловлювати свої почуття вербально.

Більше того, арт-терапевтичні техніки сприяють розкриттю внутрішніх конфліктів та переживань дитини через символічну мову мистецтва. Використовуючи різні ролі та образи, діти можуть висловити те, що їм складно сформулювати словами. Це надає багатий матеріал для інтерпретації та діагностики у процесі терапії, дозволяючи фахівцеві глибше зрозуміти внутрішній світ дитини. Арт-терапія також відіграє важливу роль у зміцненні міжособистісних відносин у групі. Спільна творча діяльність сприяє розвитку емпатії, підвищує інтерес дітей до власних емоцій та почуттів оточуючих. Це створює основу для формування здорових соціальних навичок та емоційного інтелекту [40].

Таким чином, характеристика порушень емоційно-вольової сфери у дітей старшого дошкільного віку в умовах сучасного цифрового світу є складною, багатоаспектною проблемою, що вимагає пильної уваги фахівців та батьків. Проведені дослідження переконливо демонструють, що надмірне занурення у цифрове середовище призводить до серйозних порушень у розвитку емоційного інтелекту та соціальних навичок дітей старшого дошкільного віку. Найбільш явними проявами цих порушень стають зниження емпатичних здібностей, труднощі у розпізнаванні емоцій оточуючих та вираженні власних почуттів, проблеми з концентрацією уваги

та самоконтролем. Особливу тривогу викликає тенденція до формування комп'ютерної залежності та зниження творчого потенціалу дітей, що може негативно вплинути на їх подальший розвиток.

Для мінімізації негативних наслідків та максимізації користі від використання цифрових технологій необхідний комплексний підхід, що включає освітні програми для дітей та батьків, розробку якісного розвиваючого контенту та встановлення розумних обмежень на використання цифрових пристроїв. Арт-терапія є потужним інструментом для розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку, надаючи їм можливість для самовираження, зняття напруги та формування позитивного самосприйняття.

Висновки до першого розділу

У першому розділі проведено теоретичний аналіз розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку та особливостей її формування в умовах сучасного цифрового середовища. З'ясовано, що цей період характеризується активним становленням емоційної саморегуляції, розвитком здатності до усвідомленого контролю поведінки та формуванням вольових якостей.

Разом із тим, надмірне занурення дітей у цифровий простір призводить до емоційних порушень – підвищеної тривожності, імпульсивності, агресивності, труднощів у встановленні міжособистісних контактів та зниження рівня емпатії.

Аналіз наукових джерел показав, що одним із ефективних засобів корекції таких порушень є арт-терапія, а зокрема її різновид – ізо-терапія. Ізо-терапія, як метод психолого-педагогічного впливу, базується на використанні образотворчої діяльності для гармонізації внутрішнього стану дитини. Вона створює безпечний простір для самовираження, усвідомлення власних переживань і конструктивного опрацювання емоційних конфліктів.

Таким чином, узагальнення теоретичних положень дозволило зробити висновок, що ізо-терапія є ефективним напрямом розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, особливо з урахуванням цифровізації суспільства, де спостерігається дефіцит емоційного спілкування та зниження сенсорного досвіду.

РОЗДІЛ 2.

ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАСТОСУВАННЯ ОБРАЗОТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Організація та методи дослідження

Експериментальна частина дослідження, спрямованого на вивчення впливу цифрового середовища, проводилася в Одеському центрі соціальних послуг, що спеціалізується на наданні психолого-педагогічної та медико-соціальної допомоги дітям. Спираючись на результати анкетування батьків за розробленою нами анкетною, представленою в Додатку А, ми відібрали групу з 40 дітей старшого дошкільного віку, які активно взаємодіють із цифровими пристроями у повсякденному житті. Батьки цих дітей, заповнивши запропоновані анкети, допомогли визначити ступінь залучення їхніх дітей до цифрового середовища, що дозволило сформувати репрезентативну вибірку для подальшого дослідження. Усі діти були розподілені на 2 групи.

1 група (експериментальна) складалася із 20 дітей старшого дошкільного віку. Ці діти займалися за розробленою програмою ізо-терапії з метою розвитку емоційно-вольової сфери.

2 група (контрольна) у складі 20 дітей старшого дошкільного віку займалася лише за програмами додаткової освіти центру.

Групи розподілялися так, щоб у кожній з них була приблизно рівна кількість дітей зі схожими порушеннями емоційно-вольової сфери.

Для роботи з експериментальною групою розроблено програму ізо-терапії обсягом 40 годин. Обидві групи дітей було продіагностовано до та після проведення роботи. Після цього результати 2 груп порівнювалися і аналізувалися шляхом математичної статистики.

В рамках дослідження використано комплекс взаємодоповнюючих діагностичних інструментів, спрямованих на всебічне вивчення емоційного стану дітей:

- методика «Паровозик», дозволяє «визначити особливості емоційного стану дитини: нормальний чи знижений настрій, стан тривоги, страху, задовільну або низьку адаптацію в новому або звичному, соціальному середовищі. Направлена визначення ступеня позитивного (ППС) і негативного (НПС) психічного стану» [6].

- модифікація тесту дитячої тривожності (Р. Темл, В. Доркі, М. Амен) та методики «Кінотеатр», призначений для вивчення ступеня позитивного чи негативного емоційного стану дітей з 4-х до 8 років.

- емоційна ідентифікація діагностична методика для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, спрямована на виявлення особливостей ідентифікації емоцій різних модальностей у дітей дошкільного віку, індивідуальних особливостей емоційного розвитку. Показниками методики є: сприйняття експресивних ознак (мімічних), розуміння емоційного змісту, ідентифікація емоцій [30].

Динаміка результатів діагностики аналізувалась математичними методами. Для цього застосовано критерій Манна-Уїтні

Далі представимо отримані результати.

2.2. Інтерпретація результатів первинної діагностики

Первинна діагностика показали, що в усіх 40 дітей першої та другої групи спостерігаються ті чи інші порушення емоційно-вольової сфери. Розглянемо детально одержані дані.

Аналізуючи результати колірних переваг дітей старшого дошкільного віку за методикою «Паровозик», виявилася тривожна тенденція: значна частина дітей з обох груп, що досліджуються, демонструє ознаки порушень в емоційно-вольовій сфері, що особливо яскраво проявляється у їхньому

стійкому прагненні розміщувати темні кольори – чорний, сірий та коричневий – на пріоритетних позиціях при виконанні діагностичних завдань. Контрольна група показує схожі, але трохи кращі результати, ніж експериментальна.

Узагальнені результати діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку в досліджуваних групах представлені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Результати діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку в досліджуваних групах за методикою «Паровозик»

Критерій	Експериментальна група		Контрольна група	
	Кількість дітей	Частка в групі, %	Кількість дітей	Частка в групі, %
Позитивний психічний стан	7	35%	8	40%
Негативний психічний стан низького ступеня	5	25%	5	25%
Негативне психічний стан середнього ступеня	4	20%	4	20%
Негативне психічний стан високого ступеня	4	20%	3	15%

Проведене дослідження емоційного стану дітей старшого дошкільного віку з використанням методики «Паровозик» виявило практично ідентичні патерни в обох групах, при цьому зафіксовані міжгрупові відмінності мають несуттєвий характер.

Представимо наочно отримані результати на рисунку 2.1. В експериментальній групі позитивний психічний стан демонструють 7 дітей (35%), тоді як у контрольній групі цей показник дещо вищий – 8 дітей (40%). Це вказує на те, що лише третина дітей у обох групах має сприятливий емоційний стан.

Аналізуючи отримані дані, ми виявили тривожну картину емоційного стану дітей старшого дошкільного віку, що під впливом цифрового середовища. Порівнюючи показники обох груп, ми виявили однакову кількість дітей, які демонструють легкі емоційні порушення, що становить чверть (по 25%) від загальної кількості випробуваних у групі.

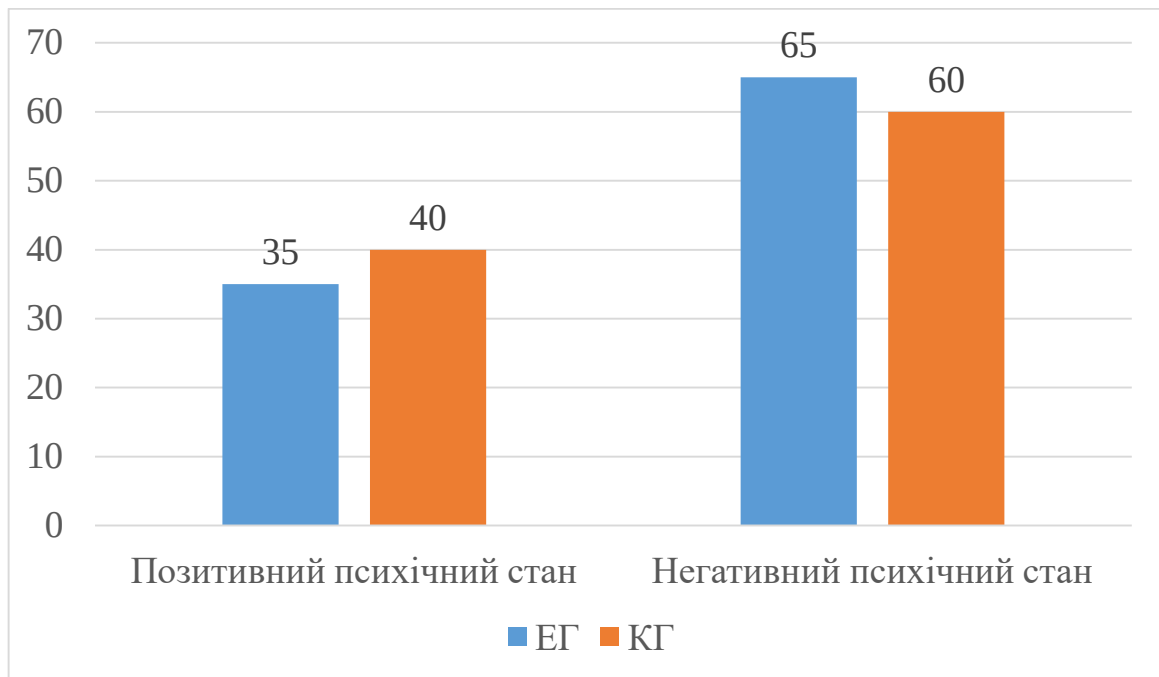


Рис.2.1. Результати діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку у досліджуваних групах за методикою «Паровозик», %

По 4 дитини (20%) у обох групах виявляє суттєві емоційні проблеми, що характеризуються негативним психічним станом середнього ступеня виразності. Особливе занепокоєння викликає виявлена тенденція до прояву тяжких емоційних порушень, зафіксованих у 20% дітей експериментальної групи та 15% контрольної групи.

Узагальнюючи отримані результати, можна констатувати переважання різних форм негативного психічного стану у значній частині досліджуваних дітей старшого дошкільного віку (65% і 60% відповідно), що може бути зумовлене інтенсивною взаємодією дітей із цифровими пристроями.

Далі розглянемо результати первинної діагностики за методикою Модифікація тесту дитячої тривожності (Р. Темл, В. Доркі, М. Амен) та методики «Кінотеатр». Зведені дані щодо груп – у таблиці 2.2.

Аналіз отриманих даних показав, що позитивний психічний стан проявляється лише у 30% (6 дітей) експериментальної групи, що дещо вище за показники контрольної групи, де благополучний емоційний стан демонструють 25% (5 дітей). В даному випадку тривожним сигналом є той факт, що у суттєвої частини дітей старшого дошкільного віку в обох групах проявляються ознаки емоційного неблагополуччя різного ступеня.

Таблиця 2.2.

Результати діагностики емоційного стану дітей щодо модифікації тесту дитячої тривожності (Р. Теммл, В. Дорки, М. Амен) та методики «Кінотеатр»

Критерій	Експериментальна група		Контрольна група	
	Кількість дітей	Частка в групі, %	Кількість дітей	Частка в групі, %
Позитивний психічний стан	6	30%	5	25%
Негативний психічний стан низького ступеня	4	20%	5	25%
Негативний психічний стан середнього ступеня	6	30%	6	30%
Негативний психічний стан високого ступеня	4	20%	4	20%

Аналіз результатів діагностики емоційного стану дітей щодо модифікації тесту дитячої тривожності також показує наявність серйозних емоційних проблем в обох групах, що досліджуються (рисунки 2.2).

Вивчаючи початкові ознаки емоційного неблагополуччя (низького ступеня), виявлено негативний психічний стан низького ступеня у 20% (4 дитини) в експериментальній групі та у 25% (5 дітей) у контрольній групі. Ці

показники вказують на наявність початкових ознак емоційного неблагополуччя у значної частини дітей.

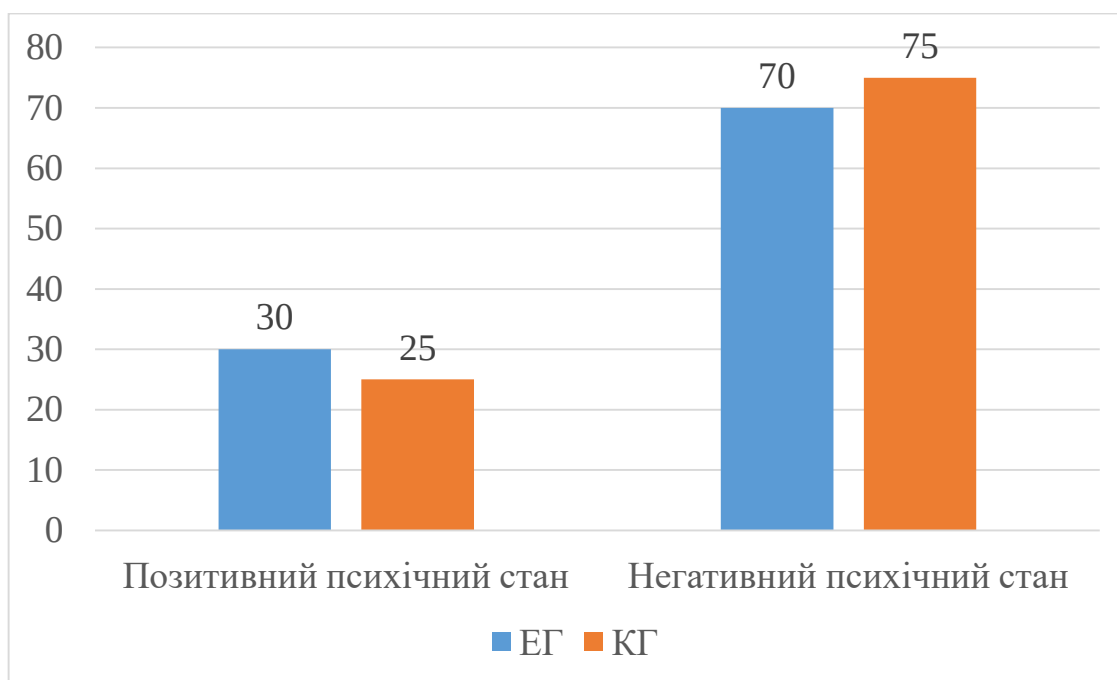


Рис. 2.2. Результати діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку в досліджуваних групах з модифікації тесту дитячої тривожності (Р.Темл, В. Дорки, М. Амен) та методики «Кінотеатр», %

Особливу тривогу викликає той факт, що негативний психічний стан середнього ступеня однаково представлено в обох групах - по 6 дітей (30%). Це говорить про суттєві порушення емоційного стану майже у третини дітей кожної групи.

Вкрай насторожуючим фактором виступає наявність тяжких емоційних порушень, що виявляються у формі негативного психічного стану високого ступеня у 20% (4 дітей) у кожній досліджуваній групі. Це свідчить про серйозні емоційні порушення, потребують негайного втручання фахівців.

Загалом результати свідчать про переважання різних ступенів негативного психічного стану у більшості обстежених дітей (70% в

експериментальній та 75% у контрольній групах), що може бути обумовлено високим рівнем присутності цифрового середовища в їхньому житті.

Продовжуючи дослідження, було застосовано діагностичну методику «Емоційна ідентифікація», узагальнені дані по обох групах відображені у зведеній таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Результати діагностики емоційної ідентифікації

Показник	Експериментальна група			Контрольна група		
	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький
Сприйняття експресії	4 (20%)	8 (40%)	8 (40%)	5 (25%)	8 (40%)	7 (35%)
Розуміння емоцій	0 (0%)	12 (60%)	8 (40%)	0 (0%)	14 (70%)	6 (30%)
Ідентифікація емоцій	0 (0%)	7 (35%)	13 (65%)	0 (0%)	8 (40%)	12 (60%)

Так, результати дослідження показали, що розвиток «сприйняття експресії» в експериментальній групі на високому рівні мають лише 4 дитини (20%), середнього рівня – 8 дітей (40%), низького – 8 дітей (40%). У контрольній групі показники дещо кращі: високий рівень – 5 дітей (25%), середній – 8 дітей (40%), низький – 7 дітей (35%).

За показником «розуміння емоцій» в обох групах відсутні діти з високим рівнем. В експериментальній групі середній рівень мають 12 дітей (60%), низький – 8 дітей (40%). У контрольній групі середній рівень показали 14 дітей (70%), низький – 6 дітей (30%).

Показник «ідентифікація емоцій» також не виявив дітей із високим рівнем в обох групах. В експериментальній групі середній рівень мають 7 дітей (35%), низький – 13 дітей (65%). У контрольній групі середній рівень показали 8 дітей (40%), низький – 12 дітей (60%). Дані результати наочно відображені та проілюстровані рисунку 3.

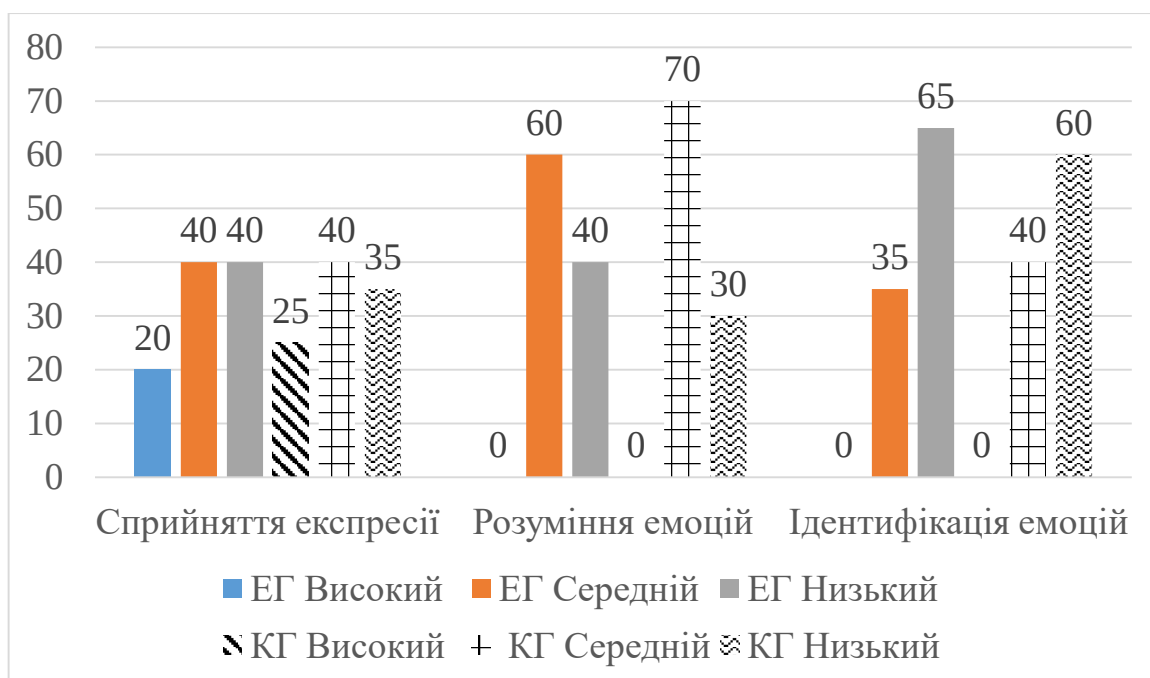


Рис. 2.3. Результати діагностики емоційної ідентифікації

Таким чином, результати первинної діагностики дітей старшого дошкільного віку, які перебувають в умовах високого рівня присутності цифрового середовища, виявили низку суттєвих особливостей/порушень емоційно-вольової сфери. Діти, які проводять значний час у смартфонах та планшетах, а також за переглядом телевізора, демонструють виражені труднощі у сприйнятті та ідентифікації емоцій, що проявляється у переважанні виборів темних кольорів при діагностиці та наявності негативних психічних станів різного ступеня виразності. Особливу тривогу викликає факт, що свідчить про те, що більше 60% обстежених дітей старшого дошкільного віку, які активно взаємодіють з цифровими пристроями, мають порушення емоційно-вольової сфери, що виявляються у підвищеній тривожності, емоційній нестабільності та складнощах у розпізнаванні емоційних станів оточуючих. «У дітей, занурених у цифрове середовище, відзначається значне зниження здатності до емоційної ідентифікації, що виявляється у відсутності високого рівня розуміння емоцій та переважання низького рівня їхнього розпізнавання. Виявлені особливості, що характеризуються порушенням емоційного реагування та складнощами у

вираженні власних емоційних станів, вимагають розробки комплексної розвиваючої програми, спрямованої на розвиток емоційно-вольової сфери та профілактику порушень» [13].

2.3. Програма розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку засобами образотворчої діяльності

На формуючому етапі дослідження було створено та успішно реалізовано програму, що використовує методи ізо-терапії для розвитку та гармонізації емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку.

Тривалість програми: 5 місяців (20 тижнів), 40 годин.

Частота занять: 2 рази на тиждень.

Тривалість заняття: 30-40 хвилин.

Структура програми:

Вступний блок (2 тижні, 4 заняття):

- Ознайомлення з дітьми, встановлення довірчих відносин;
- Проведення діагностичних заходів;
- Введення у світ образотворчого мистецтва;
- Навчання базовим технікам малювання.

Основний блок (16 тижнів, 32 заняття):

— систематичні заняття із застосуванням методів ізо-терапії, що дозволяють дітям досліджувати та опрацьовувати широкий спектр емоційних станів, таких як радість, смуток, гнів, страх і подив;

— використання різноманітних художніх технік та прийомів образотворчої творчості: малювання пальцями, долонями, губками, відбитки листя, монотипія, кляксографія;

— застосування різних матеріалів: акварель, гуаш, пастель, кольорові олівці, пластилін, природні та непридатні матеріали.

Заклучний блок (2 тижні, 4 заняття):

- закріплення здобутих навичок;

- створення підсумкових робіт;
- організація виставки дитячих робіт.

Кожне заняття включає:

- розминку (5 хвилин): дихальні вправи, пальчикова гімнастика.
- основну частину (20-25 хвилин): творча робота з теми заняття з психологічним опрацюванням.
- обговорення (5-10 хвилин): рефлексія, обмін враженнями.

План роботи за програмою подано у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Календарно-тематичний план програми арт-терапії для розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку

Тема	Мета	Завдання	Види діяльності
Вступний блок			
Знайомство з чарівними фарбами	Встановлення емоційного контакту з групою та створення сприятливої атмосфери для подальшої роботи.	- Познайти дітей з різними художніми матеріалами - Створити довірчу атмосферу у групі - Зняти емоційну напругу	1. Привітання «Коло дружби» (передача м'яча з побажаннями) 2. Вправа «Кольорові долоні» 3. Експерименти зі змішуванням фарб 4. Пальчиковий живопис «Різнокольорові точки» 5. Вправа «Райдужні бризки» (техніка набризку)
Подорож у світ мистецтва	Розвиток пізнавального інтересу до різних технік образотворчої діяльності.	- Познайти з різноманітними техніками малювання - Розвивати творчу уяву - Формувати навички роботи з різними матеріалами - Заохочувати самостійність у виборі засобів виразності	1. Вітання «Передай посмішку» 2. Демонстрація різних технік малювання 3. Вправа «Чарівні відбитки» (монотипія) 4. Малювання восковими крейдою та аквареллю «Таємне послання» 5. Кляксографія «Перетворення плями» 6. Колективна робота «Диво-дерево» (відбитки листя)

			7. Рефлексія «Що сподобалося найбільше».
Райдуга емоцій: Радість, Сум, Здивування. Палітра почуттів	Знайомство з емоцією радості через колірні асоціації.	- Навчити розпізнавати емоцію радості - Розвивати здатність висловлювати радість через колір - формувати позитивне емоційний стан	1. Вітання «Сонячні промінчики» 2. Розмова «Коли мені радісно» 3. Вправа «Кольори радості» (вибір фарб) 4. Малюнок «Мій самий радісний день» 5. Групова робота «Салют радості» 6. Рефлексія з використанням «радісних» квітів
	Вивчення емоції смутку та способів її висловлювання.	- Навчити розпізнавати емоцію смутку - Розвивати вміння трансформувати сумний настрій - Формувати навички емоційного регулювання	1. Вітання «Передай посмішку» 2. Розмова «Що таке смуток» 3. Малювання «Сумний дощ» 4. Трансформація малюнка «Перетворюємо смуток на радість» 5. Колективна робота «Квітка-семицвітка бажань» 6. Рефлексія «Мій настрій зараз»
	Знайомство з емоцією здивування.	- Навчити розпізнавати емоцію здивування - Розвивати здатність висловлювати подив через малюнок - Стимулювати творчу уяву	1. Вітання «Дивне привітання» 2. Вправа «Чарівні перетворення» (Кляксографія) 3. Малювання «Що мене здивувало» 4. Колективна робота «Дивовижний світ» 5. Гра «Знайди незвичайне у звичайному» 6. Рефлексія з використанням техніки «Чарівні фарби»

	Закріплення знань про різні емоції.	- Закріпити вміння розрізняти емоції - Розвивати навички вираження емоцій через колір - Формувати цілісне сприйняття емоційної сфери	1. Вітання «Емоційне коло» 2. Вправа «Квітка-емоцій» 3. Малювання «Моя емоційна веселка» 4. Групова робота «Карта настроїв» 5. Гра «Перетворення кольори» 6. Підсумкова рефлексія «Палітра моїх почуттів».
Мої почуття	Розвиток здібності висловлювати і позитивні емоції через художню творчість	- Навчити розпізнавати почуття радості - Розвивати вміння висловлювати радість через колір та форму - формувати позитивний емоційний стан	1. Малювання долоньками «Сонечко радості», 2. пальчикове малювання «Салют щастя»
	Усвідомлення та прийняття негативних емоцій	- Допомогти висловити пригнічені емоції - Навчити конструктивно справлятися зі смутком - Розвивати емоційну саморегуляцію	Малювання пальцями «Дощ настрою», Відбитки долонь «Сумне дерево
	Корекція страхів через творче самовираження	- знизити рівень тривожності - Перетворити негативні емоції в позитивні - Розвивати впевненість у собі	Малювання долоньками «Переможи свій страх», Пальчикове малювання «Чарівний захисник
	Навчання способам вирази гніву в соціально прийнятній форм	- Навчити розпізнавати ознаки гніву - Освоїти способи контролю над агресивними імпульсами - Розвивати навички самоконтролю	Малювання пальцями «Випусти пар», Долонний живопис «Перетворення монстра на друга»
Країна спокою	Знайомство заспокійливим ефектом кругових композицій	- Познайомитись із поняттям мандали - Навчити основ побудови кругових візерунків - Розвивати концентрацію уваги	Створення простої мандали з геометричних форм, розфарбовування готових мандал

	Навчання синхронізації дихання та малювання	- Освоїти техніки дихальної релаксації - Навчити координувати дихання та рухи - Розвивати вміння розслаблятися	Медитативне малювання хвиль, спіралей під музику
	Розвиток уміння знаходити гармонію через природні образи	- Навчити створювати природні композиції - Розвивати почуття симетрії - Формувати навички саморегуляції	Створення мандал з природних матеріалів, малювання природних мотивів
	Використання кольору для досягнення емоційної рівноваги	- Навчити підбирати заспокійливі кольорові поєднання - Розвивати колірне сприйняття - Закріпити навички релаксації через творчість	Створення градієнтних мандал, медитативне малювання кольорових переходів.

Перемога над страхом	Зниження рівня тривожності	- Навчити трансформувати негативні образи в позитивні - Розвивати творчу уяву - знизити емоційну напругу	Кляксографія з трубочкою «Кумедні монстри»
	Розвиток здібності керувати своїми страхами	- Освоїти техніку монотипії - Навчити знаходити позитивне в негативному - Формувати впевненість у собі	Монотипія «Дві сторони однієї емоції», робота з відображеннями
	Розвиток здібності контролювати тривожні стани	- Навчити техніці подолання страху - Розвивати позитивне мислення - Зміцнювати емоційну стійкість	Кляксографія з ниткою, домальовування позитивних елементів
	Формування впевненої поведінки	- Розвивати внутрішні ресурси - зміцнювати самооцінку - Закріпити навички подолання страху	Монотипія «Мій внутрішній герой», створення захисних символів
Дружба фарб	Формування навичок	- Розвивати вміння працювати у парі	Парне малювання «Дорога дружби», спільне створення композиції

	спільної діяльності	- Формувати навички співробітництва - Вчити узгоджувати дії з партнером	
	Розвиток групової згуртованості	- Навчити приймати загальні рішення - Розвивати емпатію - Формувати навички компромісу	Колективна робота «Чарівний килим», створення спільного орнаменту
	Розвиток командної взаємодії	- Навчити розподіляти ролі у групі - Розвивати вміння слухати інших - Формувати групову ідентичність	Створення колективного панно, груповий розпис
	Закріплення комунікативних навичок	- Розвивати навички конструктивного спілкування - Формувати почуття єдності - Закріпити вміння працювати у команді	Колективне створення веселки, групова композиція «Наша дружня група».
Чарівний світ	Розширення кордонів творчого мислення	- Познайомитись з технікою набризка - Розвивати просторову уяву - Стимулювати фантазію	Малювання зоряного неба наблизком, створення космічних пейзажів
	Розвиток образного мислення	- Освоїти техніку малювання мильними бульбашками - Розвивати вміння створювати незвичайні образи - Формувати креативність	Створення підводних пейзажів, малювання бульбашками та відбитками
	Активізація творчого потенціалу	- Навчити техніці видування фарби - розвивати асоціативне мислення - заохочувати оригінальні рішення	Малювання дерев видуванням, створення казкового лісу
	Закріплення навичок творчого самовираження	- Освоїти техніку малювання свічкою - Розвивати уяву - Підтримувати творчу ініціативу	Малювання чарівних картин свічкою, прояв невидимих малюнків.

Я створюю	Розвиток творчої незалежності	- Заохочувати самостійний вибір матеріалів - Розвивати впевненість у ухваленні рішень - Формувати індивідуальний стиль	Створення особистої композиції будь-якими матеріалами
	Розкриття творчого потенціалу	- Розвивати здатність до самовираження - Формувати навички планування - Підтримувати творчу сміливість	Вільне малювання з задуму, експериментування з техніками
	Розвиток самостійності у творчості	- Закріплювати навички роботи з різними матеріалами - Розвивати вміння втілювати ідеї - Заохочувати творчу ініціативу	Створення авторських проєктів, комбінування технік
	Закріплення навичок самостійної творчості	- Розвивати впевненість у творчі здібності - Формувати позитивну самооцінку - підтримувати бажання творити	Створення підсумкової роботи у вільній техніці.
Світ усередині мене	Розвиток самоприйняття через творче самовираження	- Навчити висловлювати самосприйняття через малюнок - Розвивати позитивне ставлення до себе - Коригувати емоційну самооцінку	Створення автопортрета в різних емоційних станах
	Дослідження власних почуттів та переживань	- Розвивати навички самоаналізу - Формувати емоційну свідомість - Зміцнювати впевненість у собі	Створення символічної карти внутрішнього світу
	Зміцнення позитивної самооцінки	- Розвивати здатність бачити свої сильні сторони - Формувати почуття своєї значимості - Коригувати невпевненість	Створення колажу успіхів, малювання особистих символів сили

	Формування позитивного образу майбутнього	- Розвивати здатність до цілепокладання - Зміцнювати віру у свої можливості - Коригувати тривожність про майбутнє	Створення образу бажаного майбутнього, малювання особистих талісманів.
Заключний блок			
Наші досягнення	Закріплення отриманих навичок емоційною регуляції Осмислення пройденого пут	- Узагальнити освоєні техніки саморегуляції - Закріпити навички вираження емоцій через творчість - Розвивати впевненість у своїх здібностях - Проаналізувати особисті досягнення - закріпити позитивний досвід - розвивати рефлексивні навички	Створення роботи коханої технікою Створення творчого щоденника досягнень
Галерея творчості	Організація презентації творчих досягнень	- Навчити відбирати роботи для виставки - Розвивати навички самопрезентації - Формувати почуття гордості за свої досягнення	Оформлення робіт, створення підписів та описи
	Підбиття підсумків програми	- Організувати презентацію виставки - Розвивати навички публічного виступу - закріпити позитивну самооцінку	Проведення виставки, обговорення робіт, нагородження учасників

Психолого-педагогічні умови реалізації програми:

Під час занять особлива увага приділяється створенню безпечної та підтримуючої атмосфери. Педагог-психолог використовує техніку активного слухання, емпатичного спілкування, заохочує вільне самовираження дітей через творчість.

Для формування навичок саморегуляції та управління емоціями до програми включені елементи арт-медитації, техніки «малювання мандал», а також вправи на усвідомлене дихання у процесі творчої діяльності.

Приклад заняття представлений у Додатку В. Очікувані результати програми:

- в емоційній сфері: покращення здатності розпізнавати та виражати емоції; зниження рівня тривожності та агресивності; розвиток емпатії та емоційного інтелекту; формування позитивного емоційного тла.

- у вольовій сфері: підвищення рівня самоконтролю; розвиток довільності поведінки; покращення здатності до саморегуляції; формування навичок мети мети.

- у комунікативній сфері: покращення навичок міжособистісної взаємодії; розвиток здатності до співробітництва; зниження конфліктності; підвищення рівня соціальної адаптації

- в особистісній сфері: зміцнення позитивної самооцінки; розвиток впевненості у собі; формування адекватного самосприйняття; розкриття творчого потенціалу

Таким чином, програма передбачає регулярну оцінку емоційного стану дітей за допомогою проєктивних методик та спостереження за їх поведінкою у процесі занять та у вільній діяльності.

2.4. Динаміка результатів дослідження

Завершивши цикл психологічних занять щодо розвитку емоційно-вольової сфери із застосуванням методів арт-терапії в експериментальній групі, проведено повторну діагностику дітей старшого дошкільного віку, з використанням того ж комплексу методик, що на першому етапі.

Представимо отримані результати. Узагальнені результати діагностики за методикою «Паровозик» на контрольному етапі представлені в таблиці 2.5.

Результати контрольної діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку у досліджуваних групах за методикою «Паровозик» С.В.Валія виявили значні позитивні зміни в експериментальній групі, де половина дітей (50%) продемонструвала благополучний психічний стан, істотно перевищивши показники контрольної групи на 25% (рисунок 2.4).

Таблиця 2.5.

Результати контрольної діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку в досліджуваних групах за методикою «Паровозик»

Критерій	Експериментальна група		Контрольна група	
	Кількість дітей	Частка в групі, %	Кількість дітей	Частка в групі, %
Позитивний психічний стан	10	50%	5	25%
Негативний психічний стан низького ступеня	4	20%	3	15%
Негативне психічний стан середнього ступеня	3	15%	6	30%
Негативне психічний стан високого ступеня	3	15%	6	30%

Аналізуючи прояви негативних психічних станів, ми виявили, що в експериментальній групі легкі емоційні порушення спостерігаються у 20% дітей, що трохи перевищує показники контрольної групи (15%). Особливо помітні поліпшення виявилися у зниженні кількості дітей із середнім ступенем негативного психічного стану експериментальної групи до 15%, тоді як і контрольної групи цей показник залишився лише на рівні 30%. Важливим досягненням стало суттєве зменшення кількості дітей старшого дошкільного віку з тяжкими емоційними порушеннями в експериментальній групі до 15%, тоді як у контрольній групі цей показник сягає 30%.

Детальне зіставлення результатів первинного та контрольного етапів діагностики за методикою «Паровозик» дозволило виявити значні позитивні

зміни в емоційному стані дітей старшого дошкільного віку експериментальної групи, досягнуті завдяки проведеній психологічній роботі. Особливо вражаюча динаміка спостерігається у збільшенні кількості дітей, які демонструють позитивний психічний стан в експериментальній групі, де показник зріс із 35% до 50%, тоді як у контрольній групі відзначається негативна тенденція до зниження з 40% до 25%.

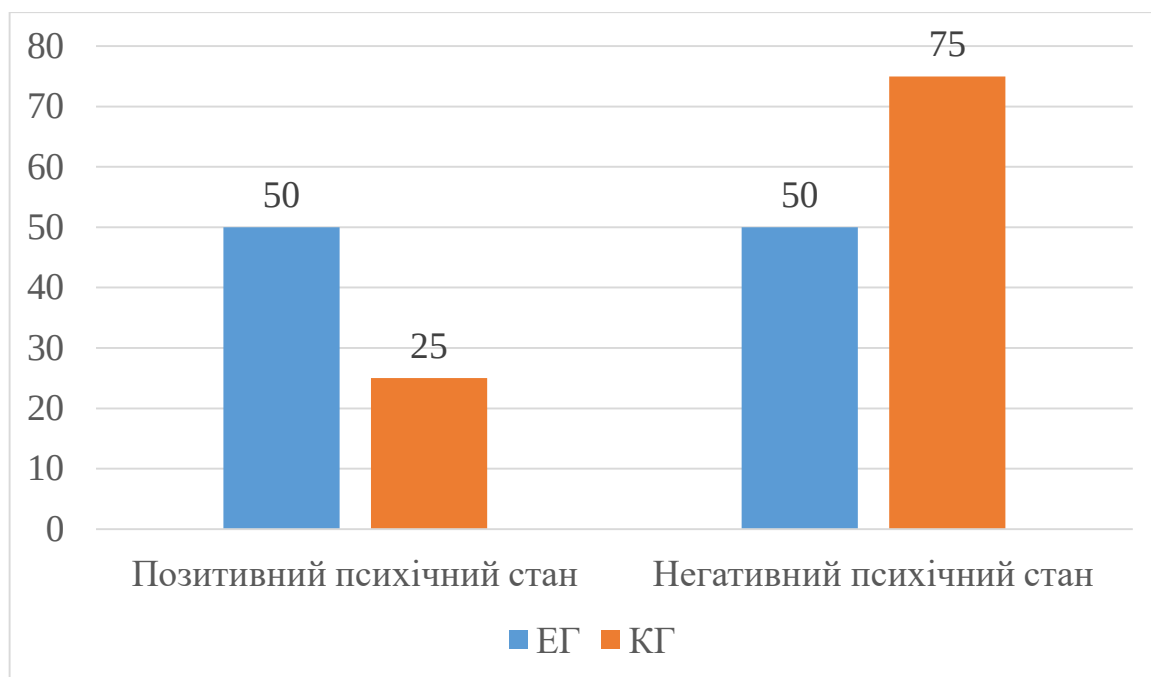


Рис.2.4. Результати контрольної діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку у досліджуваних групах за методикою «Паровозик», %

Аналізуючи зміни у проявах негативних психічних станів різного ступеня вираженості, ми зафіксували поступове зниження кількості дітей з легкими емоційними порушеннями в обох групах: в експериментальній – з 25% до 20%, у контрольній – з 25% до 15%. Найбільш суттєві позитивні зрушення виявлено у показниках негативного психічного стану середнього ступеня у дітей експериментальної групи, де сталося зниження з 20% до 15%, тоді як у контрольній групі спостерігається тривожне зростання з 20% до 30%.

На особливу увагу заслуговує динаміка важких емоційних порушень: в експериментальній групі вдалося досягти зниження показників з 20% до 15%, тоді як у контрольній групі зафіксовано дворазове зростання - з 15% до 30%. Отримані результати переконливо демонструють високу ефективність розробленої та реалізованої програми розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, що ґрунтується на методах ізо-терапії.

Порівняльні результати за даною методикою порівняно з первинною діагностикою рисунку 2.5.

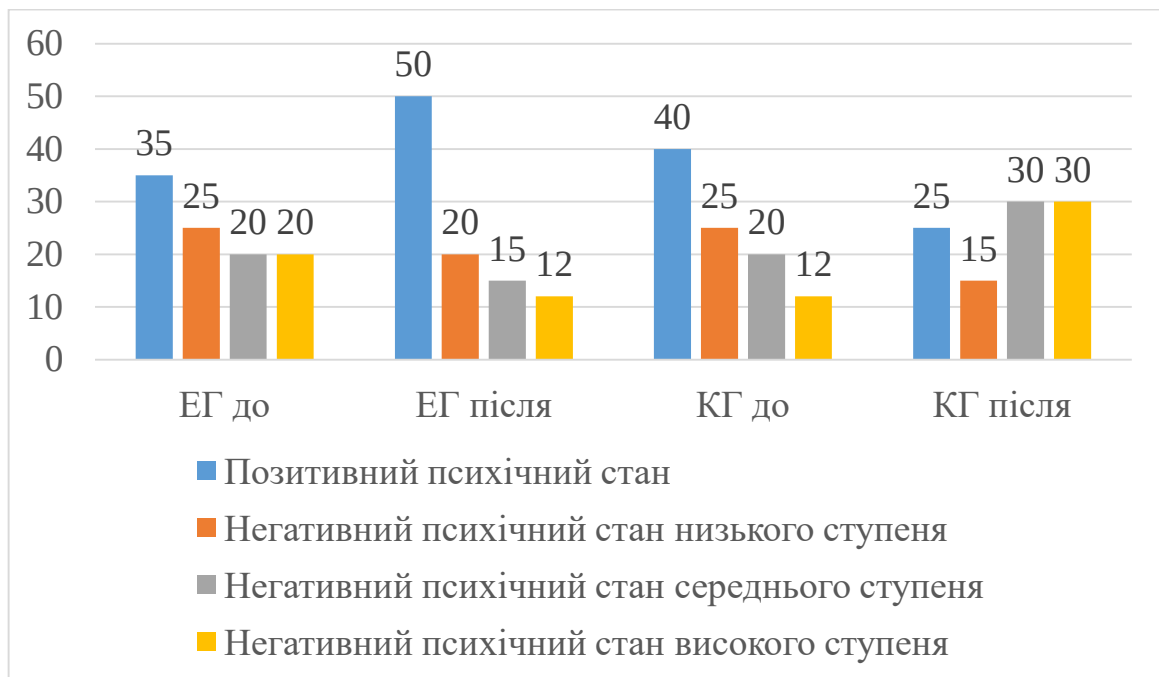


Рис.2.5. Порівняльні результати первинної та контрольної діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку у досліджуваних групах за методикою «Паровозик», %

Продовжуючи аналіз ефективності психологічної роботи, представимо результати повторної діагностики, отримані за допомогою модифікованого тесту дитячої тривожності Теммла-Доркі-Амена у поєднанні з методикою Кінотеатр, узагальнені показники якої систематизовані в таблиці 2.6.

Аналіз результатів повторної діагностики виявив суттєві позитивні зміни в експериментальній групі, де кількість дітей з благополучним психічним станом досягло 40%, значно перевищивши показники

контрольної групи на 20%. Цікава динаміка спостерігається у розподілі негативних психічних станів: в експериментальній групі відбулося зміщення у бік легших форм емоційних порушень, що свідчить збільшення частки дітей із негативним психічним станом низького ступеня до 45%, проти 25% у контрольної групи.

Таблиця 2.6.

Результати контрольної діагностики емоційного стану дітей щодо модифікації тесту дитячої тривожності (Р. Теммл, В. Дорки, М. Амен) та методики «Кінотеатр»

Критерій	Експериментальна група		Контрольна група	
	Кількість дітей	Частка в групі, %	Кількість дітей	Частка в групі, %
Позитивний психічний стан	8	40%	4	20%
Негативний психічний стан низького ступеня	9	45%	5	25%
Негативне психічний стан середнього ступеня	3	15%	6	30%
Негативне психічний стан високого ступеня	0	0	5	25%

Особливо значним досягненням психологічної роботи стала повна відсутність у експериментальній групі дітей із тяжкими емоційними порушеннями, тоді як і контрольної групі такі порушення зберігаються в чверті дітей старшого дошкільного віку. Істотний прогрес відзначається й у зниженні кількості дітей із середнім ступенем негативного психічного стану в експериментальній групі до 15%, що вдвічі нижче за показники контрольної групи.

Результати контрольної діагностики емоційного стану дітей щодо модифікації тесту дитячої тривожності (Р. Темл, В. Дорки, М. Амен) та методики «Кінотеатр» також демонструють значні позитивні зміни в експериментальній групі порівняно з контрольною (рисунок 2.6).

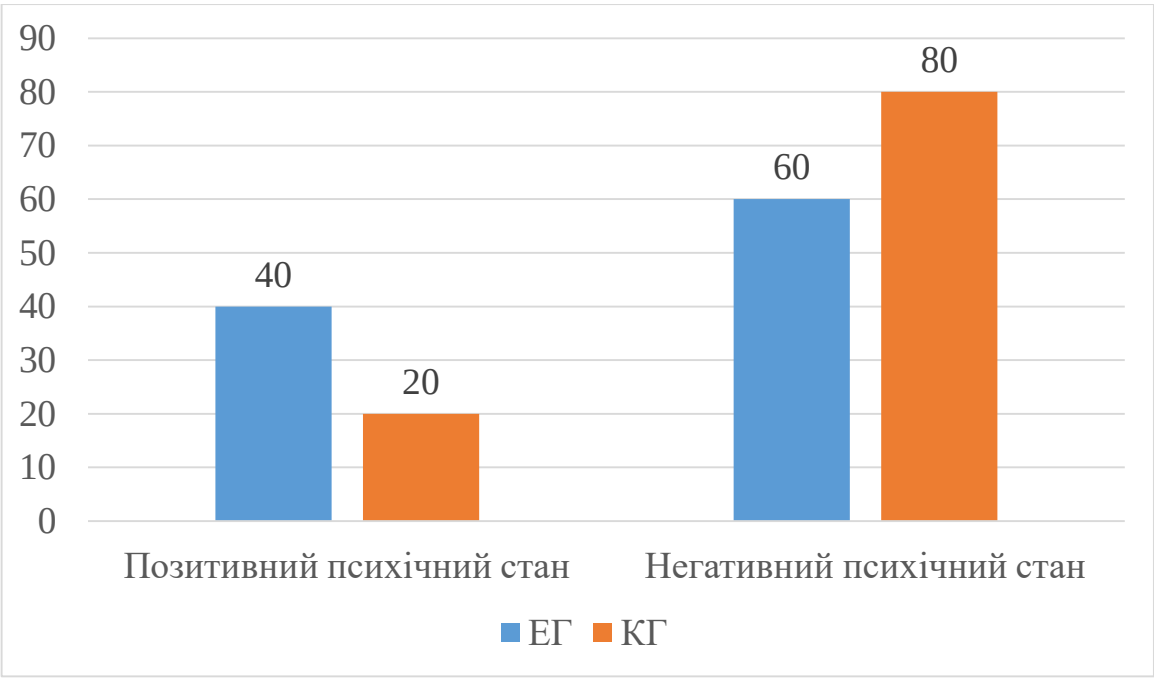


Рис.2.6. Результати контрольної діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку в досліджуваних групах з модифікації тесту дитячої тривожності (Р. Темл, В. Дорки, М. Амен) та методики «Кінотеатр», %

Порівняльні дані результатів первинної та контрольної діагностики за даною методикою представлені на рисунок 2.7.

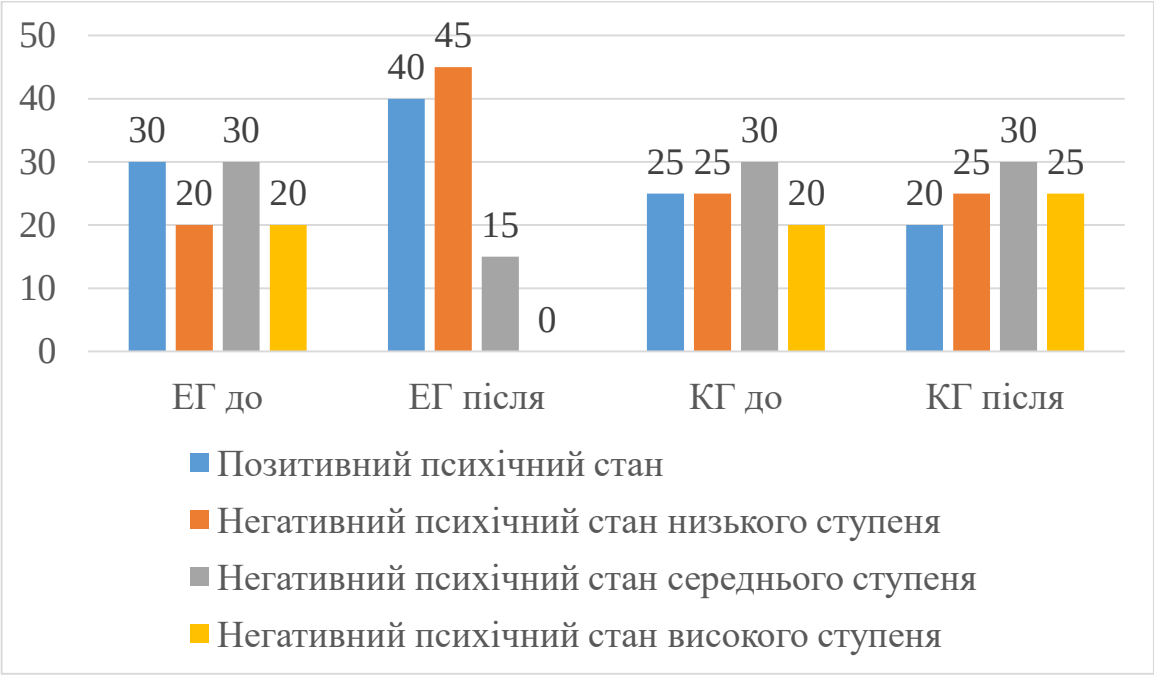


Рис.2.7. Порівняльні результати первинної та контрольної діагностики емоційного стану дітей дошкільного віку в досліджуваних групах з

модифікації тесту дитячої тривожності (Р. Темл, В. Дорки, М. Амен) та методики «Кінотеатр», %

Порівняльний аналіз динаміки емоційного стану дітей старшого дошкільного віку показав значні позитивні зміни в експериментальній групі, де кількість дітей із благополучним психічним станом збільшилася з 30% до 40%, тоді як у контрольній групі спостерігається негативна тенденція до зниження цього показника з 25% до 20%.

Примітною є трансформація характеру емоційних порушень в експериментальній групі, де відбулося суттєве збільшення частки дітей з легкими формами негативних станів з 20% до 45%, тоді як у контрольній групі цей показник залишається незмінним на рівні 25%. Особливо значущих результатів вдалося досягти у зниженні числа дітей старшого дошкільного віку із середнім ступенем порушень в експериментальній групі – з 30% до 15%, причому у контрольній групі ситуація залишилася без змін (30%).

Найбільш вражаючим досягненням реалізованої програми стала повна відсутність у експериментальній групі дітей із тяжкими емоційними порушеннями, тоді як у контрольній групі такі стани фіксуються у чверті дітей старшого дошкільного віку.

Аналіз результатів контрольної діагностики за методикою емоційної ідентифікації показує суттєві відмінності між експериментальною та контрольною групами. Зведені бали за групами представлені у таблиці 2.7.

В експериментальній групі спостерігається значне поліпшення всіх показників емоційної ідентифікації у той час, як у контрольній групі ці показники залишилися нижчими (рисунок 2.8).

Порівняльний аналіз результатів первинної та контрольної діагностики емоційної ідентифікації демонструє значну позитивну динаміку в експериментальній групі. За показником сприйняття експресії частка дітей з високим рівнем збільшилася з 20% до 60%, причому низький рівень

повністю відсутня після психологічної роботи, тоді як у контрольній групі показники залишилися практично незмінними.

Таблиця 2.7.

Результати контрольної діагностики емоційної ідентифікації

Показник	Експериментальна група			Контрольна група		
	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький
Сприйняття експресії	12(60%)	8 (40%)	0 (0%)	5 (25%)	8 (40%)	7 (35%)
Розуміння емоцій	10 (50%)	10 (50%)	0 (0%)	0 (0%)	14 (70%)	6 (30%)
Ідентифікація емоцій	7 (35%)	13 (65%)	0 (0%)	0 (0%)	8 (40%)	12 (60%)

В області розуміння емоцій в експериментальній групі відбулося суттєве зростання: якщо при первинній діагностиці високий рівень був відсутній, то після проведеної психологічної роботи його досягли 50% дітей, а низький рівень зник повністю. У контрольній групі показники розуміння емоцій залишилися колишньому рівні.

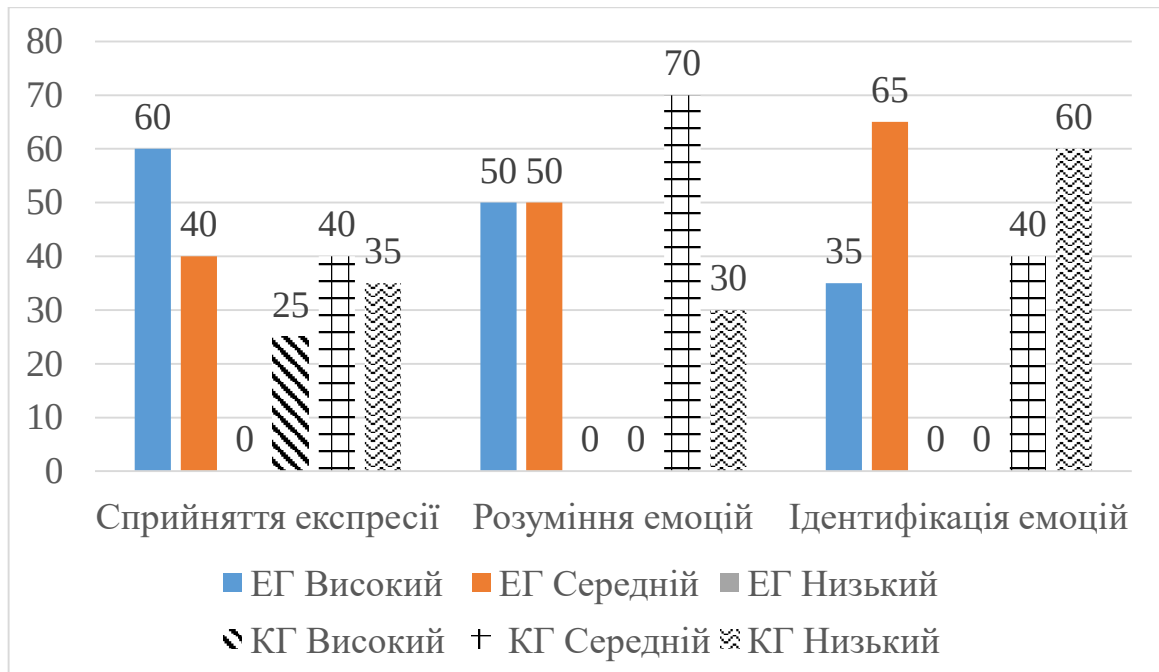


Рис.2.8. Результати контрольної діагностики емоційної ідентифікації

Особливо помітні зміни відбулися в ідентифікації емоцій: в експериментальній групі з'явилися діти з високим рівнем (35%), значно збільшилася частка середнього рівня (з 35 до 65%), а низький рівень зник повністю. У контрольній групі показники ідентифікації емоцій залишилися без істотних змін. Отримані результати переконливо доводять ефективність проведених занять за програмою розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку засобами ізо-терапії.

Порівняльні результати первинної та контрольної діагностики емоційної ідентифікації за даною методикою на рис.2.9.

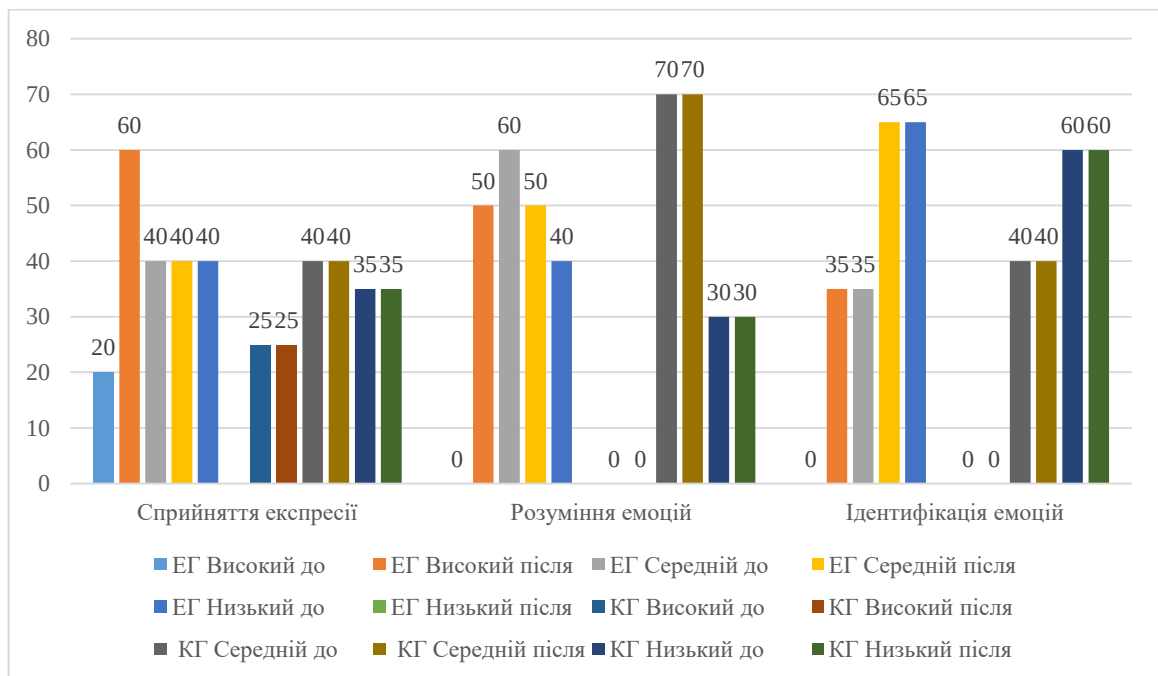


Рис.2.9. Порівняльні результати первинної та контрольної діагностики емоційної ідентифікації

Крім того, було проведено аналіз результатів за всіма методиками за допомогою U-критерію Манна-Уїтні (таблиця 2.8)

Комплексна оцінка ефективності розробленої програми, підкріплена статистичним аналізом з використанням U-критерію Манна-Уїтні, виявила суттєві відмінності між експериментальною та контрольною групами за всіма досліджуваними параметрами. Аналізуючи показники емоційного

стану за методикою «Паровозик», ми виявили статистично значущі відмінності ($U=182.5$, $p \leq 0.05$) між групами, де середні значення становили 5.35 та 5.15 відповідно. Особливо помітний прогрес досягнутий у зниженні рівня тривожності в експериментальній групі, що підтверджується значними відмінностями ($U=125.0$, $p \leq 0.01$) із середніми показниками 3.25 проти 2.35 у контрольній групі. Істотні позитивні зміни зафіксовані також у здатності дітей експериментальної групи сприймати ($U=98.5$, $p \leq 0.01$), розуміти ($U=102.0$, $p \leq 0.01$) та ідентифікувати ($U=89.5$, $p \leq 0.01$) різні емоційні стани, значно перевищуючи показники контрольної групи.

Таблиця 2.8.

Результати статистичного аналізу за U-критерієм Манна-Уїтні

Шкали	Середні значення		U	p-level
	ЕГ	КГ		
Емоційний стан (методика «Паровозик»)	5.35	5.15	182.5	0.05
Тривога (тест Р. Теммла, В. Доркі, М. Амен)	3.25	2.35	125.0	0.01
Сприйняття експресії	0.80	0.45	98.5	0.01
Розуміння емоцій	0.75	0.40	102.0	0.01
Ідентифікація емоцій	0.65	0.30	89.5	0.01

Проведене дослідження демонструє ефективність розробленої програми розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку засобами ізо-терапії, що підтверджується значним покращенням емоційного стану дітей експериментальної групи.

Особливо важливим досягненням стала повна відсутність у експериментальній групі дітей з тяжкими емоційними порушеннями після завершення психологічної роботи, тоді як у контрольній групі чверть дітей продовжує демонструвати негативний психічний стан високого ступеня. Достовірність одержаних результатів підтверджується статистичним

аналізом, який виявив значні міжгрупові відмінності за всіма досліджуваними параметрами.

Таким чином, розроблена та апробована програма розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку засобами ізо-терапії довела свою ефективність і можливо рекомендована до використання на практиці дошкільних освітніх закладів.

2.5. Рекомендації щодо реалізації програми розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку засобами образотворчої діяльності

При реалізації програми розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, яка використовує методи ізо-терапії, необхідно приділяти особливу увагу створенню сприятливої психологічної атмосфери, яка б сприяла вільному творчому самовираженню дітей. Організуючи простір для занять, слід забезпечити кожному дитині необхідними матеріалами, маючи їх у вільному доступі, що дозволить розвивати самостійність та ініціативність у творчому процесі.

Важливим аспектом успішної реалізації програми є дотримання принципу поступовості при введенні нових технік малювання, починаючи з простих і знайомих дітям способів роботи з матеріалами, поступово ускладнюючи завдання і додаючи нові техніки. При цьому необхідно враховувати індивідуальні особливості кожної дитини, надаючи можливість працювати в комфортному для неї темпі.

Особливу увагу слід приділяти етапу рефлексії, створюючи умови для вербалізації дітьми своїх почуттів та емоцій, що виникають у процесі творчої діяльності. Важливо заохочувати будь-які прояви емоційного самовираження, уникаючи оціночних суджень щодо якості виконаних робіт.

У процесі групової роботи необхідно сприяти формуванню навичок конструктивної взаємодії між дітьми, створюючи ситуації спільної творчості

та взаємодопомоги. При цьому важливо підтримувати баланс між індивідуальною та груповою роботою, надаючи дітям можливість вибору форми діяльності.

Для підвищення ефективності психологічного впливу рекомендується вести систематичне спостереження за динамікою емоційного стану дітей, фіксуючи зміни у їх поведінці та способах самовираження через творчу діяльність.

При організації занять слід враховувати циклічність емоційних станів дітей, плануючи активніші види діяльності на початку тижня і спокійніші, медитативні техніки - до кінця тижня. Важливо забезпечити можливість для фізичної активності між різними видами образотворчої діяльності, включаючи у структуру занять динамічні паузи та пальчикову гімнастику.

В роботі з дітьми, які виявляють підвищену тривожність або агресивність, рекомендується використовувати техніки спонтанного малювання та роботу з природними матеріалами, що дозволяють знизити емоційну напругу. При цьому необхідно створювати ситуації успіху, наголошуючи на досягненнях кожної дитини.

Важливим аспектом реалізації програми є взаємодія з батьками, яких слід інформувати про цілі та методи роботи, залучаючи їх до участі у творчих майстернях та виставках дитячих робіт. Це сприяє закріпленню позитивних змін у емоційній сфері дітей та перенесення отриманих навичок у повсякденне життя.

Після завершення програми необхідно організувати підсумковий захід, що дозволяє дітям продемонструвати свої досягнення та отримати позитивний зворотний зв'язок від однолітків та дорослих. Це сприяє формуванню стійкої позитивної самооцінки та закріпленню навичок емоційної саморегуляції.

Таким чином, проведене дослідження емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, які перебувають в умовах інтенсивного впливу цифрового середовища, виявило серйозні порушення в їх емоційний

розвиток. Первинна діагностика показала, що у дітей старшого дошкільного віку, що проводять значний час з цифровими пристроями, демонструють суттєві труднощі у сприйнятті та ідентифікації емоційних станів, що проявляється у переважанні негативних психічних станів різного ступеня виразності та виборі темних кольорів під час проведення діагностичних процедур.

Особливе занепокоєння викликає той факт, що понад 60% обстежених дітей, які активно взаємодіють з цифровими пристроями, виявляють порушення емоційно-вольової сфери, що характеризуються підвищеним рівнем тривожності, емоційною нестабільністю та труднощами у розпізнаванні емоційних проявів оточуючих. Значне зниження здатності до емоційної ідентифікації проявляється у відсутності високого рівня розуміння емоцій та переважання низького рівня їхнього розпізнавання.

Для вирішення виявлених проблем розроблено програму розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку через застосування ізо-терапії, яка є комплексною системою занять, розрахованою на 5 місяців роботи. Структура програми, що включає вступний, основний та заключний блоки, дозволяє послідовно вирішувати завдання емоційного розвитку дітей.

Вступний блок програми, що охоплює перші два тижні занять, спрямований на встановлення довірчих відносин з дітьми та занурення їх у світ образотворчого мистецтва. У цей період відбувається знайомство з різними художніми матеріалами та базовими техніками малювання, що створюють основу для подальшої творчої роботи.

Основний блок, що займає 16 тижнів, є систематичною роботою з різними емоційними станами через творче самовираження. Використовуючи різноманітні техніки ізо-терапії, включаючи малювання пальцями, монотипію, кляксографію та роботу з природними матеріалами, діти вчаться розпізнавати, висловлювати та регулювати свої емоції.

Заключний блок програми, що реалізується протягом двох тижнів, спрямований на закріплення здобутих навичок та демонстрацію досягнень дітей через організацію виставки творчих робіт. Кожне заняття, що триває 30-40 хвилин, має чітку структуру, що включає розминку, основну творчу роботу та рефлексивне обговорення.

Особлива увага у програмі приділяється створенню сприятливої психологічної атмосфери та використанню технік арт-медитації для формування навичок емоційної саморегуляції. Очікувані результати програми охоплюють різні сфери розвитку дитини: емоційну, вольову, комунікативну та особистісну, сприяючи гармонійному розвитку дошкільника.

Реалізація розробленої програми розвитку емоційно-вольової сфери засобами ізо-терапії продемонструвала високу ефективність, що підтверджується статистично значущими відмінностями між експериментальною та контрольною групами. У дітей, які брали участь у реалізації програми, спостерігається суттєве покращення показників емоційного стану, що виражається у зниженні рівня тривожності та зменшенні негативних психічних проявів.

Особливо значущим результатом є повна відсутність в експериментальній групі дітей з негативним психічним станом високого ступеня після проведення психологічної роботи, тоді як у контрольній групі цей показник зберігається лише на рівні 25%. Статистичний аналіз із застосуванням U-критерію Манна-Уїтні підтверджує достовірність отриманих результатів, демонструючи значні відмінності між групами за всіма досліджуваними параметрами.

Висновки до другого розділу

У другому розділі було представлено організацію та результати експериментального дослідження ефективності застосування ізо-терапії для розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку.

На констатувальному етапі виявлено, що значна частина дітей демонструє емоційну нестійкість, підвищену тривожність, труднощі в розпізнаванні й вираженні власних почуттів.

Для подолання цих проблем було розроблено та реалізовано психологічну програму ізо-терапевтичного спрямування, яка передбачала використання різних художніх технік (монотипія, кляксографія, малювання пальцями, відбитки листя тощо) і була спрямована на розвиток саморегуляції, емпатії, комунікативності та позитивного емоційного фону.

Результати формувального етапу показали статистично значущі позитивні зміни у дітей експериментальної групи:

- зниження рівня тривожності;
- покращення здатності до контролю емоційних реакцій;
- підвищення соціальної адаптованості;
- розвиток навичок емоційного самовираження.

Застосування ізо-терапії довело свою ефективність як інструменту психоемоційного розвитку, що сприяє гармонізації внутрішнього стану, зниженню напруги й формуванню вольових якостей дітей старшого дошкільного віку.

Отримані результати підтверджують гіпотезу дослідження та можуть бути використані практичними психологами, вихователями та педагогами дошкільних закладів для вдосконалення освітньо-виховного процесу.

ВИСНОВКИ

Дане дослідження присвячене розгляду теоретичному та практичному рівні особливостей застосування результативності ізо-терапії у психологічній роботі з розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку в сучасному цифровому світі.

Для досягнення поставленої мети вирішено низку завдань.

Теоретичний аналіз, що охоплює сучасні наукові підходи до розуміння розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, виявив особливу актуальність цієї проблеми в умовах цифровізації суспільства. Дослідження показало, що діти, які під впливом сучасних технологій, демонструють специфічні особливості, часто порушення емоційно-вольової сфери, які потребують своєчасної та професійної психологічної допомоги.

Проведене дослідження, орієнтоване вивчення особливостей застосування ізо-терапії у психологічній роботі з розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку у сучасному цифровому світі, дозволило отримати значні результати. Первинна діагностика, що виявила суттєві порушення емоційно-вольової сфери у дітей, які активно взаємодіють з цифровими пристроями

Виявлені проблеми, що виявляються у зниженні здатності до емоційної ідентифікації та переважання негативних психічних станів, послужили основою для створення комплексної програми розвитку емоційно-вольової сфери засобами ізо-терапії.

Розроблена та успішно апробована програма, побудована на інтеграції різних технік ізо-терапії та враховує вікові особливості дітей старшого дошкільного віку, продемонструвала високу ефективність у компенсації виявлених труднощів. Статистично підтверджені результати контрольної діагностики, що свідчать про значне покращення показників емоційного стану та підвищення здатності до сприйняття та розуміння емоцій у дітей

експериментальної групи, доводять доцільність впровадження цієї програми у практику дошкільних освітніх закладів.

За результатами проведеного емпіричного дослідження можна зробити висновок про підтвердження висунутої гіпотези про те, що програма ізо-терапії сприяє розвитку та сприятливому становленню емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку з високим рівнем присутності цифрового середовища. Це підтверджується такими результатами.

В експериментальній групі після реалізації програми ізо-терапії значно збільшилася частка дітей із позитивним психічним станом (з 35% до 50%), тоді як у контрольній групі цей показник знизився з 40% до 25%.

Відбулося суттєве покращення показників емоційної ідентифікації в експериментальній групі: щодо сприйняття експресії високий рівень збільшився з 20% до 60%; у розумінні емоцій виник високий рівень у 50% дітей; в ідентифікації емоцій з'явився високий рівень 35% дітей.

В експериментальній групі повністю зникли показники негативного психічного стану високого ступеня, тоді як у контрольній групі вони збереглися лише на рівні 25%.

Статистичний аналіз із застосуванням U-критерію Манна-Уїтні підтвердив значущість відмінностей між експериментальною та контрольною групами за всіма досліджуваними параметрами ($p \leq 0.01$ та $p \leq 0.05$).

Таким чином, результати дослідження переконливо доводять ефективність психолого-педагогічних умов реалізації розробленої програми ізо-терапії для розвитку емоційно-вольової сфери дітей старшого дошкільного віку, які використовують цифрові пристрої.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Анголенко В. Формування соціального здоров'я у молодших школярів засобами арт-терапії працівниками психологічної служби. Наукові інновації та передові технології. 2024. №5 (33). С. 989-998. DOI:10.52058/2786-5274-2024-5(33)-989-998.
2. Войтович М. В., Лупанець О.М. Особливості професійної життєстійкості вихователюк дошкільних навчальних закладів. Актуальні проблеми психології. 2022. Том V. Випуск 22. С.26-37.
3. Дабіжа К. Ефективність арт-технік у роботі з дітьми з ООП. Соціальна і педагогічна реабілітація. 2022. (PDF). URL: <https://vspu.net/sit/index.php/sit/article/download/5038/4441/8028>.
4. Демиденко Т., Горобець Т., Яценко Н. Формування життєстійкості дітей дошкільного віку в умовах війни засобами арт-терапії. Перспективи та інновації науки. 2025. №8(54) С. 1199-1208. DOI:10.52058/2786-4952-2025-8(54)-1199-1208.
5. Єрьоміна Л. Включення дітей з ООП у арт-процеси : методика. Мир педагогіки, 2021. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.20.2.3>.
6. Жейнова С., Нахалова О. Формування позитивного світосприйняття у дітей дошкільного віку в умовах воєнного часу засобами арт-терапії. Педагогіка. 2024. №1 (32). С. 93-101. PDF: <https://magazine.mdpu.org.ua/index.php/nv/article/download/3251/3686/>.
7. Івченко Г. Формування резильєнтності у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку засобами арттерапії. Простір арт-терапії. Збірник наукових праць. Вип. 1 (29). 2021. С.90-97. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/736833/1/Art%20Therapy%20Space-Coll.of%20scient.articles-2021-Issue%2029%281%29.pdf>
8. Калашник І. Методи арт-терапії у роботі з дітьми та дорослими. Психологічний журнал УДПУ. 2025. URL: <https://psyj.udpu.edu.ua/article/view/328737>.

9. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.

10. Кравчук Н. П. Особливості формування психологічної стійкості у дітей дошкільного віку. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 16. Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики: збірник наукових праць. Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова. 2018. Серія 16. Вип. 31(41) С. 119-123. URL: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/25365>).

11. Кримова Н., Азаркіна О. Арт-терапія як засіб гармонізації взаємодії між батьками та дитиною раннього віку. Перспективи та інновації науки. 2025, №9(55). С.1313-1232. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9\(55\)-1313-1323](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9(55)-1313-1323))

12. Луценко О. Можливості арттерапії в супроводі дітей та підлітків в умовах війни: застосування образу руки. Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи. /за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. Львів: ЛьвДУВС, 2023. С.250-263.

13. Назаренко Н. Ю.. Навчально-методичний посібник: Використання методів арт-терапії в роботі практичного психолога. Одеса : ФСПО, 2023. <https://fspou.edu.ua/wp-content/uploads/2023/12/Назаренко-Н.Ю..pdf>.

14. Назарук Н. Психологічні координати дослідження життєстійкості. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2024. Випуск 22. С. 113-119.

15. Олійник І.В. Арт-терапія як одна з інноваційних психолого-педагогічних технологій у професійній діяльності соціальних працівників. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2018. Вип. 61. С. 208-213.

16. Омельченко Я. М. Напрямки розвитку життєстійкості дітей в умовах війни. Психолого-педагогічні координати розвитку особистості: збірник наукових матеріалів III Міжнародної науково-практичної конференції (м. Полтава, 2–3 червня 2022 р.). Полтава, 2022. С. 163-167.

17. Орленко І. М. Використання арт-терапії в корекції страхів та тривожних розладів у підлітків. Медико-педагогічні аспекти. 2024. URL: <https://journals.oneu.od.ua/index.php/mh/article/view/35>.

18. Парасей-Гочер А.О., Алхамрі І.Н.С.С. Особливості арт-підходів для евакуйованих дошкільнят. Habitus, 2023. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.54.28>

19. Пахомова Н., Баранець І. Арт-техніки у корекційній роботі з дітьми з мовними порушеннями. Open International Perspectives, 2024. URL: <https://oip-journal.org/index.php/oip/article/view/333>.

20. Подкоритова Л., Розквас В. Психологічна корекція страхів у дітей молодшого шкільного віку за допомогою арттерапії. URL : [https://lib.iitta.gov.ua/736833/1/Art%20Therapy%20Space-Coll.of%20scient.articles-2021-Issue%2029\(1\).pdf](https://lib.iitta.gov.ua/736833/1/Art%20Therapy%20Space-Coll.of%20scient.articles-2021-Issue%2029(1).pdf)

21. Потюк С. Use of art-therapeutic technologies in working of children with SEN in primary school. Proceedings. Uzhhorod, 2022. DOI: 10.32843/2663-6085/2022/47.22.

22. Простір арттерапії : зб. наук. праць / ред. кол. О. Вознесенська. Київ: УМО НАПН України ; Арт-терапевтична асоціація, 2021. 248 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/736833/1/Art%20Therapy%20Space-Coll.of%20scient.articles-2021-Issue%2029%281%29.pdf>.

23. Простір арттерапії : матеріали конференції (21–23 берез. 2025) / авт. кол. Львів : ISPP, 2025. 312 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744961/1/Art%20Therapy%20Space-22%20Proceedings%20%282025%29.pdf>.

24. Садова І. Використання арт-терапевтичних технологій корекції здоров'я у роботі з учнями початкової школи. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2015. Вип. 18. С. 309-313.

25. Скнар О. Арттерапевтична методика «Пташка у долонці» як інструмент відновлення населення під час війни. Простір арттерапії: вектори зцілення у часи війни: матеріали XXII Міжнародної міждисциплінарної

науково-практичної конференції м. Чернівці, 21-23 березня 2025 р. Чернівці. 2025. С. 98-100.

26. Смеречак Л. Арт-терапія в роботі фахівців соціальної сфери : метод. стаття. Вісник Черкаського нац. ун-ту, 2020.

27. Смеречак Л. Впровадження арт-терапії в роботі фахівців соціальної сфери. Вісник Черкаського нац. ун-ту ім. Б. Хмельницького. 2020. №4. С. 114-120.

28. Сорока І. Особливості застосування арт-технологій у навчально-корекційній роботі з дітьми. Педагогічна академія. 2021. URL: <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/download/324/202/392>.

29. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Природа життєстійкості та умови її формування, структура життєстійкості. Київ: Марич. 2009. С. 24-32.

30. Формування життєтворчих компетентностей дітей і дорослих засобами казкотерапії. Шкільна бібліотека. 2011. No 1. С. 7-9. URL: <https://biblio.lib.kherson.ua/formuvannya-zhittetvorchiy.htm>

31. Чиханцова О. Психологічні основи життєстійкості особистості: монографія. Київ: Талком, 2021. 319 с.

32. Чорноус Н. О. Роль і місце арт-терапії у розвитку мовлення дошкільників : навч. посібник. 2023. fspo.udpu.edu.ua

33. Ющенко І. М. Резилієнтність дитини в парадигмі ресурсного підходу. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. 2015. No 128. С. 302–306.

34. Baumeister R. F. Understanding Self-Destructive Behavior. Review of General Psychology. 2020. Vol. 24(3). DOI: 10.1177/1089268020938432.

35. Bosgraaf L., van den Berg H., et al. Affect-regulating art therapy for children and adolescents. The Arts in Psychotherapy. 2023. DOI: (journal DOI link).

36. Brown K. Mindfulness-based art therapy and health promotion: meta-analytic evidence. *Annual Review* (2021). DOI: 10.1146/annurev-psych-081920-043553.

37. Brown K. W., Gerbarg P. L. Mindfulness-Based Interventions for Health Promotion. *Annual Review of Psychology*. 2021. Vol. 72. P. 291-317. DOI: 10.1146/annurev-psych-081920-043553.

38. Brown K. W., Ryan R. M. Mindfulness and well-being: mechanisms and applications. *Annual Reviews*, 2021. DOI: 10.1146/annurev-psych-081920-043553.

39. Gross J. J. Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations. *Handbook of Emotion Regulation*. 2015 (reprints and updates 2020+). DOI: 10.4324/9781315744000.

40. Hutzell R., Peterson C. Future Time Perspective and Self-Harm Tendencies in Adolescents. *Journal of Youth Studies*. 2019–2020. DOI: 10.1080/13676261.2019.1571173.

41. Maddi S. R. Hardiness: the courage to grow from stresses. *Journal of positive psychology*. 2006. Vol. 1 (3). Pp. 160-168. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>

42. Siegel D. J. *The Mindful Brain: Reflection and Attunement in the Cultivation of Well-Being*. New York : W. W. Norton, 2020. DOI: 10.1037/e700152011-001.

43. Spring et al. Systematic review: Creative arts therapies for child and adolescent mental health. *Journal (Springer)*. 2021-2024.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для батьків дітей старшого дошкільного віку на ступінь присутності цифрового середовища

1. Скільки часу на день ваша дитина проводить із цифровими пристроями (смартфон, планшет, комп'ютер, телевізор)?

а) Менше 1 години

б) 1-2 години

в) 2-3 години

г) Понад 3 години

2. Якими цифровими пристроями найчастіше користується ваша дитина? (можна вибрати кілька варіантів)

а) Смартфон;

б) Планшет

в) Комп'ютер/ноутбук

г) ТБ

д) Ігрова приставка

3. З якою метою ваша дитина зазвичай використовує цифрові пристрої?

а) Перегляд мультфільмів/фільмів

б) Ігри

в) Освітні програми

г) Спілкування з друзями/родичами

д) Інше (вказіть) _____

4. Чи контролюєте ви зміст, який переглядає чи використовує ваша дитина у цифрових пристроях?

а) Так, завжди

б) Іноді

в) Рідко

г) Ні

5. Чи є у вашої дитини вільний доступ до цифрових пристроїв?

а) Так, у будь-який час

б) Так, але з обмеженнями за часом

в) Тільки під наглядом дорослих

г) Ні

6. Чи помічали ви зміни у поведінці дитини після використання цифрових пристроїв?

а) Так, стає більш збудженим

б) Так, стає спокійнішим

в) Ні, не помічав(ла) змін

г) Інше (вказіть) _____

7. Як ви оцінюєте вплив цифрових пристроїв на розвиток дитини?

а) Позитивно

б) Скоріше позитивно

в) Нейтрально

г) Скоріше негативно

д) Негативно

8. Чи використовуєте ви цифрові пристрої для заохочення чи покарання дитини?

а) Так, часто

б) Іноді

в) Рідко

г) Ніколи

9. Чи обговорюєте ви з дитиною правила безпечного використання цифрових пристроїв?

а) Так, регулярно

б) Іноді

в) Рідко

г) Ніколи

10. Чи вважаєте ви, що вашій дитині потрібна допомога в регулюванні часу, що проводиться з цифровими пристроями?

а) Так

б) Ні

в) Важко відповісти

Додаток Б

Методика «Паровозик».

Призначення методики. Методика спрямована на визначення емоційного стану дитини, на виявлення ступеня позитивного та негативного психічного стану.

Вік: від 2,5 років.

Стимульний матеріал: білий паровозик і вісім різнокольорових вагончиків (червоний, жовтий, зелений, синій, фіолетовий, сірий, коричневий, чорний).

Інструкція: «Розглянь всі вагончики. Давай побудуємо незвичайний потяг. Першим постав вагончик, який тобі здається самим красивим. Тепер вибір и з тих, які залишились самий красивий, і т.д.».

Обробка даних:

Фіксується позиція кольорового вибору та висловлювання дитини.

1 бал присвоюється, якщо дитина поставила вагончик фіолетового кольору на друге місце; чорний, сірий, коричневий – на третє; червоний, жовтий, зелений – на шосте.

2 бали присвоюються, якщо дитина поставила фіолетовий вагончик на перше місце; чорний, сірий, коричневий – на друге; червоний, жовтий, зелений – на сьоме; синій – на восьме.

3 бали присвоюються, якщо дитина поставила чорний, сірий, коричневий вагончик на перше місце; синій – на сьоме; червоний, жовтий, зелений – на восьме місце

Ступінь позитивного та негативного психічного стану
1-3 балів – позитивний психічний стан
4-6 балів – негативний психічний стан низька степінь
7-9 балів – негативний психічний стан середня степінь
Більше 9 балів негативний психічний стан висока степінь

Додаток В

Заняття «Райдуга емоцій: Радість»

Мета : Знайомство з емоцією радості через асоціації кольорів.

Завдання :

- Навчити розпізнавати емоцію радості
- Розвивати здатність виражати радість через колір
- Формувати позитивний емоційний стан

Матеріали : акварельні фарби, гуаш, пензлі різних розмірів, папір А3, кольорові олівці, м'яч, музичний супровід.

Хід заняття:

1. Привітання «Сонячні промінчики» (5 хвилин)
 - Діти стають у коло
 - Простягають руки вперед, з'єднуючи їх у центрі
 - Вимовляють слова: «Сонячний круг, всі ми стали в коло, нехай радість увійде до наших сердець»
2. Розмова «Коли мені радісно» (5 хвилин)
 - Обговорення ситуацій, які викликають радість
 - Розгляд картинок із зображенням радісних емоцій
 - Програвання мімічних вправ
3. Вправа «Кольори радості» (7 хвилин)
 - Вибір фарб, що асоціюються з радістю
 - Експериментування зі змішуванням «радісних» кольорів
 - Створення палітри радості
4. Малювання «Мій найрадісніший день» (10 хвилин)
 - Індивідуальна робота з вибраними кольорами
 - Відображення радісної події з життя
 - Використання яскравих, позитивних кольорів
5. Групова робота «Салют радості» (8 хвилин)
 - Створення колективного панно
 - Техніка набризку та відбитків

- Додавання елементів декору
- 6. Рефлексія (5 хвилин)
- Обговорення створених робіт
- Вираз почуттів та емоцій
- Завершальний ритуал "Передача радості".