

Міністерство освіти і науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Факультет педагогіки, психології, соціальної роботи та мистецтв
Кафедра загальної та практичної психології

Освітня програма: Психологія. Практична психологія

Спеціальність: 053 Психологія

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня *магістр*

ОСОБЛИВОСТІ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ДІТЕЙ

ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Студента **Ляшенко Лілії Борисівни**

Науковий керівник:

Тимошенко Олексій Анатолійович

кандидат психологічних наук, доцент

Рецензент:

Ковтун Алла Юріївна

Кандидат психологічних наук, доцент

Горянська Анжела Михайлівна

кандидат психологічних наук, доцент

кафедри педагогіки початкової освіти,

психології та менеджменту

Допущено до захисту: _____ 2023 р.

Завідувач кафедри:

Проф. _____ **Папуча М.В.**

Ніжин-2023

АНОТАЦІЯ

Особливості негативних емоційних станів дітей дошкільного віку

Ця наукова праця приділяє увагу проблемі соціально-емоційного розвитку дітей дошкільного віку, фокусуючись на формуванні їх самосвідомості, соціального оточення та взаємодії з соціальними аспектами. Важливість розвитку емоційної сфери у дошкільному віці розглядається як в теоретичному, так і в прикладному плані.

Сучасне суспільство встановлює нові вимоги до особистісного зростання, особливо до емоційної сфери, включаючи розвиток ініціативи, мужності, здатність до самостійних рішень та швидкої адаптації до різних умов. Мета розвитку та виховання молодого покоління та формування гармонійної особистості визначаються як пріоритет для будівництва нового демократичного суспільства.

Дослідження, описане в даній роботі, спрямоване на вивчення особливостей емоційного розвитку дітей раннього віку, зосереджуючись зокрема на негативних емоційних станах дошкільників. При аналізі специфіки соціально-емоційного розвитку дітей дошкільного віку автор роботи наголошує на важливості рекомендацій щодо зменшення негативних емоцій у цьому віці.

Ключові слова: соціально-емоційний розвиток; самосвідомість; соціальне оточення; емоційна сфера; негативний емоційний стан.

ABSTRACT

Peculiarities of negative emotional states of preschool children

This scientific work pays attention to the problem of socio-emotional development of preschool children, focusing on the formation of their self-awareness, social environment and interaction with social aspects. The importance

of the development of the emotional sphere in preschool age is considered both theoretically and in applied terms.

Modern society sets new requirements for personal growth, especially in the emotional sphere, including the development of initiative, courage, the ability to make independent decisions and quickly adapt to different conditions. The goal of developing and educating the young generation and forming a harmonious personality is defined as a priority for building a new democratic society.

The research described in this work is aimed at studying the features of emotional development of young children, focusing in particular on negative emotional states of preschoolers. When analyzing the specifics of the socio-emotional development of preschool children, the author emphasizes the importance of recommendations for reducing negative emotions at this age.

Key concepts: socio-emotional development; consciousness; social environment; emotional sphere; negative emotional state.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	8
1.1. Аналіз наукової літератури з проблеми розвитку емоцій у дітей дошкільного віку	8
1.2. Особливості розвитку негативних емоцій у дітей дошкільного віку	15
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	23
2.1. Методика та організація дослідження	23
2.2. Аналіз результатів дослідження	34
РОЗДІЛ 3. РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗМЕНШЕННЯ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІСІ	47
ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	61
ДОДАТКИ.....	69

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасному ритмі соціальних змін виникає насущна проблема розвитку соціально-емоційної сфери дітей дошкільного віку. Це включає поступове освоєння соціокультурних аспектів суспільства, формування самосвідомості, соціального оточення та взаємодії з соціальним оточенням. Важливість розвитку емоційної сфери в цьому віці проявляється як у теоретичних, так і в практичних планах.

Аналіз різних досліджень свідчить про негативні тенденції у розвитку дітей сучасності, зокрема зростання кількості дітей із збільшеною фрустрацією, емоційним стресом, депресією та порушенням адекватності емоційної регуляції.

Україна переживає радикальні зміни в економіці, соціальному статусі та освіті, що ставить перед особистістю нові вимоги. Особливо важливим є розвиток емоційної сфери особистості, формування ініціативи, мужності, здатності до самостійних рішень та швидкої адаптації. Вирішення цього завдання пов'язане з реалізацією Державної національної програми "Освіта" (Україна 21 століття), "Діти України", Закону України "Про освіту", де зазначено, що будівництво демократичного суспільства залежить від творчості, активності та емоційної стабільності його учасників.

Головною метою створення нового демократичного суспільства є розвиток та виховання молодого покоління, формування гармонійної особистості. Це передбачає високі вимоги до системи дошкільної освіти, яка повинна враховувати індивідуальні психологічні особливості дитини, зокрема її емоційні та сенсорні характеристики.

Відчуття розглядаються як ключовий аспект сприйняття та відчуття ставлення людини до об'єктів і явищ дійсності, як стійке емоційне ставлення до значущого об'єкта. Розвиток особистості дитини тісно пов'язаний із розвитком її емоційно-чуттєвої сфери, яке визнається провідним положенням в ідеях таких вчених, як І. Бех, Л. Виготський, Д. Ельконін, О. Запорожець, В. Зінченко, Г. Костюк, В. Котирло, О. Леонт'єв та інші.

Г. Бреслав, О. Запорожець, А. Захаров, В. Зеньківський, О. Іванашко, В. Котирло, Г. Кошелева, В. Кузьменко, С. Кулачковська, О. Кульчицька, В. Лебединський, І. Мельничук, Я. Неверович, Р. Павелків, Т. Піроженко, Ю. Приходько, Т. Титаренко та інші вивчали особливості емоційно-чуттєвої сфери дошкільників. Розвиток емоцій залежить від соціальних умов життя та виховання, і в процесі освоєння соціальних цінностей і норм дитиною її емоції отримують більш глибокий зміст і виявляються в більш складних формах.

Деякі дослідження розглядають емоційно-чуттєвий розвиток старших дошкільників як складову психологічної готовності дитини до шкільного навчання, виділяючи емоційну або емоційно-вольову готовність, як це підкреслюють Т. Дуткевич, В. Котирло, В. Мухіна та інші.

Проблема емоційного розвитку була предметом вивчення численних психологів і педагогів, таких як Л. С. Виготський, Л. С. Зіньківський, О. В. Запорожець, Л. І. Неверович, В. Т. Кудрявцев, Л. П. Стрелкова та інші. Емоційні стани дітей досліджувалися також відомими психологами, зокрема М. Л. Фігурін, Н. П. Денисова, М. М. Аскаріна, К. Г. Бібанова, які акцентували увагу на важливості розвитку емоційної сфери, зокрема на формуванні почуттів з самого початку життя дитини.

Мета дослідження: дослідити та охарактеризувати емоційний розвиток дитини раннього віку.

Завдання:

1. Проаналізувати психологічні особливості емоційної сфери дитини та її розвиток в науковій літературі.
2. Провести теоретичний аналіз концепцій емоційного розвитку.
3. Провести емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення особливостей негативних емоцій дитини раннього віку.
4. Здійснити обробку та аналіз результатів емпіричного дослідження, та сформулювати узагальнені висновки.

Об'єкт дослідження: емоційна сфера дитини раннього віку.

Предмет дослідження: особливості негативних емоцій дитини.

Методи дослідження. Для досягнення визначеної мети та вирішення завдань використовувались різноманітні методи дослідження. Серед них були застосовані теоретичні підходи, такі як аналіз, порівняння, синтез, систематизація та узагальнення матеріалів наукових джерел, що стосуються вивченої проблематики. Емпіричні методи включали в себе проведення бесід, отримання експертних оцінок від педагогів та використання «Шкали агресивності» (автори: П. Орпінас, Р. Франковскі) для визначення рівня агресії серед дошкільників. Також застосовувалася проєктивна методика «Малюнок неіснуючої тварини» для виявлення наявності агресії у дітей.

Для дослідження особистості дошкільників був використаний тест фрустраційних реакцій С. Розенцвейга, який дозволяв визначити тип фрустрації, рівень соціальної адаптації та агресії. Також застосовувався «Тест-фільм Рене Жіля».

Наукова новизна цього дослідження виявляється у таких аспектах: вперше встановлені зв'язки між агресивною поведінкою дошкільника та рівнем його соціальної адаптації, низьким рівнем розвиненості навичок соціальної взаємодії та неправильними взаєминами з батьками. Також проведено аналіз факторної структури агресивної поведінки у дошкільників. Розроблено та піддано експериментальній перевірці програму психопрофілактики агресивної поведінки дітей старшого дошкільного віку, з орієнтацією на соціальне навчання.

Гіпотеза цього дослідження передбачає, що емоційний розвиток дошкільників може протікати більш оптимально в умовах:

- надання зразка в прояві емоцій дітям;
- створення психологічно-комфортного клімату у взаємодії між дорослими і дітьми;
- збагачення розвивального предметно-просторового середовища за допомогою посібників, ігор та іграшок;

- використання індивідуального підходу до дітей з урахуванням їх емоційного стану;
- стимулювання розвитку емоційної сфери дитини через ігрову діяльність та вплив казкотерапії на зниження рівня негативних емоційних станів у дітей старшого дошкільного віку.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати дослідження можуть мати практичне застосування в подальших наукових дослідженнях, а також в організації психодіагностичної, психопрофілактичної та психокорекційної роботи фахівців у сфері психології в дошкільних навчальних закладах. Також ці результати можуть бути використані для розробки тренінгових програм для дітей дошкільного віку та в системі післядипломної освіти.

Теоретичні аспекти роботи можуть бути застосовані під час викладання навчальних курсів: «Вікова психологія», «Педагогічна психологія», «Психологія особистості», «Психологія девіантної поведінки».

Апробація.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (73 найменування, з них 3 – іноземними мовами). Загальний обсяг роботи складає 81 сторінка.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Аналіз наукової літератури з проблеми розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

Головною метою сучасного удосконалення дошкільної освіти є забезпечення повноцінного та згуртованого розвитку особистості малюка. Етап дошкільного віку розглядається як ключовий період соціалізації, коли формується позитивне ставлення до загальнолюдських цінностей і встановлюються перші відносини з іншими людьми. Цей період характеризується інтенсивним розвитком емоційної сфери, що має значущий вплив на особистісний ріст та вміння здійснювати різноманітні види діяльності у майбутньому.

У дошкільному віці емоції поступово розвиваються, стають більш складними і стають неодмінною частиною інтелектуального прогресу. Згідно із висловлюванням відомого психолога В. В. Зінківського, дитинство володіє надзвичайно гарною психічною організацією, а його врода та чарівність випливають із прямої щирості, що коріниться в переважаючому розвитку емоційної сфери.

Фахівці відзначають, що взаємодія та взаємозв'язок між емоційно-пізнавальними процесами є однією з передумов виникнення складних емоцій у дітей старшого дошкільного віку. Яскраво показано, що емоції грають ключову роль у регулюванні процесів пізнання. Емоційний фон визначає увагу та здатність до запам'ятовування, що має значний вплив на свідоме керування цими процесами. Дитина взаємодіє з навколишнім світом на трьох рівнях: фізичному, емоційному та психічному.

Ця процесуальна реальність виявляє себе у різних аспектах життя особистості:

- на фізичному рівні через вчинки та дії;

- у чуттєвому аспекті через щирий вияв та бажання;
- у ментальній сфері через думки та судження.

Отже, процеси виховання та навчання охоплюють всі ці аспекти розвитку особистості одночасно. За висловами Л. С. Виготського та А. В. Запорожця, успішне здійснення будь-якої форми діяльності можливе лише при гармонійному функціонуванні емоційної та психічної систем, а також їх взаємодії. За словами К. Є. Ізарда, емоції виступають ключовим фактором, який заряджає енергією та організовує сприйняття, мислення та дії.

Проблема емоційного розвитку дошкільників на сучасному етапі стає предметом уваги педагогів та психологів. Здатність дошкільника висловлювати свої почуття та емоційні переживання вимагає спеціальної уваги, оскільки контроль над діями та емоціями розвивається протягом всього дитинства. Емоції поступово розгортаються, набуваючи складніших форм виявлення під впливом соціальних умов життя та виховання.

Соціальні емоції та моральні почуття активно розвиваються, пов'язані з розвитком мотиваційної та пізнавальної сфери особистості та самосвідомістю. Дитина обирає свою поведінку, керуючись емоціями, які впливають на почуття, дії та регулюють розумову діяльність, роблячи навколишній світ багатограним і значущим. Емоції надають дитинству неповторності, як стверджував П. П. Блонський: "Спогади про дитинство - це завжди спогади про почуття та образи".

Емоції представляють собою унікальний спосіб взаємодії людини з оточуючим світом, спрямований на розуміння світу та власного місця в ньому через особистий досвід. Ця унікальність проявляється в ключових аспектах позитивних та негативних емоцій, визначених за словами С. Л. Рубінштейна як органічну (афективно-емоційну) чутливість, об'єктивні почуття та узагальнені світоглядні почуття [5, с. 4].

Згідно з теорією В. Вундта, емоції виявляють приємну та неприємну полярність через напруження та розрядку, хвилювання та депресію. У своїх різних виявах емоцій відзначаються збудженою радістю, спокійною радістю

та інтенсивною радістю. Ймовірно, що емоції виникають на підґрунті сприйняття.

Відомо, що формування особистості дитини починається в ранньому віці, і цей процес тісно пов'язаний із розвитком емоційної сфери, формуванням інтересів та мотивації. Соціальне середовище, зокрема відносини з дорослими, є визначальним фактором цього етапу, впливаючи на більшість аспектів емоційного розвитку, такі як експресивна діяльність, адекватність емоційної реакції, співпереживання та саморегуляція.

Деякі вчені стверджують, що особливості розвитку емоційної сфери дитини залежать від конкретних умов виховання, і чим вищий соціальний статус цих умов, тим сприятливіший розвиток емоційної сфери. Психологи акцентують увагу на тому, що всі почуття та емоції є важливими у житті дитини, і не існує жорсткої дихотомії між "хорошими" та "поганими". Більше того, емоції дитини слугують інформативним сигналом як для неї самої, так і для дорослих.

Позитивні емоції, такі як радість, задоволення та довіра, надають дітям відчуття безпеки та впевненості, сприяючи набуттю нового досвіду та усвідомленню вивченого. Інші емоції можуть викликати незручні відчуття, сигналізуючи про небезпеку та невдоволення. Наприклад, гнів може вказувати на труднощі, а сум зменшує енергію, даючи можливість адаптуватися до втрат чи розчарувань. Страх підштовхує дітей до самозахисту, тоді як теплота та доброта підтверджують їхнє відчуття любові та цінності.

У період дитинства характеристики емоцій, такі як їх інтенсивність, тривалість та стійкість, зазнають змін внаслідок загального розвитку управлінської активності та мотивацій, а також через взаємодію з оточуючим світом. Окрім власних відчуттів задоволення чи незадоволення, дитина також враховує, наскільки ефективно вона виконує свої обов'язки, які дії є важливими для інших та як вона дотримується норм та правил поведінки [6, с. 105].

Однією з нових особливостей в емоційній сфері дошкільників є здатність усвідомлення можливих реакцій дорослих на їхні вчинки та поведінку. Поява цього досвіду відзначає важливість внутрішніх механізмів підпорядкування мотивів як значущого елемента. Мовна виразність дитини щодо вираження емоцій розширюється через різноманітний досвід спілкування. На початковому етапі переважають невербальні методи виявлення емоцій, такі як міміка, жести, крик або плач, але з часом дитина вивчає, як висловлювати свій емоційний стан словесно.

Для повноцінного розвитку емоційної сфери важливо гармонійно розвивати різноманітні почуття та емоції, а також формувати навички управління своїми почуттями та емоціями в дитині. Це охоплює навчання розуміння власних емоційних станів та їх причин, а також навички стримування небажаних емоцій та їхнє керування відповідно до вимог дорослих та вивчених норм поведінки.

Дитина починає фокусуватися на категоріях "хороше" і "погане", "можливе" і "неможливе", та все частіше враховує "необхідне" замість "хочу". Контроль над емоціями дитини виявляється в їхній інтеріоризації, тобто в внутрішніх виявах. Наприклад, навіть молодший дошкільник намагається сховати сльози у ситуації образи чи розчарування. Старший дошкільник використовує свої уявлення про прийнятну поведінку, щоб контролювати свої емоції, особливо в рольових іграх. Наприклад, коли у "лікарню" привозять заєць із відрваним вухом, дитячий лікар стримує сльози, оскільки "лікарі не плачуть". Важливо, щоб дорослі враховували ситуації, коли дитина не може керувати своїми емоціями, і не застосовували суворі вимоги до неї в таких моментах. Ці імпульсивні емоції часто свідчать про фізичний дискомфорт дитини (біль, голод, спрага), який потрібно терміново вирішувати.

Емоційний стан дитини тісно пов'язаний з її самооцінкою, здібностями, моральними та іншими характеристиками. Важливо усвідомлювати, що

дошкільний вік характеризується значною чутливістю та вразливістю до навколишнього середовища [2, с. 3].

Паралельно з фізичним зростанням, дослідники зафіксували збільшення кількості дітей, які мають супровідні емоційні, тривожні та невпевнені в собі проблеми. Це може бути обумовлено різними факторами, такими як негативний вплив телевізійних програм, зайнятість батьків та обмежений обсяг спілкування з дітьми. Інтенсивний розвиток особистості дошкільника призводить до глибоких змін у його емоційній сфері.

Опосередкованість емоцій через ставлення до різних явищ, особливо соціальних, стає все більш розповсюдженою формою їх виникнення. Ця нова форма вияву емоцій робить їх більш узагальненими, усвідомленими та піддатливими контролю. Сучасні діти також проявляють менше співпереживання до інших, не завжди успішно розуміють та виражають свої внутрішні емоційні стани в соціально прийнятний спосіб.

Взаємини з однолітками та дорослими ускладнюються через недостатній розвиток емоційної сфери дітей дошкільного віку, що призводить до затримок у розвитку їх інтелектуальної сфери. Діти виявляють менший інтерес до нового, їх ігри залишаються без творчого елемента, а деякі з них не володіють ефективними навичками спілкування під час гри. Часті випадки "емоційного поневолення" виникають через неспроможність контролювати свої почуття, що призводить до імпульсивної поведінки, агресії, тривоги та труднощів у взаємодії з однолітками та дорослими.

Отже, освіта емоцій та почуттів у дитини повинна бути спрямована на формування гармонійно розвиненої особистості, а виявленням цієї гармонії є баланс між інтелектуальним та емоційним розвитком. Вчитель та педагог В. Сухомлинський, у своїх працях, визначав ключові аспекти системи виховання емоцій у дітей, наголошуючи на важливості постійного духовного спілкування між учителем і дитиною та взаємопроникненні в світ думок і почуттів один для одного. Він акцентував на тому, що емоційна культура

виникає з розуміння дійсності, навколишнього середовища та важливості надихання яскравими образами.

Усі емоції можна охарактеризувати за їхньою орієнтацією (позитивною чи негативною), ступенем напруженості та рівнем узагальнення. Для дошкільників є важливим розуміти масштаб свого досвіду, і навіть прості емоції можуть бути не завжди зрозумілими. Розуміння складного та різноманітного досвіду інших людей стає для них ще більшим викликом.

Отже, робота над формуванням емоційної сфери дітей дошкільного віку охоплює такі аспекти:

1. Висловлення дорослими своїх станів, емоцій, почуттів та переживань, як своїх, так і інших.
2. Стимулювання дітей висловлювати своє ставлення до конкретних ситуацій, станів, емоцій або переживань, викликаних цими ситуаціями.
3. Навчання дітей адекватно виражати негативні емоції та вмінням позбавлятися від них.

Недооцінка емоційної сфери дитини часто веде до перебільшеного, однобічного розвитку певної властивості, особливо інтелекту. Це ускладнює глибоке розуміння особливостей мислення та управління розвитком дитини, включаючи мотиви та емоційну поведінку.

Почуття відіграють ключову роль у взаєминах з іншими, оскільки кожна людина прагне перебувати в комфортному середовищі та уникати негативних емоцій. Важливо також зауважити, що почуття завжди є індивідуальними і можуть різнитися в залежності від ціннісної орієнтації конкретної особи. У дошкільному віці дитина активно розвиває різні вищі почуття, виражаючи своє ставлення до соціальної реальності та формуючи свою моральну позицію [1, с. 44].

Джерелами таких емоцій для дошкільнят є тісні взаємини з людьми, які виявляють їм доброту, увагу, турботу та любов. Особливо теплі почуття вони відчують до своїх батьків, яких вони уявляють собі як найкращих у світі. Відмітно, що ці малята не лише отримують велику кількість компліментів від

батьків, але й прагнуть наслідувати їх у всьому. Спільна діяльність з батьками стає ключовим моментом для дитячої радості, оскільки вона сприяє розумінню сімейних відносин, формує навички вирішення конфліктів з однолітками та розкриває їхню шкідливість.

Ще одним важливим чинником для розвитку моральних почуттів є оволодіння нормами поведінки, яке охоплює переживання та ставлення до суспільних подій, що формують моральні цінності. Цей досвід народжується в процесі взаємодії дитини з дорослими та однолітками. Молодші дошкільнята оцінюють вчинок тільки з точки зору його прямого впливу на людей, в той час як старші діти вже здатні узагальнювати свої оцінки. Високі моральні почуття також сприяють формуванню почуття гордості та самооцінки, які стають ключовими компонентами емоційної самооцінки дитини, стимулюючи її поведінку.

Разом із розвитком пізнавальної активності також зростають інтелектуальні почуття, що виникають у розумовій діяльності, спрямованій на теоретичне вивчення дійсності. Здивування та цікавість представляють собою найвиразніші інтелектуальні емоції, які віддзеркалюють ставлення дитини до нових фактів навколишнього світу. Ці почуття підбадьорюють малюка до вивчення природи та розуміння її таємниць. Питання, які викликають сюрпризи, стають об'єктом пошуку відповідей для дитини [2, с. 32].

Розвиток особистості дитини в значній мірі обумовлений естетичними переживаннями, що виникають при сприйнятті та взаємодії з естетичними цінностями, такими як відчуття краси і потворності, гармонії, ритму та комедії. Формування цих почуттів пов'язане з розвитком художньої діяльності та художнього сприйняття у дітей. У своєму житті дитина взаємодіє з естетичними та моральними почуттями, виражаючи схвалення краси і добра, а також осуджуючи потворність і зло у житті, мистецтві та літературі.

Практичні емоції, як окрема категорія емоційних переживань, пов'язаних з діяльністю дитини, виникають в результаті її пізнавальної діяльності, успіхів, невдач та труднощів у реалізації завдань. Успіхи створюють насичений, позитивний досвід, який може розвиватися поступово, тоді як невдача може викликати різке виявлення невдоволення. Неприємні переживання, пов'язані з діяльністю, можуть залишатися в пам'яті дитини на тривалий час, що призводить до розвитку невпевненості та страху перед новими завданнями. Іноді невдачі можуть породити стійке негативне ставлення до діяльності, що виражається агресивною реакцією на складні завдання або предмети, з якими дитині доводиться взаємодіяти.

У завершальний період дошкільного віку вищі почуття перетворюються на кермо для дитячої поведінки, регулюючи дії, бажання та вчинки відповідно до прийнятих суспільством норм і вимог. Емоції пройшли шлях розвитку від зовнішніх форм, визначених соціальним оточенням, до внутрішніх психічних процесів. Розвиток емоційної сфери у дитини визначає прогрес інших важливих аспектів особистості, таких як комунікативні навички, самостійність і самосвідомість.

1.2. Особливості розвитку негативних емоцій у дітей дошкільного віку

Сучасний етап життя характеризується значущою кількістю подій негативного спрямування, постійними змінами умов існування, а також наявністю обширної інформації щодо захворювань, політичних конфліктів, стихійних лих та інших негативних явищ. Також легкодоступні анімаційні фільми для дітей дошкільного віку виявляють негативний вплив, їхні сюжети пронизані злом, несправедливістю та фантастичними персонажами, що вчиняють негідні дії. Всі ці чинники негативно впливають на емоційний розвиток дітей та сприяють поширенню негативних емоцій серед дітей дошкільного віку. Тому проблема, яку ми досліджуємо, є дуже актуальною.

У галузі психології вчені, такі як Г. Бреслав, Г. Дюпон, О. Захаров, О. Добровольська, К. Ізард, І. Ільїн, класифікують різні види емоцій, такі як негативні, позитивні, нейтральні, нетрадиційні, статичні та динамічні. У цьому дослідженні ми зосереджуємося саме на негативних емоційних виявах дітей дошкільного віку, які пов'язані зі стражданням, болем, фізичним дискомфортом, напруженістю та тривогою. До негативних емоцій відносяться злість, гнів, лють, істерія, страх, образа, розчарування, смуток та інші [3, с. 88].

П. Анохін розробив теорію емоцій, в якій стверджується, що знак і сила емоції залежать від ступеня досягнення поставленої мети. Якщо мета досягнута, виникає позитивна емоція, у випадку недосягнення - негативна. П. Анохін висловив думку, що негативні емоційні вияви мобілізують організм для задоволення потреб. Г. Бреслав визначає "негативні емоції" як ті, що базуються на неприємних суб'єктивних переживаннях і призводять до реалізації адаптивної поведінки, спрямованої на усунення джерела фізичної або психологічної небезпеки.

Автор аналізує різновиди негативних емоцій і визначає ситуації, при яких вони виникають:

1. Гнів виникає при зустрічі перешкод у досягненні мети і служить для мобілізації енергії, необхідної для подолання перешкоди.
2. Печаль виникає у ситуаціях втрати значущого об'єкта і призводить до зниження рівня енергії для подальшого використання.
3. Страх допомагає уникнути небезпеки або мобілізуватися для нападу.
4. Презирство підтримує власну самооцінку і домінуючу поведінку.
5. Сором'язливість сигналізує про потребу в самоті та інтимності.
6. Почуття провини встановлює підпорядковану роль у соціальній ієрархії та можливість втрати самоповаги.
7. Відраза призводить до відштовхування від шкідливих об'єктів.

В науковій літературі виділяють три групи порушень у розвитку емоційної сфери дошкільників: розлади настрою, розлади поведінки та

порушення психомоторики. Розлади настрою поділяються на два види: із посиленням емоційності та із зниженням емоційності. Перша група включає ейфорію, дисфорію, страхи, депресію та тривожний синдром. Друга група включає апатію, емоційну тупість та паратимії. Розлади пов'язані з поведінкою включають гіперактивність та агресивну поведінку: нормативно-інструментальну агресію, пасивно-агресивну поведінку, інфантильну агресію, захисну агресію, демонстративну агресію та цілеспрямовано-ворожу агресію. Згідно з науковим підходом М. Вайнера, у більшості дітей дошкільного віку виявляється довільна поведінка, яку характеризують як усвідомлену та ініціативну, але вона супроводжується великими труднощами та різними порушеннями, що робить її неадаптивною та неконструктивною [5, с. 23].

Існує декілька форм неконструктивної поведінки у дітей дошкільного віку, які виділяються наступним чином:

1. **Імпульсивна поведінка**
2. **Агресивна поведінка**
3. **Демонстративна поведінка**
4. **Протестна поведінка**
5. **Конформна поведінка**
6. **Недисциплінована поведінка**
7. **Симптоматична поведінка**

Ці форми неконструктивної поведінки можуть виникати з різних причин, але їх можна поділити на дві основні групи. Перша група порушень пов'язана з первинною обумовленістю, де неконструктивну поведінку визначає нестабільність психічних процесів, таких як психомоторна загальмованість або розгальмування. У інших випадках порушення поведінки може бути викликано неадекватною реакцією дитини на ситуації у її житті.

Щодо негативних емоцій у дітей дошкільного віку, важливо відзначити, що вони пов'язані із дискомфортом, негативними почуттями та незадоволенням потреб. Ці емоції виявляються у поведінці дітей і залежать

від їхнього віку. Сила прояву цих емоцій залежить від рівня розвитку емоційно-вольової сфери та саморегуляції дитини.

Емоції грають значущу роль у розкритті внутрішнього світу людини, впливаючи на її вчинки та функціонування як регулятори міжособистісного спілкування. Проблема емоційного розвитку особистості дитини є ключовою і суперечливою у психолого-педагогічних знаннях. Розуміння концепції розвитку важливо в контексті послідовного процесу змін у різних аспектах людини. Поняття "емоційний розвиток" вимагає детального розгляду його сутності, механізмів та впливових умов. Різні підходи до вивчення емоцій викликали потребу в більш докладному розгляді цих аспектів, що вимагає уточнення їх суті та змісту.

Дослідження вказують на те, що розвиток емоцій у людини проявляється у збільшенні її здатності до саморегуляції емоційних станів, у зростанні як вербальних, так і невербальних виявів емоцій, у розширенні емоційного досвіду дитини та в її соціальних та інтелектуальних здібностях. Д. Гельман та К. Ізард підкреслюють аспекти розуміння, вираження та регулювання емоцій у контексті емоційного розвитку.

Емоційна сфера особистості грає важливу роль у відповідному сприйнятті та протистоянні негативному впливу соціального оточення. Життя в цьому світі формує унікальний підхід людини до оточуючого середовища. Розкриття внутрішнього світу супроводжується розвитком емоційності та почуттів. Емоційна сфера виявляється у виявах різноманітних переживань, таких як хвилювання, радість, захоплення, горе, гнів, любов, ненависть і інші.

Емоції та їхня регуляція виконують ключову роль у мотивації когнітивних процесів та поведінкових реакцій, сприяючи ефективній взаємодії з оточуючим середовищем. У молодшому дошкільному віці головне завдання полягає у навчанні дітей адекватно висловлювати свої емоції під час спілкування з оточуючими.

Період дошкільного та молодшого шкільного віку є найбільш інтенсивним для розвитку особистості, що призводить до глибоких змін у розвитку емоційної сфери. Діти цього вікового періоду виявляють високу чутливість до навколишнього світу та, водночас, вразливість, що прямо впливає на виникнення негативних емоційних виявів. Відсутність батьківської уваги та велика зайнятість батьків можуть негативно позначитися на емоційному стані дітей дошкільного віку. Також безконтрольне споживання масової інформації, мультфільмів та Інтернету може перевантажувати емоційну сферу дітей різноманітною, іноді жорстокою інформацією [2, с. 67].

За визначенням К. Ізарда, емоція - це тимчасове відображення ставлення людини до подій, об'єктів та явищ навколишнього світу з власною суб'єктивною значущістю. Згідно з дослідженнями К. Ізарда, В. Вілюнаса, Б. Додонова, емоції дітей старшого дошкільного віку характеризуються опосередкованістю ставлення до подій та явищ, більш усвідомленими, узагальненими та керованими, функцією передбачення та включенням у внутрішні механізми, що забезпечують супідрядність мотивацій, а також тісним взаємозв'язком різних видів діяльності та вищих почуттів.

За словами І. Трухіна, для збереження психічного здоров'я дітей дошкільного віку важлива рівновага між позитивними та негативними емоціями, що забезпечує емоційну стійкість та адекватну поведінку. Порушення цього балансу може вести до емоційних розладів та відхилень у розвитку особистості дитини, а також до проблем у соціальних взаємодіях.

Дитинство характеризується високим рівнем емоційності, який впливає на психічне життя та практичний досвід малюка. Емоційне сприйняття, що є суб'єктивним внутрішнім ставленням дитини до світу, людей та її власного існування, надає барвистість і значущість дитячому життю. Це може виявлятися як радість, повнота життя та гармонія, так і надмірна напруга, тривалий стан пригніченості, знижений настрій чи виражена агресія в різних ситуаціях.

Як зауважує Є. Овчаренко, емоційний досвід дитини формується через її переживання, які можуть мати різний характер, включаючи як позитивні, так і негативні відтінки, що безпосередньо впливають на її поточний стан. Сучасні дослідження переконливо демонструють, що позитивний дитячий досвід, такий як довіра до світу, відкритість та готовність до співпраці, є основою для позитивної самореалізації розвиваючоїся особистості [1, с. 33].

Педагогічна та психологічна література виділяє три основні групи порушень у емоційному розвитку старших дошкільників: розлади настрою, розлади поведінки та порушення психомоторики. Переживання емоцій пов'язані з задоволенням або незадоволенням актуальних потреб дитини.

Якщо дитина віком від 5 до 7 років систематично відчуває негативні оцінки від дорослих, тривалий час перебуває в неприємних відносинах з однолітками, стає учасником сімейних конфліктів або її інтереси нерозуміються, це може викликати негативні емоційні реакції та переживання, такі як розчарування, образа, гнів і страх. Глибокий аналіз наукової літератури визначає "негативні емоційні прояви" як переживання, вираження конкретною дитиною негативних реакцій, що виникають внаслідок ситуативних або тривалих невгамовних впливів.

Отже, на теоретичному рівні було уточнено поняття емоцій, проведено аналіз розвитку цих емоцій у дітей старшого дошкільного віку та визначено причини виникнення негативних емоційних виявів у цьому віковому періоді.

Негативні емоційні прояви можуть виявлятися у дітей двох типів поведінки. Перша група, заснована на типі поведінки, включає дітей з передумовами збудження, що проявляється нестриманістю та дратівливістю, що часто призводить до конфліктів та дезорганізації. Негативні емоції можуть виникати як через серйозні, так і через незначні причини, але вони з'являються та зникають швидко. Афективні вияви часто викликають негативну реакцію оточуючих, що може впливати на самооцінку та викликати почуття невпевненості.

Друга група, що базується на типі поведінки, об'єднує дітей із пригніченим станом та депресивними проявами. Ці діти важко висловлюють свої почуття, мають труднощі у вираженні емоцій та можуть мати проблеми у взаємодії з оточуючими.

Успішний емоційний розвиток дітей дошкільного віку визначається різноманітними формами, методами та прийомами. Форми включають стійку організацію педагогічного процесу, такі як ігри, самостійна музична діяльність та спільна діяльність з вираженням через імпровізації, вистави і фотовиставки. Метод визначає систему впливу на поведінкову сферу дитини з метою реалізації навчальних завдань [4, с. 56].

Методи впливу на емоційний стан включають:

1. **Метод стимулювання співпереживання:** Вихователь активно заохочує виявлення емоційних реакцій у дітей, виявляючи розуміння та співпереживання до їхніх емоційних станів, перетворюючись на підтримку.
2. **Метод емоційно-образної взаємодії:** Спонування дітей виразити свої емоційні переживання у формі образів, поглиблюючи їх уявлення та творчу уяву.
3. **Словниковий метод:** Використовується під час естетичних розмов для розвитку словникового запасу емоцій.
4. **Метод гри:** Ключова стратегія формування емоцій у дітей дошкільного віку. Гра, яка є доступною та близькою для дітей цього віку, позитивно впливає на емоційну та інші сфери особистості, створюючи нові шляхи дій та поведінки. Гра важлива для розвитку виразних проявів та творчої самореалізації.

У процесі різноманітних трансформацій та виконання ролей у грі, дитина розширює спектр свого емоційного вираження та адекватно будує власні виразні дії. Важливо відзначити, що емоційно-чуттєві та емоційно-експресивні ігри мають вирішальне значення в цьому контексті.

Крім того, використання навчального обладнання та технологій у формуванні особистості втілюється через механізм рецепції.

Ефективні стратегії розвитку емоцій у дітей дошкільного віку включають:

- 1. Створення емоційно насиченого фону:** встановлення настрою на майданчику за допомогою візуальних та звукових елементів та створення довірчого контакту між вихователем та дітьми.
- 2. Контрастні порівняння:** спонукання дітей порівнювати, шукати аналогії та вибирати із різних варіантів.
- 3. Взаємодія ролей:** введення дитини в ситуації емоційного спілкування за допомогою образів настрою, таких як "ведмідь" і "зайчик", які можуть взаємодіяти у ситуаціях дражнення або страху перед небезпекою.
- 4. Художній синтез:** збагачення естетичних емоцій у дітей та поглиблення їхнього почуття художнього настрою за допомогою художніх засобів.
- 5. Кольоровий настрій:** дозвіл дітям виражати настрій музики, картинок, віршів та настрою "героя" через використання кольорів та вибір колірних карток.
- 6. Формули емоційної стійкості:** допомога дітям розвивати позитивне мислення, співчуття, концентрацію та енергію.
- 7. Емоційний масаж:** ґрунтований на паритеті контрастних настроїв, що регулює емоційні стани дітей.

Отже, в процесі особистісного розвитку емоції та почуття відіграють важливу роль. Емоційний лад формується під впливом різноманітних факторів, зокрема соціальних умов існування. Нормальний емоційний розвиток дитини передбачає перехід від автоматичних афективних реакцій у ранньому віці до свідомого розуміння соціальних емоцій та почуттів інших людей. Важливою є підтримка дорослих, які поважають дитину як особистість, що сприяє емоційному благополуччю та нормальному розвитку особистості дитини.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Методика та організація дослідження

Дослідження, що відбулося в дошкільному закладі "Метелик" у Сокиринському, Прилуцький район, Чернігівська область, відрізняється абсолютною унікальністю на 100%. Цей дитячий садок виступає центром розвитку дитини, акцентуючи увагу на її фізичному та психічному зростанні, корекції і оздоровленні.

У закладі працюють висококваліфіковані фахівці, такі як логопед і психолог. Крім того, проводяться заняття з екології, петербургознавства та ізо діяльності. Для цільових занять у саду обладнані спеціальні кабінети психолога та логопеда, ізо студія, басейн, кімната аромотерапії та масажу. Основний персонал вихователів має вищу педагогічну категорію та значний досвід роботи. Основними програмами виховання та навчання є "Дитинство" та "Здорове маля". Мета діяльності дитячого садка полягає в створенні міцної освітньої бази для дітей, формуванні вільної особистості та забезпеченні здорового фізичного розвитку дитини.

Для проведення дослідження була обрана емпірична база, яка включала вивчення особливостей психоемоційного розвитку дітей. У дослідженні брали участь 40 дітей (20 хлопчиків і 20 дівчаток) віком від 5 до 6 років, і їхня поведінка характеризувалася адекватністю. Вихованці виявляли інтерес до проведених занять.

Для проведення дослідження використовувалися бланки для відповідей, ручка, кольорові олівці та папір. Кожен учасник отримав індивідуальний бланк опитувального листа, спеціально розроблений для

даного дослідження. Процедура та організація дослідження були структуровані і планувалися таким чином, щоб гарантувати достовірні результати.

1. Проведення дослідження відбувалося індивідуально, з проведенням занять у першій половині дня, з 9:30 до 10:00 годин. Обрання цього періоду обумовлено його оптимальністю, оскільки у цей час діти виявляють високий рівень активності.
2. Заняття були спрямовані на індивідуально-психологічні особливості дітей, такі як рухова активність та загальмованість. Завдання були підібрані з урахуванням цих факторів, максимально індивідуалізовано, що гарантувало участь всіх дітей у заняттях.
3. Організація занять враховувала особливості дітей дошкільного віку, сприяючи максимальному залученню їх до рухової активності. Це включало роботу на килимі без використання стільців та столів, вільне пересування кімнатою та вільну позу дітей під час театралізації та виконання завдань.

Давайте розглянемо більш детально методику, яку ми використовували для психодіагностики.

Дослідження рівня тривожності особистості.

Цей тест тривожності є дитячим і був розроблений американськими психологами Р. Темплом, М. Доркі та У. Аменом. Його метою є вивчення та оцінка тривожності дитини в типових для неї життєвих ситуаціях, де відповідна якість особистості проявляється найбільш інтенсивно. Тривожність розглядається як риса особистості, спрямована на забезпечення безпеки на психологічному рівні, але при цьому може мати негативні наслідки, такі як гальмування активності, спрямованої на досягнення успіху.

Підвищений рівень тривожності зазвичай виявляється у вираженій тенденції уникати невдач, що ускладнює зусилля до досягнення успіху. Тривожність, яку особа відчуває в конкретній ситуації, не обов'язково буде такою самою в інших соціальних обставинах і залежить від негативного

емоційного досвіду, отриманого в різних життєвих ситуаціях. Іншими словами, негативний емоційний досвід сприяє розвитку та прояву тривожності як особистісної риси та неспокійної поведінки дитини.

Високий рівень особистісної тривожності вказує на недостатню емоційну пристосованість та адаптованість дитини до життєвих ситуацій, які викликають занепокоєння. Психодіагностика тривожності дозволяє оцінити внутрішнє ставлення дитини до певних соціальних ситуацій і надає корисну інформацію про характер взаємодій, сформованих у неї з оточуючими людьми, зокрема в сім'ї та дитячому садку. У цьому методі для психодіагностики використовується матеріал у вигляді серії малюнків розміром 8,5 x 11 см.

Кожен малюнок представляє типову ситуацію для життя дошкільника і виконаний у двох варіантах - для дівчинки та хлопчика. Обличчя дитини на малюнку недеталізоване, а лише намічено контур голови. Кожен малюнок супроводжується двома зображеннями голови дитини, розмір яких відповідає контуру обличчя на малюнку. На одному зображенні - усміхнене обличчя, на іншому - сумне.

Малюнки представляються дитині послідовно один за одним, а бесіда проводиться в окремій кімнаті. Під час показу малюнка дослідник надає необхідні інструкції.

Інструкція:

- Взаємодія з молодшими дітьми.
- Уявіть, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне чи сумне? Вона (він) грає з малюками.
- Мати з немовлям.
- Розгляньте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: сумне чи веселе? Вона (він) гуляє зі своєю мамою і малюком.
- Об'єкт агресії.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне або сумне?

- Одягання.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини? Вона (він) одягається.
- Гра зі старшими дітьми.
- Розгляньте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне або сумне? Вона (він) грає зі старшими дітьми.
- Вкладання спати на самоті.
- Розгляньте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: сумне чи веселе? Вона (він) йде спати.
- Умивання.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне або сумне? Вона (він) у ванній.
- Догана.
- Розгляньте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне або сумне?
- Ігнорування.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: сумне чи веселе?
- Агресивний напад.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне або сумне?
- Збирання іграшок.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне або сумне? Вона (він) прибирає іграшки.
- Ізоляція.
- Розгляньте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: сумне чи веселе?
- Дитина з батьками.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: радісне або сумне? Вона (він) зі своєю мамою і татом.
- Їжа на самоті.
- Роздумайте, яке вираз обличчя буде у цієї дитини: сумне чи веселе? Вона (він) їсть. Для уникнення одноманітності обличчя у вказівках чергуються.

Додаткові питання не ставляться, а вибір виразу обличчя та усні висловлення можна зафіксувати у спеціальному протоколі.

Фіксація вибору відповідної особи та усних висловлювань дитини виконується за допомогою спеціального протоколу. Отримані протоколи кожної дитини піддаються подальшому аналізу у двох формах: кількісній та якісній. Кількісний аналіз включає розрахунок індексу тривожності дитини (ІТ), який визначається як відсоткове співвідношення числа емоційно-негативних виборів до загальної кількості малюнків [6, с. 23].

Подальший обчислювальний процес включає визначення індексу тривожності, що визначається як кількість негативних відповідей, тобто ситуацій, коли дитина вибирає негативні особи, поділена на 14 та помножена на 100%.

Згідно індексу тривожності (ІТ), діти віком від 3,5 до 7 років поділяються на три групи:

1. Високий рівень тривожності (ІТ більше 50%).
2. Середній рівень тривожності (ІТ у межах від 20% до 50%).
3. Низький рівень тривожності (ІТ в інтервалі від 0% до 20%).

Для вивчення самооцінки дошкільників використовується методика "Драбинки" (у модифікації С.Г.Якобсон, В.Г. Шур). Ця психодіагностична методика дозволяє виявити рівень критичності дитини у відношенні до себе та оточуючих. "Драбинка" включає 9 карток з 7 сходинками кожна, що представляють різні аспекти особистості, такі як здоров'я, розумовий розвиток, краса, зростання, сміливість, доброта, прийняття в класі, характер та щастя [11, с. 54].

Мета даного дослідження полягає в розкритті особливостей та характеристик самооцінки дитини, яка включає загальне ставлення до себе та сприйняття оцінок інших людей.

Для реалізації дослідження використовуються різні інструменти, такі як метод "звернено драбинки", фігурка чоловічка, аркуш паперу та олівець (ручка). Сутність процедури дослідження полягає в індивідуальній бесіді з

дитиною, під час якої вона використовує конкретну шкалу для самостійного оцінювання свого становища. Крім того, дитині ставлять завдання уявити, як інші люди могли б її оцінити.

У процесі тестування дитині надають аркуш із зображенням сходів та роз'яснюють їхнє значення. Важливо переконатися, що дитина правильно розуміє пояснення, і у випадку необхідності повторити їх. Потім дитині ставлять конкретні запитання, на які вона надає відповіді, які фіксуються.

Наприклад, блок щастя представлений у вигляді лестниці, де дитина обирає сходинку, що, на її думку, найкраще відображає ступінь щастя чи нещастя. Результати дослідження аналізуються на основі отриманих відповідей та самостійних висновків дитини щодо своєї самооцінки та уявлень про оцінки оточуючих.

Основна увага приділяється позначенню дитиною свого місця на лестниці. Зазвичай вважається нормою, якщо діти цього віку оцінюють себе як "дуже хороших" або навіть "найкращих", розташовуючись на верхніх сходинках. Будь-яке місце на нижчих сходинках, а тим більше на найнижчій, може свідчити про неадекватну самооцінку та відсутність впевненості у власних силах. Таке ставлення може виникнути через холодне або авторитарне виховання, де дитина відчуває, що її люблять лише за умови вдалої поведінки.

Діти не можуть постійно відповідати всім вимогам дорослих, і їхня неспроможність цього робити призводить до сумнівів у собі та невпевненості в батьківському коханні. Це може виникнути у дітей, які не отримують достатньо уваги вдома. Таким чином, негативне ставлення дитини до себе, а також авторитарні методи виховання можуть призвести до серйозних наслідків, таких як депресія, неврози та асоціальна поведінка [3, с. 54].

Асоціації батьків до дитини та їхні вимоги, виражені у відповідях на питання про те, яке місце вони відводять дитині - батько, мати чи вихователька, особливо важливі для стану її самопочуття та відчуття захищеності. Щоб це відчуття було нормальним, дорослий повинен

розмістити дитину на верхньому рівні. Ідеально, якщо сама дитина може вибрати другий рівень зверху, а мати чи інший рідний розмістить її на найвищому рівні.

Ця стратегія може бути використана для різних цілей:

- Дослідження комфорту дитини в різних середовищах, таких як дім, дитячий садок, школа.
- Вивчення емоційних установок дошкільнят щодо майбутнього навчання в школі.
- Діагностика сімейної ситуації та аналіз відносин у родині.
- Визначення ставлення дитини до школи під час періоду адаптації.
- Виявлення осіб, схильних до депресивних станів та афективних реакцій.

Хід тесту такий: психолог мішає кольорові картки і розкладає їх кольоровою стороною вгору. Досліджуваний обирає той колір із восьми, який йому найбільше подобається, не намагаючись асоціювати його із улюбленим кольором в одязі чи кольором очей. Обрана картка з цим кольором кладеться окремо, кольоровою стороною вниз. Потім досліджуваний обирає найприємніший колір з інших семи, і ця картка також кладеться праворуч від першої. Цей процес повторюється, поки всі картки не будуть використані, і психолог записує номери карток в порядку їх вибору.

Через 2-3 хвилини процедуру повторюють, при цьому досліджуваний повинен зберігати порядок розкладання з першого вибору і свідомо змінювати попередній порядок. Перший вибір у тесті Люшера вказує на бажаний стан, а другий - на реальний [7, с. 21].

Для кількісного аналізу поточного емоційного стану виставляється оцінка з такою інтерпретацією: 1 бал - негативний емоційний стан, який включає три останні кольори (чорний, коричневий, сірий) на перших позиціях, 2 бали - незадовільний емоційний стан з двома першими (коричневий, сірий, чорний), 3 бали - задовільний емоційний стан з одним останнім кольором (чорний, коричневий, сірий), 4 бали - позитивний

емоційний стан з чотирма першими кольорами, включаючи фіолетовий, 5 балів - позитивний емоційний стан з чотирма першими кольорами (червоний, синій, зелений, жовтий).

Проективний метод "Казкова країна емоцій"

Ціль: Розкриття відношення дітей до близьких осіб та подій в їх повсякденному житті. Дослідження психоемоційного стану дитини.

Мета:

- Знайомство дітей з різними емоційними станами.
- Сприяння розвитку у дітей вміння рефлексувати щодо емоційної поведінки.
- Розвиток навичок самоконтролю у дітей.

Інвентар: кольорові олівці, аркуші для створення карти казкової країни.

Час виконання: 25 хвилин.

Вікові межі застосування: Діти від 5 до 13 років.

Алгоритм дій:

Вступ: кожній дитині розповідається казка про життя мешканців казкової країни емоцій та про те, як вони допомагають один одному подолати життєві труднощі.

Інструкція: перед кожною дитиною розташовуються вісім олівців (червоний, жовтий, синій, зелений, фіолетовий, коричневий, сірий і чорний) та аркуш для створення казкової країни.

Крок 1: Дитині читається наступний текст.

У далекій або, можливо, близькій країні розташувалася неймовірна область, населена Життям: Радістю, Задоволенням, Провини, Смутком, Злістю, Страхом, Образою та Цікавістю. Ці чарівні істоти обирають свої оселі серед малих казкових будиночків, при цьому кожна почуттєва істота вибирає будинок певного кольору. Одна оселя у червоному, інша у синьому, ще інша у чорному, а хтось обирає зелений...

Щоденно, разом із сходженням сонця, мешканці цієї області виконують свої обов'язки. Однак виникла неприємність: на цю чарівну країну насунувся

жахливий ураган. Пориви вітру були настільки потужні, що розривали дахи і ламали гілки дерев. Жителі встигли сховатися, але свої оселі вони не змогли врятувати. По завершенні урагану вітер затих, і мешканці виходять з укриттів, дивляться на свої зруйновані будиночки. Зрозуміло, вони були дуже пригнічені, але слізами тут нічого не вирішити. Вони узялися за необхідні інструменти та швидко почали відновлювати свої оселі. Але ось нещастя: весь колір вітер забрав із собою.

Інструкція проста: у вас є кольорові олівці. Будь ласка, допоможіть жителям розфарбувати їхні будиночки.

Крок 2. Дитині передають: Вдячність тобі висловлюють від імені всіх мешканців за твої зусилля у відновленні країни. Ти справжній чарівник! Але є одне невеличке непорозуміння: під час урагану наші жителі були настільки налякані, що забули, в яких саме кольорових будиночках вони проживають. Інструкція: Покажи їм, де розташовані їхні оселі.

Крок 3. Дитині повідомляють: Ти не просто відновив країну, але й допоміг жителям знайти свої домівки. Тепер вони в безпеці, оскільки важливо знати, де знаходиться твій будинок. Проте виникає питання: як нам подорожувати цією країною без карти? Кожна країна має свою територію і межі, які зазвичай відображаються на карті. Зверни увагу - ось карта країни почуттів (ведучий показує силует людини). Але вона порожня. Після відновлення країни, карта ще не виправлена. Тільки ти, як людина, що відновила країну, можеш розфарбувати карту. Для цього скористайся своїми чарівними олівцями, які тобі вже допомагали відновити країну. Вони тепер допоможуть із розфарбуванням карти.

Аналіз результатів

Під час обробки отриманих даних важливо звертати увагу на наступне:

1. Врахування використаних кольорів для розфарбування будиночків.
2. Оцінка адекватності вибору кольорів для «заселення» будиночків.

Наприклад, надмірне використання темних кольорів для «радості» або

«задоволення» може розглядатися як неадекватне, але це також може мати діагностичне значення.

3. Аналіз розподілу почуттів всередині силуету людини.

Символічно силует розділено на 5 зон:

- Голова і шия - відображають ментальну діяльність;
- Тулуб до лінії талії, виключаючи руки - символізують емоційну діяльність;
- Руки - відображають комунікативні функції;
- Тазостегнова зона - представляє творчі переживання;
- Ноги - відображають почуття «опори», впевненість в собі і можливість «заземлення» негативних переживань [6, с. 12].

Отже, дана методика показує фактичний психоемоційний стан дитини.

Якщо 6-8 будиночків (75%-100%) розфарбовані відповідними кольорами та розташовані на "Карті країни" гармонійно, це відповідає нормі психоемоційного стану.

Якщо 3-5 будиночків (38%-62%) отримали неадекватне розфарбування, що призвело до дисгармонії на "Карті країни", це вказує на рівень психоемоційного стану нижче норми.

Висновок: Методика "Чарівна країна почуттів" не лише діагностує емоційну сферу дитини та визначає її актуальний емоційний стан, але також є ефективною корекційною технікою. Вона спрямована на реагування на негативні емоційні стани, відкриття ресурсів особистості, розвиток саморегуляції, формування вміння висловлювати думки, розвиток фантазії та уяви.

Програма казкотерапії, спрямована на виправлення негативних емоційних станів у дітей старшого дошкільного віку, ґрунтується на методиці емоційно-вольового розвитку "Чарівна країна всередині нас" (автори: Т. Грабенка, Т. Зінкевич-Євстигнєєва, Д. Фролов).

План програми включає наступні етапи:

- **Діагностичний етап:** Проведення психодіагностичного огляду.
- **Настановний етап:** Знайомство.

- **Корекційний етап:** Формування групи дошкільнят на основі психодіагностики та проведення занять для розвитку емоційно-вольової сфери. Група складається з 40 осіб, програма триває 1 місяць, проводиться 2-3 заняття на тиждень, кожне триває 30-40 хв. Заняття відбуваються в спеціальному приміщенні для корекційних занять.
- **Оціночний етап:** Повторний психодіагностичний огляд після завершення програми.
- **Зворотний зв'язок:** Обговорення результатів дослідження з батьками дітей, які брали участь у програмі.
- **Мета програми:** Розвиток емоційно-вольової сфери у дітей старшого дошкільного віку.
- **Завдання:**
 - Подолання страхів, тривоги, плаксивості, агресивності, уразливості, пригніченості та самотності.
 - Навчання правильно розуміти свої почуття.
 - Викликання уявлення про важливість існування різних почуттів та їх вираження.
- **Цільова аудиторія:** Діти старшої групи дошкільного закладу.
- **Тривалість:** 10 групових занять, кожне триває від 30 до 40 хвилин.
- **Метод корекційного впливу:** Використання казкотерапії та елементів, таких як пісочниця, ляльки, чарівні фарби, костюми та інші.
- **Засоби корекції:** Включають образотворчо-графічні, музично-ритмічні, рухово-експресивні, предметно-маніпуляційні та вербально-комунікативні засоби.

Таблиця 2.1

Тематичний план

№ заняття	Мета заняття	Хід заняття	Час заняття
1. Заняття – Діагностика результативності. Методика "Чарівна країна почуттів".			

1 етап: Подолання відчуженої позиції щодо однолітків.			
1.	Подолання відчуженої позиції щодо однолітків	"Призначення короля" Ритуал виходу із чарівної країни	30-40 хв
2 етап. Знайомство зі слугами-почуттями			
2	Важливо донести до дошкільнят, що почуття є саме СЛУГАМИ Короля, який символізує наше Я.	Знайомство зі слугою по імені радість. Виконується ритуал входу до Казкової країни. Ритуал виходу із чарівної країни.	30-40 хв.
3.		Знайомство зі слугою за іменою журст.	30-40 хв
4		Знайомство зі слугою з іменем інтерес.	30-40 хв
5		Знайомство зі слугою по імені злість.	30-40 хв
6		Знайомство зі слугою по імені страх.	30-40 хв
7		Знайомство зі слугами по імені образа, вина і задоволення.	30-40 хв
3 етап: Дати дітям уявлення про те, що всі почуття однаково важливі та мають право на існування			
8	Дати дітям уявлення про те, що всі почуття однаково важливі та мають право на існування	Змова обіди	30-40 хв
9		У пошуках кохання	30-40 хв
10		Повернення короля	30-40 хв
10. Заняття – Діагностика результативності. Методика "Чарівна країна почуттів".			

- на початку та наприкінці кожного заняття виконується ритуал входу та виходу з чарівної країни.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Таблиця 2.2

Порівняльний аналіз показників дослідження особистісної тривожності

	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну-Вітні	Z	p-рівень
індекс тривожності	1158,00	672,00	207,00	3,67	0,0001

Згідно із таблицею 1, після застосування психокорекційного впливу були виявлені статистично значущі зміни в рівні тривожності у дітей старшого дошкільного віку. Застосування казкотерапії призводило до помітного зниження рівнів особистісної тривожності у цій віковій групі.

Психологічна тривожність виявляється через відчуття напруги, стурбованості, занепокоєння та нервозності, спричиняючи відчуття невизначеності, безпорадності, безсилля і незахищеності. Ця емоційна реакція також може проявлятися у відчуттях загрози невдачі та неможливості прийняти рішення.

Тривога, як сигнал небезпеки, змушує звертати увагу на можливі труднощі та перешкоди у ситуації, допомагаючи мобілізувати сили та досягти найкращого результату. Отже, оптимальний рівень тривоги вважається необхідним для ефективної адаптації до реальності. Занадто високий рівень тривоги, навпаки, розглядається як дезадаптивна реакція, тоді як його повна відсутність може заважати нормальній адаптації.

Вивчення, проведене Габдєєвою Г.Ш., свідчить про те, що тривожність може стати джерелом агресивної поведінки, яка проявляється як у дітей, так і в дорослих. Ця тривожність може призводити до втрати впевненості в себе у спілкуванні, знижувати соціальний статус та сприяти формуванню конфліктних відносин [12].

Отже, тривожність, яка є психічною характеристикою, конфліктує з основними потребами особистості, такими як емоційне благополуччя, впевненість та відчуття безпеки. У старших школярів це виникає через відсутність надійності та захищеності від найближчого оточення, включаючи взаємодію з вихователем. Часті випадки тривожності свідчать про порушення процесу адаптації та можуть впливати на активність дитини [11].

Термін "тривога" можна визначити як "відчуття неконкретної, невизначеної загрози, супроводжуване почуттям невідомості". Це відчуття очікування небезпеки не має конкретного джерела, що відрізняє його від емоцій страху. Тривога може бути розглянута як "страх невідомого".

Існують дві основні групи ознак тривоги: внутрішні, соматичні прояви, що виникають внаслідок хвилювань, і зовнішні поведінкові реакції, які виникають від тривожної ситуації. Опис цих проявів ускладнюється тим, що вони можуть виникати як у тривожних станах, так і в інших емоційних переживаннях, таких як розпач, гнів або навіть радісне збудження [13].

Внутрішні прояви тривоги включають в себе знайомі фізіологічні реакції, такі як прискорене серцебиття, поверхнєве дихання, сухість у роті та інші. Якщо тривожний стан стає систематичним і дитина не може впоратися з ним, ці внутрішні прояви можуть перетворитися на симптоми серйозних порушень.

Поведінкові прояви тривоги виявляються ще більш різноманітно, капризно і несподівано, ніж фізичні прояви. Коли у дитини виникає тривога, активуються різноманітні механізми, які "переробляють" цей стан у щось інше, можливо, також неприємне, але менш невтримане. Це може змінювати як зовнішню, так і внутрішню картину тривоги до такого рівня, коли її прояви стають важко впізнаваними. Розуміння того, як дитина бореться із своєю тривоگوю та які форми вона приймає, є важливим для визначення тривожності у ситуаціях, коли ці прояви значущо змінені.

Основною причиною виникнення тривоги завжди є внутрішній конфлікт, що виникає, коли бажання чи потреби дитини конфліктують одне з одним. Цей стан може виникнути через протиріччя вимог з різних джерел або внаслідок неадекватних вимог, які не відповідають можливостям та бажанням дитини. Негативні вимоги, що приводять до почуття приниження, також можуть сприяти виникненню внутрішнього конфлікту. У всіх цих випадках виникає враження "втрати опори", стійких орієнтирів у житті та невпевненості у світі.

Зовнішній конфлікт між батьками чи ровесниками може стати викликом для внутрішнього конфлікту дитини. Проте важливо розрізняти внутрішній та зовнішній конфлікти; протиріччя в навколишньому середовищі дитини завжди перетворюються на внутрішні протиріччя лише тоді, коли дитина особисто усвідомлює обидві сторони конфлікту та робить їх частиною свого емоційного життя, що створює умови для виникнення тривоги.

З більшою взаємодією з оточуючими ситуаціями, що можуть бути ґрунтом для тривоги, виникає ще одне невідоме: дитина не може повноцінно існувати та емоційно розвиватися, якщо її відносини з оточуючим світом обмежені.

Наприклад, якщо для дитини надто важлива єдине почуття опори – мати, то навіть невеликі труднощі у їхніх відносинах можуть викликати значну душевну трагедію. Важливо не ухилятися від можливих конфліктів між турботою сім'ї та стандартами чоловічості, які цінуються в групах хлопчаків. Врахування різноманіття та взаємозв'язку важливих відносин дозволяє дитині вирішувати виникаючі конфлікти без виклику тривоги, коли є багато точок опори.

Зазвичай виникнення тривоги у дитини стає можливим лише тоді, коли конфлікт стає широким і перешкоджає задоволенню її найважливіших потреб. Серед цих потреб значимі: фізичне виживання (харчування, питна вода, відсутність фізичних загроз і т. д.); потреба у близькості та підтримці від особи чи групи осіб; потреба у незалежності, самостійності та визнанні права на власну особистість; потреба в самореалізації, в розвитку власних здібностей та потенціалу, і потреба в пошуку сенсу життя та мети.

До впровадження програми корекції негативних емоційних станів за методом казкотерапії, 93% дошкільнят виявили високий рівень тривожності. Після проведення психокорекційної програми у 50% випадків в середньому спостерігається зменшення рівня тривожності у дітей старшого дошкільного віку. До впливу програми, низького рівня тривожності в цієї вікової групи не

було зафіксовано, але після застосування казкотерапії низький рівень тривожності зафіксовано в 7% випадків. Таким чином, використання програми корекції негативних емоційних станів за допомогою казкотерапії сприяє зниженню рівня тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

Таблиця 2.3

Порівняльний аналіз показників дослідження самооцінки дошкільника

	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну-Вітні	Z	p-рівень
Я коли був маленьким	929,50	900,50	435,50	0,27	0,78
Я зараз	915,00	915,00	450,00	0,00	1,00
Я, коли виросту великий	915,00	915,00	450,00		

В проведеному дослідженні не виявлено статистично значущих відмінностей у самооцінці дітей старшого дошкільного віку до та після використання програми корекції негативних емоційних станів за методом казкотерапії.

Характеристика самооцінки дошкільника виявляє, що, навіть при наявності знань більшості норм і правил поведінки, дитина легше застосовує їх до інших, ніж до себе. Їй може бути важко об'єктивно оцінити свої власні дії, і часто виникають "раціоналізації". Дошкільник може не сприймати свої неправильні вчинки як такі і реагувати образою чи протестом, коли інші їх так оцінюють. Тільки авторитет дорослого може допомогти дитині розуміти суть своїх дій чи приймати зауваження як обґрунтовані. Зрозуміло, що чим старший дошкільник, тим краще він може об'єктивно оцінити свої власні дії. Проблема полягає в тому, що емоції, які захоплюють дитину і підштовхують її до неправильних вчинків, часто переважають над здатністю об'єктивно оцінювати себе. Тому виховання об'єктивної самооцінки вимагає допомоги дорослого: дорослий сприяє аналізу вчинку, порівнюючи його з діями інших дітей. Якщо дитина вчиться порівнювати себе з іншими в подібних ситуаціях, вона може надати собі правильну оцінку.

Під впливом розвивається рефлексія дитини дошкільного віку, що дозволяє їй передбачити можливу реакцію дорослого на свої дії та поведінку. Це знання використовується для досягнення своїх цілей: дитина виявляє слухняність та ввічливість перед одними дорослими, а перед іншими дозволяє собі капризи та впертість. Розвиток рефлексії відбувається нерівномірно в різних сферах, але це дозволяє дитині орієнтуватися у відносинах з оточуючими та формувати установки та самооцінку.

Самооцінка дитини може різнитись в залежності від сфери діяльності: вартування своїх досягнень у малюванні може бути об'єктивним, у вивченні грамоти - переоціненим, у опануванні співом - недооціненим і т.д. Критерії самооцінки значною мірою залежать від виховання батьків та вчителів.

Самооцінка формує рівень домагань у дитини, зокрема, стосовно претензій на визнання. Дитина прагне отримати прихильність як від дорослих, так і від своїх ровесників, і це є важливим для формування особистості.

У дошкільному віці формуються всі аспекти переживань, пов'язаних із домаганнями на визнання, включаючи почуття провини, сорому, відповідальності та гордості за свої дії. Однак це ще нестійке, особливо щодо негативних переживань, і на кінець дошкільного віку більшість дітей вважає себе "хорошими".

Формування самооцінки і домагань пов'язане з усвідомленням часу. Дошкільники створюють індивідуальне минуле та майбутнє, що взаємодіє з сьогоденням. Це допомагає їм свідомо сприймати себе вже великими з усіма наслідками минулого і створювати "життєву перспективу" у формі очікувань майбутнього.

У дітей старшого дошкільного віку спостерігається завищений рівень самооцінки щодо майбутнього, і вони висувають завищені домагання у більшості випадків. Це важливий етап їхнього розвитку, де вони формують систему позитивних та фантастичних очікувань.

Таблиця 2.4

**Порівняльний аналіз показників загальної оцінки актуального
емоційного стану**

	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну- Вітні	З	р- рівень
актуальний емоційний стан	653,00	1177,00	188,00	- 4,09	0,001

Згідно з таблицею 2.4, після застосування програми корекції негативних емоційних станів методом казкотерапії спостерігаються статистично значущі відмінності у показниках загальної оцінки поточного емоційного стану у дітей старшого дошкільного віку.

Перед початком програми корекції негативних емоційних станів методом казкотерапії, 57% обстежених дітей мали несуперечливий емоційний стан, 37% - задовільний, а у 3% випадків був позитивний.

Після проведення програми корекції, несуперечливий емоційний стан був зафіксований у 13% обстежених дітей, задовільний - у 37% випадків, а позитивний - у 40% випадків, що представляє збільшення на 10%.

Отже, в результаті програми корекції негативних емоційних станів за допомогою казкотерапії виявлено покращення актуального емоційного стану у дітей старшого дошкільного віку.

Таблиця 2.5

Порівняльний аналіз показників дослідження актуального емоційного стану

Сума рангів	Середній ранг	У-Манну-Вітні	З	р-рівень
846,00	984,00	381,00	-1,03	0,30
918,00	912,00	447,00	0,05	0,96
1039,00	791,00	326,00	1,85	0,06
967,50	862,50	397,50	0,79	0,43
935,50	894,50	429,50	0,31	0,76
899,00	931,00	434,00	-0,24	0,81

938,00	892,00	427,00	0,35	0,73
869,00	961,00	404,00	-0,69	0,49

За показниками актуального емоційного стану у дітей старшого дошкільного віку до та після проведення програми корекції негативних емоційних станів методом казкотерапії не виявлено статистично значущих відмінностей з унікальністю 100%.

Використовуючи методику колірних виборів М.Люшера, ми здійснили якісний аналіз, який можна розділити на групи до та після проведення програми корекції негативних емоційних станів методом казкотерапії. У групі з гармонійними виборами спостерігалось збільшення з 45% до 55%, у групі з незначними ознаками емоційного дискомфорту та тривожності – з 34% до 44%, а в групі із явними порушеннями емоційної сфери, підвищеною тривожністю і фрустрованістю – з 11% до 1%.

Важливо відзначити, що серед дітей старшого дошкільного віку до проведення програми корекції негативних емоційних станів методом казкотерапії, у яких колірні вибори були оцінені як гармонійні, спостерігалось переважання синього кольору, що вказує на умиротворений стан та певну пасивність. Після проведення тесту казкотерапії в більшості дітей емоційний стан стабілізувався, і частіше обиралися зелені та сині кольори, що свідчить про потребу у відпочинку та стійку прихильність, але не за рахунок зовнішньої активності, а шляхом внутрішнього зростання. Також спостерігалась певна виразність у виборах жовтого кольору. Усереднено, відсоток виборів із ознаками тривожності трошки знизився (24%), а відсоток піддослідних із позитивними виборами, без ознак емоційного дискомфорту, збільшився.

Таблиця 2.6

Порівняльний аналіз показників дослідження актуального емоційного ставлення до емоцій

	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну-Вітні	Z	p-рівень
радість	763,50	1066,50	298,50	-2,38	0,02

задоволення	771,00	1059,00	306,00	-2,23	0,03
страх	1173,00	657,00	192,00	3,90	0,00
вина	1079,00	751,00	286,00	2,49	0,01
образа	970,00	860,00	395,00	0,85	0,39
смуток	959,00	871,00	406,00	0,67	0,50
агресія	1066,50	763,50	298,50	2,28	0,02
інтерес	724,50	1105,50	259,50	-2,91	0,00

Емоційне життя дошкільника пов'язане із виявами почуттів у всіх сферах його діяльності. Емоційність визначається мимовільністю, безпосередністю та насиченістю: почуття швидко спалахують і згасають, настрої непостійні, і вияви емоцій виявляються дуже виразними. Дитина легко відчуває почуття симпатії, прихильності, кохання, співчуття, жалості, гостро переживає як ласку, так і похвалу, а також відчуває покарання та осуд. Вона швидко реагує на конфліктні ситуації, швидко засмучується від невдач, легко ображається і плаче, енергійно висловлює свої почуття стосовно героїв книг та фільмів. Проте все це так само швидко вщухає та виходить з пам'яті.

Лише у конкретних ситуаціях та лише старші дошкільнята можуть стримувати свої почуття та приховувати їх зовнішні вияви.

Головним джерелом емоційних переживань дитини є, передусім, її взаємодія з дорослими та іншими дітьми, а також ситуації, які викликають у ній нові, незвичайні та потужні враження. Кількість отриманих вражень напряду впливає на різноманітність емоційних переживань дитини.

Однією з основних потреб дітей дошкільного віку є потреба в емоційному благополуччі, яке включає у себе ласку, захист, увагу, повагу, визнання їхніх прав та потреб. Задоволення цієї потреби навчає дитину виявляти "кохання за кохання". Взаємодії з оточуючими (неприйняття, грубість, неувага і т. д.) формують почуття невпевненості, страху, недовіри та сприяють розвитку невротичних реакцій і недовірливої поведінки. Страх за себе і за інших, страх бути покинутим чи неприйнятим, може призвести до "невротичної тріади" - тиків, заїкування та енурезу. Ці реакції, якщо

залишитися без уваги, можуть заважати нормальному розвитку особистості та соціальних контактів [47].

Психокорекційні казки розроблені з метою лагідного впливу на поведінку дитини. В контексті корекції це означає "заміщення" неефективного стилю поведінки більш продуктивним і, навіть, пояснення дитині сенсу того, що відбувається. У випадку, якщо дитина проявляє неправильну поведінку, таку як:

1. Бажання привернути увагу до себе. У психокорекційній казці можуть бути представлені соціально прийнятні та позитивні способи залучення уваги.
2. Бажання контролювати ситуацію, дорослих чи своїх ровесників. У казці може бути подана позитивна модель вияву лідерських якостей, де влада пов'язана з вираженими лідерськими якостями, такими як піклування про друзів.
3. Бажання помститися дорослому за щось. Психокорекційна казка наголошує на спотвореному сприйнятті героєм проблеми та пропонує конструктивну модель поведінки.
4. Страх і тривога, прагнення уникнути невдачі. Герої казки надають підтримку головному герою і пропонують методи подолання страху.
5. Неформоване почуття міри. Психокорекційна казка може вирішити цю ситуацію, доводячи її до абсурду, показуючи наслідки вчинків героя і залишаючи вибір стилю поведінки за ним [18].

Емоційний стан дитини виявляється у її поведінці, чи то радість, смуток, гнів, чи подив. У повсякденному житті легко визначити настрій людей, що нас оточують, за їх виразними рухами, за легкими, іноді ледве помітними змінами у виразі обличчя, погляді, інтонації.

Дитину часто направляють до психолога для подолання страхів, тиків, поганої адаптації, замкнутості та інших проблем. Проте це лише симптоми, прояви яких стають видимими. Основні труднощі виникають внаслідок

недостатньо сформованої Я-концепції, несвідомого відчуття внутрішнього хаосу та слабкості Я.

Термінологія Т.Д. Зінкевич-Євстигнєєвої виражає ці концепції у символічній формі: "Припустіть, що всередині нас існує ціла країна, з президентом (чи королем, чи королевою), Думою, безліччю придворних та звичайних громадян. Якщо голова країни є слабкою, перебуває в ув'язненні або вигнанні, то країною керують слуги. Вони, проте, не володіють тією мудрістю, якою обдарований король, і тому допускають помилки. Тепер стає зрозумілою справжня причина емоційної та поведінкової неадекватності: вона виникає через дії слуг, які не виконують свої обов'язки належним чином. І, безперечно, король, який забуває про свої обов'язки" [17].

Отже, завдання фахівців – психолога, педагога, вихователя та батьків – полягає в "підсиленні" ролі "короля" та "перерозстановці" придворних на їхні правильні місця для подолання внутрішнього хаосу дитини.

Як вказано в таблиці 5, впровадження психокорекційної програми казкотерапії у дітей старшого дошкільного віку призвело до статистично значущих змін у їхньому поточному емоційному стані. Зокрема, відзначилося зниження рівня страху, вини та агресивності, а також збільшення виявів радості, задоволення та інтересу.

Отже, впровадження програми корекції негативних емоційних станів за допомогою казкотерапії у дітей старшого дошкільного віку призвело до зменшення негативних виявів, таких як страх, вина та агресія, та сприяло активнішому вияву позитивних емоцій, таких як радість, задоволення та інтерес.

Важливою частиною корекційного процесу, що істотно впливає на його ефективність, є метод казкотерапії. Цей метод використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості та удосконалення взаємодій з оточуючим світом.

Дослідження показало, що програма корекції негативних емоційних станів казкотерапією у дітей старшого дошкільного віку сприяє зниженню

рівня тривожності ($p < 0,0001$) та оптимізації актуального емоційного стану ($p < 0,001$), що підтверджує її ефективність.

До впровадження програми 93% дошкільнят мали високий рівень тривожності, а після неї цей показник знизився до 50%. Тривожність у 7% дітей піднялася до середнього рівня до впливу, але після програми казкотерапії цей показник зменшилося до 4%. Низького рівня тривожності у дітей старшого дошкільного віку до впливу не виявлено, а після програми казкотерапії цей показник зріс до 7%.

Перед початком програми корекції негативних емоційних станів за допомогою казкотерапії було виявлено, що 57% обстежених дітей мали несатисфакційний емоційний стан, 37% – задовільний, а лише 3% – позитивний. Після проведення програми ці показники змінилися: 13% дітей мали несатисфакційний емоційний стан, 37% – задовільний, 40% – позитивний, і 10% – дуже позитивний.

Внаслідок психокорекційного впливу за допомогою казкотерапії в дітей старшого дошкільного віку відзначилися статистично достовірні зміни в показниках актуального емоційного стану. Спостерігалось зменшення змінних, таких як страх, вина і агресивність, тоді як радість, задоволення і інтерес стали більш вираженими.

Отже, результати дослідження підтверджують гіпотезу, що під впливом казкотерапії відбувається зниження рівня негативних емоційних станів у дітей старшого дошкільного віку.

Рекомендується психологам використовувати розроблену програму емоційно-вольового розвитку для дітей "Чарівна країна всередині нас" як ефективний метод психокорекційного впливу за допомогою казкотерапії для оптимізації актуального емоційного стану.

Також рекомендується вихователям враховувати індивідуально-психологічні особливості дітей для поліпшення навчально-виховного процесу, а співробітникам дитячих дошкільних закладів використовувати нові педагогічні технології, спрямовані на створення емоційного

благополуччя кожної дитини. Це включає гуманістичний стиль педагогічного спілкування, беззастережне прийняття дитини, слухання її з повагою, щире самовираження під час спілкування, тактовне ставлення до настрою дитини, рівноправне та терпляче ставлення до виявів негативних емоцій та почуттів.

Також рекомендується впровадження психологічного супроводу тривожних дітей для поліпшення їхньої адаптації, оскільки тривожність є ключовим фактором у конфронтації з основними потребами особистості. Попередження та виправлення причин емоційного дискомфорту на рівні дитячого садка, надання адекватної допомоги, позитивне сприйняття навіть невеличких успіхів дітей і сприяння позитивному ставленню до результатів їхньої діяльності також є важливими аспектами.

РОЗДІЛ 3

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗМЕНШЕННЯ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІСІ

Наукові дослідження свідчать, що серед дітей із частими захворюваннями дихальних шляхів (від 15% до 40%), спостерігається зростання загальної захворюваності. У розвитку дитини визначаються "критичні" періоди формування імунної системи, один із яких припадає на вік 6-7 років [3, 4]. Це обумовлено впливом як зовнішніх, так і внутрішніх факторів на організм дитини. Ускладнюючи ситуацію, варто зазначити, що характер інфекцій дихальних шляхів змінюється, і збільшується кількість осіб з підвищеною реактивністю бронхів.

Не менш важливою є тенденція до загострення хронічних захворювань, таких як тонзиліт, аденоїдит, синусит тощо, у дітей старшого віку (6-7 років) під впливом як зовнішніх, так і внутрішніх факторів [2, 3].

Відомо, що часті захворювання дихальної системи призводять до зниження її функціональних можливостей. Зокрема, порушення газодифузії в легенях, викликане розростанням сполучної тканини після запальних процесів, обмеження рухливості грудної клітки та поверхневого дихання можуть призвести до розвитку дихальної недостатності. Окрім того, гострі респіраторні вірусні інфекції обмежують фізичну активність, гальмують ріст і розвиток дітей [3].

Отже, розповсюдження даної патології та її ускладнень у дитячому віці визначає завдання, пов'язані не тільки із розробкою сучасних програм лікування, але й із впровадженням та проведенням реабілітаційних заходів на початкових етапах одужання та профілактики. На сьогоднішній день існує достатня кількість методічних підходів до комплексного застосування засобів рухової реабілітації серед конкретної категорії школярів, проте вони переважно адаптовані до умов лікувальних закладів, поліклінік чи санаторіїв. В цьому контексті виникає об'єктивна необхідність розробки програми реабілітації для поліпшення здоров'я дітей у віці 6-7 років в умовах освітніх закладів.

На сучасному етапі значно зросла кількість дітей, які часто хворіють на гострі респіраторні захворювання, пов'язані із віком. Протягом багатьох років у практиці фізичної реабілітації для часто хворіючих дітей використовувалися знання і цінний досвід вчених і фахівців, які працювали над пошуком, обґрунтуванням і вдосконаленням найбільш ефективних засобів і методів оздоровлення для цієї групи дітей. Великий обсяг даних був накопичений [4, 5].

У більшості літературних джерел надавалася перевага комплексному використанню реабілітаційних заходів, що включають типову схему оздоровлення дітей: лікувальну гімнастику (ЛГ), фізіотерапію, масаж і ароматерапію. Фахівці з рухової реабілітації підкреслюють необхідність організації реабілітаційного процесу, підбору відповідних фізичних вправ і методів раціонального профілактичного харчування. Однак головна проблема полягає в тому, що досі не визначено єдиної схеми та науково обґрунтованих підходів до реабілітації дітей, які часто хворіють у навчальних закладах. Шкільне середовище із систематично структурованим режимом праці та відпочинку повинне включати оздоровчо-профілактичні заходи, особливо для дітей першого року навчання [6, 7].

Аналізуючи отримані результати попередніх досліджень, було визначено, що основні напрямки фізичної реабілітації дітей, які часто

хворіють, мають загальний та універсальний характер. Для більш точного вибору методів та засобів рухової реабілітації та відновлення їх здоров'я можна умовно виділити три етапи: підготовчий, гострий і реконвалесценційний. Деякі джерела літератури вказують, що на підготовчому етапі (листопад – грудень, лютий – березень – квітень) доцільно використовувати такі методи лікування, як точковий самомасаж, дихальна гімнастика, загартовування і профілактичне харчування (рис. 3.1).

Здійснення точкового самомасажу рекомендується виконувати за класичними методами, а суджок-терапію за Уманською можна застосовувати у жартівливій та віршованій формі. Імуностимулюючий ефект супроводжується регулярним повторенням процедур самомасажу Сужок. Додатково рекомендується проводити точковий масаж за класичною методикою, використовуючи стимулюючий підхід протягом 20–30 секунд 2–3 рази на день [4, 10]. З метою підсилення ефекту точкового масажу, його поєднують із дихальною гімнастикою, спрямованою на збільшення об'єму легенів, поліпшення дихальної функції, а також стимуляцію окисно-відновних процесів. Багато авторів рекомендують використовувати вправи з подоланням опору, роботу з предметами, а також статичні та динамічні вправи під час фізкультхвилинок і фізкультпауз в умовах навчального процесу.

Сесії проводяться 3-4 рази на день, і тривалість кожної процедури залежить від виду лікувальної гімнастики (наприклад, при ранковій гігієнічній гімнастиці – 10-15 хвилин, а при фізкультурній – 1-2 хвилини) [7, 8]. У реабілітаційному комплексі для дітей на підготовчому етапі, крім дихальної гімнастики, також використовують процедури загартовування. У навчальних закладах це може включати миття рук та обличчя водою перед проведенням ранкової гігієнічної зарядки [8, 11].



Рис. 3.1 – Узагальнена блок-схема заходів фізичної реабілітації для оздоровлення дітей, які часто хворіють, в умовах навчальних закладів

Крім проведених заходів з реабілітації, спрямованих на профілактику захворюваності серед дітей, важливо враховувати також аспекти профілактичного харчування. Рекомендується споживати продукти, які містять вітаміни, зокрема вітамін "С", що підвищує імунітет та активізує захисні сили організму. Цей вітамін міститься в ряді продуктів, таких як бузина, апельсин, лимон, малина, грейпфрут, буряк, цибуля, спаржа, капуста.

У гострому періоді ключовим засобом реабілітації є дихальна гімнастика, включаючи вправи за методикою Стрельникової. Ці вправи можуть бути статичними або динамічними, з подоланням опору. Рекомендується виконувати їх з низькою інтенсивністю, з кількістю повторень 2-3 рази, при повільному або середньому темпі, з урахуванням протипоказань (наприклад, слабкість, підвищення температури вище субфібричної тощо).

Для підвищення імунітету рекомендується використовувати точковий самомасаж залежно від характеру захворювання, використовуючи заспокійливий або стимулюючий метод. Зазвичай використовується суджок-терапія, де при заспокійливому стані прикладають гречані, яблучні або виноградні кісточки до проекції легенів, періодично стискаючи зерна. Це стимулює кровообіг в легеневій системі, знімає набряк слизових оболонок та підсилює імунітет.

Однією з ключових умов оздоровлення у цього контингенту дітей є забезпечення збалансованого та раціонального харчування, яке включає комплекс вітамінів і мікроелементів, таких як вітаміни А, Е, С, а також макро- і мікроелементи, зокрема кальцій, фосфор, магній, залізо, цинк. Це сприяє покращенню обмінних процесів, кровообігу та лімфообігу, що підвищує опірність організму та загальний стан. Під час періоду реконвалесценції головною метою реабілітаційних заходів є запобігання рецидивам захворювань та проведення імунологічної профілактики. Точковий самомасаж в цей період спрямований на запобігання захворювань, стимуляцію імунної системи та відновлення організму після хвороби, і рекомендується виконувати кілька разів на день (2-3 рази) згідно з методикою стимулювання.

Ці заходи сприяють підвищенню імунітету організму, поліпшенню кровопостачання органів та тканин у точковій проекції та загальному зміцненню організму. Оскільки процес оздоровлення часто відбувається в умовах навчального закладу, на уроках та під час фізичної культури ефективно використовуються протоколи лікувально-профілактичних занять та перерв у фізкультурі. Здійснюються дихальні вправи за методикою Стрельникової, вправи із подоланням опору (надування кульки, видих через водопровід), статичні та динамічні вправи з предметами, а також різноманітні ігри, спрямовані на поліпшення самопочуття та психофізично-емоційний стан.

Після завершення лікування відбувається покращення газообміну в тканинах, що призводить до прискорення метаболізму, виведення залишкових явищ після хвороби та збільшення об'єму легенів і т. д. Застосування загартовування допомагає підвищити ефективність проведених процедур. У навчальному закладі перед ранковою гігієнічною гімнастикою можна використовувати обличчя холодною водою. Це лікування рекомендується проводити щодня вранці для стимуляції мозкової діяльності,

активізації центральної нервової системи, підсилення відновлювальних процесів організму та поліпшення кровопостачання органів і тканин.

Виконання санітарно-гігієнічних норм є ключовим елементом ефективної реабілітації дітей, які часто хворіють, в умовах навчального закладу. Особлива увага повинна бути приділена регулюванню провітрювання навчальних приміщень перед та після профілактичних заходів, а також дотриманню правил особистої гігієни дітьми.

У рамках соціального навчання, агресивність, розгляdana як форма поведінки, яка легко навчається та піддається впливу шляхом усунення умов, сприяючи її виникненню (за даними А. Бандури, А. Басса, Д. Зільмана та ін.), може бути подолана шляхом адекватних моделей протидії, заохочення чи покарання за неї. Е. Аронсон пропонує такі стратегії подолання агресії:

1. Зрозуміння того, що агресія є небажаною.
2. Визнання неефективності покарання, оскільки воно не зменшує рівень агресивності.
3. Прийняття альтернативних форм поведінки як способу привертання уваги.
4. Наявність неагресивних моделей поведінки.
5. Розвиток емпатії до інших людей.

Соціальна стратегія Д. Зільманна передбачає уникнення агресії через створення умов, при яких вона не є основним методом вирішення суспільно важливих проблем. Це включає "систему заходів, що забезпечує справедливий розподіл благ у суспільстві та усунення будь-якої переваги, отриманої під примусом".

Д. Зільманн також закликає до створення атмосфери в суспільстві, де конфлікти будуть замінені розумінням, співчуттям і терпінням. За словами А. Х. Бусса, відмовитися від агресії неможливо, поки вона виконує корисну і "зайняту" роль. Проте, покарання, як традиційний метод стримування агресії, виконує профілактичну функцію, а його вплив і правові заходи впливають на

свідомість та сприяють уважному відношенню особи до наслідків агресивних дій.

Результати експериментального дослідження Р. Берона свідчать про те, що усвідомлення покарання суттєво підвищує відповідальність особистості та обмежує прояви агресивності, включаючи групові форми. Однак вплив покарання на агресивну поведінку залишається неоднозначним відповідно до теорії соціального навчання А. Бандури.

Також вчені вивчали інші системи контролю агресії, що призвели до популярності когнітивних та фізіологічних стратегій на початку 1980-х років. Згідно з когнітивними методиками, зміни у сприйнятті мотивів поведінки агресора, викликані конкретними обставинами, можуть впливати на коригування агресії.

Сильне збудження може призвести до імпульсивної агресивної поведінки через вплив на свідомість та здатність до пізнавальної діяльності. У стані помірного збудження не відбувається розпаду когнітивних процесів, і вони можуть пом'якшувати агресивні реакції.

Згідно з когнітивними моделями Д. Зільманна та Л. Берковіці, агресію можна контролювати через адекватну інтерпретацію ситуацій. Однак вони визнають, що агресивна поведінка може бути імпульсивною та неконтрольованою. У стані сильного збудження здатність до агресивної реакції "спрацьовує". Це може служити основою для контролю та коригування агресивної поведінки дітей, тренуючи конструктивні методи реагування або неагресивні навички під час провокацій.

Багато стратегій стримування розроблені, враховуючи принципи функціонування поведінки, включаючи вплив внутрішніх імпульсів. Наприклад, техніка "несумісних відповідей" базується на нездатності організму відчувати два протилежні емоційні стани одночасно. Специфічні подразники або умови, які спричиняють реакції, несумісні з гнівом і агресією (емпатія, гумор тощо), можуть ефективно запобігти спонтанній агресії.

Експериментальні дані також підтверджують, що люди з вищою здатністю до емпатії рідше виявляють агресивні дії.

Дослідження Р. Берона [21] вказують, що у випадках, коли агресор відчуває співчуття до своєї жертви, його агресія припиняється. Сильніші сигнали співчуття сприяють меншій ймовірності подальшої агресії зловмисника. Тільки у випадках, коли агресор став сам жертвою через свою нинішню жертву, емпатія не впливає стримуюче. Більше того, страждання жертви може навіть підсилити ворожість [21]. Н. Фешбах запропонував метод стимулювання емпатії для подолання агресивної поведінки, що полягає в тому, щоб навчати учнів переглядати події з точки зору інших людей та розпізнавати емоції, втілюючи різноманітні ситуації. Ці "уроки емпатії" призвели до зниження рівня агресії. Також, гумор і сміх, викликані цим методом, можуть стати реакцією, несумісною з агресією.

Дослідження К. Мюллера та Е. Доннерстайна вказують на те, що дружлюбний сміх або жарт, спільно з емпатією, представляють собою реакції, несумісні з гнівом та агресією. У своїх експериментах вони показали агресивній групі смішні ігри та комікси, а іншій - нейтральні зображення, такі як пейзажі і т.д. Як результат, представники першої групи проявили меншу електричну активність порівняно з представниками другої групи. До реакцій, що викликають агресію, відноситься також стимуляція, така як гладіння, лоскотання і т.д. Наприклад, взаємодія матері з дитиною через дотик і часте гладіння сприяє формуванню альтернативних агресивним моделям поведінки [21].

Незаперечно, стратегія "суперечливих відповідей" може бути неефективною на глобальному рівні, але на дошкільному віці вона значно впливає на профілактику та корекцію агресивної поведінки. Зазначено, що зміна поведінки за допомогою заохочення, покарання, подання неагресивних зразків, розширення репертуару поведінки та розвиток сприйняття є основними методами управління та корекції агресивної поведінки в рамках біхевіоризму.

Підсумовуючи наведені вище дані, можна виділити два основних методи попередження та корекції корекційно-агресивної поведінки в психології: катарсис і формування нових поведінкових реакцій. Метою такої діяльності є створення соціально прийнятних способів вираження агресії. В психоаналізі центральним елементом є соціально прийнятні способи реагування на агресію, в біхевіоризмі - формування соціально прийнятної поведінки. Гуманістична психологія, визнаючи відносну свободу і незалежність особистості, не відкидає імпульсивно-інстинктивну сферу, проте обмежує її роль, розглядаючи її як область, що забезпечує, але не контролює. Згідно з цією школою, свобода полягає у здатності вільно контролювати свої пориви та розкривати свій потенціал, самореалізації, ідентифікації з собою. А. Маслоу вводить ідею самотрансцендентності, яка пояснює можливість припинення агресії через здатність людини спрямовувати себе на щось інше, крім себе. Е. Фромм вказує на те, що основа самореалізації полягає у здатності до любові; крім того, любов повинна бути спрямована як на інших, так і на самого себе. Ідея самоперевищення відкидає агресію як завдання шкоди іншому, оскільки це неодмінно призводить до самознищення. Отже, основним методом корекції та запобігання агресії є формування позитивної зовнішньої орієнтації та заміна системи агресивних установок прийняттям оточуючих.

А. О. Реан підкреслює важливість розвитку системи етичних цінностей і наголошує на формулюванні концепції емпатійного розуміння та самотрансцендентності людського існування. Отже, гуманістична психологія вважає, що профілактика та корекція повинні спрямовуватися на розвиток неагресивної самосвідомості через адекватне задоволення вищих потреб.

Цей вплив зосереджується на мотиваційно-потребницькій сфері, де внутрішні причини агресії закладені у людині. Конкретні педагогічні та корекційні методи не пропонуються для протидії агресії та зміни мотиваційної сфери. Представники гештальт-підходу вважають, що агресивні

реакції можуть виникнути через проекцію (агресія, викликана примусом), інтродекцію («навчена» агресія) або ретрорефлексію (самоагресія).

Гештальт-психологія визначає агресію як порушення процесу саморегуляції, коли потреба не може бути задоволена, і існує загроза того, що відповідний гештальт залишиться незавершеним. Проте організм прагне відновити баланс, тому емоція, пов'язана з неможливістю задовольнити потребу, повинна бути виражена, щоб людина могла задовольняти інші потреби.

В. Оклендер визначає чотири етапи роботи з невираженими емоціями дитини, використовуючи гнів як приклад.

1. Етап: Проведення бесіди з дитиною на тему гніву, розгляд сутності цієї емоції та спроба в'яснити, як вона проявляється і що може викликати цей емоційний стан.
2. Етап: Ознайомлення дитини з прийнятними способами виявлення придушеного гніву. Дитина повинна розуміти, звідки береться гнів, приймати свої агресивні почуття та обирати безшкідливий спосіб їх виявлення.
3. Етап: Допомога дитині досягти реального сприйняття почуття гніву, стимулювання її виражати гнів ненасильницькими методами, такими як биття подушок, розрізання газет, бігання по будинку чи малювання відповідних образів. Обговорення фізичних відчуттів гніву та його впливу на організм допомагає розуміти зв'язок між невираженою емоцією та здоров'ям.
4. Етап: Надання можливості дитині вступити в прямий мовний контакт із своїм почуттям гніву, розширюючи досвід прямого вербального виявлення агресивних почуттів. Дозволяється висловити все, що хочеться сказати образителью, або виразити свої бажання в символічній формі за допомогою предметів, таких як поролонова паличка, гумовий ніж, іграшкова зброя.

Підсумовуючи різноманітні підходи, можна визначити, що заходи з профілактики та подолання агресії у дітей повинні бути орієнтовані на таке:

- Установлення оптимальних та гармонійних взаємин дитини з оточуючими - як сверстниками, так і дорослими.
- Розвиток навичок самоконтролю та формування моральних уявлень у дитини.

Важливо, щоб дошкільник отримував відповідні методи виявлення та задоволення своїх потреб. Психологічна підтримка має націлюватися не лише на подолання агресивних проявів, але й на створення та закріплення нових, стійких форм поведінки [11]. Це передбачає організацію профілактичної та корекційної діяльності за такими взаємопов'язаними напрямками:

Надання педагогічної освіти для дорослих - інформування педагогів і батьків про причини та механізми виникнення агресії в дитинстві, вплив агресії на розвиток особистості, труднощі, які виникають у дошкільників з різними формами агресивності; навчання дорослих конструктивній взаємодії з такими дітьми.

Робота з самими дітьми, спрямована на розвиток нових, альтернативних форм виявлення агресії, а також відповідних форм поведінки та мотивацій. Роботу слід проводити з урахуванням структури порушень та індивідуальних "зон чутливості", які є характерними для осіб із різними типами агресивності.

У вітчизняній психології також вироблені методи подолання агресивних схильностей особистості. Наприклад, В.М. Бехтерев вважав, що позитивне підкріплення є основним елементом корекції неприйнятної поведінки, де винагородження за бажану поведінку підсилюється, а небажана зменшується. Він підкреслював, що кожне підкріплення може закріпити конкретну відповідь, і відмовитися від небажаної поведінки можливо, лише створивши потужнішу альтернативу, яка поглине відповідну енергію.

Отже, вперше вітчизняна психологія враховує роль сублімації та вивільнення енергії у соціально прийнятних напрямках, що активно розвивається в психоаналізі. Однак у вітчизняній психології агресивну

поведінку переважно розглядали з точки зору діяльнісного підходу. Основоположником корекції небажаної поведінки вважався О.М. Леонт'єв, який вважав, що на вплив на розвиток особистості можна впливати позитивно, спрямовуючи відповідні дії. Таким чином, основним методом запобігання та корекції агресивної поведінки є задоволення актуальних потреб дитини через провідну діяльність і систему значущих стосунків. Зокрема, Л.М. Семенюк, вивчаючи агресивну поведінку підлітків, дійшла висновку, що включення їх у суспільно корисну діяльність допомагає подолати агресію. Ця діяльність активізує вікові потреби в самовираженні та самореалізації, тому профілактика агресивної поведінки має здійснюватися через провідну, значущу для людини діяльність, наприклад, гру в дошкільному віці.

ВИСНОВКИ

Розвиток емоційної сфери відкриває людині можливість отримати особистий досвід в сприйнятті соціального та об'єктивного оточення. З цієї причини, важливо, щоб педагоги та батьки постійно звертали увагу на розвиток емоційної сфери у дітей, особливо в соціальному середовищі та природному оточенні під час різних видів організованої діяльності. Для успішного розвитку емоційної сфери дітей у дошкільних закладах важливо готувати майбутніх вихователів до дій, пов'язаних із емоційним розвитком дітей дошкільного віку, забезпечуючи ефективні психолого-педагогічні умови.

Аналіз теоретичних понять "емоційний розвиток" та "емоційний інтелект" у контексті дітей дошкільного віку вказує на те, що останнє в значній мірі залежить не лише від емоційного розвитку особистості, але є ключовим у формуванні емоційного інтелекту. Дослідження підтверджують ефективність методів, таких як мотивація співпереживання, емоційний вплив, розширення словникового запасу та ігрові методи. Серед застосовуваних прийомів – створення емоційно насиченого фону, емоційний масаж, формули емоційної стійкості та інші.

Обрані методи та прийоми не є універсальним рішенням, але привертають увагу вчителів та батьків, які акцентують увагу на емоційному розвитку дітей та формуванні основ емоційного інтелекту. Важливо враховувати, що ці методи вимагають педагогічної підтримки у сфері діагностики. З урахуванням вищезазначеного, глибоке дослідження потребує розробки ефективної діагностики емоційного розвитку та емоційного інтелекту дітей дошкільного віку, зокрема з визначенням суттєвих відмінностей у критеріях, діагностичних показниках та інших аспектах. Це може стати напрямком для подальших досліджень у вирішенні проблем емоційного розвитку та емоційного інтелекту дітей дошкільного віку.

Теоретичний аналіз проблеми становить основу для визначення теоретико-методологічних підходів до дослідження емоційної сфери особистості. Ці підходи охоплюють регуляторний, структурний, психофізіологічний, автономний, соціокультурний та системний аспекти.

У межах регуляторного підходу вивчається взаємодія нормативних актів в емоційній сфері особистості. Емоційна сфера розглядається як засіб саморегуляції та контролю поведінки, а також регулювання емоцій та інших аспектів, таких як мотивація, рефлексія, інтелект, цінності тощо.

Структурний підхід аналізує емоційну сферу та процес емоційної реакції як складну структуру з різними компонентами, які є неодмінною частиною функціонування емоцій.

Психофізіологічний підхід визначає емоційну реакцію як порушення та відновлення психічної рівноваги, охоплюючи різні системи організму та особистісну сферу людини.

Автономний підхід спрямований на розгляд емоційного розвитку як унікального психічного явища, що визначає інші аспекти людського функціонування, розглядаючи емоції як енергетичну основу індивідуальної психіки.

Соціокультурний підхід розглядає емоційну сферу через процес її трансформації при взаємодії особистості з суспільством та культурою референтної групи.

Системний підхід базується на вивченні компонентів та взаємозв'язків емоційної сфери, включаючи внутрішню систему та її взаємодію з іншими системами, що відкриває перспективи для подальших досліджень емоційної сфери як складної психічної системи.

Ця система має структурно-функціональну організацію, включаючи ієрархічні рівні емоційної реакції: структурний, функціональний, часовий та організаційний. На структурному рівні присутній триада психофізіологічних, психічних та експресивних компонентів.

Функціональний рівень можна розглядати як вираження цілісності особистості, враховуючи такі характеристики, як глибина, модальність, стабільність, досвід та емоційна реактивність.

Часовий аспект системи включає три основні типи емоційної реакції з різною тривалістю переживань: емоційна реакція, емоційний стан та емоційне ставлення. На організаційному рівні емоційної сфери виявляються два типи емоційного реагування – вітальні емоції та емоційні комплекси. Життєві емоції пов'язані з реагуванням на індивідуальні потреби, тоді як емоційні комплекси виникають внаслідок тісних зв'язків емоційної сфери з іншими аспектами особистості.

Взаємодія функціонування пізнавальної та емоційної сфер породжує інтелектуальні та емоційні комплекси, які поділяються на прості та складні. Вступ особистості в соціальні відносини призводить до формування соціально-емоційних комплексів, які також розрізняються на прості та складні.

Отже, результати аналітичних досліджень свідчать, що емоційна сфера особистості залишається однією з актуальних та невирішених теоретико-методологічних проблем у психологічних науках. Різноманітні наукові концепції, пов'язані з емоційною сферою, були узагальнені та класифіковані

за допомогою концептуальних підходів, таких як регуляторний, структурний, психофізіологічний, автономний, соціокультурний та системний.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Атемасова, О. А. (упоряд.). (2010). Агресивна дитина: як їй допомогти. Х.: Вид-во «Ранок».
2. Байєр О. М. Розвиток саморегуляції старших дошкільників у взаємодії з однолітками і дорослими : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 – «Педагогічна та вікова психологія» / О. М. Байєр. – К., 2008. – 21 с.
3. Белей М. Д. Основи діагностичної психології / М. Д. Белей, Л. Д. Тодорів. – Івано-Франківськ : Тіповіт, 2008. – 296 с.
4. Білоусова, Н. М. (2013). Особливості психокорекції дитячої агресивності засобами арт-терапії. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету, (114), 3-6.
5. Бовть О. Б. Агресивні реакції та шляхи їх корекції в молодших школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.07.00 «Педагогічна та вікова психологія» / О. Б. Бовть. – К., 2001. – 18 с.
6. Бовть, О. Б. (1997). Причини агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку. Педагогіка і психологія, (1), 94 – 100.
7. Боришевський М. Й. Духовні цінності як детермінанта розвитку й саморозвитку особистості / М. Й. Боришевський // Педагогіка і психологія. – 2008. – №2. – С. 49–57. 1
8. Бурлачук Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Бурлачук Л. Ф. – 3-е изд. – СПб. : Питер, 2008. – 688 с.
9. Васильєва О. Жорстоке поводження з дітьми. Профілактика та уникнення / О. Васильєва // Психолог. – 2010. – №35–36. – С. 8–11.
10. Вільчковський, Е. С., Курок, О. І. (2008). Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Суми: ВТД «Університетська книга» (Vilchkovskush, E. S., Kurok, O. I. (2008). Theory and method of physical education of children of preschool age. Sumy: VTD “University Book”).

11. Гаримович Е. Корекційна робота з агресивними дітьми / Е. Гаримович // Дефектолог. – 2008. – №11 (лист.). – С. 55–57.
12. Горбенко, М. (2008). Психолого-педагогічне виховання дітей молодшого шкільного віку. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (2), 54 – 57.
13. Бреслав, Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения. М. : Педагогика, 1990. 140 с.
14. Григоренко О. Використання проєктивних методик у роботі з дітьми / О. Григоренко // Психолог. – 2010. – №18–19. – С. 38–45.
15. Дитина: освітня програма для дітей від 2 до 7 років (2016). К.: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка (Child: Educational program for children from 2 to 7 years old (2016). К.: Kyiv. Un-ty named after V. Hrinchenko).
16. Дозорець Л. Корекція агресивності у дошкільників / Л. Дозорець // Психолог-вкладка. – 2006. – №9 (березень).
17. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / Автори-упорядники : Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. – Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 184 с.
18. Дроздов О. Ю. Проблеми агресивної поведінки особистості : [навч. Посібник] / О. Ю. Дроздов, М. А. Скок. – Чернігів, 2000. – 156 с.
19. Дронова О. С. Теоретико-прикладні засади профілактики та корекції агресивної поведінки неповнолітніх / О. С. Дронова // Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – №7. – С. 57–60.
20. Емоційний розвиток дитини (Збірник психол. тестів, програми тренінгу емоційної зрілості, тренув. вправи для дітей дошк., мол. шкіл. та підл. віку / упоряд. С. Максименко та ін.). – К. : СПДФО О.П. Главняк : Мікрос. – СВС, 2004. – 111 с.
21. Трухин И. А. Эмоциональность как причина заблуждений // Практична психологія та соціальна робота. 2008. №11. С.65-71.

22. Овчаренко Е.Р. Педагогические условия развития эмпатии у детей дошкольного и младшего школьного возраста : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Волгоград. 2003. 196 с.
23. Євтушенко І. В. Страх та агресія як деструктивні прояви психіки / І. В. Євтушенко, А. Є. Мелоян, К. А. Бабенко // Психологія. Збірник наукових праць. – К. : НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2003. – Вип. 21. – С. 15–23.
24. Жабокрицький С. В. Науково-методичні підходи до профілактики агресивних дій психічно хворих / С. В. Жабокрицький // Архів психіатрії. – 1997. – Вип. 12–13. – С. 238–241.
25. Закон України «Про дошкільну освіту». Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2628-14> (Law of Ukraine “On Preschool Education”. Retrieved from: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2628-14>).
26. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Режим доступу: <https://zakon.help/law/3808-XII/> (Law of Ukraine “On Physical Culture and Sport”. Retrieved from: <https://zakon.help/law/3808-XII/>)
27. Запухляк О. З. Особливості агресії акцентуєваних підлітків / О. З. Запухляк // Проблеми загальної і педагогічної психології : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2004. – Т. 5, вип. 1. – С. 152–157.
28. Іванова В. В. Причини та форми агресивної поведінки підлітків // Практична психологія і соціальна робота. – 2000. – №5. – С. 14–16.
29. Ікуніна, З. (2013). Шляхи профілактики та корекції агресивної поведінки дітей старшого дошкільного віку. Актуальні проблеми психології, (9), 81 – 90.
30. Кирпиченков, А. А. (2011). Компонентный состав здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении. Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта, 1 (71), 51-54
31. Кісарчук, З. Г., Омельченко, Я. М. & Біла, І. М. (2015). Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки. З. Г. Кісарчук (ред). Київ.

- 32.Климчук В. О. Кластерний аналіз : використання у психологічних дослідженнях / В. О. Климчук // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – №34. – С. 30–36.
- 33.Кльоц Л. Профілактика агресивної та жорстокої поведінки серед неповнолітніх і молоді / Л. Кльоц, Н. Носок, Т. Шугай // Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – №6. – С. 19–25.
- 34.Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника (системний підхід) / Кононко О. Л. – К. : Стилос, 2000. – 336 с.
- 35.Кравчук С. Л. Особливості психологічних детермінант агресивних проявів особистості : автореферат дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / С. Л. Кравчук. – К., 2002. – 21 с.
- 36.Ларіна Т. О. Соціально-психологічні передумови аутоагресивної поведінки молоді : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.05 – «Соціальна психологія» / Т. О. Ларіна. – К., 2004. – 18 с.
- 37.Лісневська, Н. В. (2011). Роль вихователя у формуванні, збереженні та зміцненні здоров'я дітей дошкільного віку. Гуманізація навчально-виховного процесу. Випуск LVIII. Частина II, 174-181.
- 38.Лях, В. І., Мейксон, М., Копилов, Ю. А. (1999). Оцінка успішності з фізичної культури. Фізична культура у школі, 1, 8
- 39.Лящ О. П. Роль сім'ї у становленні деструктивних агресивних проявів учнів / О. П. Лящ // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2004. – №6. – С. 194–200
- 40.Лящук Л. Програма курсу корекційних занять зі зниження агресії у дітей / Л. Лящук // Психолог. – 2008. – №30 / 32 (серпень).
- 41.Мазелурі Т. Агресивні тенденції в дитячій поведінці / Т. Мазелурі // Початкова освіта. – 2005. – №47 (грудень). – С. 14–16.
- 42.Мазоха І. С. Індивідуально-психологічні особливості агресивності особистості : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня. канд. психол. наук :

- 19.00.01 – «Загальна психологія. Психологія особистості» / І. С. Мазоха – Одеса, 2008. – 20 с.
- 43.Малютко. Програма виховання дітей дошкільного віку. Режим доступу: <http://doshkolenok.kiev.ua/zakon/519-maljutko.html>
- 44.Медико-демографічна ситуація та організація медичної допомоги населенню у 2010 році: підсумки діяльності системи охорони здоров'я та реалізація Програми економічних реформ на 2010–2014 роки «Заможне суспільство, конкурентоспроможна економіка, ефективна держава».– Київ : МОЗ України, 2011.– 104 с.
- 45.Мединська Ю. Агресивна дитина : зрозуміти, щоб допомогти / Ю. Мединська // Психологія і суспільство. – 2002. – №1. – С. 10–17.
- 46.Мелоян А. Є. Аналіз феномена агресії в психологічних дослідженнях / А. Є. Мелоян // Вісник ХДПУ ім. С.Сковороди. Вип. 7. – Х., 2001. – С. 126–130.
- 47.Мелоян А. Є. Проблема агресії у контексті українського психоаналізу / А. Є. Мелоян // Психологія. Збірник наукових праць. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова. – Вип. 22. – 2003. – С. 17–22.
- 48.Мізерна О. О. Психологічні особливості прояву агресії у дітей підліткового віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спеціальність 19.00.07 – «Педагогічна і вікова психологія» / О. О. Мізерна. – К., 2005. – 20 с.
- 49.Москвяк Н.В. Внутрішньошкільні фактори ризику формування адаптації / Н.В. Москвяк, В.І. Федоренко // Гігієна населених місць : зб. наук. пр.– Київ, 2010.– Вип. 55.– С. 353–356.
- 50.Наконечна, О. В. (2015). Соціально-педагогічна профілактика агресивності дітей старшого дошкільного віку. Молодий вчений, (10), 144-147.
- 51.Основи практичної психології / [В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.] : підручник. – [3-тє вид., стереотип]. – К. : Либідь, 2006. – 536 с.

52. Охрімчук Р. Багатолика агресія : [Про агресивність в шкільному середовищі] / Р. Охрімчук // Початкова школа. – 2003. – №6. – С. 4–7.
53. Охрімчук Р. Багатолика агресія : [Про агресивність в шкільному середовищі] / Р. Охрімчук // Початкова школа. – 2003. – №7. – С. 7–10.
54. Павелків В. Р. Проблеми агресії в зарубіжній літературі / В. Р. Павелків // Актуальні проблеми психології. Т. 1 : Організаційна психологія. Соціальна психологія : зб. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки. – К. : Міленіум, 2004. – Вип. 12. – С. 115–118.
55. Павелків Р. В. Розвиток моральної свідомості та самосвідомості у дитячому віці / Павелків Р. В. – Рівне, 2004. – 248 с.
56. Психологічна діагностика та психопрофілактика психічного здоров'я педагога : тренінг-курс / за ред. Н. В. Назарук. – Івано-Франківськ : ОШПО, 2006. – 104 с.
57. Пугач Л. Зрозуміти і підтримати. Програма занять психологічної підтримки дітей, схильних до агресії / Л. Пугач // Психолог. – 2010. – №6. – С. 22–26.
58. Рептух Н. О. Корекція та профілактика становища дитини в сім'ї як спосіб зниження її агресивності / Н. О. Рептух // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – №8. – С. 37–46.
59. Романкова Л. М. Оптимізація конфліктної взаємодії в педагогічному колективі : [методичні рекомендації] / Л. М. Романкова / за ред. З. С. Карпенко. – Івано-Франківськ, 2004. – 68 с
60. Савельєва Н. Методики ведення тренінгу. Курс для практичних психологів та соціальних педагогів / Н. Савельєва // Психолог. – 2010. – №34. – С. 21–25.
61. Сопрун І. П. Прояв агресивності в дітей, що виховуються в різних соціальних умовах / І. П. Сопрун // Наука і освіта. – 2003. – №5/6. – С. 51–53.

62. Фотуйма О. Я. Саморегуляція ситуативної агресивності у навчально-тренувальній та змагальній діяльності спортсмена : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія / О. Я. Фотуйма ; Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. – Івано-Франківськ, 2004. – 19 с.
63. Фурман А. В. Як запобігти жорстокості / А. В. Фурман // Радянська школа. – 1991. – №3. – С. 22–28.
64. Хомік В. С. Агресія у різних юнацьких і дитячих кагортах : дослідження в українській психології / В. С. Хомік // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – №7. – С. 1–5.
65. Цап Н. М. Агресивність дитини : за і проти / Н. М. Цап // Практична психологія і соціальна робота. – 1999. – №6–7. – С. 12–13; 22–24.
66. Цьось А. В. Українські народні ігри та забави : навч. посібник / А. В. Цьось. – Луцьк : ВОРВП «Надстир'я», 1994. – 96 с.
67. Шебанова В. І. Діагностика та корекція агресивної поведінки молодших школярів з порушенням психічного розвитку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.04 – «Медична психологія» / В. І. Шебанова. – К., 2002. – 18 с.
68. Шебанова В. І. Експрес-діагностика агресивного типу реагування молодших школярів у ситуації фрустрації / В. І. Шебанова // Практична психологія та соціальна робота. – 2002. – №3. – С. 4–7.
69. Яковлева, О. В. (2015). Причини агресивної поведінки молодших школярів. Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка, (1), 296-302.
70. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції : Активне соціально-психологічне навчання : [навч. посіб.] / Т. С. Яценко. – К. : Вища школа, 2004. – 679 с.
71. Adler A. The course of human life as a psychological problem / A. Adler // Human Development. – 1968. – No 3. – P. 542–546.
72. Maria Francesca Patria Recurrent Lower Respiratory Tract Infections in Children: A Practical Approach to Diagnosis / Maria Francesca Patria, Susanna

Esposito // *Pediatrics Respiratory Reviews.*– 2013.– Vol. 14, Is. 1.– P. 123 – 129.

73. The approach to children with recurrent infection / A. Aghamohammadi, H. Abolhassani, P. Mohammadinejad, N. Rezaei // *Iran J. Allergy Asthma Immunol.*– 2012.– Vol. 11 (2).– P. 89–109.

ДОДАТКИ

Додаток А

Первинні статистики до впливу

	Дійсний Н	середня	мінімум	Максимум	стандартне відхилення	асиметрія	ексцес
індекс тривожності	40	57,46667	24,00000	88,00000	13,14307	-0,16658	0,77890
Я коли був маленьким	40	4,70000	3,00000	5,00000	0,53498	-1,62149	1,95045
Я зараз	40	4,90000	4,00000	5,00000	0,30513	-2,80912	6,30805
Я, коли виросту великий	40	5,00000	5,00000	5,00000	0,00000		
1	40	2,83333	0,00000	7,00000	2,37927	0,50808	-0,64080
2	40	3,30000	1,00000	7,00000	1,87819	0,66983	-0,06013
3	40	4,23333	0,00000	7,00000	2,29968	-0,61589	-0,87111
4	40	3,76667	0,00000	7,00000	2,63509	-0,34662	-1,53115
5	40	3,63333	1,00000	7,00000	1,93842	0,19449	-1,07554
6	40	3,36667	0,00000	7,00000	2,29667	-0,13645	-1,37558
7	40	3,13333	0,00000	7,00000	2,44573	0,22866	-1,27536
8	40	3,73333	0,00000	7,00000	2,37709	-0,08895	-1,47011
актуальний емоційний стан	40	2,53333	2,00000	5,00000	0,73030	1,58431	3,15656
радість	40	5,20000	1,00000	8,00000	2,72156	-0,62153	-1,21897
задоволення	40	5,60000	2,00000	8,00000	2,28337	-0,36198	-1,1410

							1
страх	40	4,93333	3,00000	8,00000	1,76036	0,75843	- 0,4860 6
вина	40	6,63333	3,00000	8,00000	1,67091	-1,17573	0,2837 4
образа	40	4,80000	4,00000	7,00000	0,99655	0,65404	- 1,2273 8
смуток	40	4,73333	3,00000	7,00000	1,33735	0,61882	- 0,5995 1
агресія	40	5,70000	1,00000	8,00000	2,27657	-0,84207	- 0,3227 5
інтерес	40	5,03333	2,00000	7,00000	1,80962	-0,27742	- 1,4215 9

Первинні статистики після дії

	Дійсний N	середня	мінімум	Максимум	стандартне відхилення	асиметрія	ексцес
індекс тривожності	40	40,66667	18,00000	57,00000	15,20738	-0,16355	- 1,82833
Я коли був маленьким	40	4,66667	3,00000	5,00000	0,54667	-1,40712	1,20118
Я зараз	40	4,90000	4,00000	5,00000	0,30513	-2,80912	6,30805
Я, коли виросту великий	40	5,00000	5,00000	5,00000	0,00000		
1	40	3,33333	0,00000	6,00000	1,95348	-0,08811	- 1,19470
2	40	3,23333	0,00000	7,00000	1,97717	0,19724	- 0,13023
3	40	3,40000	0,00000	6,00000	1,73404	-0,28740	- 0,80186
4	40	3,60000	0,00000	6,00000	1,81184	-0,43382	- 0,86494
5	40	3,53333	0,00000	7,00000	2,55604	0,12456	- 1,55633
6	40	3,50000	0,00000	7,00000	2,43183	-0,27745	- 1,35312
7	40	2,96667	0,00000	7,00000	2,88257	0,41508	- 1,56830
8	40	4,06667	0,00000	7,00000	2,67728	-0,16862	- 1,76379
актуальний емоційний стан	40	3,46667	2,00000	5,00000	0,86037	-0,06394	- 0,50505
радість	40	6,93333	6,00000	8,00000	0,90719	0,13768	- 1,82764
задоволення	40	6,80000	5,00000	8,00000	1,09545	-0,08094	- 1,53165
страх	40	3,06667	1,00000	6,00000	1,46059	0,30375	- 0,15413
вина	40	5,33333	1,00000	8,00000	2,18669	-0,54337	- 0,50570
образа	40	4,53333	2,00000	8,00000	2,28539	0,32531	- 1,30517
смуток	40	4,66667	2,00000	8,00000	2,15492	0,28716	- 1,48118
агресія	40	4,90000	3,00000	7,00000	1,15520	-0,08053	- 0,78070
інтерес	40	6,23333	4,00000	8,00000	1,77499	-0,41845	- 1,73824

Додаток Б

Порівняльний аналіз за критерієм Вілкоксона для залежних вибірок

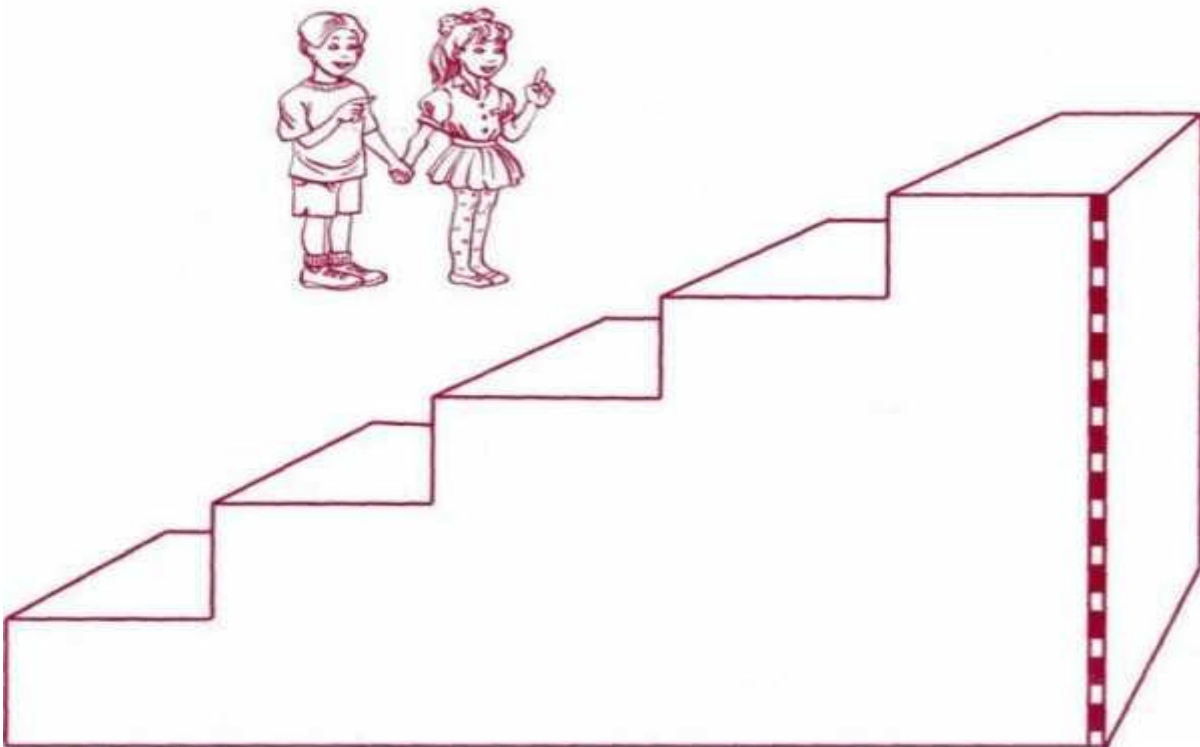
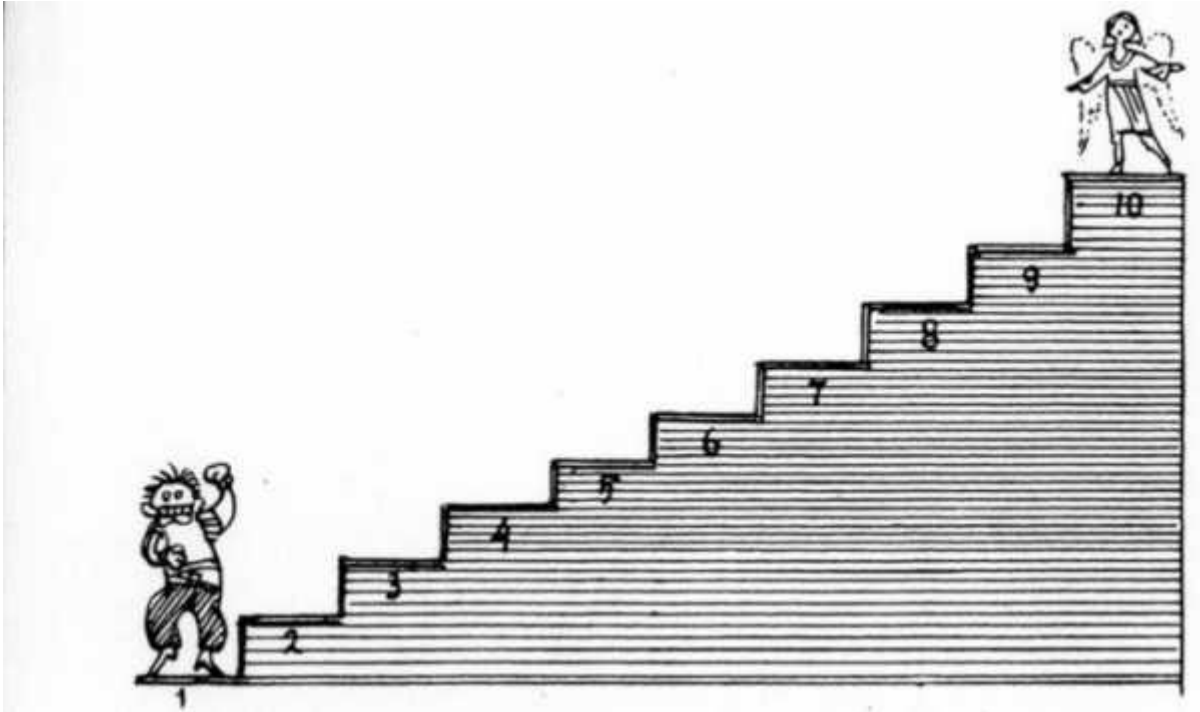
Статистика критерію(d)												
	індекс тривожності	Я коли був маленьким	Я зараз	Я, коли виросту великий	1	2	3	4	5	6	7	8
З	- 4,02579	- 0,20625	0	0	- 1,08893	- 0,05741	- 1,51163	- 0,22979	- 0,27427	- 0,21717	- 0,11478	- 0,51029
Асимпт. знч. (двостороння)	5,68E-05	0,836596	1	1	0,276184	0,954215	0,130628	0,818252	0,783875	0,828073	0,908621	0,609849
	актуальний емоційний стан	радість	задоволення	страх	вина	образ	смуток	агресія	інтерес			
З	- 3,51985	- 2,36642	- 2,27436	- 3,62801	- 2,48773	- 0,57584	- 0,02892	- 1,86218	- 2,25571			
Асимпт. знч. (двостороння)	0,000432	0,017961	0,022944	0,000286	0,012856	0,564723	0,976932	0,062578	0,024089			

Додаток В

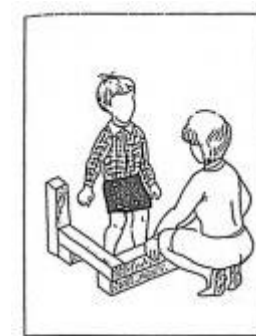
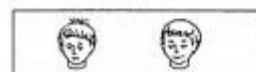
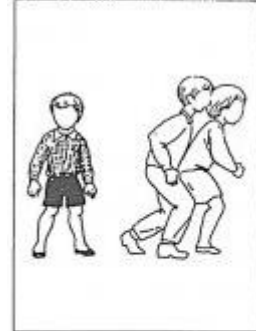
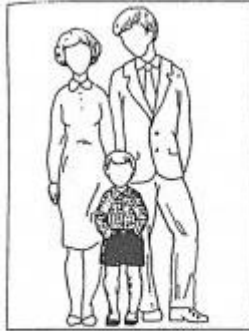
Порівняльний аналіз за критерієм Манну-Уїтні

	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну- Вітні	З	р- рівень
індекс тривожності	1158,00	672,00	207,00	3,67	0,00
	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну- Вітні	З	р- рівень
Я коли був маленьким	929,50	900,50	435,50	0,27	0,78
Я зараз	915,00	915,00	450,00	0,00	1,00
Я, коли виросту великий	915,00	915,00	450,00		
	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну- Вітні	З	р- рівень
1	846,00	984,00	381,00	-1,03	0,30
2	918,00	912,00	447,00	0,05	0,96
3	1039,00	791,00	326,00	1,85	0,06
4	967,50	862,50	397,50	0,79	0,43
5	935,50	894,50	429,50	0,31	0,76
6	899,00	931,00	434,00	-0,24	0,81
7	938,00	892,00	427,00	0,35	0,73
8	869,00	961,00	404,00	-0,69	0,49
	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну- Вітні	З	р- рівень
актуальний емоційний стан	653,00	1177,00	188,00	-4,09	0,00
	Сума рангів	Середній ранг	У-Манну- Вітні	З	р- рівень
радість	763,50	1066,50	298,50	-2,38	0,02
задоволення	771,00	1059,00	306,00	-2,23	0,03
страх	1173,00	657,00	192,00	3,90	0,00
вина	1079,00	751,00	286,00	2,49	0,01
образа	970,00	860,00	395,00	0,85	0,39
смуток	959,00	871,00	406,00	0,67	0,50
агресія	1066,50	763,50	298,50	2,28	0,02
інтерес	724,50	1105,50	259,50	-2,91	0,00

Методика «Лісенка»

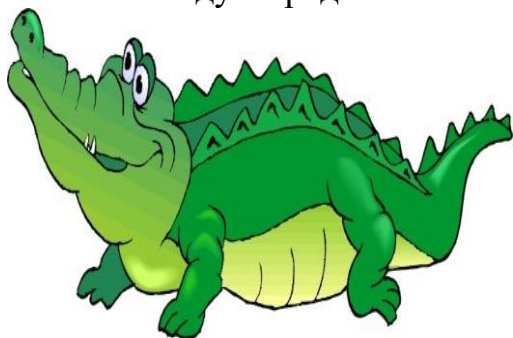


Тест «Тривожність» (Р. Темл, М. Доркі, В. Амен)



ЗАНЯТТЯ. ЧИМ Я МОЖУ ПОДІЛИТИСЯ

Мета: корегування агресивної поведінки, створення сприятливої атмосфери
Вітання «Я дуже рада тебе бачити»



Вправа «Чим ти можеш поділитися?»

Психолог запитує чим дитина може поділитися в дитячому садку? (солодощами, іграшками, замальовками, посмішкою, добротою тощо).

3. Читання казки «КРОКОДИЛ, ЯКИЙ ГІРКО ПЛАКАВ» (Юрій Ярмиш)

І то це хлюпочеться у воді, аж луна ген за

море весело котиться? Звідки це долинає:

- Фу-р-р! Ху! У-ф-ф!

То малі слоненята Біф і Діф купаються у найпрохолоднішому чистому озері.

Бо в їхній країні - Африці - почалася найбільша африканська спека.

Плескалися Біф і Діф, обливали один одного водою зі своїх хоботів і не знали, що хтось за ними стежить.

А був то крокодил Алігатор, що на їхній дзвінкий сміх аж з-за моря-океану приплив.

Дивився він на веселих слоненят, потім до озера підповз і каже:

- Ой, яке озеро гарне. І воно все ваше! А в мене, найкращого заморського Алігатора, нема такого...

І з очей його на пісок покотилися сльози - великі, наче квасолини.

- Не плачте, дядьку Алігаторе! - сказали Біф і Діф. - Ідіть до озера, купайтесь собі на здоров'я! Місця всім вистачить.

А самі погнавши наввипередки до лісочка поласувати зеленим листячком.

Наїлися досхочу й знову до озера повернулися.

А звідти - ой лишенько! - страшна паща визирає.

Лютує зелений крокодил:

- Геть звідси! Тепер це не ваше, а моє озеро!

- Чи вам не сором, дядьку найкращий заморський Алігаторе? - аж плачуть Біф і Діф.

- От і не сором. Бо в мене найгостріші зуби!

Зазирали слонята у пащу. Справді - отакенні злі зуби стирчать!..

Позадкували вони від заморського страховиська.

А крокодил плескався в озері, фуркав і реготав їм навздогін:

- Було озеро ваше, тепер моє!

І попленталися Біф і Діф у далекі лісові нетрі. Туди, де ліани міцно оплели дерева, куди навіть сонечко не зазирає крізь лапате пальмове віття.

І залишилися там жити.

Та от знову настала страшна спека. Така, якої навіть у Африці ні люди, ані звірі досі не знали.

Не витримали Біф і Діф. Покинули лісові нетрі і до свого найпрохолоднішого

чистого озера подалися,
 Алігатор побачив їх ще здалеку. Вишкірив гострі зуби, регоче, аж
 захлинається:
 - Було озеро ваше, га-га, тепер моє!
 І на самісіньке піщане найпрохолодніше дно пірнув. Лежить, ніжитья.
 А коли випірнув, від здивування ледь не захлинувся.
 На березі озера стояли не колишні слоненята, а могутні великі слони Біф і
 Діф.

То здалеку крокодилові вони здалися малими.

- Ану забирайся з озера! - сказав Біф.

- І негайно! - додав Діф.

- Ні, ні,- затявся Алігатор,- це моє озеро, не ваше.

- Що?! - скрикнув Біф.- Як-то «моє»? А наше - ні?

І прогнали слони того Алігатора в його далеку заморську країну.

Поповз він, плаче гірко.

Сльози на жовтий пісок котяться.

Та ні Біф, ні Діф не йняли віри крокодилячим сльозам...

Зайшли вони в своє рідне найпрохолодніше і найчистіше озеро:

_ Фу-р-р! Ху! У-ф-ф!

Біф набрав у хобот води, линув на Діфа. Діф почекав, доки відвернеться Біф.

А далі - ну поливати один одного! Од того хлюпання аж луна над озером
 розляглася.

А руді мавпи заверещали:

- І ми хочемо!

А смугасті зебри заіржали:

- І нам жарко!

Навіть сонечко й те зітхнуло:

- І мені самому вже спека дошкуляє!

Стали тут звірята всі разом у озері купатися, обливатися.

А тоді Біф і Діф набрали повні хоботи прозорої води та й почали сонечко
 поливати. Від того барвисті водограї піднялися над світом. І вся Африка - і
 кучеряві негрєнята, і пташки, й звірята - разом під прохолодним дощиком
 пішли у веселий танок.

Обговорення:

- чому крокодил гірко плакав?



Етюд «Чарівники. Ауторелаксація».

Дитина уявляє себе чарівником і потрапляє в
 країну казок, де може змінювати казкових
 героїв.

Обговорення ситуації:

Діти граються в цікаву гру, а ти запізнився до
 початку. Попроси, щоб тебе прийняли в гру. Що
 ти будеш робити, якщо тобі відмовлять, не
 візьмуть гратися?

Гра «Я знаю»

Запропонувати дитині погратися в гру, яка починається зі слів: «Я знаю п'ять ... (імен дівчаток, хлопчиків, назв міст, тварин тощо)».

Малювання «Калейдоскоп з піску»

Запропонувати дитині намалювати на піску різні картини і створити свій «вернісаж».

Релаксація «Подихай, як...»

Мета: навчання прийомів саморозслаблення.

- спокійна людина;
- людина, котра розізлилася;
- перелякана людина;
- радісна людина;
- людина перед сном.

Прощання

«Кожен рух і кожне слово має значення!

Попрощаємось з тобою, до побачення».

Додаток Є

ЗАНЯТТЯ. «ЩО ЖИВЕ ЗА ДВЕРИМА СТРАХУ?»

Мета: корекція негативних проявів поведінки, допомогти дитині позбавитися страхів. Сприяти послабленню тривожних станів. Через ознайомлення з літературними творами, ігри та виконання творчих завдань допомогти дитині усвідомити, проаналізувати свою поведінку в ситуаціях, які викликають почуття страху.

Вітання «Я дуже рада тебе бачити»

Вправа «Маленький боягуз»

Мета: зняти напруження; тренувати вміння виражати емоції мімікою.

Психолог говорить текст віршика й одночасно показує рухами, що відбувалося.

Лесь гриби збирав у кошик,

А вони такі хороші!

Раптом хтось зашелестів,

Лесь Злякався, затремтів...

Коли гляне – то їжак,

Весь колючий, мов будяк.

Лесь відразу засміявся:

Він даремно налякався!



Казкотерапія страхів «Найбільший твій приз знаходиться за дверима страху».

Мета: знайомити дитину із позитивними і негативними аспектами почуття страху.

Зайченя було ще маленьким. Воно так мало знало про оточуючий світ.

Воно знало, що коли рядом мама – це добре. Коли воно гризе капустяний листочок – це чудово! А коли

хтось пригостить морквинкою – це майже щастя. Коли рядом і мама, і друзі – це також щастя.

Але багато було й неприємного. Щось заворушиться в кушах або почне стукати там – страшно! Бігом звідти!



За струмком росте така соковита смачна травичка, а перестрибнути страшно: а раптом не зможе, і намокне така чудова шубка.

Ось і сьогодні: Лисеня з Ведмедиком запропонували змагання, хто швидше добіжить до с трумка. Воно ж

безпечно, весело бігти з друзями по духм'яному лісі, але... “Що, як я добіжу останнім? І всі будуть сміятися з мене? Ні, краще просто посидіти і подивитися, хто переможе”. Ось і доводиться сидіти! “Чому я не народився їжачком? – жалкує Зайчєня, – я б тоді нікого і нічого не боявся б, як їжачок Чох-Чох”.

А тут і сам Чох-Чох, легкий на згадку, і як завжди бадьорий:

– Привіт, довговухий, знову щось не так?

Розповів йому Зайчик про свої печалі.

– Так це ж нескладно, – відповідає Чох-Чох, – запам'ятай: найбільший твій приз знаходиться за дверима страху. Подумай над цим!

І покотився далі. А Зайчєня замислилося:

– Що таке їжачок сказав мені? Який це такий найбільший мій приз? Мабуть, це велика соковита хрумка морквинка! Ну, що ж, заради такого призу варто й ризикнути.

І зайчєня негайно приступило до справи.

– По-перше, хто там іноді стукає в кущах?

Страшно! Але воно уявило, як смачно вгризтися в морквинку, і почав потихеньку, обережно просуватися до страшного місця...

І як же ж воно здивувалося! То стукала суха гілочка, коли дмухав вітерець.

Зайчик аж посміхнувся. В грудях у нього щось розширилося і стало вільно дихати.

І хоча морквинки там не було, ця мить була дуже схожа на щастя.

Він зміг! Він подолав свій страх! Це й насправді виявилось найбільшим призом, коли відчуваєш себе вільним і сміливим.

Чох-Чох був правий: найбільший приз чекає нас за дверима страху.

Психолог запитує дитину про ситуації, коли почуття страху може врятувати нам життя, а також про те, чому варто боротися зі страхом.

Обговорення : «Чи корисний страх?»

Психогімнастика

Психолог пропонує дитині зобразити за допомогою міміки та жестів героїв казки: полохливе Зайчєня, хитру і хижу Лисицю, безпорадне Мишенятко, сердитого Вовка.

Дитина робить спроби зобразити емоції, аналізує мімічні зміни обличчя.

Обговорення ситуації :

«Чого я боюся?»



Психолог розповідає про те, чого він боїться і пропонує дитині розповісти про свої страхи, дає позитивну підтримку за сміливість розказати про свій страх.

«Сам удома»: уяви: дитина сама залишилася вдома, дорослих немає. Раптом у двері дзвонить незнайомец. Можливо він задумав щось лихе. Що в цю хвилину відчуває ця дитина, про що вона подумає? Як ти себе будеш поводити в такій ситуації?

«Загубився у великій крамниці»: уяви, що дитина прийшла до крамниці з батьками, а потім несподівано загубилася. Спробуй показати руками, мімікою, жєстами, що вона переживає. Розкажи, про що вона може думати. Як чинитиме в такій ситуації боягуз? Як треба поведеться?

Гра «Перетинаймо страшний ліс»

Мета: розвивати вміння долати страх.

Запропонувати дитині уявити, що кімната – це страшний ліс і його треба «перетнути» різними способами. Можна перевтілюватися в різних тварин і птахів.

Малювання страхів

Психолог пропонує дитині намалювати те, кого чи чого вона боїться, а потім запитати її, що б вона хотіла з цим зробити. Якщо дитині важко відповісти, то пропонує їй заштрихувати цього персонажа чорним фломастером. А ще краще – розірвати малюнок на дрібні шматочки. Потім зібрати ці шматочки в купу і викинути до смітника. Пояснити, що все сміття спалюють, а разом і «страх», він більше до дитини не повернеться.

Релаксація

Мета: навчання прийомів само розслаблення.

Ось великі пальці починають танці – раз і два, раз і два.

А за ними вказівні – раз і два, раз і два.

І середні після них – раз і два, раз і два.

Підмізинці теж танцюють – раз і два, раз і два.

І мізинці не нудьгують – раз і два, раз і два.

Прощання

«Кожен рух і кожне слово має значення!

Попрощаємось з тобою, до побачення.»