

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Навчально-науковий інститут післядипломної освіти

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

Кафедра психології

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри психології

\_\_\_\_\_ А.І. Яблонський

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2024 року

## КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему: **ІГРОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ  
СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Керівник: **ЗЕМЛЯНА Юлія Анатоліївна**

(вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Рецензент: доцент кафедри соціальної роботи ,  
педагогіки і логопедії  
Чорноморського національного  
університету імені Петра Могили,  
кандидат педагогічних наук, доцент  
**ЧУБУК Руслан Валентинович**

(посада, вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Виконала: студентка VI курсу групи 666Мз  
**ПАВЕЛКО Наталія Анатоліївна**

(П.І.Б.)

Спеціальності: **053 «Психологія»**

(шифр і назва спеціальності)

ОПП: **«Психологія»**

Миколаїв – 2024 рік



## 6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

| Розділ   | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис         |                  |
|----------|-------------------------------------------|----------------|------------------|
|          |                                           | завдання видав | завдання прийняв |
| Вступ    | Земляна Юлія Анатоліївна                  |                |                  |
| Розділ 1 |                                           |                |                  |
| Розділ 2 |                                           |                |                  |
| Розділ 3 |                                           |                |                  |
| Висновки |                                           |                |                  |

7. Дата видачі завдання 02.09.2024**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

| № з/п | Назва етапів кваліфікаційної роботи                                                                                 | Строк виконання етапів проєкту (роботи) | Примітка |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------|
| 1.    | Вступ до кваліфікаційної роботи                                                                                     | вересень 2024                           |          |
| 2.    | Розділ 1. Теоретичні засади вивчення ігротерапії як засобу емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку      | жовтень 2024                            |          |
| 3.    | Розділ 2. Емпіричне дослідження вивчення емоціонального розвитку старших дошкільників засобами ігротерапії          | жовтень 2024                            |          |
| 4.    | Розділ 3. Апробація методики використання ігротерапії як засобу емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку | жовтень 2024                            |          |
| 5.    | Висновки                                                                                                            | листопад 2024                           |          |
| 6.    | Передкваліфікаційна практика                                                                                        | 02.-15.09.2024                          |          |
| 7.    | Оформлення списку використаних джерел, додатків                                                                     | листопад 2024                           |          |
| 8.    | Попередній захист                                                                                                   | 21.11.2024                              |          |
| 9.    | Рецензія на кваліфікаційну роботу                                                                                   | 02.12.2024                              |          |
| 10.   | Захист кваліфікаційної роботи                                                                                       | 19.12.2024                              |          |

Студент

(підпис)

Наталія ПАВЕЛКО

(прізвище та ініціали)

Керівник проєкту (роботи)

(підпис)

Юлія ЗЕМЛЯНА

(прізвище та ініціали)

## АНОТАЦІЯ

У роботі досліджується ігротерапія як ефективний метод розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку. Ігротерапія є одним із провідних напрямків сучасної психологічної практики, що має на меті через гру розвивати у дітей здатність до розуміння та регулювання власних емоцій. Оскільки гра є природною діяльністю дошкільників, вона створює сприятливе середовище для формування емоційної самосвідомості, навичок саморегуляції та соціальної компетенції.

У роботі розглядаються основні техніки ігротерапії, зокрема рольові ігри, символічна гра, творчі та арт-терапевтичні ігрові завдання. Ці техніки сприяють розвитку емпатії, зниженню тривожності та формуванню адаптивних поведінкових реакцій. Особлива увага приділяється ігровим прийомам, що дозволяють дитині програвати реальні життєві ситуації, зокрема конфліктні моменти, через які дошкільники вчаться безпечно висловлювати емоції, знижувати напруженість та покращувати взаємодію з однолітками і дорослими.

Дослідження підкреслює роль ігротерапії в зміцненні емоційної стабільності, розвитку позитивного образу «Я» та поліпшенні міжособистісних стосунків. Автор аналізує практичні аспекти впровадження ігротерапії у дошкільні заклади та обґрунтовує необхідність її включення до програм емоційно-соціального розвитку.

Висновки роботи свідчать, що ігротерапія, завдяки її природному та ненав'язливому характеру, є дієвим засобом гармонізації емоційної сфери дошкільників, сприяє їхньому психологічному благополуччю та полегшує перехід до системи шкільного навчання.

**Ключові слова:** ігротерапія, емоційна сфера, дошкільники, рольові ігри, емоційна свідомість, психологічне благополуччя.

## ANNOTATION

The work examines play therapy as an effective method of developing the emotional sphere of preschool children. Play therapy is one of the leading directions of modern psychological practice, which aims to develop children's ability to understand and regulate their own emotions through play. Because play is a natural activity of preschoolers, it creates a favorable environment for the formation of emotional self-awareness, self-regulation skills, and social competence.

The work examines the main techniques of play therapy, in particular role-playing games, symbolic play, creative and art-therapeutic game tasks. These techniques contribute to the development of empathy, the reduction of anxiety and the formation of adaptive behavioral responses. Special attention is paid to game techniques that allow the child to play out real life situations, in particular conflict moments, through which preschoolers learn to express emotions safely, reduce tension and improve interaction with peers and adults.

The study emphasizes the role of play therapy in strengthening emotional stability, developing a positive self-image, and improving interpersonal relationships. The author analyzes the practical aspects of implementing play therapy in preschool institutions and justifies the need for its inclusion in programs of emotional and social development.

The conclusions of the work indicate that play therapy, due to its natural and unobtrusive nature, is an effective means of harmonizing the emotional sphere of preschoolers, contributes to their psychological well-being and facilitates the transition to the school education system.

**Key words:** play therapy, emotional sphere, preschoolers, role-playing games, emotional awareness, psychological well-being.

## ЗМІСТ

|                                                                                                                                 |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| ВСТУП .....                                                                                                                     | 7      |
| РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ІГРОТЕРАПІЇ ЯК<br>ЗАСОБУ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО<br>ВІКУ            |        |
| 1.1. Вікові особливості дітей старшого дошкільного віку .....                                                                   | 11     |
| 1.2. Особистісний та емоційний розвиток дитини дошкільного віку .....                                                           | 16     |
| 1.3. Ігротерапія як засіб розвитку емоційної сфери дошкільників .....                                                           | 26     |
| Висновки до першого розділу .....                                                                                               | 34     |
| РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО<br>РОЗВИТКУ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ ІГРОТЕРАПІЇ                       |        |
| 2.1. Організація та методи дослідження .....                                                                                    | 36     |
| 2.2. Особливості порушень та корекція емоційної сфери старших<br>дошкільнят .....                                               | 38     |
| Висновки до другого розділу .....                                                                                               | 44     |
| РОЗДІЛ 3. АПРОБАЦІЯ МЕТОДИКИ ВИКОРИСТАННЯ ІГРОТЕРАПІЇ<br>ЯК ЗАСОБУ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ СТАРШОГО<br>ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ       |        |
| 3.1 Програма ігротерапії як засобу емоційного розвитку старших<br>дошкільнят .....                                              | 46     |
| 3.2 Особливості емоційної сфери після формувального експерименту та<br>аналіз результатів .....                                 | 61     |
| 3.3 Практичні рекомендації щодо використання ігротерапії як засобу<br>емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку ..... | 67     |
| Висновки до третього розділу .....                                                                                              | 79     |
| ВИСНОВКИ .....                                                                                                                  | 81     |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....                                                                                                | 84     |
| ДОДАТКИ .....                                                                                                                   | 92-101 |

## ВСТУП

**Актуальність дослідження** є обумовлена критичним значенням дошкільного віку у формуванні базових емоційних і соціальних навичок дітей. Дошкільний період є фундаментальним етапом розвитку, коли закладаються основи емоційної сфери, що вплине на подальшу соціальну адаптацію та інтеграцію дитини в суспільство. У сучасних умовах високих соціальних вимог і складних життєвих ситуацій, емоційний розвиток дитини стає особливо важливим для успішної соціальної взаємодії та адаптації. Емоційний розвиток у дошкільному віці є ключовим аспектом, оскільки він впливає на здатність дитини розуміти і регулювати свої емоції, а також взаємодіяти з іншими людьми. Невирішені емоційні проблеми можуть перешкоджати формуванню здорових соціальних відносин і, в подальшому, впливати на загальний психологічний добробут дитини.

В умовах, коли традиційні методи виховання і навчання можуть не завжди відповідати індивідуальним потребам дітей, ігротерапія виникає як перспективний підхід. Ігротерапія, завдяки своїм інтерактивним і мотиваційним аспектам, може служити потужним інструментом для стимулювання емоційного розвитку дітей. Вона сприяє розвитку соціальних навичок, полегшує вираження і регулювання емоцій, а також допомагає дітям адаптуватися до різних соціальних ситуацій. Зокрема, ігротерапія може бути корисною у дошкільних навчальних закладах, де її застосування може бути адаптовано до вікових особливостей дітей. Ігротерапевтичні методи дозволяють дітям не тільки навчатися через гру, а й активно взаємодіяти з оточенням, що сприяє розвитку їх емоційної компетентності. Це особливо важливо для дітей старшого дошкільного віку, які починають стикаються з більш складними соціальними ситуаціями і мають потребу у розвитку гнучких навичок для їх вирішення.

Таким чином, дослідження ефективності ігротерапії як інструменту для стимулювання емоційного розвитку дітей у дошкільних навчальних закладах є

надзвичайно актуальним. Це дослідження може забезпечити нові дані та рекомендації щодо впровадження ігротерапевтичних практик у навчальний процес, що сприятиме підвищенню емоційної готовності дітей до соціальної взаємодії і адаптації.

Дослідженням даної теми займалися різні вітчизняні та зарубіжні науковці, серед яких варто виділити: Годонюк В.С., Грицишина Т.І., Дуткевич Т.В., Заліток Л.М., Кулачківська С.Є., Кузікова С., Латакова О., Литвиненко С.А., Мельник Ж.В та інші.

**Мета дослідження:** полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці використання ігротерапії як засобу емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Висвітлення поставленої мети зумовило розкриття наступних **завдань** дослідження:

- 1) охарактеризувати вікові особливості дітей старшого дошкільного віку;
- 2) дослідити особистісний та емоційний розвиток дитини дошкільного віку;
- 3) проаналізувати ігротерапію як засіб розвитку емоційної сфери дошкільників;
- 4) провести емпіричне дослідження корекції порушень емоціональної сфери старших дошкільників засобами ігротерапії.
- 5) розробити корекційно-розвиваючу програму ігротерапії для старшого дошкільного віку та перевірити її дієвість.

*Об'єктом дослідження* є емоційна сфера дітей старшого дошкільного віку.

*Предметом дослідження* виступає ігротерапія як засіб емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Під час написання роботи було використано загальнонаукові та емпіричні **методи дослідження**, а саме: метод аналізу, для вивчення наявних теоретичних підходів до ролі ігротерапії в емоційному розвитку дітей; метод спостереження, для спостереження за ходом проведення ігротерапевтичних сесій та

спостереження за змінами в емоційному стані дітей; метод анкетування, для застосування анкет для вивчення емоційного стану дітей до та після участі в ігротерапії; метод інтерв'ю з педагогами, для отримання відгуків педагогічних працівників щодо ефективності ігротерапії у контексті емоційного розвитку дітей.

**База експериментального дослідження:** дослідження розвитку емоційної сфери старших дошкільників було проведено в комунальному закладі дошкільної освіти № 10 «Ластівка» міста Вознесенськ Миколаївської області. Участь у дослідженні взяли вихованці старших груп дитячих установ. Контрольна група складалася з 32 осіб (18 дівчаток, 14 хлопчиків), а експериментальна група – з 28 осіб (17 дівчаток, 11 хлопчиків). Загальна кількість респондентів становила 60 осіб.

**Теоретична значущість дослідження** полягає у глибшому розумінні ролі ігротерапії в розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку. У дослідженні було систематизовано та проаналізовано сучасні наукові підходи до проблеми емоційного розвитку дітей, зокрема під впливом різних видів терапевтичних ігор. Робота висвітлює взаємозв'язок між ігровою діяльністю та емоційною компетентністю дітей, що дає змогу науковцям і практикам краще зрозуміти, як ігротерапія може сприяти корекції емоційних порушень у дошкільників. Також дослідження сприяє уточненню і розширенню знань про етапи емоційного розвитку дитини у старшому дошкільному віці, що має велике значення для подальших досліджень у галузі дитячої психології та педагогіки.

**Практична значущість дослідження** полягає в тому, що його результати можуть бути використані у практичній діяльності педагогів, психологів та вихователів дошкільних навчальних закладів для стимулювання емоційного розвитку дітей. На основі дослідження розроблено та апробовано корекційно-розвиваючу програму ігротерапії, яка довела свою ефективність у контексті розвитку емоційної сфери старших дошкільників. Ця програма може бути впроваджена у роботу дошкільних установ, а також використовуватися як

додатковий інструмент для подолання емоційних труднощів у дітей. Практичні рекомендації дослідження можуть допомогти педагогам розвивати емоційну компетентність у дітей, зокрема через використання терапевтичних ігор для корекції та профілактики емоційних порушень.

**Структура і обсяг роботи:** кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, восьми підрозділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

## РОЗДІЛ 1

# ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ІГРОТЕРАПІЇ ЯК ЗАСОБУ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

### 1.1. Вікові особливості дітей старшого дошкільного віку

Після періоду гармонійного зростання в перші роки дошкільного дитинства в шестирічок відбуваються якісні зміни у побудові тіла, набираючи типову «шкільну форму». Це означає формування первісних форм, характерних для чоловічої і жіночої конституції.

Також спостерігаються радикальні зміни в центральній нервовій системі. Маса мозку збільшується, досягаючи на кінець шостого року 1 350 г, що становить 90 % маси мозку дорослої людини. Розвиваються функції мозку, про що свідчить зростання сили та ролі гальмівних процесів, зокрема удосконалення умовного і диференційованого гальмування. Також складнішається структура аналітико-синтетичної діяльності, де нові нервові зв'язки формуються за участю другої сигнальної системи, розширюючи сферу впливу словесних подразників або сигналів на розвиток діяльності дитини [27, с. 71].

Нервова система дітей шестирічного віку дуже вразлива, тому для встановлення та закріплення врівноваженої взаємодії процесів збудження та гальмування необхідно раціонально розподіляти фізичне та емоційне навантаження, а також забезпечити періоди відпочинку в організації життєдіяльності старших дошкільників. Нормальний фізичний розвиток дитини має важливе значення для формування її особистості [19, с. 107].

У період старшого дошкільного віку відбувається інтенсивний розвиток інтелектуальної, морально-вольової та емоційної сфер особистості. З'являються нові якості і потреби: діти поглиблюють свої знання про предмети та явища, які вони раніше не спостерігали безпосередньо. Зокрема, вони виявляють

інтерес до зв'язків між різними предметами і явищами, і розуміння цих зв'язків визначає їхній розвиток.

Перехід в старшу групу супроводжується зміною психологічної позиції дітей, які починають відчувати себе старшими серед інших дітей у дитячому садку. Вихователь активно сприяє зрозумінню дітьми цього нового положення, підтримуючи їх відчуття "дорослості" і спонукаючи до нових викликів у сферах пізнання, спілкування та діяльності [26, с. 319].

Враховуючи потреби старших дошкільнят у самоствердженні та визнанні з боку дорослих, вихователь створює умови для розвитку їхньої самостійності, ініціативи та творчості.

Вихователь систематично створює ситуації, які підштовхують дітей активно використовувати свої знання та вміння. Він ставить перед ними все більш викликові завдання, спрямовані на розвиток їхньої волі та підтримку бажання подолати труднощі, завершити почату справу та знаходити нові, творчі рішення [9, с. 114].

Значущим є надання дітям можливості самостійного розв'язання поставлених завдань, спрямування їх на пошук декількох варіантів вирішення одного завдання, підтримка їхньої ініціативи та творчості, а також відзначення зростання їх досягнень. Важливо викликати у них почуття радості і гордості від успішних самостійних дій.

Розвитку самостійності сприяє освоєння дітьми навичок постановки мети (або прийняття її від вихователя), обдумування шляхів до досягнення мети, втілення свого задуму та оцінювання отриманого результату, виходячи з поставленої мети. Вихователь встановлює завдання по розвитку цих навичок широко, створюючи базу для активного оволодіння усіма видами діяльності дітьми [15, с. 42].

Вищою проявою самостійності у дітей є творчість, і завданням вихователя є розкрити їхній інтерес до творчої діяльності. Створення творчих ситуацій в ігровій, театральній, художньо-образотворчій, ручній та словесній діяльності є обов'язковими елементами життя старших дошкільників у

дитячому саду. В іграх та творчих заняттях діти самостійно визначають свої задуми та знаходять способи їх втілення. Вихователь підтримує творчі ініціативи, створює атмосферу колективної творчої діяльності за інтересами дітей [20, с. 219].

Велику увагу вихователь приділяє розвитку пізнавальної активності та інтересів старших дошкільників. Забезпечення цьому служить загальна атмосфера у групі. Важливим елементом їхнього життя є участь у вирішенні проблемних ситуацій, проведенні елементарних дослідів (з водою, снігом, повітрям, магнітами, збільшувальними склами і т. д.), розвиваючих іграх, головоломках, виготовленні саморобних іграшок, простих механізмів та моделей [13, с. 39].

Вихователь, своїм власним прикладом, стимулює дітей до самостійного пошуку відповідей на виникаючі питання. Він звертає увагу на нові та неочікувані аспекти об'єкта, формулює припущення, залучає дітей до допомоги, сприяє експериментуванню, логічному мисленню та творчому міркуванню.

Старші дошкільники виявляють цікавість до майбутнього шкільного навчання. Вихователь підтримує цей інтерес шляхом спілкування, зустрічей із вчителями, спільних справ з школярами та відвідуванням школи. Інтерес до школи розвивається в контексті досягнень, пізнання та освоєння нового. Вихователь спрямовує зростаючий інтерес дітей до нового соціального статусу ("Хочу стати школярем") на відчуття власних досягнень. Завдяки цьому, вихователь стимулює розвиток уваги, пам'яті та самоконтролю дітей, формуючи їхню здатність до саморегуляції.

Різноманітні ігри, які вимагають порівняння, пошуку помилок та запам'ятовування, регулярно проводяться як з окремою дитиною, так і з підгрупою старших дошкільників. Організоване навчання у формі підгрупових занять включає різні аспекти: від математики та грамоти до ознайомлення з навколишнім світом, розвитку творчої діяльності та музично-ритмічних здібностей. Вихователь сприяє розширенню, поглибленню та варіативному

використанню отриманих знань у самостійній діяльності та спілкуванні з дітьми [1, с. 228].

Умовою повноцінного розвитку старших дошкільників є змістовне спілкування як з однолітками, так і з дорослими. Вихователь прагне розширити спектр методів спілкування з кожною дитиною, демонструючи довіру, любов та повагу до кожного дошкільника. В цьому контексті використовуються різні моделі взаємодії: пряма передача досвіду, коли вихователь вчить новим навичкам; рівноправне партнерство, коли вихователь є рівноправним учасником діяльності дітей; "опікуваний дорослий", коли вихователь активно допомагає дітям у вирішенні проблем, виправляє помилки та надає поради.

Самосвідомість дітей у віці 5-6 років виявляється через їхнє власне оцінювання ставлення до себе та оточуючих. Позитивне уявлення про можливе майбутнє дозволяє дитині бачити свої недоліки критично та спробувати їх вирішити з допомогою дорослого. Поведінка дітей взаємодіє з їхніми уявленнями про себе та їхніми бажаннями. Позитивне сприйняття власної особистості має великий вплив на успішність діяльності, уміння набувати друзів та сприймати позитивні якості у спілкуванні [21, с. 114].

У взаємодії із зовнішнім світом дитина, виступаючи активною особою, вивчає світ та вивчає себе. Цей процес самопізнання дозволяє дитині отримати розуміння самої себе та навколишнього світу. Досвід самопізнання сприяє розвитку у дітей здатності подолати конфліктні ситуації та сприймати цінність взаємин з оточуючими людьми.

В розвитку мислення старших дошкільників спостерігаються наступні риси. На цьому етапі дитина може користуватися минулим досвідом, визнаючи, що гори вдалині не виглядають плоскими. Вона розуміє, наприклад, що великий камінь важкий, не обов'язково беручи його в руки, оскільки її мозок вже засвоїв багато відомостей різними шляхами сприйняття. Діти поступово переходять від прямих дій з предметами до використання їх образів. У грі вони можуть уявити «ігровий матеріал» та взаємодіяти з ним уявно, не використовуючи конкретні предмети, наприклад, "їсти" з уявної тарілки та

ложки. На відміну від попереднього етапу, коли для мислення дитині потрібно було взаємодіяти з предметами, зараз вистачає просто уявити їх [12, с. 7].

На цьому етапі дитина активно використовує образи не лише під час гри, але й у творчості. Важливо уникати привчання дитини до готових схем та не нав'язувати власні уявлення. У цьому віці розвиток фантазії та здатність до створення нових образів є ключем до інтелектуального розвитку. Розвинена образна думка сприяє кращій роботі мозку. Фантазія не є марною тратою часу; навпаки, вона має велике значення для подальшого логічного етапу розвитку. Таким чином, важливо не хвилюватися, якщо дитина в 5 років ще не вміє рахувати чи писати. Головне, щоб вона активно використовувала уяву та зацікавлена була творчою діяльністю.

У творчій діяльності дитина старається зображати свої придумані образи та шукає асоціації з відомими предметами. Надзвичайно важливо уникати "навчання" дітей заданим образами, таким як малювання за зразком чи розфарбовування, що може обмежити їх у здатності створювати власні образи та мислити самостійно.

Мовний розвиток дитини тісно пов'язаний з її розвитком мислення. Коли шестирічна дитина формує нові відносини з оточуючими та опановує нові види діяльності, це призводить до збагачення форм і функцій усного мовлення. Зазвичай, до кінця шостого року діти вже освоюють систему своєї рідної мови. Взаємодія з дорослими та однолітками, а також виконання різних видів діяльності сприяє розширенню форм мовлення від діалогічних до розгорнутих висловлювань, які часто приймають форму монологу [22, с. 64].

Цей процес також сприяє розвитку внутрішнього мовлення, яке виникає, коли дитина стикається з проблемною ситуацією, яку їй потрібно осмислити. Внутрішнє мовлення виконує різноманітні функції, такі як планування, угадування і обмірковування з самою собою того, що потрібно зробити.

Отже, в оволодінні у старшому дошкільному віці зв'язною та виразною мовою, у вивченні граматичних структур, а також у розвитку функцій

внутрішнього мовлення можна бачити ключові передумови для подальшого оволодіння писемною мовою.

Правильне виховання дітей веде до того, що побутова праця стає для них звичайною. Старші дошкільники починають усвідомлювати соціальну користь своєї праці, розглядаючи її як допомогу дорослим чи іншим дітям. За цих умов діти проявляють самостійність у виконанні робіт з самообслуговування, не потребуючи постійного зовнішнього контролю.

Поступово формується вибіркове та оцінне ставлення дитини до різних видів діяльності, спрямоване на досягнення успіху. Діти визначають, які види діяльності є для них суб'єктивно значущими і приносять найбільше задоволення. Включення старших дошкільників у різні види діяльності відповідно до їхніх схильностей і інтересів сприяє вихованню не лише загальних цінностей, а й розвитку їхніх конкретних здібностей.

Цей підхід не лише відзначається значним виховним ефектом, але й створює позитивні передумови для розвитку різноманітних здібностей кожної дитини, сприяючи її індивідуальному і гармонійному зростанню.

## **1.2. Особистісний та емоційний розвиток дитини дошкільного віку**

Період дошкільного дитинства характеризується появою «перших паростків» у внутрішній регуляції дитячої поведінки, як висловив В. Сухомлинський [5]. У порівнянні з раннім віком, коли поведінка дитини була спрямована ззовні дорослими, у дошкільного віку дитина починає вчитися самостійно регулювати свою поведінку.

У віці старшого дошкільного дитинства відбуваються значні психічні зміни, які стають основою для формування особистості. Основними психічними новоутвореннями цього віку є кілька ключових аспектів, що суттєво впливають на розвиток дитини.

На етапі старшого дошкільного віку діти починають розуміти, що світ складається не тільки з окремих елементів, але й з взаємопов'язаних між собою

систем і явищ. У них поступово формується цілісне бачення світу, коли кожне явище чи подія сприймається у контексті взаємозв'язків з іншими явищами. Наприклад, дитина починає усвідомлювати, що її дії можуть мати наслідки для інших людей і що люди взаємодіють між собою на основі певних правил, норм і взаємної поваги.

Це також відображається в тому, що дитина починає ставити глибші питання про світ, намагаючись зрозуміти, чому щось відбувається. Вона прагне знаходити логіку та пояснення в природних явищах і людських діях. Вихователі та батьки в цьому віці повинні активно допомагати дітям формувати позитивне і критичне мислення, відповідаючи на їхні запитання і сприяючи розвитку допитливості та цікавості до навколишнього світу.

У старшому дошкільному віці починається процес формування первинних етичних інстанцій. Це означає, що дитина починає розвивати уявлення про правильне і неправильне, добре і погане, справедливе і несправедливе. Вона робить перші моральні оцінки своїх вчинків та вчинків інших людей. Наприклад, дитина може почати розуміти, що обман чи фізичне насильство є неприйнятними, а допомога іншим – це позитивна і схвальна поведінка.

Ці етичні уявлення формуються на основі взаємодії дитини з дорослими та однолітками. Наприклад, через спільні ігри та спостереження за реакціями дорослих на певні дії, дитина отримує перший досвід соціальних норм і правил. Батьки та вихователі мають бути уважними до того, як дитина реагує на власні вчинки та на вчинки оточуючих, і допомагати їй формувати позитивні моральні орієнтири. Систематична підтримка розвитку моральних оцінок сприяє формуванню більш зрілих і етичних поглядів у майбутньому.

У цьому віці з'являються нові мотиви вчинків, що мають значну соціальну природу. Діти починають розуміти, що їхні дії можуть бути спрямовані не тільки на задоволення власних потреб, але й на досягнення соціально значущих цілей. Це може бути співпраця з іншими дітьми або змагання за досягнення кращих результатів. Наприклад, у колективних іграх

або спільних проектах дитина починає розуміти, що для досягнення успіху важливо вміти працювати разом з іншими, підтримувати товаришів і розподіляти завдання.

Водночас розвиток конкуренції є також природним етапом розвитку у цьому віці. Діти починають порівнювати себе з іншими, прагнуть досягти кращих результатів у порівнянні зі своїми ровесниками. Змагання стає мотивуючим чинником, що допомагає дитині прагнути до вдосконалення своїх навичок і здібностей. Однак важливо, щоб цей процес не став причиною розвитку негативних емоцій, таких як заздрість чи агресія. Завдання вихователя полягає у тому, щоб спрямувати цей процес у конструктивне русло, допомагаючи дітям розуміти важливість чесної гри, підтримки інших та взаємної поваги.

На етапі старшого дошкільного віку відбувається значний розвиток довільної поведінки. Дитина починає більш свідомо контролювати свої дії, регулювати власну поведінку відповідно до вимог соціального середовища. Це означає, що вона може утримуватися від імпульсивних дій, планувати свої вчинки та досягати поставлених цілей, навіть якщо це вимагає зусиль та подолання труднощів.

Зміни у самосвідомості також проявляються в тому, що дитина починає оцінювати свої можливості та обмеження. Вона усвідомлює, що не завжди може виконати всі завдання і що іноді потребує допомоги дорослих або однолітків. Це важливий етап у формуванні адекватної самооцінки. Діти починають сприймати себе як частину колективу, де кожен має свої унікальні здібності та риси.

Важливо відзначити, що розвиток довільної поведінки і самосвідомості відбувається через взаємодію з дорослими. Вихователі мають сприяти розвитку у дітей уміння планувати свої дії, ставити перед собою реальні цілі та аналізувати свої досягнення. Саме у цьому віці дитина вчиться розуміти, що її поведінка впливає не тільки на її власне благополуччя, але й на інших людей, що сприяє розвитку соціальної відповідальності.

Усі описані психічні новоутворення старшого дошкільного віку тісно пов'язані між собою. Формування цілісного світогляду, моральних уявлень, нових мотивів поведінки та довільної поведінки створює основу для подальшого гармонійного розвитку дитини. Ці зміни сприяють тому, що дитина стає більш свідомою, емоційно стабільною та соціально адаптованою.

З розвитком довільної поведінки діти також краще контролюють свої емоції, що дозволяє їм будувати гармонійні стосунки з однолітками та дорослими. Важливо, щоб дорослі сприяли цьому процесу, створюючи умови для розвитку відповідальності, самостійності та ініціативи у дітей.

Таким чином, психічні новоутворення, що виникають у старшому дошкільному віці, є важливим етапом у розвитку особистості дитини. Цей період є ключовим для формування основних якостей, які будуть впливати на подальший розвиток дитини у шкільному віці та протягом усього життя [16, с. 149]:

Основними чинниками, які впливають на розвиток особистості дошкільного віку, є спадковість, середовище, виховання та діяльність.

Дослідження підтверджують, що розвиток дитини у дошкільний вік залежить від взаємодії різних чинників, таких як спадковість, середовище, виховання та діяльність. Згідно з визначенням Т.В. Дудкевич, дошкільний вік - це період формування первинного фактичного складу особистості, коли відбувається становлення основних особистісних механізмів і утворень, які визначатимуть подальший особистісний розвиток [4, с. 23].

В дошкільному віці спостерігається інтенсивний розвиток емоційної сфери дитини. Її діяльність повинна бути насиченою емоціями, оскільки дитина виявляє інтерес лише до того, що викликає її емоції. У дошкільників формуються емоції співпереживання та співчуття стосовно оточуючих, причому з віком ці переживання стають складнішими та глибшими.

Наприклад, почуття гордості та самоповаги, що є основою самооцінки дитини, визначають її поведінку. Однак іноді ці почуття можуть викриватися, що призводить до формування самолюбства та егоїзму у дитини. Розвиток

динамічної сторони емоцій і почуттів дошкільника пов'язаний із формуванням умінь контролювати та регулювати свої емоційні вияви. Змістова сторона емоцій дитини пов'язана із причинами та об'єктами переживань.

У розвитку особистості дошкільника відіграють важливу роль естетичні почуття. Стосунки дітей з батьками та їхня комунікація викликають різноманітні емоції у дітей. Позитивні емоції, спровоковані спілкуванням з батьками, сприяють гармонійному розвитку особистості. Тривожні переживання можуть призводити до конфліктів у сім'ї, суперечок з ровесниками та несправедливого ставлення.

В дошкільному віці, зокрема у другій половині, розвивається здатність до емпатії. Діти виявляють гуманістичну і егоцентричну емпатію. Емоційна сфера дошкільників відрізняється індивідуальністю, а сім'я виступає основним джерелом гармонійного розвитку їхніх емоцій та почуттів. Діти активно вивчають мову почуттів, вчаться виражати свої емоції словами та контролювати їх.

У цьому віці виникають нові почуття, такі як дивування і допитливість, які є важливими для інтелектуального розвитку. Успіх у діяльності викликає позитивні переживання, тоді як невдачі можуть викликати незадоволення і страх перед новими завданнями.

Також у дошкільному віці формується супідрядність мотивів, засвоєння моральних норм та поява довільної поведінки. Саме від віку та виховання залежить те, які мотиви стануть домінуючими. У молодших дошкільників особисті мотиви переважають, проявляючись особливо в спілкуванні з дорослими. Їхній бажання отримати емоційну оцінку і позитивні відгуки є ключовим мотивом взаємодії. З часом, у старшому дошкільному віці, це перетворюється на прагнення до визнання та схвалення оточуючих, що формує почуття впевненості в собі та самостійності.

Ще одним важливим мотивом є прагнення до самоствердження, яке розвивається у дошкільників. Дитина має потребу отримувати позитивне ставлення оточуючих, бажання бути зрозумілою та прийнятою. У сюжетно-

рольовій грі цей мотив виявляється через прагнення займати лідерські позиції, обирати головні ролі, керувати іншими та досягати перемоги.

Іншим важливим мотивом для дошкільника є встановлення і збереження позитивних взаємин із дорослими. Ця діяльність спонукається не окремими мотивами, а їх ієрархічною системою. Усвідомленням себе як суб'єкта дії дитина починає підпорядковувати мотиви, що є початком ускладнення та усвідомлення їх у подальшому.

З розвитком комунікативних здібностей дитини та у процесі спільної діяльності з дорослими та ровесниками формуються суспільно-значущі мотиви. Це проявляється у бажанні робити щось хороше та приємне для інших людей.

В дошкільному віці дитина починає керуватися моральними нормами у власній поведінці. Вона формує моральні уявлення та оцінки, реагує емоційно на оцінювання дорослими. У другій половині дошкільного віку дитина вже здатна самостійно оцінювати свою поведінку, діяти відповідно до засвоєних моральних норм. Вона також розвиває здатність передбачати результати своїх дій.

Засвоєння моральних норм призводить до формування у дитини довільної поведінки, яка характеризується неситуативністю та стійкістю. Дитина знає свої можливості, самостійно ставить перед собою завдання, знаходить засоби для їх виконання, планує свої дії та контролює їх.

В дошкільному віці відбувається інтенсивний розвиток когнітивної сфери дитини, який визначається наявністю самосвідомості та самооцінки. Батьки, як головні оточуючі дорослі, відіграють ключову роль у цьому процесі. Дитина, виходячи в інші, самостійніше та незалежніше від дорослих, розширює та ускладнює свої взаємини з оточенням, що впливає на формування та розвиток самоусвідомлення та самооцінки.

В цей віковий період дитина розвиває вміння оцінювати дії інших дітей, а потім власні дії, моральні якості та вміння. З'являється певне відношення до себе та власних можливостей. Молодші дошкільники формують ставлення до

себе на основі сприйняття їх вчинків і дій дорослими, характеризується завищеною самооцінкою. З старшими дошкільниками вже характерне більш реалістичне оцінювання себе, їх самооцінка стає стійкішою.

Розвиток комунікативної сфери в дошкільний період також важливий. Дитина встановлює відносини не лише з батьками, а й з однолітками та вихователями у дошкільному навчальному закладі. У цей віковий період спілкування дітей може мати елемент наслідування, коли молодший дошкільник несвідомо копіює дії та вчинки значущої для неї дорослої людини. Старший дошкільник стає більш самосвідомим у своїй поведінці, розвиває новоутворення, такі як супідрядність мотивів, довільна поведінка, етичні інстанції та норми.

Важливим критерієм комунікативної сфери дітей є адаптація до оточуючого середовища. Соціалізація виявляється в швидкому та гармонійному прийнятті та дотриманні дитиною соціальних правил поведінки і норм.

В.С.Гордонюк відзначає, що впродовж дошкільного віку дитина подолає значний шлях у своєму розвитку — від відділення себе від дорослого («Я сам») до відкриття свого внутрішнього світу та формування самосвідомості. Характер мотивів дитини велике значення, оскільки вони направляють її на задоволення потреб у спілкуванні та діяльності [2, с. 57].

Розглянемо основні сфери особистісного розвитку дитини-дошкільника. Визначено, що дошкільний вік представляє собою "період первинного фактичного формування особистості", під час якого розвиваються емоційна та мотиваційна сфери, а також формується самосвідомість [5]. Дослідження В.С. Гордонюка вказують на те, що дитина в цей період проходить шлях розвитку особистості, переходячи від відокремлення власного "Я" від дорослого до формування самосвідомості [2, с. 57].

Олпорт Гордон, вивчаючи процес становлення особистості, виділяв 7 основних вікових аспектів розвитку самосвідомості: перший (1,5 року) — тілесне "Я"; другий (2 роки) — почуття самоідентичності; третій (3 роки) —

самоповага, самостійність; четвертий (4-5 років) — розширення "Я"; п'ятий (5-6 років) — образ "Я". Шостий та сьомий аспекти відображають розвиток дитини у шкільний вік [17].

Отже, самосвідомість особистості розглядається як сукупність уявлень індивіда про себе, супроводжується їх оцінкою.

Грицишина Т.І. характеризує поняття "соціальної ситуації розвитку", таке що представляє собою специфічну систему відносин суб'єкта у соціальній дійсності, відображену в його переживаннях та реалізовану у спільній діяльності з іншими людьми. Дослідження Б. Ананьєва та Л. Божович також спрямовані на вивчення специфіки розвитку особистості дитини в контексті соціальної взаємодії [3, с. 12].

Враховуючи висновки цих вчених, можемо розглядати процес особистісного розвитку дитини дошкільного віку як сукупність чотирьох компонентів: мотиваційного, емоційного, когнітивного та комунікативно-поведінкового.

В цьому віці мотиваційна сфера активно розвивається. Спілкування з дорослими, відповіді на запитання та отримання нової інформації формують пізнавальні мотиви. Діти починають порівнювати свої досягнення, розвивається бажання отримати похвалу та бути кращими за інших. Змагальні мотиви та мотиви гри стають характерними.

Розвиток емоційної сфери також важливий. Діти вчаться розрізняти та виражати свої емоції, що впливає на їхню поведінку та стосунки з оточуючими. Цей компонент визначає розвиток пізнавальних процесів. Діти уточнюють своє уявлення про навколишній світ, формують концепції та розрізняють різні аспекти навколишнього середовища.

Діти встановлюють відносини з оточуючими, формують моральні мотиви та вчаться підпорядковувати свою поведінку загальноприйнятим нормам.

Таким чином, у процесі соціальної взаємодії формуються та розвиваються основні компоненти особистісного розвитку дитини дошкільного віку, що включають мотивацію, емоції, когніцію та комунікацію.

Ієрархія мотивів визначає напрямок поведінки дитини, і з часом вона здатна оцінювати не лише окремі вчинки, але й загальну якість своєї поведінки. Перевага суспільних мотивів та дотримання моральних норм може сприяти формуванню в дитини певних цінностей та підпорядковуванню свого вчинку суспільним нормам. З іншого боку, переважання мотивів, спрямованих на особисте задоволення та перевагу над іншими, може вести до порушень правил поведінки я.

В дошкільному віці відбувається інтенсивний розвиток емоційного компоненту особистісного розвитку. Кожна діяльність дитини насичена емоціями та переживаннями. Вплив на розвиток емоцій мають пізнавальні процеси, самосвідомість та мотиваційна сфера. Проведення навчання та дидактичних ігор сприяє розвитку інтелектуальних емоцій, таких як здивування, зацікавленість, радість, впевненість чи сумніви.

У розвитку когнітивного компоненту важливе значення має формування самосвідомості. Дошкільник проходить два основних етапи у цьому процесі: спочатку формується схема власного тіла та відчуття власного "Я", а потім відбувається перехід до рефлексивного рівня індивідуальної самосвідомості та осмислення власної відмінності від інших.

Також, важливим критерієм емоційного розвитку є інтенсивність та співвідношення емоцій, що визначає категорію емоційного благополуччя. Моральні почуття, такі як обов'язок, гордість та самоповага, регулюють ставлення дошкільника до інших людей та суспільних подій.

Таким чином, у процесі дошкільного віку дитина активно розвиває свої мотивації, емоції, когнітивні здібності та комунікативні навички, що визначає комплексний характер особистісного розвитку.

Критерій усвідомлення себе в часі, на думку багатьох вчених, є важливим показником розвитку дошкільника. У віці 6-7 років дитина може

пам'ятати свої минулі дії, усвідомлювати себе в сучасності і уявляти своє майбутнє. Цей період також характеризується статевою ідентифікацією, коли дитина усвідомлює свою стать і формує уявлення про відповідні стилі поведінки для хлопчиків і дівчаток.

У розвитку комунікативно-поведінкового компоненту дошкільника важливе місце займає довільна поведінка. Самосвідомість грає ключову роль у співвіднесенні імпульсивних потягів з вимогами до поведінки та поставленими цілями.

Довільна дія розпочинається з установлення цілі, і наймолодший дошкільник вже здатен усвідомлювати результат та спосіб виконання, хоча ще не завжди осмислює окремі операції.

Гра відіграє важливу роль у формуванні довільності поведінки в дошкільному віці. Під час гри правила спрямовані на дитину не прямо, а через роль, що сприяє розвитку її довільних зусиль. У цьому віці діти вчаться контролювати свою поведінку, освоюючи правила гри як засіб досягнення бажаного результату [2, с. 12].

Розвиток довільності пов'язаний з усвідомленням окремих компонентів діяльності та самосвідомістю в цій діяльності. Це дозволяє дитині усвідомлювати, що порушення правил гри може завадити досягненню бажаного результату, що є кроком вперед у розвитку її довільної поведінки.

Сформованість довільної поведінки у дитини дошкільного віку проявляється основними показниками, такими як активність та ініціативність у досягненні поставленої мети, а не лише старанність у виконанні завдань. Відповідно до Л. Виготського, вольова поведінка є соціально зумовленим новоутворенням, і виникнення цього явища пов'язане із мовленнєвим спілкуванням дитини з дорослим. Спочатку дорослі, використовуючи слово, регулюють поведінку дитини, і поступово для неї слово стає не лише засобом комунікації, але й інструментом організації власної поведінки.

Отже, можна зробити висновок, що особистісний та емоційний розвиток дитини дошкільного віку значно впливає на виникнення важливих

новоутворень, таких як супідрядність мотивів дитячої поведінки, усвідомлення моральних норм, розвиток довільної поведінки, формування самооцінки та самосвідомості, адаптація дитини до оточуючого середовища та підвищення її рівня комунікативності. Факторами, що визначають особистісний розвиток дитини-дошкільника, є спадковість, середовище, виховання та діяльність.

У дошкільний період відбувається інтенсивний розвиток особистості дитини, який визначається відділенням внутрішнього "Я" від батьків та супроводжується самостійністю, розвитком вольової сфери, формуванням провідних мотивів, усвідомленням моральних норм та контролем емоцій та поведінки.

### **1.3. Ігротерапія як засіб розвитку емоційної сфери дошкільників**

Для роботи з дітьми, які зазнають емоційні та поведінкові труднощі, широко використовується ігротерапія, що є ефективним методом. Проблеми, що виникають у дітей дошкільного віку, молодшого шкільного віку та інших вікових груп, успішно вирішуються за допомогою цього підходу. Ігротерапія дозволяє працювати з різними аспектами дитячої психіки, включаючи агресивність, невпевненість, сором'язливість, проблеми сорому, провини, брехні, а також допомагає в усвідомленні та прийнятті власних почуттів [6].

Важливим аспектом ігротерапії є її здатність працювати з різними видами психосоматичних захворювань. Цей метод дозволяє дитині актуалізувати та усвідомити свої проблеми, а також розглядати різні шляхи їх вирішення. Процес ігротерапії стимулює творчість та допомагає у виявленні можливих рішень, що сприяє психологічному здоров'ю та розвитку дитини [23].

Гра є важливою формою прояву активності особистості, і її сутність полягає в непродуктивній діяльності, де мотивація зосереджена на самому процесі, а не на його результаті. Дитяча гра включає дитину у світ людських

дій та стосунків, сприяє розвитку та розрядці психіки, а також готує її до переходу на нові вікові етапи та види діяльності.

Гра має універсальне значення, і ООН визнала її універсальним і невід'ємним правом дитини. Великі психологи, такі як Фрейд та Піаже, відзначають важливість гри для розвитку дитини. Вони розглядають гру як спосіб самовираження, орієнтації в реальному світі та вивчення внутрішніх емоцій та почуттів [24].

Гра теж може бути використана як терапевтичний інструмент, особливо в ігротерапії. Ігротерапія є методом психотерапії для дітей та дорослих, використовуючи гру як засіб. Цей підхід може виявитися ефективним для роботи з дітьми, які пережили травмуючі події.

Ігротерапія відреагування – це напрямок, розвинутий у 30-ті роки Д. Левіном, що використовує гру для відтворення стресових ситуацій та допомагає дитині подолати емоційну напругу. Цей метод відтворює обставини, які викликали травму, дозволяючи дитині вивільнити емоції та заспокоїтися [18, с. 180].

Ігра та ігротерапія визнаються важливими засобами розвитку, самовираження та психотерапії дитини, надаючи їй можливість ефективно взаємодіяти з навколишнім світом та розвивати власну особистість.

Ігротерапія побудови відносин з'явилася в 1930-х роках як результат досліджень Д.Тафта та Ф. Аллена, визначаючи новий напрямок у терапії відносин. Філософська основа цього напрямку була взята з робіт О.Ранка, який акцентував увагу на історії життя дитини та її несвідомому, переносячи це на систему "терапевт - клієнт" [8, с. 28].

В ігровій терапії відносин, основна увага приділяється лікувальній силі емоційних відносин між терапевтом та клієнтом. Дітям дозволяється вільно вибирати, грати чи не грати, та керувати своєю діяльністю. Мета цієї терапії не полягає в зміні дитини, а в допомозі їй утвердити своє "я" та відчуття власної цінності.

Основний механізм досягнення корекційних цілей - це встановлення позитивних відносин між ігротерапевтом та клієнтами. Це демонструє незмінне прийняття дитини, її установок та цінностей, висловлюючи віру в її здібності.

Щодо ігротерапії в психоаналізі, використання гри пов'язано з теоретичними традиціями психоаналітичного підходу. Праці М. Кляйн, А. Фрейд та Г. Гуг – Гельмут вказують на важливість гри для аналізу та корекції дитячого психічного розвитку [7].

Активна і пасивна ігротерапія використовується для подолання емоційних порушень, пропонуючи дитині виражати свої емоції та досвід у безпечному середовищі. Ігротерапіяцентрована на клієнті ставить своєю метою не зміну дитини, а надання їй можливості бути самою собою [32, с. 38].

Розвиток ідей в ігротерапії, центрованої на дитині, був значно збагачений через внесок К. Роджерса та В. Екслейн. Центральним поняттям цього підходу є ідея про спонтанність психічного розвитку дитини, яка має внутрішні джерела саморозвитку та потенціал для самостійного вирішення проблем особистісного зростання. Основне завдання ігротерапії полягає в створенні або відновленні значущих відносин між дитиною та дорослим з метою оптимізації особистісного росту та розвитку.

В ігротерапії центрованої на дитині визнається, що гра, яка є вільною від примусу та підпорядкованості, створює унікальну можливість для дитини виражати себе, досліджувати свої почуття та вивчати свої власні переживання. Вона є єдиним місцем, де дитина може вільно самовиражатися, відчувати свою незалежність від світу дорослих. Цей підхід визнає внутрішні резерви дитини та акцентує на тому, які внутрішні сили можуть бути використані для досягнення особистісного розвитку та позитивних змін у відносинах.

Дослідження В. Екслейн визначили великий напрямок в ігротерапії, що успішно впроваджує принципи недирективної терапії. Вона акцентувала на природності, прагненні індивіда до розвитку та його здатності самостійно управляти власним розвитком у корекційній роботі з дітьми. Екслейн

підкреслила, що процес особистісної реалізації та саморозвитку може бути обмежений внаслідок невідповідних умов середовища або порушень взаємодії з батьками та іншими дорослими [25].

Ігротерапія є унікальним методом психотерапевтичної роботи з дітьми, що використовує гру як основний засіб комунікації та самовираження. В ігровій кімнаті дитина може вільно виражати свої емоції, переживання і думки, не обмежуючись словами, що особливо важливо для дітей, яким складно вербалізувати свої емоції або які ще не до кінця усвідомлюють, що саме вони відчують. Для того щоб цей процес був максимально ефективним, психотерапевт повинен дотримуватися низки важливих вимог, що визначають успішність його роботи. Важливі аспекти ігротерапії були окреслені психологом Вірджинією Екслейн, яка підкреслювала особливі риси, необхідні для ефективної роботи з дітьми [34].

Однією з основних вимог до психолога в ігротерапії є повага до дитини як до цілісної особистості. Це означає, що психолог повинен сприймати дитину не як "незавершену" версію дорослого, а як повноцінного індивіда з власними унікальними думками, переживаннями, емоціями та потенціалом. Психотерапевт має проявляти справжній інтерес до внутрішнього світу дитини, до її переживань та особистої історії. Саме через цей підхід можлива ефективна терапія, оскільки діти відчують, коли до них ставляться з повагою і коли їхні почуття та думки дійсно цінують.

Ця повага проявляється не тільки у ставленні до дитини, але й у способі ведення терапії. Психотерапевт має дозволити дитині самостійно вибирати напрямок гри, слідувати її інтересам і не нав'язувати своїх очікувань чи вимог. Ігрова кімната повинна стати для дитини простором свободи, де вона може бути собою, відчуючи, що її думки та почуття мають значення і враховуються.

Розуміння внутрішнього світу дитини є ще однією ключовою вимогою до психотерапевта. Діти часто не можуть виразити свої емоції і переживання словами так, як це роблять дорослі. Їхні внутрішні конфлікти, страхи, тривоги

та радості можуть проявлятися через гру, поведінку або навіть через невербальні знаки, такі як жести, міміка та тілесні реакції [31, с. 118].

Терпіння тут відіграє вирішальну роль. Діти можуть не відразу відкритися перед психологом, а їхній прогрес у терапії може бути повільним. Психотерапевт повинен мати терпіння, щоб чекати моменту, коли дитина буде готова поділитися своїми почуттями або досвідом. Терпіння означає також здатність приймати емоційні реакції дитини без оцінки або поспішних висновків. Це дозволяє дитині відчувати себе у безпеці і впевнено, що в свою чергу сприяє більш глибокому терапевтичному процесу.

Психотерапевт також має бути уважним до контексту розвитку дитини, враховувати її вік, сімейне оточення, культурні та соціальні фактори, які можуть впливати на її поведінку та емоції. Це дає можливість краще зрозуміти дитячий внутрішній світ і допомогти їй у її власному темпі вирішувати внутрішні конфлікти.

Для того щоб ефективно працювати з дітьми, психолог має постійно займатися власним самопізнанням. Робота з дітьми часто може викликати сильні емоції, особливо коли мова йде про складні або травматичні переживання дитини. Психотерапевт повинен бути емоційно стійким і здатним контролювати свої власні реакції, щоб не переносити свої емоції на дитину [28].

Це означає, що психотерапевт повинен добре розуміти власні емоції, особисті межі та механізми саморегуляції. Він має бути готовим до роботи зі складними емоціями, такими як гнів, страх, тривога, які можуть проявлятися під час терапії. Вміння зберігати емоційну рівновагу допомагає терапевту залишатися об'єктивним і ефективно допомагати дитині, не змішуючи свої особисті почуття з професійною діяльністю.

Самопізнання також важливе для розуміння власних обмежень і можливостей. Психотерапевт повинен бути чесним із собою щодо того, що він здатен запропонувати дитині у терапії, і бути готовим звертатися за підтримкою або консультацією у складних випадках. Це допомагає забезпечити інтереси дитини і гарантує, що терапія буде націлена на найкращий результат.

Об'єктивність є ще однією важливою рисою для психотерапевта. Він має уникати суб'єктивних оцінок або упереджень, які можуть спотворити розуміння дитини і її потреб. Психотерапевт повинен бути здатним оцінювати ситуацію з різних точок зору і бути відкритим до різних можливостей розвитку подій.

Гнучкість у висуванні гіпотез є важливою частиною терапевтичного процесу. Під час роботи з дитиною психотерапевт може будувати певні гіпотези щодо причин її поведінки або емоційного стану. Однак ці гіпотези повинні бути гнучкими, оскільки в процесі терапії можуть виникати нові факти або обставини, які можуть змінити початкове уявлення про проблему. Тому психотерапевт повинен бути готовим до експериментування і коригування своїх гіпотез на основі нових даних.

Гнучкість також полягає в адаптації терапевтичних методів до потреб конкретної дитини. Кожна дитина є унікальною, і те, що працює з однією дитиною, може бути неефективним для іншої. Психотерапевт повинен бути готовим змінювати свій підхід, експериментувати з різними методами і знаходити найефективніші способи допомоги дитині.

Сенситивність і емпатія є ключовими рисами для будь-якого психолога, особливо коли мова йде про роботу з дітьми. Психотерапевт має бути чутливим до емоційних потреб дитини, розуміти її емоційні стани і підтримувати її у моменти тривоги або стресу. Це допомагає створити довірливі стосунки, де дитина відчуває себе у безпеці і готова відкриватися [29, с. 72].

Емпатія дозволяє психотерапевту "входити у взуття" дитини, розуміти її точку зору і відчувати її емоції. Це допомагає психотерапевту бути більш ефективним у взаємодії з дитиною, оскільки він може краще передбачати її реакції і потреби.

Почуття гумору є ще однією важливою рисою. Діти люблять сміятися, і гумор може допомогти розслабити напругу, створити позитивну атмосферу в терапевтичній взаємодії і сприяти відкритості дитини. Психотерапевт, який уміє знайти спільну мову з дітьми через гумор, може легше побудувати з ними довірливі стосунки.

Легкість у спілкуванні також є важливою, оскільки діти часто сприймають дорослих як авторитетів, що може викликати у них тривогу або страх. Психотерапевт повинен бути відкритим і доступним у спілкуванні, щоб дитина могла відчувати себе комфортно і безпечно під час терапевтичної сесії. Легкість у спілкуванні дозволяє дитині не сприймати психолога як загрозового або суворого авторитета, а як людину, яка готова допомогти і підтримати її у складний момент. Це особливо важливо в ситуаціях, коли дитина може відчувати себе вразливою або незахищеною через свої переживання або проблеми [30, с. 204].

Коли психотерапевт проявляє відкритість, дружелюбність і готовність вислухати, він допомагає дитині розслабитися і бути більш відвертою у вираженні своїх почуттів. Діти часто спілкуються через гру, невербальні сигнали або навіть через метафоричні образи, тому здатність психотерапевта бути гнучким і легким у спілкуванні сприяє тому, щоб терапевтичний процес був ефективним і природним.

Важливо також, щоб психотерапевт вмів адаптувати свою комунікацію до рівня розвитку дитини, щоб вона відчувала, що її розуміють і поважають. Здатність встановлювати та підтримувати контакт, використовуючи просту і зрозумілу мову, а також враховуючи емоційний стан дитини, створює позитивну атмосферу, у якій дитина може розкрити свої переживання і страхи.

Таким чином, поєднання сенситивності, емпатії, почуття гумору та легкості у спілкуванні є надзвичайно важливими рисами психотерапевта в ігротерапії. Вони дозволяють побудувати довірливі стосунки з дитиною, створюють простір для вільного самовираження і допомагають дитині почуватися комфортно і безпечно у процесі терапії.

Екслайн вперше акцентувала на важливості обмежень для створення відчуття безпеки та стабільності в терапевтичних відносинах з дитиною. Вона визначила перелік обмежень та вимог до них.

Ігротерапія дитячо-батьківських відносин, сформована в 1960-і роки Л. Герні та Б. Герні, орієнтована на розв'язання соціальних, емоційних та

поведінкових проблем дітей. Цей напрямок об'єднує ігротерапію з дітьми та навчання батьків, залучаючи їх у зміни, що відбуваються. Терапевт вчить батьків психологічно компетентній поведінці з дітьми та сприяє використанню набутого досвіду в домашніх умовах [33, с. 369].

Підставами для дитячо-батьківських відносин є визнання ролі гри в розвитку дитини та терапевтичних відносинах. Цей підхід визнає здатність батьків до проведення ігрових сесій зі своїми дітьми та підкреслює перевагу навчальної моделі в їх взаєминах.

Недирективна ігротерапія спрямована на підтримку саморозвитку дитини та розвиток її внутрішніх резервів. Досягнення цілей полягає в розвитку відповідальності, позитивної самооцінки, самокерування та інших психологічних аспектів.

Директивна ігротерапія передбачає активну участь терапевта, що виступає організатором гри та транслює її символічне значення. Вона спрямована на активізацію несвідомих тенденцій та їх трансформацію у соціально прийнятні норми. Переваги директивної ігротерапії включають більшу структурованість та контроль над процесом змін у дитини, можливість прогнозування часу та якості терапевтичних змін, а також інтенсивну та короткострокову роботу [11, с. 160].

Всі ці напрямки ігротерапії покликані сприяти розвитку дитини, поліпшенню відносин з батьками та оточуючими, а також вирішенню соціальних, емоційних та поведінкових проблем. Важливо враховувати індивідуальні особливості дитини та створювати безпечне середовище для її самовираження та розвитку.

Змішана ігрова терапія, яка об'єднує принципи як недирективної, так і директивної ігротерапії, може бути ефективним методом корекції особистісної сфери у дошкільнят. Її використання передбачає чітке відстеження особистісних новоутворень та зрушень у поведінці дитини. Гнучкість використання ігрових ситуацій різних методів ігротерапії підвищує ефективність психотерапевтичного процесу та спрощує його реалізацію.

Різні підходи до ігротерапії підкреслюють актуальність цього методу. Гра виявляє значний вплив на розвиток особистості, сприяє зняттю напруженості та тривоги. Вона впливає на всі сторони психічного розвитку, формуючи у дитини розумовий план та здатність створювати узагальнені образи.

Ігра для дитини - це не лише радість та задоволення, але і важливий засіб психічного розвитку. Іграшка, створена дорослими, грає ключову роль у підготовці малюка до суспільства. Різні методи психологічної корекції та психотерапії в дитячому віці базуються на грі як універсальному способі впливу на особистість дитини [10].

Техніки ігрової терапії для тривожних дітей є різноманітними і виникають як внаслідок психоаналітичних теорій, так і через сучасні дослідження в ігротерапії. Ці методи розвиваються та адаптуються для різних випадків та потреб.

Таким чином, ігротерапія залишається важливим та ефективним засобом психологічної корекції та розвитку особистості, особливо на ранніх стадіях її формування.

### **Висновки до першого розділу**

У ході аналізу наукових досліджень щодо використання ігротерапії як інструменту для розвитку емоційної сфери були виявлені ключові аспекти, що стосуються її сутності, засад та особливостей розвитку в вітчизняній та зарубіжній психології.

Ігротерапія визначається як ефективний інструмент розвитку особистісної сфери. Цей метод психотерапії використовує ігрову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, а також розширення свідомості та взаємодії з навколишнім світом.

Ігротерапія є методом психотерапії, спрямованим на вплив на всі сфери особистості за допомогою гри. Цей підхід дозволяє використовувати ігрові елементи для позитивного впливу на психічний стан та емоційний розвиток.

Проведено аналіз вікових та психологічних особливостей старших дошкільників, що дозволило визначити особливості використання ігротерапії в роботі з цією віковою групою.

Встановлено, що ігротерапія є ефективним засобом розвитку емоційної сфери дошкільників. Цей метод сприяє формуванню емпатії та розширенню емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку, використовуючи особистісний потенціал кожної дитини через гру.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ ІГРОТЕРАПІЇ

#### 2.1. Організація та методи дослідження

Дослідження розвитку емоційної сфери старших дошкільників, використовуючи методи ігротерапії, було проведено в комунальному закладі дошкільної освіти №10 "Ластівка" міста Вознесенськ, Миколаївської області. Участь у дослідженні взяли вихованці старших груп дитячих установ. Контрольна група складалася з 32 осіб (18 дівчаток, 14 хлопчиків), а експериментальна група - з 28 осіб (17 дівчаток, 11 хлопчиків). Загальна кількість респондентів становила 60 осіб.

Метою дослідження було виявлення особливостей розвитку емоційної сфери старших дошкільників за допомогою ігротерапії. Використано такі методики, як «Емоційні обличчя» Н. Семаго, «Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей» В. Мінаєвої, «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєва та Ю. Афонькіна.

Етапи експериментальної частини включають: відбір методик для виявлення рівня емпатії та проведення первинної діагностики. Розподіл дітей на контрольну та експериментальну групу.

Формувальний етап: розробка та апробація програми ігротерапії для розвитку емпатії в експериментальній групі.

Контрольний етап: проведення повторної діагностики рівня емпатії за допомогою обраних методик. Підтвердження ефективності ігротерапії.

Такий підхід дозволяє систематично вивчати та розвивати емоційну сферу старших дошкільників, застосовуючи інноваційні методи ігротерапії.

Методика "Емоційні обличчя" Н. Семаго призначена для оцінки здатності адекватного розпізнавання емоційного стану, а також точності та якості цього розпізнавання, зосереджуючись на тонких емоційних диференціаціях.

У методиці використовуються дві серії зображень емоційної лицьової експресії як стимулюючий матеріал. Перша серія включає контурні обличчя (3 зображення), а друга - зображення реальних емоційних виразів дитячих облич (14 зображень хлопчиків і дівчаток з різними емоційними вираженнями).

Методика призначена для дітей віком від 3 до 11-12 років. Критерії оцінки включають в себе високий, середній і низький рівні. Високий рівень виконання визначається як розгорнута і докладна відповідь, здатність адекватно позначати емоційні стани і оцінювати експресію обличчя.

Методика "Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей" В. Мінаєвої спрямована на визначення здатності дитини розуміти емоційні стани людей, а також її власні емоційні стани. Дослідження проводиться індивідуально в двох серіях.

У першій серії дитині пропонується відповісти на 8 запитань, які стосуються емоцій людини. Друга серія включає питання про вияв емоцій у дитини в різних ситуаціях (8 питань). Питання задаються послідовно, дозволяючи ставити наступне після розгорнутої відповіді на попереднє запитання.

Обробка даних включає в себе оцінку відповідності відповідей дітей заданим питанням. Запитання, які ставляться в обох серіях, сприяють порівнянню розуміння дітьми емоційних станів людей в конкретних ситуаціях, які наведені в методиці.

Методика "Вивчення емоційних проявів дітей" Г. Урунтаєвої та Ю. Афонькіної спрямована на виявлення розвиненості вміння дітей співпереживати іншим людям, а також багатства експресивно-мімічних засобів спілкування. Дослідження включає дві серії.

У першій серії групі дітей дається завдання обіграти ситуації, які зрозумілі і близькі їм. Друга група дітей виявляє емоції, які вони спостерігають

в цих сценаріях. У другій серії дітям також дається завдання обіграти п'ять ситуацій. Якщо діти недостатньо виразно або неправильно зображують почуття і емоції персонажів, психолог детально описує ситуації і розповідає, що відчуває кожен з персонажів.

Методика може бути застосована для роботи з дітьми віком від 4 до 7 років. Оцінка базується на виразності та правильності відтворення емоційних станів персонажів у виконанні дітей.

Під час первинної діагностики для визначення рівня емпатії дітей було здійснено поділ на дві групи:

Експериментальна група: діти з недостатнім рівнем розвитку емпатії. Для цієї групи були заплановані та проведені розвиваючі ігрові заняття.

Контрольна група: діти з достатнім рівнем емпатії. У цієї групи ігрові заняття не проводилися.

На формуючому етапі експерименту була реалізована програма ігрових занять, спрямована на розвиток емпатії серед старших дошкільників. Протягом місяця проводилися вечірні заняття ігротерапії, враховуючи вільний від основних занять час дітей.

## **2.2 Особливості порушень та корекція емоційної сфери старших дошкільнят**

Результати аналізу за методикою "Емоційні обличчя" Н. Семаго показали, що 25% дітей з контрольної групи та 23% з експериментальної демонструють високий рівень розвитку емпатії. Ці високі показники можуть свідчити про те, що діти даного рівня розвитку виявляють впевненість, правильність та швидкість у сприйнятті схематичних зображень емоцій

Зауважимо, що різниця в результатах між контрольною та експериментальною групами є незначною (2%). Це може вказувати на те, що впроваджена корекційно-розвивальна програма не суттєво вплинула на рівень розвитку емпатії в порівнянні з традиційним підходом. Потрібно подальше

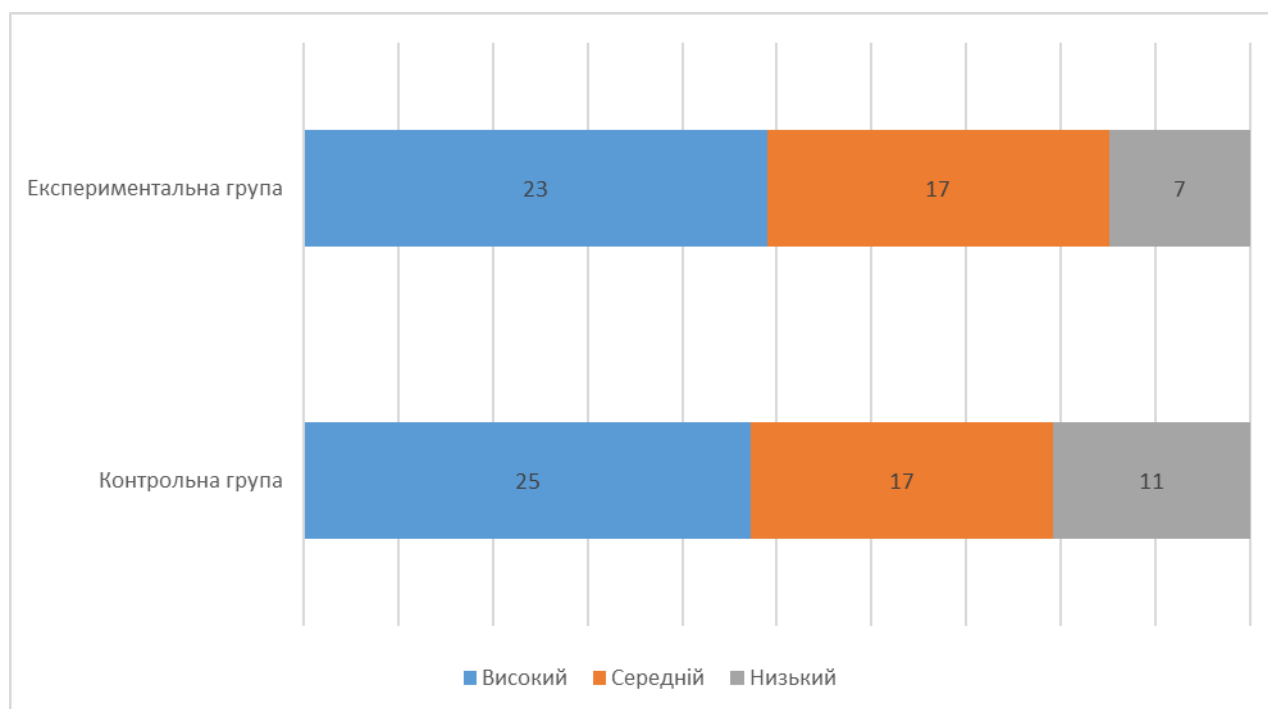
вивчення та аналіз, а також можливі коригування програми для досягнення більш виразних результатів.

Таблиця 2.1

**Результати дослідження за методикою «Емоційні обличчя»  
Н. Семаго**

| Рівні розвитку | Контрольна група |      | Експериментальна група |      |
|----------------|------------------|------|------------------------|------|
|                | %                | осіб | %                      | осіб |
| Високий        | 25               | 15   | 23                     | 14   |
| Середній       | 17               | 10   | 17                     | 10   |
| Низький        | 11               | 7    | 7                      | 4    |
| Усього         | 53               | 32   | 47                     | 28   |

Зазначено, що під час відповідей на питання діти виявляють високий рівень комфорту, використовують чітку та голосну мову. Їхні розповіді вражають фантазійними образами та яскравими визначеннями.



**Рис. 2.1** Результати дослідження за методикою «Емоційні обличчя» Н. Семаго

Додатково було виявлено, що 17% дітей з експериментальної та контрольної групи мають середній рівень розвитку емпатії. Зокрема, 11% дітей з контрольної групи та 7% з експериментальної групи проявили низький рівень

розвитку емпатії. Отримані дані вказують на те, що деякі діти не можуть точно назвати та продемонструвати емоційний стан, а питання, спрямовані на їхню самооцінку, не сприяють вирішенню цього завдання.

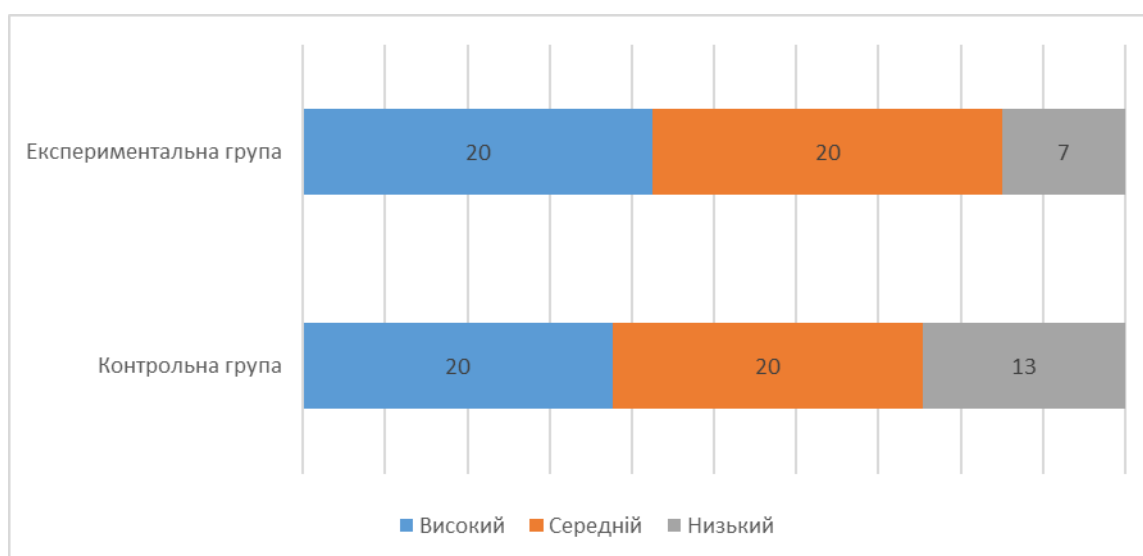
Результати завдань за методикою «Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей» В. Мінаєвої наведені у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

**Результати дослідження за методикою «Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей» В. Мінаєвої**

| Рівні розвитку | Контрольна група |      | Експериментальна група |      |
|----------------|------------------|------|------------------------|------|
|                | %                | осіб | %                      | осіб |
| Високий        | 20               | 12   | 20                     | 12   |
| Середній       | 20               | 12   | 20                     | 12   |
| Низький        | 13               | 8    | 7                      | 4    |
| Усього         | 53               | 32   | 47                     | 28   |

Аналіз отриманих результатів, представлених на Рис. 2.2., вказує на те, що 20% дітей з контрольної групи та 20% з експериментальної групи виявили високий рівень розвитку емпатії. Це свідчить про те, що у дітей є виразне розуміння емоційних станів як дорослих, так і однолітків.



**Рис. 2.2** Результати завдань за методикою «Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей» В. Мінаєвої

Середній рівень розвитку емпатії був виявлений у 20% дітей з контрольної групи та 20% дітей з експериментальної групи. Щодо низького рівня розвитку емоційного сприйняття, цей аспект був визначений у 13% дітей контрольної групи та у 7% дітей експериментальної групи. Низький рівень емпатії передбачає недостатню здатність розуміти емоційний стан інших та невміння керувати власними емоціями.

У результативній таблиці 2.3 відображено аналіз дослідження за методикою «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіої. Згідно отриманих даних, високий рівень емпатії за цією методикою був виявлений у 15% дітей контрольної групи та 10% дітей експериментальної групи.

Високий рівень прояву емпатії свідчить про те, що ці діти виявляють моральну мотивацію в більшості випадків, мають широкі знання щодо способів виявлення соціальних емоцій та володіють доброзичливим ставленням до різних людей, включаючи як знайомих, так і незнайомих.

Також ці діти характеризуються проявами турботи, допомоги та доброзичливості в різних життєвих ситуаціях.

Дані також показують, що 23% дітей з експериментальної групи та 22% з контрольної групи мають середній рівень розвитку емпатії. У цій групі спостерігається мотивація для виявлення емпатії в певних випадках, знання способів виявлення соціальних емоцій у знайомих ситуаціях, а також доброзичливе ставлення обмежене лише до рідних та близьких людей.

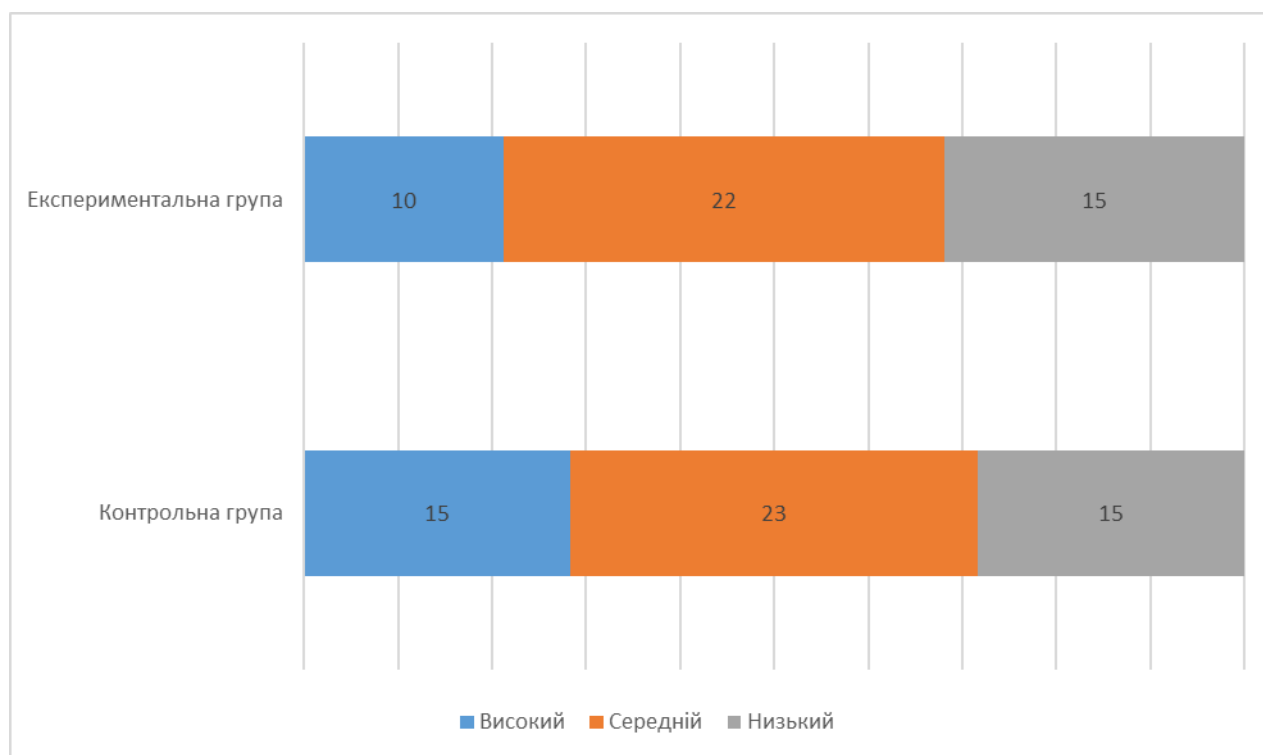
Прояви турботи, допомоги та доброзичливості визначаються конкретною ситуацією.

У той час як 15% дітей з обох груп виявили низький рівень розвитку емпатії, що означає обмежену мотивацію для виявлення емпатії, обмежені знання способів виявлення соціальних емоцій, а також доброзичливе ставлення, яке проявляється тільки у певних ситуаціях та обмежене до родинних та близьких осіб.

Таблиця 2.3

**Результати дослідження за методикою «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіої**

| Рівні розвитку | Контрольна група |      | Експериментальна група |      |
|----------------|------------------|------|------------------------|------|
|                | %                | осіб | %                      | осіб |
| Високий        | 15               | 9    | 10                     | 6    |
| Середній       | 23               | 14   | 22                     | 13   |
| Низький        | 15               | 9    | 15                     | 9    |
| Усього         | 53               | 32   | 47                     | 28   |



***Рис. 2.3** Результати дослідження за методикою «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіої*

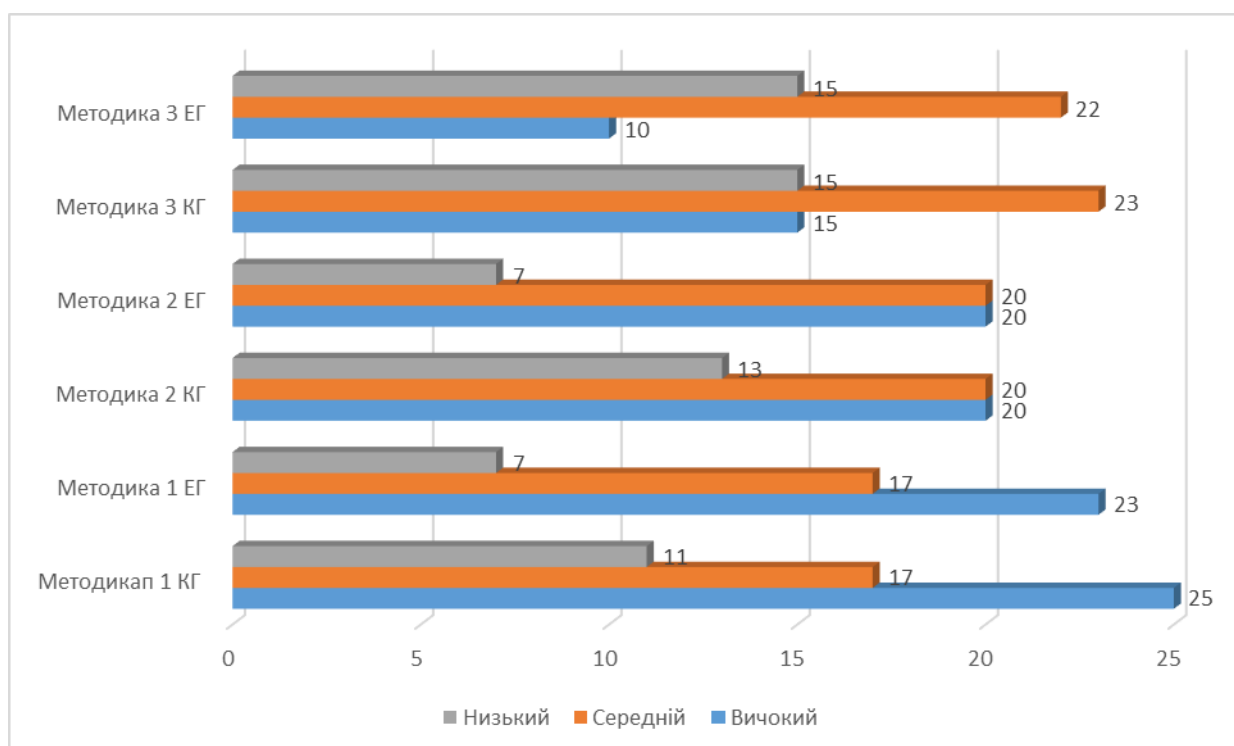
Висновки з трьох методик представлені в таблиці 2.4, яка містить узагальнені результати дослідження.

Таблиця 2.4

**Узагальнені дані за трьома методиками дослідження рівня емпатії  
старших дошкільників, %**

| Рівні<br>розвит ку | Методика 1 |   | Методика 2 |    | Методика 3 |    |
|--------------------|------------|---|------------|----|------------|----|
|                    | Г          | К | КГ         | ЕГ | КГ         | ЕГ |
| Висо<br>кий        | 5          | 2 | 20         | 20 | 15         | 10 |
| Серед<br>ній       | 7          | 1 | 20         | 20 | 23         | 22 |
| Низьк<br>ий        | 1          | 1 | 13         | 7  | 15         | 15 |
| Усьог<br>о         | 3          | 5 | 53         | 47 | 53         | 47 |

Аналізуючи результати таблиці 2.4, видно, що виявленої помітної різниці в показниках між групами не спостерігається, для наочного сприйняття матеріалу побудуємо графік на Рис. 2.4.



**Рис. 2.4** Узагальнені дані за трьома методиками дослідження рівня емпатії старших дошкільників, %

Виявлене невелике зниження результатів за другою методикою та перерозподіл дітей в контрольній групі з низьким і середнім рівнями розвитку емпатії може бути викликане різними факторами, такими як індивідуальні особливості дітей, їхні емоційний стан під час проведення дослідження тощо.

Після первинної діагностики була розроблена та апробована психолого-педагогічна програма з використанням ігротерапії для розвитку емпатії серед старших дошкільників з низьким рівнем розвитку цього навчання. Заходи здійснювалися лише з дітьми експериментальної групи.

Попри те, що психолого-педагогічна програма була спрямована на підвищення рівня розвитку емпатії, результати поки не свідчать про істотне поліпшення.

Це може бути пов'язано з різноманітністю індивідуальних особливостей дітей, а також з необхідністю більш глибокого аналізу та вдосконалення методик та засобів, використовуваних у програмі.

Для подальшого покращення ефективності програми рекомендується провести детальний аналіз результатів, враховуючи конкретні особливості дітей та можливі фактори, що впливають на розвиток емпатії. Також слід врахувати отримані дані при модифікації та адаптації програми для досягнення більш ефективних результатів.

### **Висновки до другого розділу**

Результати експерименту дозволяють зробити низку важливих висновків, що стосуються особистісного та емоційного розвитку старших дошкільників.

Зокрема, аналіз отриманих даних свідчить про те, що у багатьох дітей на цьому етапі розвитку спостерігаються певні недоліки в формуванні особистісної сфери, включаючи емоційну стійкість, уміння розпізнавати та виражати власні емоції, а також недостатню здатність до емоційної саморегуляції.

Це підтверджується труднощами у взаємодії з однолітками та в конфліктних ситуаціях, де діти проявляють емоційну нестабільність та низьку адаптивність.

Ігротерапія, за даними дослідження, виступає ефективним інструментом для стимуляції емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку. У процесі експерименту було встановлено, що залучення до ігротерапевтичних методик сприяє розвитку у дітей навичок саморефлексії, підвищенню рівня емоційної грамотності, а також розвитку емоційної емпатії.

Діти, які брали участь в ігротерапії, демонстрували краще розуміння власних емоцій та емоцій інших, що позитивно вплинуло на їхню здатність до соціальної взаємодії та вирішення конфліктів.

## РОЗДІЛ 3

### АПРОБАЦІЯ МЕТОДИКИ ВИКОРИСТАННЯ ІГРОТЕРАПІЇ ЯК ЗАСОБУ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

#### 3.1 Програма ігротерапії як засобу емоційного розвитку старших дошкільнят

Програма ігротерапії є важливим інструментом для емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку. У цьому віці діти активно досліджують навколишній світ і формують свої соціальні та емоційні навички. Ігротерапія забезпечує їх можливістю виражати свої почуття, розвивати соціальні навички та навички вирішення проблем через гру.

Завдяки своїй різноманітності, ігротерапія може бути адаптована до індивідуальних потреб кожної дитини. Це робить її універсальним інструментом для підтримки емоційного розвитку, незалежно від особистих потреб або викликів, з якими стикається дитина.

Таким чином, програма ігротерапії є надзвичайно цінним ресурсом для емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку. Вона не тільки допомагає дітям виражати та осмислювати свої емоції, але й сприяє розвитку соціальних навичок, навичок вирішення проблем та зниженню стресу. Ігротерапія також може бути ефективним засобом підтримки дітей, які мають труднощі в навчанні або поведінці, забезпечуючи їм безпечне і підтримуюче середовище для розвитку і самовираження.

На основі результатів первинної діагностики ігроітерапії, як засобу емоційного розвитку дітей старшого шкільного віку, а також проведеного теоретичного аналізу специфіки нами була розроблена програма ігротерапії. Ця програма спрямована спрямована на розвиток емпатії серед старших дошкільників.

Програма ігротерапії була обрана через її ефективність як інструменту для групової роботи, що дозволяє формувати, розвивати та корегувати різні властивості та характеристики особистості. Гра, як форма взаємодії, забезпечує безпечне та підтримуюче середовище для емоційного самовираження та розвитку, що є особливо важливим для розвитку емпатії. Ігротерапія дозволяє учасникам не лише відпочити та зняти стрес, але й виявити та розвинути навички, які можуть бути корисними.

Мета програми полягає в сприянні розвитку пізнавальної активності у дошкільників, підвищенні рівня емпатії та креативності, корекції дитячо-батьківських стосунків і подоланні страхів. Програма також спрямована на формування психологічних механізмів, сприяючих самоактуалізації та саморозвитку особистості дошкільника.

Завдання програми включають у себе:

- Розвиток пам'яті.
- Розвиток мислення, включаючи швидкість мислення та розумові операції, такі як аналіз, синтез, порівняння, узагальнення та класифікація.
- Розвиток тонкої моторики пальців рук.
- Розвиток дисциплінованості, організованості та вольової регуляції.
- Сприяння розвитку емпатії.
- Діагностування прихованих здібностей та виявлення психічних проблем у всебічному розвитку дошкільників.
- Формування умінь креативно мислити та діяти.
- Корегування та удосконалення комунікативних навичок та уміння працювати у групі з дотриманням правил групи.

Цільова група для корекційно-розвивальної програми включає дітей старшого дошкільного віку від 5 до 7 років.

Під час проведення занять використовуються різноманітні методи та форми роботи, спрямовані на комплексний розвиток особистості дітей. Серед них:

Ігрові методи:

- Тренінгові вправи, спрямовані на розвиток комунікативних та соціальних навичок.
- Сюжетно-рольові ігри, що сприяють розвитку уяви та творчих здібностей.
- Ігри драматизації, сприяючи розвитку емоційної сфери та емпатії.
- Кінезіологічні вправи для стимулювання фізичного розвитку та координації рухів.
- Аутогенне тренування та релаксація для зниження стресу та підвищення психічного благополуччя.

#### Арттерапія:

- Казкотерапія, яка сприяє розвитку творчості та вирішенню емоційних питань.
- Музикотерапія, використовуючи звукові елементи для впливу на емоційний стан.
- Колажування та інші художні практики для вираження та розвитку творчих здібностей.

#### Психогімнастика:

- Етюди, спрямовані на розвиток пам'яті, мислення та розумових операцій

Ці методи та форми роботи допомагають не лише в розвитку конкретних навичок, але й сприяють загальному психофізичному розвитку дитини.

#### Етапи:

- Підготовчий етап триває 2 заняття;
- Корекційний етап триває 8 занять;
- Розвивальний етап триває 9 занять;
- Етап оцінки ефективності корекційно-розвивального впливу триває 1 заняття.

Організація занять: програмний курс розраховано на 20 занять, кожне заняття триває годину, загалом - 20 годин. Заняття варто проводити 1-2 рази на

тиждень. Тривалість одного заняття становить 30-60хв. Кількість дітей в групі від 5 до 7.

Прогнозований результат вказує, що впровадження корекційно-розвивальної програми призведе до позитивних змін у розвитку емоційної сфери дошкільників. Програма сприятиме підвищенню рівня практичних навичок спілкування та емпатії, розвитку навичок роботи у групі та дотримання правил. Також вона сприяє формуванню дисципліни, організованості, вольової регуляції та креативного мислення.

Програма має за мету коригування взаємовідносин між дітьми та їх батьками, а також виявлення прихованих здібностей та вирішення психічних проблем у всебічному розвитку особистості дошкільника. Зміст програми подано в додатку А.

Після завершення занять проводилася вторинна діагностика рівня емпатії дітей старшого дошкільного віку. На контрольному етапі експерименту використовувалися ті ж методики, що й на початковому етапі для визначення рівня емпатії.

Нижче наводимо характеристику проведених зустрічей з дітьми старшого шкільного віку, показники яких в результаті вивчення емоційного розвитку потребували корекції задля успішного емоційного розвитку.

Зміст програми ігротерапії.

### **Підготовчий Етап**

#### **Заняття 1:**

*Мета:* Познайомити учасників групи один з одним, створити позитивну атмосферу в групі, та сприяти саморозкриттю членів групи.

*Обладнання:* Різнокольорові олівці або фарби, аркуші формату А-4, музична композиція, плакат правил групи «Квітка».

У цьому занятті акцент робиться на формування групової динаміки та розвитку міжпівкульної взаємодії. Перше знайомство відбувається через привітання та ознайомлення з правилами групи, що сприяє встановленню базових норм поведінки.

Кінезіологічні вправи для рук покликані активізувати фізичну активність учасників і допомогти їм розслабитися, що є важливим для подальшого ефективного навчання та взаємодії.

Після цього учасникам пропонується створити свій портрет і зобразити своє улюблене ім'я. Ця діяльність спрямована на розвиток творчого (наочнообразного) мислення, що є характерним для правої півкулі мозку. Виконання творчого завдання дозволяє кожному учаснику висловити своє бачення ідентичності, а також взаємодіяти з іншими через особистісне самовираження.

Релаксаційна вправа «Сонячний промінчик» служить для зниження рівня стресу і напруження у групі, що сприяє створенню комфортної атмосфери для відкритого саморозкриття. Заключним етапом є рефлексія, під час якої учасники обговорюють свої враження та переживання, що допомагає укріпити групову згуртованість.

## **Заняття 2.**

*Мета:* Розвивати вміння починати спілкування, а також покращувати абстрактно-логічне мислення.

*Обладнання:* Плакат правил групи «Квітка», клубок ниток, різнокольорові олівці або фарби, аркуші формату А-4, музична композиція.

Це заняття орієнтоване на згуртування групи та формування навичок комунікації. Після привітання та повторення правил групи, учасники виконують кінезіологічні вправи для рук, які допомагають зняти напруження та підготуватися до активної участі у грі.

Гра «Клубочок» є ключовим елементом заняття, яка сприяє розвитку комунікаційних навичок і соціальної взаємодії. Учасники мають обмотувати клубок ниток один навколо одного, що символізує зв'язок і взаємодію в групі. Це також допомагає у формуванні відчуття єдності та підтримки серед учасників.

Релаксаційна вправа завершує заняття, знижуючи рівень стресу і допомагаючи учасникам засвоїти отримані навички. Рефлексія наприкінці

заняття сприяє обговоренню досвіду та особистих відчуттів, що допомагає в закріпленні отриманих знань.

### **Корекційний Етап**

#### **Заняття 3.**

*Мета:* Розпізнавання і вираження емоційних та поведінкових станів, розвиток уяви і творчих здібностей, а також профілактика страху спілкування та вирішення конфліктів.

*Обладнання:* Плакат правил групи «Квітка», ватман, різнокольорові олівці або фарби з пензликами, музична композиція.

На цьому етапі заняття спрямоване на корекцію емоційних і поведінкових станів учасників. Після традиційного привітання і повторення правил групи, проводяться кінезіологічні вправи для рук, які допомагають активізувати фізичну активність та підготувати учасників до роботи над емоційним вираженням.

Вправа «Розмоварук» і «Підводне царство» зосереджені на розпізнаванні та вираженні емоцій, а також на розвитку творчих здібностей і уяви. Ці вправи допомагають учасникам краще розуміти і контролювати свої емоції, що сприяє покращенню комунікації та міжособистісних стосунків.

Рефлексія в кінці заняття дозволяє учасникам поділитися своїми враженнями та переживаннями, що допомагає в усвідомленні прогресу та проблемних аспектів, що залишилися. Це сприяє розвитку взаємної підтримки та розуміння в групі.

Таким чином, програма групових занять охоплює широкий спектр активностей, спрямованих на розвиток міжособистісних навичок, творчих здібностей, емоційного вираження та соціальної інтеграції учасників. Через різноманітні вправи і ігри, програма сприяє створенню позитивної атмосфери, де учасники можуть розвиватися і взаємодіяти в комфортному середовищі.

#### **Заняття 4.**

*Мета:* Програма четвертого заняття групової роботи орієнтована на поглиблене дослідження емоційних і поведінкових станів учасників, розвиток

творчих здібностей, а також формування навичок уяви і комунікації через ігрові та динамічні вправи. Заняття розроблене для забезпечення інтеграції різних аспектів розвитку особистості, включаючи емоційне вираження, творчість і соціальну взаємодію.

*Привітання.*

*Мета:* Забезпечення комфортного початку заняття та створення позитивної атмосфери.

Після початку заняття учасники вітають один одного, що сприяє встановленню дружньої атмосфери. Це допомагає знизити рівень стресу та налаштуватися на активну участь у групових активностях. Привітання виконується в невимушеній та дружній формі, що сприяє формуванню позитивного іміджу і взаєморозуміння в групі.

*Правила Групи.*

*Мета:* Закріплення основних норм і правил поведінки в групі для забезпечення ефективної взаємодії.

Плакат із правилами групи «Квітка» слугує для наочного представлення основних принципів взаємодії, що допомагає забезпечити організованість і дисципліну під час заняття. Обговорення правил включає визначення очікувань від кожного учасника, що сприяє формуванню відчуття відповідальності та поваги до інших.

*Кінезіологічні Вправи для Рук*

*Мета:* Розслаблення учасників та підготовка їх до активної діяльності.

Виконання кінезіологічних вправ для рук забезпечує фізичну розрядку і зниження рівня напруження, що сприяє покращенню концентрації та готовності до участі в подальших активностях. Вправи можуть включати різноманітні рухи, які стимулюють кровообіг і допомагають зняти стрес.

*Гра «Гусли Самогуди»*

*Мета:* Розвиток комунікативних навичок, творчого мислення та співпраці в групі.

Гра «Гусла Самогуди» є інтерактивною вправою, яка включає активну участь всіх членів групи. Вона заохочує учасників до спільної діяльності, де кожен має внести свій внесок для досягнення загальної мети. Гра сприяє розвитку креативності, а також навичок співпраці і комунікації.

#### *Динамічна Вправа «Прогулянка у Лісі»*

*Мета:* Стимулювання уяви та емоційного вираження через рухову активність.

Вправа «Прогулянка у Лісі» включає елементи театралізованої гри, де учасники, використовуючи фантазію і творчі здібності, зображують різні елементи лісового середовища. Це дозволяє учасникам глибше відчувати емоції і ситуації, що виникають в ході прогулянки, а також сприяє розвитку уяви і творчого мислення.

#### *Казковий Портрет*

*Мета:* Розвиток творчого самовираження та уміння працювати з образами.

У цьому завданні учасники створюють казковий портрет, використовуючи різнокольорові олівці, фарби та інші матеріали. Портрет відображає особисті уявлення про казкових персонажів або ситуації, що дозволяє учасникам виявити свою уяву і творчі здібності. Цей процес включає не лише художнє створення образів, але й аналіз ідеї, що стоїть за зображенням, а також її реалізацію у візуальному форматі.

Четверте заняття програми спрямоване на інтеграцію розвитку різних аспектів особистості через творчі та ігрові методи. Основна увага приділяється розпізнаванню і вираженню емоцій, розвитку творчих здібностей і уяви, а також формуванню комунікативних навичок через інтерактивні вправи. Різноманітність використовуваних методів і завдань дозволяє учасникам поглиблено дослідити свої емоції і креативність, що є важливими складовими їхнього особистісного розвитку. Заняття забезпечує створення позитивної і підтримуючої групової атмосфери, що сприяє ефективній комунікації та співпраці серед учасників.

## Заняття 5

Заняття 5 має на меті забезпечити гармонійний розвиток дітей через серію вправ, ігор та рефлексій, що сприяють емоційному, фізичному та когнітивному зростанню.

*Привітання* є першою важливою частиною заняття. Його мета — створити атмосферу доброзичливості та тепла, яка допоможе дітям відчувати себе прийнятими і безпечними. Це значно знижує рівень стресу у дітей, що часто буває викликано невідомими обставинами або новими ситуаціями. Психолог або вихователь вітає дітей простими і доступними словами, посміхаючись і підтримуючи зоровий контакт. Важливо, щоб це не було формальним моментом, а таким, що має справжню емоційну значущість. Вдалий початок заняття дозволяє створити основу для позитивної взаємодії протягом усього заняття, оскільки дитина буде відчувати себе більш відкритою до участі в подальшій роботі.

*Правила групи* — це етап, спрямований на встановлення чітких рамок взаємодії між учасниками заняття. Оформлення правил на плакаті у вигляді «Квітки» надає дітям візуальну підтримку для запам'ятовування основних норм. Цей підхід допомагає формувати дисципліну і порядок у групі, але робить це у м'якій, дружній формі. Кожна пелюстка квітки може символізувати одне правило, наприклад, "слухати одне одного", "бути добрим", "допомагати". Обговорення цих правил з дітьми сприяє кращому їх засвоєнню та прийняттю, оскільки діти самі можуть запропонувати правила або висловити свої думки щодо них. Це підвищує відповідальність і залученість у процес взаємодії.

*Кінезіологічні вправи для рук* — важливий фізичний компонент заняття, що допомагає дітям зняти напруження. Ці вправи можуть включати прості рухи пальцями, такі як "переплітання пальців", або ж комплексніші дії, як "малювання у повітрі". Їхня мета — не лише фізичне розслаблення, але й підготовка до подальшої розумової та емоційної активності. Фізична розрядка є корисною для зняття стресу, і після виконання таких вправ діти зазвичай почуваються більш готовими до виконання творчих завдань або ігор. Окрім

того, кінезіологічні вправи покращують координацію, концентрацію та увагу, що позитивно впливає на подальші активності.

*Казкові друдли* спрямовані на розвиток фантазії та творчих здібностей дітей. Друдли — це абстрактні зображення або графічні елементи, які не мають конкретного значення, але можуть стимулювати дитину до створення власних образів. Наприклад, дитина може побачити у випадкових лініях зображення тварини, казкового персонажа або навіть цілого сюжету. Ця активність активує уяву, допомагає розвивати креативність та творче мислення. Крім того, вона дозволяє дитині експериментувати з інтерпретаціями та символами, що сприяє розвитку її символічного мислення. Завдяки цій вправі діти можуть вільно виражати свої думки і фантазії, що особливо важливо для їхнього емоційного розвитку.

*Динамічна вправа «Прогулянка у лісі»* є ролевою грою, де діти уявляють себе в певній ситуації. Вони можуть імітувати різні дії, наприклад, як вони ходять по лісу, слухають спів птахів, зустрічають звірів або шукають скарби. Така вправа розвиває уяву та емоційне вираження, оскільки діти, граючи роль, можуть вільно проявляти свої емоції через рухи та дії. Крім того, це допомагає розвивати емпатію і розуміння емоцій інших. Гра вдає із себе своєрідну символічну мандрівку, під час якої діти не лише фізично активні, але й занурюються у вигаданий світ, що сприяє їхньому емоційному і когнітивному розвитку.

*Гра «Хвилинка витівки»* — це активність, яка спрямована на підвищення самооцінки та розвитку сміливості у дітей. Завдання можуть бути різноманітними: від простих фізичних дій, таких як зробити незвичайний рух, до соціальних викликів, таких як сказати комплімент іншому учаснику. Виконання таких завдань дозволяє дітям почуватися успішними, оскільки всі учасники підтримують один одного. Це стимулює розвиток рішучості і самостійності. Діти починають краще розуміти свої сильні сторони, вчать довіряти собі та впевнено брати участь у групових активностях, що важливо для формування позитивного самоусвідомлення.

*Рефлексія* є заключним етапом заняття і має на меті допомогти дітям усвідомити власний досвід та емоції, які виникли під час вправ і ігор. Цей етап може включати запитання від психолога чи вихователя про те, що найбільше сподобалося дітям, що викликало у них позитивні або негативні емоції. Під час рефлексії діти мають можливість поділитися своїми думками і почуттями, що сприяє розвитку емоційного інтелекту. Крім того, це допомагає психологу або вихователю краще зрозуміти, як кожна дитина реагує на різні вправи, і які навички вона розвиває. Рефлексія також дає дітям відчуття завершеності, коли вони можуть підсумувати свої досягнення за час заняття.

Загалом, заняття 5 включає в себе багатокomпонентну структуру, що охоплює фізичний, когнітивний та емоційний розвиток дітей. Кожен етап спрямований на активізацію різних аспектів особистісного зростання, від розвитку уяви та творчості до підвищення самооцінки та комунікативних навичок.

## **Заняття 6**

Привітання має на меті адаптацію учасників до заняття та налаштування їх на позитивний лад, як і в попередніх заняттях. Це сприяє підвищенню готовності дітей до участі в активностях і забезпечує комфортний початок заняття.

### *Правила Групи*

*Мета:* Підтримка організованості і дотримання групових норм.

Визначення правил взаємодії в групі допомагає забезпечити дисципліну та ефективну співпрацю серед учасників. Правила допомагають створити чіткі очікування щодо поведінки, що є важливим для успішного проведення заняття.

### *Кінезіологічні Вправи для Рук*

*Мета:* Розслаблення м'язів і підготовка до творчих завдань.

Вправи для рук використовуються для зняття напруження і підвищення фізичної готовності до наступних завдань. Вони допомагають учасникам відчувати себе більш комфортно і зосереджено перед виконанням творчих завдань.

### *Гра «Чарівні Фарби»*

*Мета:* Розвиток творчих здібностей та абстрактного мислення.

Гра передбачає використання різних кольорів і форм для створення художніх творів. Це сприяє розвитку творчого і абстрактного мислення у дітей, дозволяючи їм експериментувати з кольором і формою, що є важливим для розвитку художніх навичок.

### *Рефлексія*

*Мета:* Оцінка результатів заняття та особистісний розвиток.

Рефлексія дозволяє учасникам поділитися своїми враженнями і переживаннями, а також оцінити свої досягнення в процесі заняття. Це важливо для саморефлексії і розвитку особистісних навичок.

## **Заняття 7**

### *Привітання*

*Мета:* Встановлення позитивного настрою і підготовка до роботи.

Привітання створює дружню атмосферу, що допомагає учасникам відчувати себе комфортно і бути готовими до активного залучення. Це допомагає встановити позитивний комунікативний клімат у групі.

### *Правила Групи*

*Мета:* Забезпечення організованості і дотримання норм поведінки.

Визначення правил на плакаті «Квітка» допомагає встановити чіткі очікування і забезпечити ефективну співпрацю. Це створює умови для організованої роботи і взаємоповаги серед учасників.

### *Кінезіологічні Вправи для Рук*

*Мета:* Розслаблення і фізична підготовка до активностей.

Вправи допомагають зняти напруження і підготуватися до інтенсивних завдань, що є важливим для забезпечення готовності до подальшої роботи.

### *Гра для Виявлення Страху Самотності «Хованки»*

*Мета:* Профілактика і корекція страху самотності.

Гра допомагає дітям виявити і подолати страхи, пов'язані з самотністю, через інтерактивні ігрові форми. Це може бути корисним для зниження тривожності і покращення емоційного стану дітей.

#### *Гра «Чарівні Створіння»*

*Мета:* Розвиток творчості і креативності.

Гра сприяє розвитку уяви і креативного мислення, де діти створюють уявні образи і персонажі. Це допомагає розвивати творчі здібності і виявляти індивідуальність кожного учасника, заохочуючи їх до створення нових і оригінальних ідей.

#### *Рефлексія*

*Мета:* Аналіз і оцінка досвіду заняття.

Рефлексія допомагає учасникам оцінити власний досвід та висловити свої думки і враження щодо заняття. Це сприяє осмисленню отриманих навичок і емоційних реакцій, а також допомагає виявити можливі області для подальшого розвитку.

### **Заняття 8**

#### *Привітання*

Як і в попередніх заняттях, привітання допомагає учасникам адаптуватися до заняття та налаштуватися на активну участь. Це забезпечує комфортну атмосферу і сприяє позитивному емоційному настрою.

#### *Правила Групи*

*Мета:* Підтримка організованості і дотримання норм поведінки.

Визначення і обговорення правил допомагає забезпечити дисципліну і сприяє ефективній взаємодії в групі. Це допомагає створити чіткі очікування і забезпечити гармонійне співіснування учасників.

#### *Кінезіологічні Вправи для Рук*

*Мета:* Розслаблення м'язів і підготовка до подальших активностей.

Вправи для рук використовуються для зняття фізичного напруження, що є важливим для забезпечення готовності до інтенсивних ігор і завдань. Вони допомагають учасникам відчувати себе більш комфортно і зосереджено.

### *Гра для виявлення та профілактики Страху «Видувалки»*

*Мета:* Профілактика і корекція страхів.

Гра спрямована на виявлення і подолання страхів, включаючи страх перед вигаданими істотами. Це допомагає дітям працювати над подоланням страхів у безпечному і підтримуючому середовищі.

### *Вірш «Страх-Смішинка»*

*Мета:* Зменшення страхів і формування позитивного ставлення.

Вірш використовується для допомоги дітям у подоланні страхів через ігрову і творчий підхід. Це сприяє формуванню позитивного ставлення до страхів і допомагає дітям впоратися з ними у креативний спосіб.

### *Рефлексія*

## **Заняття 9**

### *Привітання*

### *Правила Групи*

Обговорення правил групи допомагає встановити чіткі очікування і підтримувати дисципліну. Це сприяє ефективній співпраці і забезпечує гармонійне функціонування групи.

### *Кінезіологічні Вправи для Рук*

*Мета:* Розслаблення і фізична підготовка до активностей.

Вправи спрямовані на зняття напруження і підготовку до завдань, що допомагає учасникам бути більш зосередженими і готовими до подальшої роботи.

### *Рухлива Гра «Колобок»*

*Мета:* Розвиток моторики та зниження психоемоційного напруження.

Гра сприяє розвитку тактильно-кінестетичної чутливості і дрібної моторики, що є важливим для фізичного і емоційного розвитку дітей. Вона також допомагає зменшити стрес і напруження через активну рухливу діяльність.

### *Ігри для зниження психоемоційного напруження та розвитку моторики*

*Мета:* Зниження психоемоційного напруження та розвиток дрібної моторики.

Ігри, такі як «Чутливі пальчики і долоньки», «Міна», «Чарівні візерунки», сприяють розвитку тактильно-кінестетичної чутливості і дрібної моторики, що допомагає дітям впоратися з психоемоційним стресом.

*Рефлексія*

## **Заняття 10**

*Привітання*

*Правила Групи*

*Мета:* Забезпечення організованості і дотримання норм поведінки.

Встановлення правил допомагає підтримувати дисципліну і забезпечити ефективну взаємодію серед учасників.

*Кінезіологічні Вправи для Рук*

*Гра «Відьма»*

*Мета:* Розвиток уяви і творчих здібностей.

Гра допомагає дітям розвивати уяву через інтерактивні ігрові форми, що сприяє їхньому творчому розвитку.

*Вправа «Казковий Портрет»*

*Мета:* Розвиток уяви та вміння доводити задум до образу.

Вправа включає створення казкових портретів, що допомагає дітям розвивати уяву і креативність, а також навчитися виражати свої ідеї через малюнок.

*Рефлексія*

Отже, програма занять включає різноманітні методи і підходи, спрямовані на розвиток соціально-емоційних навичок, творчих здібностей та профілактику психологічних проблем у дітей. Через інтерактивні ігри, кінезіологічні вправи і рефлексію, програма забезпечує комплексний підхід до розвитку особистості і допомагає дітям адаптуватися до соціального середовища.

### 3.2. Особливості емоційної сфери після формування експерименту та аналіз результатів

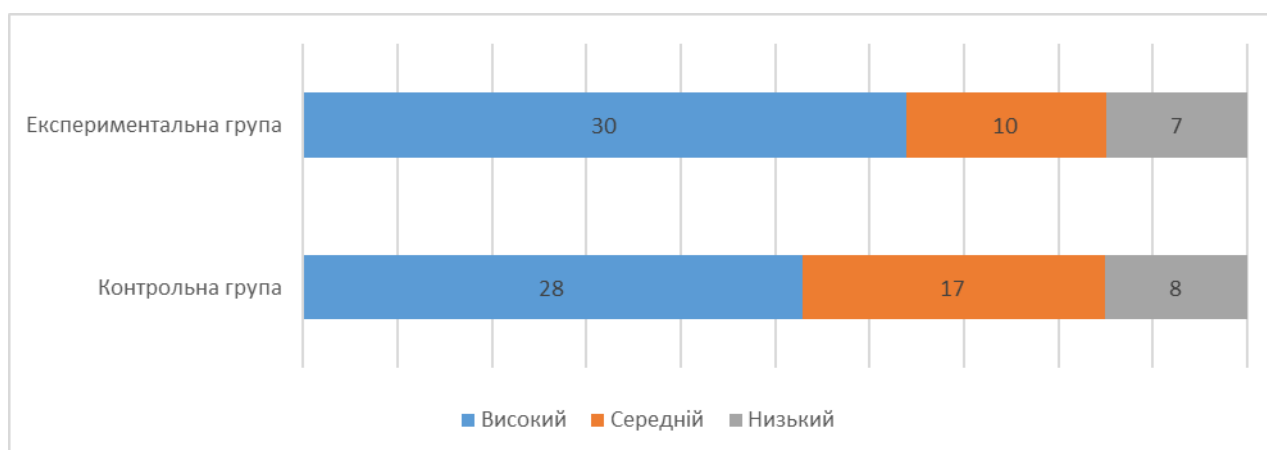
Після завершення психолого-педагогічної програми було проведено повторне дослідження рівня розвитку емпатії серед старших дошкільників, використовуючи комплекс методик констатувального етапу дослідження.

Результати аналізу за методикою "Емоційні обличчя" Н. Семаго представлені у таблиці 3.1 та для зорового сприйняття зображені на Рис. 3.1

Таблиця 3.1

#### Результати дослідження за методикою «Емоційні обличчя» Н. Семаго (формувальний етап)

| Рівні розвитку | Контрольна група |       | Експериментальна група |       |
|----------------|------------------|-------|------------------------|-------|
|                | %                | особи | %                      | особи |
| Високий        | 28               | 16    | 30                     | 18    |
| Середній       | 17               | 10    | 10                     | 6     |
| Низький        | 8                | 6     | 7                      | 4     |
| Усього         | 53               | 32    | 47                     | 28    |



**Рис. 3.1** Результати дослідження за методикою «Емоційні обличчя» Н. Семаго (формувальний етап)

Як вказано в таблиці 3.1, 28% дітей з контрольної групи та 30% з експериментальної групи показали високий рівень розвитку емпатії. Ці високі показники можуть свідчити про те, що діти ефективно та швидко розпізнають схематичні зображення емоцій. Значущим є також аспект узгодженості емоційної адекватності при пред'явленні як абстрактних, так і реальних зображень.

Додатково, 17% дітей з експериментальної групи та 10% з контрольної групи мали середній рівень розвитку емпатії. Протилежно, низький рівень розвитку емпатії був виявлений у контрольній групі (8%) і експериментальній групі (7%). Це свідчить про те, що діти не здатні адекватно назвати чи відобразити представлену емоцію на собі, і запитання спостерігача не допомагають їм впоратися з завданням.

Результати аналізу виконання завдань за методикою "Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей" В. Мінаєвої на формувальному етапі наведені у таблиці 3.2.

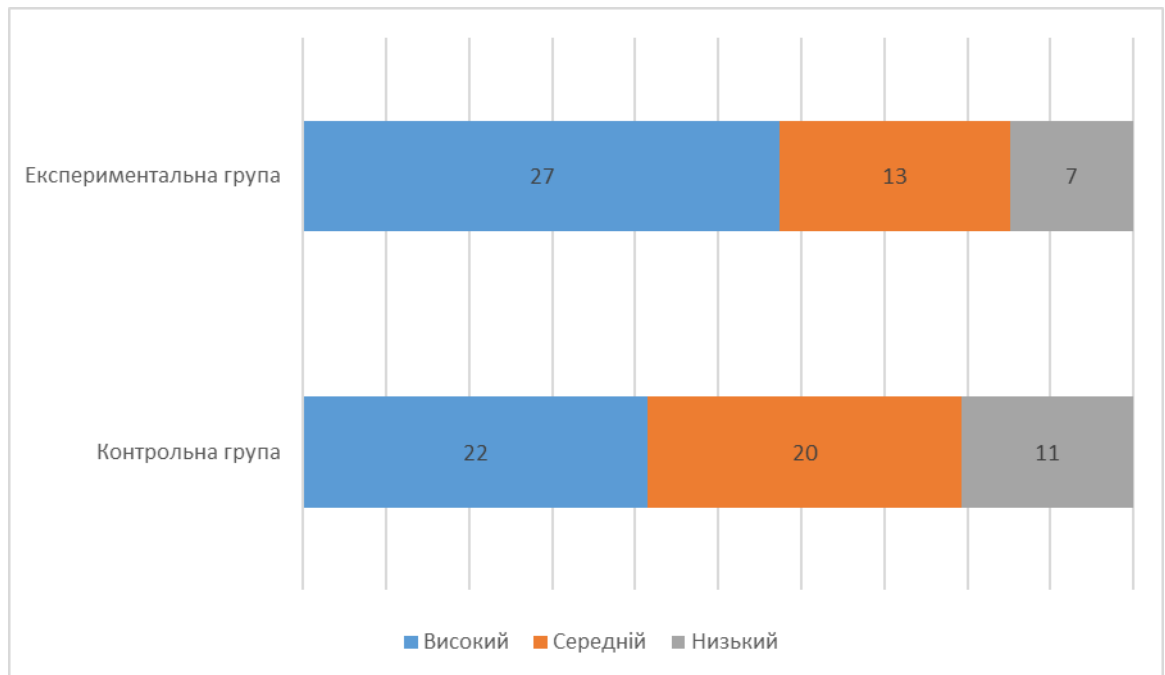
*Таблиця 3.2*

**Результати дослідження за методикою «Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей» В. Мінаєвої (формувальний етап)**

| Рівні розвитку | Контрольна група |       | Експериментальна група |       |
|----------------|------------------|-------|------------------------|-------|
|                | %                | особи | %                      | особи |
| Високий        | 22               | 13    | 27                     | 16    |
| Середній       | 20               | 12    | 13                     | 8     |
| Низький        | 11               | 7     | 7                      | 4     |
| Усього         | 53               | 32    | 47                     | 28    |

З результатів таблиці 3.2 можна визначити, що 22% дітей з контрольної групи і 27% з експериментальної групи показали високий рівень розвитку емоційної чуйності. Відповідні показники зображено на Рис. 3.2. Емоційна чуйність, розглядана як стійка характеристика особистості, виявляється у готовності індивіда реагувати на емоційний вплив оточуючих, а його емоції

відзначаються співзвучністю до емоційних станів партнера чи загальної емоційної атмосфери в групі.



**Рис. 3.2** Результати дослідження за методикою «Вивчення розуміння дітьми емоційних станів людей» В. Мінаєвої (формувальний етап)

Такі результати свідчать про доступність дітям розуміння емоційних станів як дорослих, так і однолітків. У високорозвинених випадках діти можуть виявляти велику емоційну відкритість і готовність взаємодіяти емоційно з оточуючими.

Під час формувального етапу за методикою «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєвої та Ю. Афонькіної результати показали, що 20% дітей з контрольної групи та 13% дітей з експериментальної групи мали середній рівень розвитку емоційної чуйності. Діти з емоційно-ригідним резонансом рідко виявляли емоції взаємодії з оточуючими, обмежуючи це в спілкуванні з близькими чи тими, кого вони особливо цінують і відчувають як довірену особу, що забезпечує їм почуття безпеки. Низький рівень розвитку емоційного стану свідчить про невміння розуміти емоційний стан інших та неефективне

керування своїми емоціями. Даний рівень був властивий 11% дітям контрольної групи та 7% експериментальної групи.

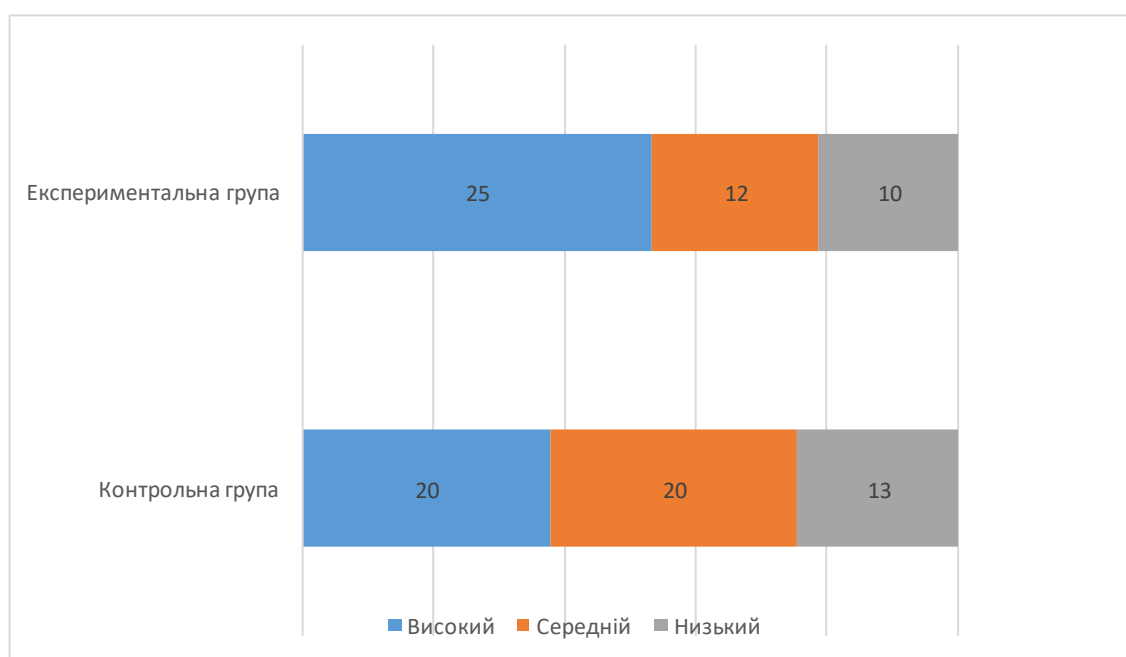
Результати формувального етапу за методикою «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєвої та Ю. Афонькіної, представлені в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

**Результати дослідження за методикою «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної (формувальний етап)**

| Рівні розвитку | Контрольна група |       | Експериментальна група |       |
|----------------|------------------|-------|------------------------|-------|
|                | %                | особи | %                      | особи |
| Високий        | 20               | 12    | 25                     | 15    |
| Середній       | 20               | 12    | 12                     | 7     |
| Низький        | 13               | 8     | 10                     | 6     |
| Усього         | 53               | 32    | 47                     | 28    |

Аналіз таблиці 3.3 вказує на те, що 20% дітей з контрольної групи та 25% дітей з експериментальної групи показали високий рівень емпатії. Це свідчить про високу здатність дитини точно відтворювати емоції та почуття інших людей. Високий рівень також проявляється в глибокому співчутті до інших людей.



**Рис. 3.2** Результати дослідження за методикою «Вивчення емоційних проявів дітей» Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної (формувальний етап)

Також аналіз таблиці 3.3 показує, що 20% дітей у контрольній групі та 12% у експериментальній досягли середнього рівня емпатії. Такі діти, як правило, мають контроль над власними емоційними виявами, намагаючись ховати свої емоції перед незнайомими та сторонніми людьми.

Низький рівень емпатії виявили 13% дітей з контрольної групи та 10% у експериментальній групі. Для дітей цієї групи складно розуміти емоції інших людей, і вони мають труднощі із переносом цих емоцій на себе. Вчинки інших людей, що базуються на емоціях, можуть здаватися їм непослідовними і необґрунтованими.

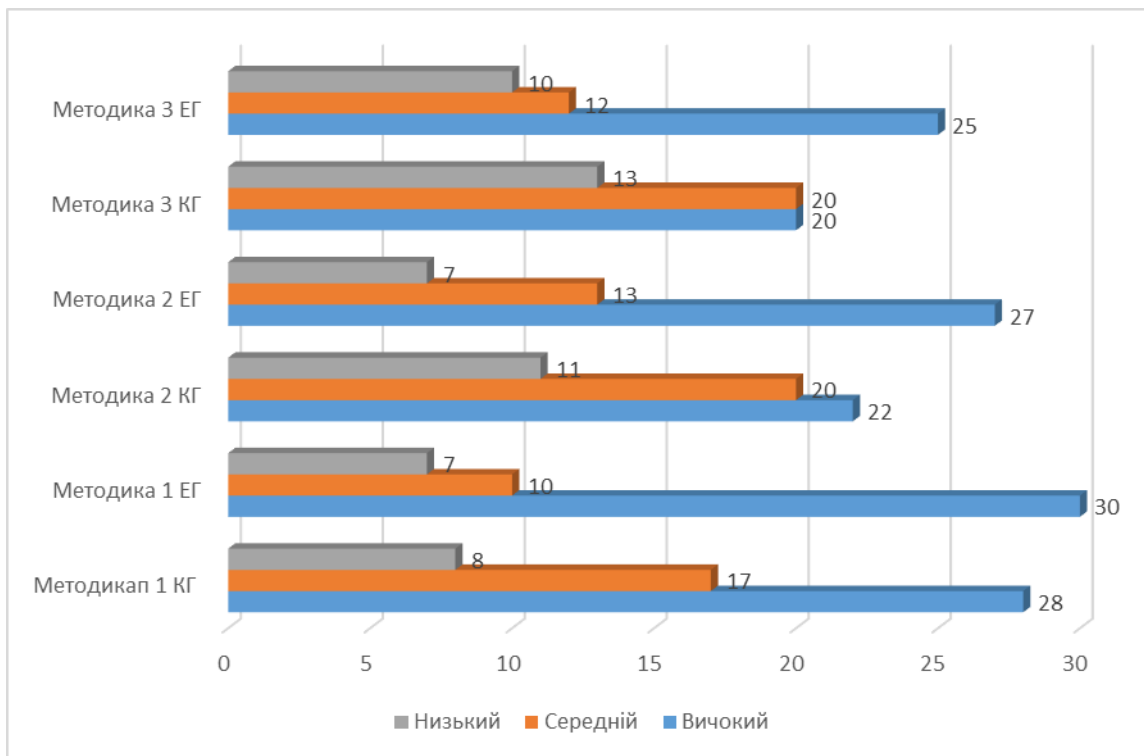
У таблиці 3.4 представлені результати за трьома методиками на формульовальному етапі дослідження.

*Таблиця 3.4*

**Узагальнення результатів дослідження рівні розвитку емпатії дошкільників за трьома методиками (формульовальний етап), %**

| Рівні розвитку | Методика 1 |    | Методика 2 |    | Методика 3 |    |
|----------------|------------|----|------------|----|------------|----|
|                | КГ         | ЕГ | КГ         | ЕГ | КГ         | ЕГ |
| Високий        | 28         | 30 | 22         | 27 | 20         | 25 |
| Середній       | 17         | 10 | 20         | 13 | 20         | 12 |
| Низький        | 8          | 7  | 11         | 7  | 13         | 10 |
| Усього         | 53         | 47 | 53         | 47 | 53         | 47 |

Отже, після аналізу даних, представлених у таблиці 3.4, можна зробити висновок, що рівень розвитку емпатії в експериментальній групі після проведення ігротерапії перевищує рівень контрольної групи. Також спостерігається перерозподіл дітей з низьким і середнім рівнями розвитку. Більш детально узагальнення результатів дослідження зображено на Рис. 3.4.



*Рис. 3.4 Узагальнення результатів дослідження рівні розвитку емпатії дошкільників за трьома методиками (формувальний етап), %*

Давайте порівняємо отримані дані за методиками на констатувальному та формуальному етапах.

За результатами методики "Емоційні обличчя" виявлено, що показники експериментальної та контрольної груп зазнали змін. Кількість дітей у експериментальній групі, які продемонстрували високий рівень розуміння емоцій інших людей, збільшилася на 7% (4 особи). У контрольній групі кількість дітей, що мають високий рівень розвитку соціальних емоцій, збільшилася на 3% (1 особа).

Кількість дітей, які здатні дуже точно передати емоції та почуття іншої людини, зросла в обох групах: з 20% (12 осіб) до 27% (16 осіб) дітей. Результати методики "Вивчення емоційних проявів дітей" показали зміни в показниках експериментальної та контрольної груп. У експериментальній групі кількість дітей, які виявляють високий рівень емоційних проявів, зросла на 15% (9 осіб). У контрольній групі кількість дітей з високим рівнем розвитку соціальних емоцій збільшилася на 5% (3 особи). Це свідчить про те, що

розроблена та апробована програма ігротерапії сприяє розвитку емоційної емпатії серед дітей старшого дошкільного віку.

Для математичної обробки даних використовувалася програма "Statistica 6.0", в якості методів математичної статистики застосовувалися: міра центральних тенденцій (середнє арифметичне), середньоквадратичне відхилення (девіація). Для оцінки відмінностей кожного варіанта від середньої величини застосовувався t-критерій Стюдента. Результати підтверджують статистичну достовірність отриманих відмінностей, як вказує значення t-критерію, що перевищує табличне для малого обсягу спостережень ( $t = 2,77$ ,  $p < 0,01$ ).

Важливо відзначити, що виявлені відмінності між експериментальною і контрольною групами є статистично значущими на рівні понад 0,1%. Іншими словами, середній рівень розвитку емпатії серед старших дошкільників, у яких проводились заняття з розвитку емпатії, суттєво вищий, ніж у групі, де такі заняття відсутні.

Отримані результати за різними методиками взаємодоповнюють один одного, підтверджуючи значущі позитивні зміни. Це дозволяє зробити висновок про те, що у дітей експериментальної групи суттєво підвищився рівень розвитку емоційної емпатії. Це виявляється у їхній здатності точно передавати емоції і почуття інших людей, а також в здатності співпереживати іншим. Розроблена програма ігротерапії підтверджує свою ефективність у розвитку емоційної емпатії серед старших дошкільників.

### **3.3 Практичні рекомендації щодо використання ігротерапії як засобу емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку**

Практичні рекомендації щодо використання ігротерапії для емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку включають широкий спектр методів, підходів та конкретних ігор, які можна адаптувати до потреб кожної дитини або групи дітей. Використання ігротерапії для емоційного розвитку дозволяє

створювати сприятливі умови для соціального і психологічного розвитку дитини, допомагає формувати емоційний інтелект, навички самоконтролю, адаптації та подолання тривожності. Ось детальні практичні рекомендації щодо застосування ігротерапії для емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

### ***Ігротерапія як засіб самовираження та розвитку емоційної чутливості.***

Ігротерапія може допомогти дітям навчитися розуміти свої емоції, виражати їх належним чином і взаємодіяти з іншими дітьми. У процесі ігор діти отримують можливість моделювати різні соціальні ситуації, експериментувати з емоціями і тренувати самовираження. Для розвитку емоційної чутливості рекомендується використовувати такі ігрові техніки:

#### *Гра «Чарівні фарби».*

Гра «Чарівні фарби» є ефективним інструментом для розвитку емоційного самовираження у дітей через творчість та колір. Вона допомагає дітям візуалізувати і краще розуміти свої почуття, використовуючи метафору кольорів для емоційного вираження. На початку гри дітям пропонується уявити, що кожен колір символізує певну емоцію. Наприклад, червоний може символізувати гнів або роздратування, синій — спокій та умиротворення, зелений — радість, жовтий — щастя, а фіолетовий може представляти сум або сумніви. Цей підхід дозволяє дітям візуалізувати абстрактні емоції через конкретні кольорові образи.

Учасникам надається набір фарб або олівців і аркуші паперу. Психолог або вихователь пояснює, що діти можуть обрати будь-який колір або їх комбінацію, щоб намалювати свої почуття, які вони відчують у даний момент. Важливо підкреслити, що немає правильних чи неправильних відповідей — це лише спосіб вільно виразити себе.

Під час малювання діти можуть занурюватися у свій внутрішній світ, обираючи кольори залежно від свого настрою. Одні можуть обрати яскраві кольори, які відображають щасливий або радісний стан, інші можуть

використовувати темні або насичені кольори, які відображають страх або тривогу. Після завершення малюнка, психолог запрошує дітей поділитися тим, що вони зобразили, і обговорити, які емоції вони вкладали у свій малюнок. Це обговорення є важливою частиною гри, оскільки дозволяє дітям рефлексувати над своїми емоціями і краще їх розуміти.

Наприклад, дитина може сказати, що використала багато червоного кольору, оскільки відчувала злість через конфлікт з другом, або що жовтий колір відобразив її радість через веселий день. Психолог може задавати м'які питання, щоб допомогти дитині глибше дослідити свої емоції, наприклад: "Що ти відчував, коли використовував цей колір?" або "Чи є якісь моменти, коли ти відчуваєш цей настрій найчастіше?"

Гра допомагає не тільки у розумінні власних емоцій, але й розвиває емпатію та взаєморозуміння у групі. Коли діти чують, як інші учасники розповідають про свої емоції та кольори, це допомагає їм краще розуміти, що кожен переживає різні почуття, і всі емоції важливі. Діти також можуть вчитися підтримувати один одного, коли бачать, що інші поділяють подібні емоції.

Окрім емоційного самовираження, гра «Чарівні фарби» також сприяє розвитку творчих здібностей та дрібної моторики. Використання фарб, пензлів або олівців для створення малюнка допомагає дітям покращити координацію рук, розвивати увагу до деталей та розширювати свої художні навички.

Завдяки поєднанню творчості та емоційного вираження, гра допомагає дітям зняти внутрішню напругу, що може бути викликано стресовими ситуаціями, конфліктами або просто незрозумілими емоціями. Малювання стає своєрідною формою терапії, яка дозволяє дітям безпечно і ненав'язливо виражати те, що вони можуть не завжди вміти сказати словами.

В кінці гри варто провести коротку рефлексію, де діти можуть поділитися своїми враженнями від процесу малювання та обговорити, як вони почуваються після гри. Це допоможе їм усвідомити, що творчість і кольори можуть бути ефективним інструментом для самовираження і подолання негативних емоцій.

Гра «Чарівні фарби» сприяє розвитку емоційної грамотності, творчого мислення та взаєморозуміння у групі, що робить її корисною частиною психологічної роботи з дітьми.

*Гра «Вгадай емоцію».*

Гра «Вгадай емоцію» — це цікава та корисна вправа, що сприяє розвитку емоційної інтелігентності у дітей. Вона допомагає дітям навчитися розпізнавати та правильно інтерпретувати емоції інших, а також розвивати власні навички невербальної комунікації. Основна мета гри полягає в тому, щоб один учасник показував певну емоцію за допомогою міміки, жестів або пози тіла, не використовуючи слів, а решта учасників намагалися вгадати, що це за емоція.

Перш ніж розпочати гру, ведучий може пояснити дітям основні емоції, які вони можуть використовувати під час гри, наприклад, радість, гнів, страх, здивування, смуток, гордість або сором. Це дає учасникам базове розуміння емоційного спектру та допомагає зосередитися на виразі певних почуттів.

Кожна дитина по черзі виходить до групи і отримує завдання зобразити якусь емоцію, яку можна обрати самотійно або запропоновану ведучим. Інші учасники уважно спостерігають за її поведінкою та висловлюють припущення, яка емоція була показана. У процесі вгадування важливо звертати увагу не тільки на міміку, але й на пози тіла, рухи рук, швидкість дихання та інші невербальні сигнали.

Після кожної демонстрації ведучий або психолог може коротко обговорити з дітьми, які підказки допомогли їм правильно вгадати емоцію або які моменти могли б бути більш виразними. Наприклад, можна звернути увагу на те, що усмішка часто супроводжує радість, а стиснуті губи або напружені плечі можуть вказувати на гнів. Це обговорення допомагає учасникам краще зрозуміти, як емоції виражаються через тіло та обличчя.

Гра не тільки розвиває здатність розпізнавати емоції, але й підвищує емпатію, оскільки діти вчаться уважніше спостерігати за станом інших людей. Під час гри вони вчаться бачити світ через призму емоцій інших, що допомагає розвивати співчуття та розуміння чужих почуттів.

Також «Вгадай емоцію» сприяє розвитку соціальних навичок, оскільки діти взаємодіють у групі, вчаться висловлювати свої припущення та слухати інших. Гра сприяє формуванню позитивної атмосфери в групі, оскільки діти можуть весело та безпечно взаємодіяти, обмінюючись емоціями та відчуттями.

Для ускладнення завдання, можна додати більше складних або змішаних емоцій, наприклад, «суміш радості та сорому» або «здивування з нотками страху». Це допомагає дітям розуміти, що емоції часто бувають неоднозначними і можуть мати кілька шарів.

Ще одним цікавим варіантом є рольова гра, де діти зображують емоції в певному контексті. Наприклад, можна попросити дитину показати, як вона відчуває радість, коли отримує подарунок, або страх, коли зустрічає щось несподіване. Це допомагає дітям краще зрозуміти взаємозв'язок між емоціями та ситуаціями.

Після закінчення гри корисно провести коротку рефлексію, де діти можуть поділитися своїми відчуттями: як їм було виражати або розпізнавати емоції, що вони дізналися про себе та інших. Це допоможе учасникам усвідомити важливість емоційного вираження та розуміння в повсякденному житті.

Таким чином, гра «Вгадай емоцію» є не лише веселою, але й освітньо значущою діяльністю, яка розвиває емоційну грамотність, емпатію, комунікативні навички та сприяє більш глибокому розумінню соціальних взаємодій.

### ***Техніки для зниження рівня тривожності та страхів.***

Тривожність і страхи є типовими емоційними реакціями для дітей дошкільного віку. Ігротерапія може стати ефективним засобом для допомоги дітям справлятися з цими почуттями. З цією метою доцільно використовувати техніки, які дозволяють дітям безпечно проживати свої страхи та навчатися способам їх подолання.

*Гра «Хованки» для подолання страху самотності.*

Діти часто бояться залишатися одні або відчують тривожність через відсутність батьків чи друзів. Гра «Хованки» може допомогти дітям адаптуватися до таких ситуацій. В процесі гри дітям пропонується ховатися поодиноці, але в контрольованих умовах, де вони знають, що їх знайдуть. Після кількох раундів гри діти відчують впевненість, що самотність – це лише тимчасовий стан, і він не загрожує їхньому благополуччю. Після гри слід провести обговорення, щоб дитина поділилася своїми відчуттями і зрозуміла, що самотність можна подолати.

*Гра «Видувалки» для подолання страхів.*

Страх часто супроводжується фізичною напругою, тому важливо навчити дитину розслаблятися. Для цього можна використовувати гру, де діти уявляють, що страх – це маленька повітряна кулька, яку можна надуті і потім видувати, щоб страх зник. Ця техніка допомагає дітям асоціювати свої страхи з чимось малим і керованим, що можна легко «видихнути» з тіла. Після вправи обговоріть з дітьми, чи стало їм легше і що вони відчули під час видування страху.

*Казкотерапія «Страх-смішинка».*

Казки є потужним інструментом для роботи з дитячими страхами. Казка «Страх-смішинка», яка описує, як маленький страх перетворюється на смішинку після того, як герой казки подолав його, може допомогти дитині змінити своє сприйняття страху. Після читання казки можна попросити дітей намалювати свого страху і придумати, як вони можуть перетворити його на щось смішне чи нестрашне.

***Розвиток емоційного інтелекту через рольові ігри.***

Рольові ігри є одним із найкращих способів розвивати емоційний інтелект у дітей. Вони дозволяють дітям навчитися співпереживати іншим, управляти своїми емоціями та відстоювати свою думку в соціально прийнятний спосіб.

*Гра «Чарівні створіння» для розвитку креативності та емоційної гнучкості.*

У цій грі дітям пропонується уявити, що вони є чарівними створіннями з різними емоційними характеристиками. Наприклад, один дитина може бути «Ведмедиком, що завжди веселий», інший – «Лисичкою, що іноді сумує». Діти можуть грати в різні сцени, де їхні емоції змінюються в залежності від ситуацій. Це допомагає їм навчитися управляти своїми емоціями та гнучко адаптувати їх до обставин.

*Гра «Казковий портрет» для розвитку емоційного самовираження.*

Гра «Казковий портрет» — це творча вправа, яка спрямована на розвиток емоційного самовираження дітей через створення образів казкових героїв, що символізують певні емоції. Мета цієї гри полягає в тому, щоб допомогти дітям навчитися розуміти свої емоції, висловлювати їх і знайти нові способи для їхнього вираження через творчість.

На початку заняття дітям пропонують уявити, що в казковому світі існують герої, які є втіленням різних емоцій. Кожен герой відображає одну конкретну емоцію — радість, смуток, гнів, страх або навіть змішані емоції, як-от «Герой-радісної смутку» або «Герой-гнівної радості». Після цього дітям пропонується створити портрет свого казкового героя за допомогою малюнка, аплікацій, ліплення або інших творчих матеріалів, що є під рукою.

Під час роботи дитина вибирає, яку саме емоцію вона хоче зобразити, і підбирає для цього відповідні кольори, форми та деталі. Наприклад, для створення «Героя-радощі» дитина може використовувати яскраві, теплі кольори, широкі посмішки та легкі, грайливі елементи. Для «Героя-суму» можна обрати холодні відтінки, приглушені форми, спокійні та повільні рухи у створенні образу. Такий підхід дає можливість дітям проявляти емоційні нюанси і рефлексувати над своїм власним внутрішнім станом.

Після того, як портрети будуть створені, кожна дитина може розповісти групі про свого героя, пояснюючи, яку емоцію він уособлює і чому саме так було обрано. Це сприяє не лише розвитку вміння висловлювати власні емоції, але й формуванню навичок презентації та комунікації. Коли дитина описує свій

казковий портрет, вона глибше занурюється у власні переживання, що допомагає їй усвідомити й зрозуміти свої емоції.

Додатково, ведучий може запитувати дітей про те, як герой їхнього портрета реагує на різні життєві ситуації. Наприклад, як «Герой-радощі» поводить себе, коли йому сумно, або як «Герой-гніву» реагує, коли його хтось заспокоює. Це дозволяє дітям розширити уявлення про гнучкість емоцій і те, як вони змінюються в залежності від обставин.

Казкові герої можуть не лише виражати основні емоції, але й допомагати дитині зрозуміти змішані почуття. Дитина може створити персонажа, який одночасно є і щасливим, і тривожним, або веселим і злим, що відображає реальні складності емоційних переживань. Це особливо корисно для тих дітей, які можуть мати труднощі у вербалізації своїх складних почуттів або не до кінця розуміють, що з ними відбувається на емоційному рівні.

У процесі створення казкових портретів також можуть виникати цікаві групові обговорення. Наприклад, дітям можна запропонувати порівняти героїв один з одним, аналізуючи, чим «Герой-радощі» одного учасника відрізняється від «Героя-радощі» іншого. Це допомагає розвинути розуміння того, що кожна людина відчуває емоції по-різному і виявляє їх по-своєму.

Завдяки цій грі діти навчаються краще розпізнавати та розуміти не лише власні емоції, але й емоції інших людей. Вони усвідомлюють, що емоції можуть мати різні відтінки і варіації, що допомагає розвинути емоційну грамотність і емпатію.

Важливим аспектом гри є те, що вона проходить у безпечному та дружньому середовищі, де діти можуть вільно висловлювати свої почуття, не боячись осуду. Це дозволяє їм відчути підтримку та прийняття з боку однолітків і дорослих.

Таким чином, гра «Казковий портрет» є чудовим інструментом для розвитку емоційної сфери дітей, вона сприяє їхньому самовираженню, саморефлексії та розвитку навичок емоційної комунікації.

### ***Техніки для розвитку емоційної стійкості та самоконтролю***

Важливо навчити дітей старшого дошкільного віку контролювати свої емоції і справлятися з негативними емоційними станами, такими як гнів, розчарування чи страх. Ігротерапія може сприяти розвитку самоконтролю та емоційної стійкості через вправи на самоспостереження та аналіз емоцій.

*Гра «Міна» для навчання контролю над емоціями.*

Гра «Міна» є інтерактивною та захопливою вправою, що допомагає дітям розвивати навички контролю над емоціями та уваги до власних переживань. Основна мета цієї гри – навчити дітей помічати свої емоційні реакції, особливо негативні, і вчитися обирати обдумані дії замість імпульсивних.

У процесі гри дітям пропонується уявити, що вони знаходяться на мінному полі, де кожна «міна» символізує певну негативну емоцію, як-от гнів, страх, образу, тривогу або сум. Перед тим як почати рухатися полем, групі пояснюють, що завдання полягає в тому, щоб уникати «активації мін», тобто не піддаватися впливу негативних емоцій. Кожен крок у грі має бути обдуманим і уважним, щоб успішно перейти через поле.

На самому початку тренер або ведучий може пояснити дітям, як виглядають «міни» та які емоції вони представляють. Наприклад, «міна гніву» може бути описана як ситуація, де дитина відчуває бажання вибухнути через те, що хтось її образив або не дав гратися з іграшкою. «Міна страху» може представляти ситуацію, коли дитині страшно відповідати на запитання або виступати перед іншими. Під час гри діти повинні навчитися розпізнавати, коли вони підходять до такої «міни», тобто коли емоції починають виходити з-під контролю.

Кожна дитина проходить через уявне поле, обережно рухаючись і намагаючись уникати активації «мін». Якщо хтось «підривається» на міну, це може бути знаком, що він піддався миттєвому емоційному імпульсу, і тоді зупиняється для обговорення своїх емоцій і того, як можна було б краще діяти в цій ситуації. Такий підхід допомагає дітям краще усвідомлювати свої реакції і вчитися, як можна управляти емоціями замість того, щоб вони управляли ними.

Наприклад, якщо дитина «натрапила» на міну гніву, ведучий може запитати: «Що ти відчував, коли це сталося? Що могло викликати цю емоцію? Як ти міг би поводитися, щоб не вибухнути від гніву?» Це спонукає дітей до саморефлексії та аналізу власних емоційних реакцій.

Щоб зробити гру ще цікавішою, можна додати елементи допомоги один одному. Наприклад, якщо один учасник бачить, що його товариш підходить до «міни», він може попередити його, використовуючи м'які й доброзичливі слова, або запропонувати способи, як уникнути активації емоції. Це сприяє розвитку емпатії та навичок командної взаємодії.

У процесі гри діти вчаться не тільки ідентифікувати негативні емоції, але й розуміти, що навіть сильні емоційні реакції можна контролювати за допомогою свідомого вибору поведінки. Вони дізнаються, що не варто одразу «вибухати», коли відчувають гнів чи образу, а краще зупинитися, подумати і знайти конструктивне рішення.

Після завершення гри можна провести обговорення, де кожен учасник поділиться своїми враженнями. Ведучий може запитати: «Чи було важко не активувати міну? Що допомогло тобі контролювати емоції? Як ти можеш використовувати цей досвід у реальному житті?» Це дозволяє дітям перенести навички, здобуті в грі, в реальні ситуації, допомагаючи їм бути більш свідомими та емоційно зрілими у своїй поведінці.

Таким чином, гра «Міна» є ефективним інструментом для навчання дітей контролю над емоціями та розуміння власних почуттів. Вона допомагає дітям в ігровій формі навчитися уникати миттєвих емоційних реакцій і діяти більш обдуманно, що сприяє розвитку емоційної регуляції та міжособистісних навичок.

*Гра «Чутливі пальчики і долоньки» для розвитку тактильної чутливості та емоційної стабільності.*

Ця гра зосереджена на розвитку тактильних відчуттів через дотики та маніпуляції з дрібними предметами (наприклад, пісок, глина, м'які іграшки). Дотик і тактильні відчуття можуть бути використані для регулювання

емоційного стану дітей, зокрема для зниження тривожності та розвитку емоційної стабільності.

*Гра «Колобок» для подолання емоційного напруження.*

Ця гра включає рухливу активність, де діти уявляють себе колобками, які котяться по різних поверхнях і проходять через емоційні перешкоди. Кожна перешкода символізує певний емоційний виклик, як-от страх, гнів, радість чи сум. Діти повинні фізично реагувати на ці перешкоди: вони можуть, наприклад, стрибати через «камені» (емоції страху), уповільнювати рух через «болото» (емоції смутку) або котитися швидше через «сонячну галявину» (емоції радості). Ця гра не лише допомагає дітям справлятися з емоційними труднощами, але й вчить їх адаптуватися до різних життєвих ситуацій.

Після кожної «перешкоди» важливо проводити коротке обговорення з дітьми, що допоможе їм усвідомити свої емоції та розуміти, як вони на них реагують. Наприклад, після проходження «болота», яке символізує смуток, можна запитати дітей: «Що ви відчували, коли рухалися повільно? Чому було важко?» Це дасть змогу дітям звернути увагу на власні відчуття і зрозуміти, як вони переживають смуток або невдачі. Якщо вони стрибали через «камені страху», доречно запитати: «Чи було страшно стрибати? Що допомогло вам подолати цей страх?» Це дозволить дітям відчувати, що страх можна контролювати та успішно долати.

Таке обговорення можна проводити в форматі кола, де кожна дитина має можливість поділитися своїми враженнями. Важливо заохочувати дітей до відкритого спілкування, проте не примушувати їх говорити, якщо вони не готові. Можна використовувати стимулюючі запитання: «Що вам допомогло відчувати себе сміливо під час стрибків?» або «Як ви долали труднощі, коли котилися через «болото»?» Це сприяє розумінню дітьми власних механізмів подолання труднощів, які можна застосувати і в реальних життєвих ситуаціях.

Особливу увагу слід приділити позитивному підкріпленню успішних дій і реакцій дітей. Наприклад, після швидкого котіння через «сонячну галявину», яка символізує радість, можна запитати: «Як ви почувалися, коли все було

легко і весело? Як радість допомогла вам швидко котитися?» Такі питання допомагають дітям усвідомити силу позитивних емоцій і їхню важливість у житті.

Крім того, гра дозволяє дітям навчитися працювати в команді. Наприклад, коли один із «колобків» стикається з труднощами, інші можуть допомагати йому, підказуючи шляхи вирішення проблеми або підтримуючи емоційно. Це формує в дітей навички співпереживання та емпатії. Після гри можна обговорити, як кожен з учасників допомагав один одному, які дії були корисними, і як це вплинуло на емоційний стан.

Рефлексія після гри також дає можливість вчителю спостерігати за емоційними реакціями дітей, виявляти можливі проблемні зони та надавати індивідуальну підтримку тим, хто потребує більше часу для адаптації до певних емоційних ситуацій. Ця вправа стає чудовою можливістю для формування навичок саморегуляції, коли діти вчаться контролювати свої емоції, розуміти їх походження і значення.

Важливо також робити акцент на тому, що в грі немає «правильних» або «неправильних» емоцій — будь-які почуття, які діти переживають, є нормальними та природними. Основна мета гри — навчити дітей краще розуміти свої емоції і знаходити способи справлятися з ними, а не уникати або придушувати їх.

Поступово, через регулярні подібні вправи, діти зможуть поліпшити свої навички саморефлексії та навчитися краще контролювати свої емоції в реальному житті. Таким чином, гра «Колобок» стає ефективним інструментом для емоційного розвитку, оскільки вона поєднує фізичну активність з емоційною рефлексією та соціальним навчанням.

Завдяки ігровому формату ця вправа стає не лише корисною, але й захоплюючою для дітей, що сприяє кращому засвоєнню емоційних навичок.

### **Висновки до третього розділу**

У дітей помітно покращився рівень самоконтролю, знизився рівень тривожності, а також зменшилася кількість конфліктних ситуацій. Впровадження програми з ігротерапії в дошкільні навчальні заклади має значний потенціал для покращення емоційної компетентності дітей, що сприяє їхній кращій соціалізації та психологічній адаптації.

Ігротерапія, як метод психокорекції, стає все більш популярним і затребуваним у роботі з дітьми, оскільки вона пропонує унікальну можливість для розвитку емоційної сфери через гру. Вона базується на принципах гри, які є природними для дітей і дозволяють їм відкриватися, виражати свої почуття та переживання в безпечному середовищі. У дослідженнях було виявлено, що ігротерапія сприяє покращенню емпатії, емоційності та доброзичливості.

Більшість учасників корекційної групи продемонстрували помітні позитивні зміни в цих сферах, що знайшло відображення у їхньому поведінковому прояві. Наприклад, діти стали більш уважними до почуттів інших, краще розуміли та виражали власні емоції. Це важливо, адже формування таких навичок у ранньому віці є основою для подальшого розвитку соціальних відносин і особистісної зрілості.

Статистична обробка даних підтвердила значущі позитивні зміни у групі, що свідчить про ефективність психокорекційної програми, основаної на ігротерапії. Цей метод виявився дієвим не лише для зниження емоційної напруженості, але й для формування більш позитивного емоційного фону в дітей. Багато дітей, які проходили ігротерапію, повідомляли про зростання впевненості в собі, що є ключовим чинником для успішної адаптації в соціумі.

Крім того, ігротерапія сприяє розвитку навичок спілкування, що важливо для дітей у їхньому повсякденному житті. Вона дозволяє дітям експериментувати з різними соціальними ролями, що допомагає їм краще зрозуміти себе та інших. Через гру діти можуть проживати різні сценарії, що

допомагає їм відпрацьовувати відповідні реакції у реальних життєвих ситуаціях.

Ігротерапія також дозволяє дітям працювати з власними страхами та тривогами. Завдяки безпечному середовищу гри діти можуть відкрито обговорювати свої переживання, що є важливим етапом у їхній психо-емоційній адаптації. Вони вчаться справлятися з негативними емоціями, замінюючи їх на більш конструктивні.

Крім того, гра стимулює творчість, що також є важливим аспектом розвитку особистості. Діти вчаться знаходити нестандартні рішення, розвивають уяву та креативність, що позитивно впливає на їхню здатність адаптуватися до різних життєвих ситуацій.

Ігротерапія може бути особливо корисною для дітей, які зазнали травм або мають труднощі в спілкуванні. Гра може стати містком, який допоможе їм знайти спільну мову з іншими, подолати бар'єри та створити довірливі відносини з дорослими. У процесі гри діти часто починають відкриватися і ділитися своїми переживаннями, що є важливим кроком до психо-емоційного одужання.

Таким чином, ігротерапія є не лише ефективним засобом розвитку емоційної сфери, але й важливим елементом у формуванні особистісної зрілості дитини. Завдяки ігротерапії діти здобувають навички, які знадобляться їм у дорослому житті: вміння слухати, співчувати, розуміти інших та ефективно спілкуватися. Цей метод, безумовно, заслуговує на більше визнання та впровадження у практику роботи з дітьми, адже його переваги очевидні і варті уваги.

## ВИСНОВКИ

Опрацювання та узагальнення отриманих в ході дослідження даних дозволили сформулювати загальні висновки нашої курсової роботи:

1. Охарактеризовано вікові особливості дітей старшого дошкільного віку. На основі аналізу наукових досліджень можна зробити висновок, що в дошкільному віці вкладення основних якостей особистості, пов'язаних з емоційною сферою, є надзвичайно важливим. Серед цих якостей можна визначити людяність, моральність, патріотизм, толерантність, доброту та соціальну компетентність. У зв'язку з цим, вважаємо доцільним спрямувати роботу на формування у дітей старшого дошкільного віку саме цих якостей за допомогою ігротерапії.

2. Досліджено особистісний та емоційний розвиток дитини дошкільного віку. Визначено, що в старшому дошкільному віці активність, розвиток самосвідомості та впевненість в собі суттєво залежать від спілкування з дорослими. Важливу роль також відіграє організація діяльності дорослого, яка збагачує досвід дитини та сприяє формуванню в неї різних навичок. Ефективність впливу дорослих на формування особистісних якостей залежить від їхніх особистісних якостей, стилю поведінки та вміння правильно спілкуватися з дітьми.

3. Проаналізовано ігротерапію, як засіб розвитку емоційної сфери дошкільників. Аналіз наукових досліджень також вказує на те, що ігротерапія є дієвим методом розвитку емоційної сфери. Цей метод використовує ігрову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей та взаємодії з навколишнім світом.

4. Проведено емпіричне дослідження корекції порушень розвитку емоційної сфери старших дошкільників методами ігротерапії. Проаналізувавши порушення у розвитку емоційної сфери старших дошкільників, ми здійснили емпіричне дослідження з використанням методів ігротерапії для корекції цих порушень. Отримані результати надають

переконливі свідчення щодо позитивного впливу ігротерапії на емоційну сферу дітей цього вікового періоду.

5. Проведена програма ігротерапії для старших дошкільників показала значний потенціал у розвитку емоційної та особистісної сфери дітей. Використання ігротерапевтичних методів, таких як друдли, кінезіологічні вправи, творчі ігри та рольові вправи, сприяло формуванню у дітей вмінь усвідомлювати, розпізнавати та виражати свої емоції, а також взаємодіяти з іншими на основі емоційної емпатії та самоконтролю.

Програма була спрямована на подолання емоційних труднощів, таких як страхи, тривожність, невпевненість у собі та труднощі у соціальних взаємодіях. В результаті застосування ігротерапії вдалося досягти помітного прогресу у дітей щодо емоційної стійкості, креативності, а також здатності до конструктивної взаємодії з однолітками.

Одним із важливих аспектів стало зниження психоемоційного напруження у дітей, що було досягнуто завдяки практиці релаксаційних та динамічних вправ. Це дозволило учасникам легше справлятися з внутрішніми конфліктами та стресовими ситуаціями. Діти також продемонстрували покращення у розвитку дрібної моторики та міжпівкульної взаємодії, що є важливими елементами загального розвитку в дошкільному віці.

Таким чином, результати впровадження програми ігротерапії підтверджують її ефективність як інструменту для корекції та стимуляції емоційного розвитку дошкільників. Це підтверджує доцільність подальшого використання подібних програм у дошкільних навчальних закладах для формування емоційно зрілих, впевнених у собі та соціально адаптованих дітей.

На підставі наших досліджень виявлено, що застосування ігротерапії сприяло значущим поліпшенням у виявленні емпатії, розвитку емоційності та виявленні доброзичливості серед більшості дітей корекційної групи. Аналіз статистичних даних, зокрема значення  $t = 2,77$  ( $p < 0,01$ ), підтверджує статистичну значущість позитивних змін у корекційній групі.

Отже, результати свідчать про високу ефективність розробленої нами психокорекційної програми ігротерапії для розвитку емоційної сфери старших дошкільників. Впровадження цієї програми дозволяє враховувати індивідуальні особливості дітей, сприяючи формуванню позитивних емоційних реакцій та створюючи благоприятне емоційне середовище для їхнього розвитку.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Астремська І. В. Прикладні методики та основи супервізії в соціальній роботі : навчальний посібник / І. В. Астремська. – Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2017. – 396 с.
2. Годонюк В. С. Особливості самоствердження дитини дошкільного віку: теоретичний та емпіричний аспект проблеми. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : психологічні науки/ голов. ред. О. Є. Блинова. Херсон, 2015. Випуск 4. С. 57-60.
3. Грицишина Т. І. Соціалізація дітей старшого дошкільного віку як соціально-педагогічна проблема. Освіта та розвиток обдарованої особистості. 2016. № 12 (55). С. 12–15.
4. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Конспект лекцій : навч. посіб. Для студ. вищ. навч. закл. Кам'янець-Подільський : Вид-во Кам'янець-Подільського держ. педагогічного ун-ту, 2002. 96 с.
5. Заліток Л. М. Казкотерапія за Василем Сухомлинським. Інноватика у вихованні. 2017. Вип. 6. С. 99-106.
6. Ігротерапія як метод психологічної допомоги дітям URL: <https://zmdl5.zp.ua/ihroterapiia-iak-metod-psykholohichnoi-dopomohy-ditiam/> (дата звернення 02.03.2024).
7. Ігротерапія для дітей з особливостями розвитку. Психолого-педагогічний клуб. 2022. URL: <https://aytuzon.com.ua/igroterapiya/> (дата звернення 02.03.2024).
8. Кулачківська С. Є. Методи вивчення психічного розвитку дитини дошкільника. Київ : Світич, 2003. 40 с.
9. Кузікова, С. Теорія і практика вікової психокорекції. Суми: ВТД «Університетська книга». 2008. 384 с.

10. Латакова, О. Ігрова терапія: весела та проста корекція поведінки дітей Ігротерапія. Консультація. 2022 URL: <https://nikifilini.one.ru/uk/igrovaya-terapiya-veselaya-i-prostaya-korreksiya-povedeniya-detei> (дата звернення 02.03.2024).

11. Литвиненко С.А. Ігрова терапія як метод розв'язання проблем дитячого розвитку. Наука і освіта. 2008. №4-5. С. 160- 167.

12. Мельник Ж. В. Психологічні особливості становлення самосвідомості старшого дошкільника в процесі «відкриття» світу дорослих : автореф. дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07 / Нац. пед. університет ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2014. 20 с.

13. Мельник І. С. Особливості впливу взаємин з дорослими і однолітками на самооцінку старшого дошкільника : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Інститут психології ім. Г. С. Костюка. Київ, 2009. 198 с.

14. Мельничук І. В. Емоційний стан дітей дошкільного віку. Наука і освіта. Одеса, 2012. № 2. 45 с.

15. Мельничук І. В. Генеза емоційних особливостей у сучасних дітей. Наука і освіта. Одеса, 2002. № 5. С. 42–44.

16. Мельничук І. В. Особливості емоційного розвитку дітей різного віку та статі. Науковий вісник Південно-українського державного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського. 2002. № 11–12. С. 149-154.

17. Нестеренко А. Розвиток емоційної сфери дошкільника засобами арт-терапії. URL: [https://ird.npu.edu.ua/files/nesterenko\\_2.pdf](https://ird.npu.edu.ua/files/nesterenko_2.pdf) (Дата звернення: 02.02.2024).

18. Нечипорук Л. Ігротерапія в соціально-педагогічній роботі, як метод моделювання взаємодії із соціальним оточенням. Інноватика у вихованні. 2022. №6. С. 180-189.

19. Поліщук В. М. Вікова і педагогічна психологія : навчальний посібник. Вид. 3-тє, виправ. Суми : Університетська книга, 2010. 352 с.

20. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : навч. посіб. Київ :Академвидав, 2008. 456 с.
21. Приходько Ю. О. Генезис провідних ставлень дитини до шкільного віку як основи її особистісного розвитку : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07/Український держ. пед. Університет імені М. П. Драгоманова. Київ, 1997. 428с.
22. Приходько Ю. О. Дитяча психологія: Нарисистановлення та розвитку. Київ : Міленіум, 2003. 192 с.
23. Сиротюк П. Ігротерапія – це психотерапія майбутнього: перспективи та можливості. 2023. URL: <https://psihologonline.pro/ihroterapiya-shcho-tse-i-yak-vona-pratsyuue/>(Дата звернення: 02.02.2024).
24. Степанов С. Ігротерапія, історичний огляд. Психологіс. URL: [http://psychologis.com.ua/igroterapiyazpt\\_istoricheskiy\\_obzor.htm](http://psychologis.com.ua/igroterapiyazpt_istoricheskiy_obzor.htm) (Дата звернення: 02.02.2024).
25. Федій О. Ігротерапія як психолого-педагогічна фасилітація. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/20477/1/3.pdf> (Дата звернення: 02.02.2024).
26. Черепаня Н. І. Виховання дітей дошкільного віку у взаємодії із соціальним довкіллям. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Вип. 1 (38). С. 319–322.
27. Чопик С. В. Рівень домагань як психологічна детермінанта особистісного розвитку молодшого школяра : дис. канд. психол. н. : 19.00.07/ Нац. пед. Університетім. М. П. Драгоманова. Київ, 2012. 210 с.
28. Fediy, O. & Bohdanova, D. AESTHETOTHERAPY: «Feeling education» or beauty will save spiritual development of children. LAP LAMBERT Academic Publishing. 2020. 332 p.
29. Landreth, G. L. Innovations in play therapy: Issues, process, and special populations. Brunner-Routledge. 2005. 256 p.

30. Langford, P. Vygotsky's developmental and educational psychology. Psychology Press. 2013. 362 p.
31. Lukens R. A Critical handbook of children's literature. New York : Harper Collins College, 1995. 378 p.
32. Zhuravlova, L., & Chebykin, A. The development of empathy: Phenomenology, Structure and human nature. Routledge. 2021. 196 p.
33. Riva, M. A., Grassi, L., & Belingheri, M. (2020). Jacob L. Moreno and psychodrama – psychiatry in history. *The British Journal of Psychiatry*, 2020 P. 369–369.
34. Winnicott D. Maturation processes and the facilitating environment: studies in the theory of emotional development. London : Karnac Books, 1996. 296 с.
35. Журавлова Л., Чебікін А. Розвиток емпатії: феноменологія, структура та природа людини. Routledge. 2021. 196 с.
36. Кулачківська С. Є. Методи вивчення психічного розвитку дитини дошкільника. Київ : Світич, 2003. 40 с.
37. Нечипорук Л. Ігротерапія в соціально-педагогічній роботі, як метод моделювання взаємодії із соціальним оточенням. *Інноватика у вихованні*. 2022. №6. С. 180-189.
38. Zhuravlova L., Chebykin A. (2021) Rozvytok empatii: fenomenolohiia, struktura ta pryroda liudyny [Development of empathy: phenomenology, structure and human nature]. *Routledge – Routledge*. [in Ukrainian].
39. Kulachkivska S. Ye. (2003) Metody vyvchennia psykhichnoho rozvytku dytyny doshkilnyka [Methods of studying the mental development of a preschool child] *Svitych – Svitych*. Kyiv. [in Ukrainian].
40. Nechyporuk L. (2022) Ihroterapiia v sotsialno-pedahohichnii roboti, yak metod modeliuvannia vzaiemodii iz sotsialnym otochenniam [Play therapy in socio-pedagogical work as a method of modeling interaction with the social environment] *Innovatyka u vykhovanni - Innovation in education*. [in Ukrainian].

41. Астремська І. В. Прикладні методики та основи супервізії в соціальній роботі : навчальний посібник / І. В. Астремська. – Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2017. – 396 с.
42. Годонюк В. С. Особливості самоствердження дитини дошкільного віку: теоретичний та емпіричний аспект проблеми. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : психологічні науки/ голов. ред. О. Є. Блинова. Херсон, 2015. Випуск 4. С. 57-60.
43. Грицишина Т. І. Соціалізація дітей старшого дошкільного віку як соціально-педагогічна проблема. Освіта та розвиток обдарованої особистості. 2016. № 12 (55). С. 12–15.
44. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Конспект лекцій : навч. посіб. Для студ. вищ. навч. закл. Кам'янець-Подільський : Вид-во Кам'янець-Подільського держ. педагогічного ун-ту, 2002. 96 с.
45. Заліток Л. М. Казкотерапія за Василем Сухомлинським. Інноватика у вихованні. 2017. Вип. 6. С. 99-106.
46. Ігротерапія як метод психологічної допомоги дітям URL: <https://zmdl5.zp.ua/ihroterapiia-iak-metod-psykholohichnoi-dopomohy-ditiam/> (дата звернення 02.03.2024).
47. Ігротерапія для дітей з особливостями розвитку. Психолого-педагогічний клуб. 2022. URL: <https://aytuzon.com.ua/igroterapiya/> (дата звернення 02.03.2024).
48. Кулачківська С. Є. Методи вивчення психічного розвитку дитини дошкільника. Київ : Світич, 2003. 40 с.
49. Кузікова, С. Теорія і практика вікової психокорекції. Суми: ВТД «Університетська книга». 2008. 384 с.
50. Латакова, О. Ігрова терапія: весела та проста корекція поведінки дітей Ігротерапія. Консультація. 2022 URL: <https://nikifilione.ru/uk/igrovaya->

terapiya-veselaya-i-prostaya-korreksiya-povedeniya-detei(дата звернення 02.03.2024).

51. Литвиненко С.А. Ігрова терапія як метод розв'язання проблем дитячого розвитку. Наука і освіта. 2008. №4-5. С. 160- 167.

52. Мельник Ж. В. Психологічні особливості становлення самосвідомості старшого дошкільника в процесі «відкриття» світудорослих : автореф. дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07 / Нац. пед. університетім. М. П. Драгоманова.Київ, 2014. 20 с.

53. Мельник І. С. Особливості впливу взаємин з дорослими і однолітками насамооцінку старшого дошкільника : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 /Інститут психології ім. Г. С. Костюка. Київ, 2009. 198 с.

54. Мельничук І. В. Емоційний стан дітей дошкільного віку. Наука і освіта. Одеса, 2012. № 2. 45 с.

55. Мельничук І. В. Генеза емоційних особливостей у сучаснихдітей. Наука і освіта. Одеса, 2002. № 5. С. 42–44.

56. Мельничук І. В. Особливості емоційного розвитку дітей різного віку та статі. Науковий вісник Південно-українського державного педагогічного університетуім. К. Д. Ушинського. 2002. № 11–12. С. 149-154.

57. Нестеренко А. Розвиток емоційної сфери дошкфльника засобами арт-терапії. URL: [https://ird.npu.edu.ua/files/nesterenko\\_2.pdf](https://ird.npu.edu.ua/files/nesterenko_2.pdf) (Дата звернення: 02.02.2024).

58. Нечипорук Л. Ігротерапія в соціально-педагогічній роботі, як метод моделювання взаємодії із соціальним оточенням.Інноватика у вихованні. 2022. №6. С. 180-189.

59. Поліщук В. М. Вікова і педагогічна психологія : навчальний посібник. Вид. 3-тє, виправ. Суми : Університетська книга, 2010. 352 с.

60. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : навч. посіб. Київ :Академвидав, 2008. 456 с.

61. Приходько Ю. О. Генезис провідних ставлень дитини до шкільного віку як основи її особистісного розвитку : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07/Український держ. пед. Університет імені М. П. Драгоманова. Київ, 1997. 428с.
62. Приходько Ю. О. Дитяча психологія: Нарисистановлення та розвитку. Київ : Міленіум, 2003. 192 с.
63. Сиротюк П. Ігротерапія – це психотерапія майбутнього: перспективи та можливості. 2023. URL: <https://psihologonline.pro/ihroterapiya-shcho-tse-i-yak-vona-pratsyuє/>(Дата звернення: 02.02.2024).
64. Степанов С. Ігротерапія, історичний огляд. Психологіс. URL: [http://psychologis.com.ua/igroterapiyazpt\\_istoricheskiy\\_obzor.htm](http://psychologis.com.ua/igroterapiyazpt_istoricheskiy_obzor.htm)(Дата звернення: 02.02.2024).
65. Черепаня Н. І. Виховання дітей дошкільного віку у взаємодії із соціальним довкіллям. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Вип. 1 (38). С. 319–322.
66. Чопик С. В. Рівень домагань як психологічна детермінанта особистісного розвитку молодшого школяра : дис. канд. психол. н. : 19.00.07/ Нац. пед. Університетім. М. П. Драгоманова. Київ, 2012. 210 с.
67. Дметерко Н. В. Дитяча психологія: Навчально-методичний посібник (Курс лекцій). Слов'янськ: ПП «Канцлер», 2005. –194 с.
68. Максименко С.Д. Емоційний розвиток дитини. К.: Мікрос СВВ. 2003.220 с.
69. Павелків Р.В. Дитяча психологія: навч. посібник. К.: Академвидав, 2008. 432 с.
70. Федій О. А. Естетотерапія. *Центр учбової літератури*. Київ: 2012 304 с.

71. Максименко Д. С. Різнокольорове дитинство ігротерапія, казкотерапія, ізотерапія, музикотерапія. *Центр учбової літератури*. Київ: 2018. 192с.
72. Куцин Е.К. Вплив ігротерапії на розвиток дітей молодшого шкільного віку DOI: [http://dspace-s.msu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/7161/1/The %20influence %20of %20game %20therapy %20on %20the %20development of %20primary %20school %20children .pdf](http://dspace-s.msu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/7161/1/The_%20influence_%20of_%20game_%20therapy_%20on_%20the_%20development_of_%20primary_%20school_%20children_.pdf)
73. Кузікова, С. Теорія і практика вікової психокорекції. Суми: ВТД «Університетська книга». 2008. 384 с.
74. Приходько Ю. О. Дитяча психологія: Нарисистановлення та розвитку. Київ : Міленіум, 2003. 192 с.

## ДОДАТКИ

## ДОДАТОК А

## Програма ігротерапії

| № п/п            | Заняття                                                                                                                                                                                   | Мета                                                                                                                                                                                                                                                                        | Обладнання                                                                                     | Тривалість  |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Підготовчий етап |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                |             |
| 1.               | Знайомство.<br>1. Привітання.<br>2. Правила групи.<br>3. Кінезіологічні вправи для рук<br>4. Мій портрет та моє улюблене ім'я<br>5. Релаксаційна вправа «Сонячний промінчик»<br>Рефлексія | познайомити учасників групи один з одним;<br>створення позитивної атмосфери у групі; саморозкриття членів групи<br>розвиток міжпівкульної взаємодії<br>розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля)<br>розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля) | різнокольорові олівці або фарби, аркуші А-4, музична композиція, плакат правила групи «Квітка» | 30хв.-60хв. |

|                  |                                                                                                                                                              |                                                                                     |                                                                                                             |             |  |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--|
|                  |                                                                                                                                                              |                                                                                     |                                                                                                             |             |  |
| 2.               | Згуртування групи<br>1. Привітання.<br>2. Правила групи.<br>3. Кінезіологічні вправи для рук.<br>4. Гра «Клубочок»<br>5. Релаксаційна вправа<br>6. Рефлексія | абстрактнологічного мислення (ліва півкуля),розвивати вміння починати спілкування з | плакат правила групи «Квітка», клубок ниток, різнокольорові олівці або фарби, Аркуші А-4,музична композиція | 30хв.-60хв. |  |
| Корекційний етап |                                                                                                                                                              |                                                                                     |                                                                                                             |             |  |

|    |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |             |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--|
| 3. | <p>1. Привітання</p> <p>2. 3. .</p> <p>Правила</p> <p>4. групи.</p> <p>5. Кінезіологічні вправи для рук</p> <p>Вправа «Розмоварук»</p> <p>Вправа «Підводне царство»</p> <p>Рефлексія</p>                       | <p>розпізнавання та вираження емоційних та поведінкових станів; вчити дітей доводити задум; розвивати уяву, творчі здібності, розвитку міжпівкульної взаємодії, профілактика страху спілкування, вирішення конфліктів, розвивати уяву та творчі здібності дітей, вчити працювати в групі разом з іншими дітьми, виховувати повагу до інших.</p> | <p>плакат правила групи «Квітка», ватман, різнокольорові олівці або фарби з пензликами, музична композиція</p>                                               | 30хв.-60хв. |  |
| 4. | <p>1. Привітання</p> <p>2. 3. .</p> <p>Правила</p> <p>4. групи.</p> <p>5. Кінезіологічні вправи для рук</p> <p>6. Гра «Гусла Самогуди»</p> <p>Динамічна вправа «Прогулянка у лісі»</p> <p>Казковий портрет</p> | <p>програвання гри, розпізнавання та вираження емоційних та поведінкових станів; вчити дітей доводити задум до образу; розвивати уяву, творчі здібності, розвитку міжпівкульної взаємодії, розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля), розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля)</p>                               | <p>плакат правила групи «Квітка», різнокольорові олівці або фарби, рукавички казкових героїв, аркуші паперу різної формату, музична композиція «У лісі».</p> | 30хв.-60хв. |  |

|    |                                  |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                              |                 |  |
|----|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--|
| .  | 1.<br>2. 3.<br>4. 5.<br>6.<br>7. | Привітання.<br>Правил а групи.<br>Кінезіо логічні вправи для рук<br>Казков і друдли<br>Динамі чна вправа «Прогу лянка у лісі»<br>Гра «Хвил инка витівки »<br>Рефлекс ія | вирішення конфліктів;<br>розвиток фантазії та творчих здібностей; боротьба добра та зла; боротьба зі страхами; підвищення самооцінки; розвиток сміливості, рішучості, завзятості, розвитку міжпівкульної взаємодії<br>розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля) розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля), розвивати уяву, логічне мислення. | плакат правила групи «Квітка», друдли, зачини, музична композиція «У лісі».  | 30хв.-<br>60хв. |  |
| 6. | 1.<br>2. 3.<br>4.<br>5           | Привітання.<br>Правил а групи.<br>Кінезіо логічні вправи для рук<br>Гра «Чарів ніфарби»<br><br>Рефлекс ія                                                               | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля), розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля), розвивати самоспостереження за власним емоційним станом.                                                                                                                                                              | плакат правила групи «Квітка», різнокольорові олівці або фарби з пензликами, | 30хв.-<br>60хв. |  |

|    |                               |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                 |                 |  |
|----|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--|
| 7. | 1.<br>2. 3.<br>4.<br>5.<br>6. | Привітання.<br>Правила групи.<br>Кінезіологічні вправи для рук<br>Гра для виявлення страху самотності «Хованки»<br>Гра «Чарівні створіння»<br>Рефлексія          | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля) розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля) профілактика та корекція страху самотності, розвиток креативності, емпатії, розвивати самостереження за власним емоційним станом та відчуттями | плакат правила групи «Квітка», повітряні кульки, фломастери, музична композиція | 30хв.-<br>60хв. |  |
| 8. | 1.<br>2. 3.<br>4.<br>5.<br>6. | Привітання.<br>Правила групи.<br>Кінезіологічні вправи для рук<br>Гра для виявлення страху профілактики страху «Видування»<br>Вірш «Страх-смішинка»<br>Рефлексія | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля) розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля), профілактика та корекція страху, сформувати психологічні навички подолання страху                                                             | вірш<br>“Страх-смішинка”, плакат<br>правила групи «Квітка»                      | 30хв.-<br>60хв. |  |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                            |                 |  |  |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--|--|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                            |                 |  |  |
| 9.  | <p>1. Привітання.</p> <p>2. 3. Правила групи.</p> <p>4. Кінезіологічні вправи для рук</p> <p>5. <i>Рухлива гра «Колобок».</i></p> <p>Ігри для зниження психоемоційного напруження та розвитку тактильно-кінестетичної чутливості і дрібної моторики руки: “Чутливі пальчики і долоньки”, “Міна”, “Чарівні візерунки”</p> <p>6. Рефлексія</p> | <p>розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля) розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля), профілактика страху самотності, страху не встигнути, зниження психоемоційного напруження та розвитку тактильнокінестетичної чутливості і дрібної моторики руки</p> | <p>плакат правила групи «Квітка» ящик з піском, аркуші паперу, різноколорові олівці або фарби з пензликами, музична композиція</p>         | 30хв.-<br>60хв. |  |  |
| 10. | <p>1. Привітання.</p> <p>2. Правила групи.</p> <p>3. Кінезіологічні вправи для рук</p> <p>4. <i>Гра «Відьма»</i></p> <p>5. Вправа “Казковий портрет”</p> <p>6. Рефлексія</p>                                                                                                                                                                 | <p>розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля) розвиток абстрактнологічного мислення (ліва півкуля), профілактика страху фізичного покарання, страху перед вигаданими істотами, вчити дітей доводити задум до образу; розвивати уяву</p>                                | <p>плакат правила групи «Квітка» , аркуші паперу з різними карлючками, різноколорові олівці або фарби з пензликами, музична композиція</p> | 30хв.-<br>60хв. |  |  |

## ДОДАТОК Б

| № п/п             | Заняття                                                                                                                                           | Мета                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Обладнання                                                                                                                    | Тривалість | рими́тка        |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------|
| Розвивальний етап |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                               |            |                 |
| 1.                | 1. Привітання.<br>2. Правила групи.<br>3. Кінезіологічні вправи для рук<br>4. Казка про іграшку<br>5. Сюжетно-рольова гра “Місто”<br>6. Рефлексія | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля)<br>розвиток абстрактно логічного мислення (ліва півкуля), розвивати уяву, вміння будувати розповідь, увагу, мислення, фантазування, профілактика конфліктів, розвиток та формування навиків здорової конкуренції | плакат правила групи «Квітка», аркуші паперу, різнокольорові олівці або фарби, іграшки, іграшки-рукавички, музична композиція |            | 30хв.-<br>60хв. |
| 2.                | Привітання.<br>Правила групи.<br>Кінезіологічні вправи для рук<br>Вправа “Перетворення”<br>Рефлексія                                              | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля)<br>розвиток абстрактно логічного мислення (ліва півкуля) розвивати творче мислення, креативність, формувати вміння приймати конструктивні рішення в різних життєвих обставинах                                   | плакат правила групи «Квітка» аркуші паперу, різнокольорові олівці або фарби, музична композиція                              |            | 30хв.-<br>60хв. |

|    |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                               |                         |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 3. | <p>1. Привітання.</p> <p>2. Правила групи.</p> <p>3. Кінезіологічні вправи для рук</p> <p>4. Гра “Вгадайказкового героя”</p> <p>5. Вправа«Подорож у сон»</p> <p>6. Гра “Двоє малюють одним олівцем”</p> <p>7. Рефлексія</p>               | <p>розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля)</p> <p>розвиток абстрактно логічного мислення (ліва півкуля), розвивати уяву, творчі здібності та логічне мислення, здатність перевтілюватись у сценіч</p>                                                                                     | <p>плакат правила групи «Квітка», аркуші паперу, різнокольорові олівці або фарби, музична композиція</p>                                      | <p>30хв.-<br/>60хв.</p> |
| 4. | <p>1. Привітання.</p> <p>2. 3. Правила групи.</p> <p>Кінезіологічні</p> <p>4. вправи для рук</p> <p>5. Вправа «Складання історій»</p> <p>6. Динамічна вправа</p> <p>7. «Прогулянка у лісі»</p> <p>Вправа «Бал казок»</p> <p>Рефлексія</p> | <p>казки; розвивати творче мислення, уяву, фантазію. розвивати уяву,творчі здібності дітей,логічне мислення,вміння розпізнавати і передавати емоційний стан за допомогою кольорурозвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочно-образного) мислення (права півкуля)</p> <p>розвиток абстрактно-логічного мислення (ліва півкуля)</p> | <p>плакат правила групи «Квітка», конструктор,зображення доброї феї та злого чаклуна,іграшки кіндер-сюрприз, музична композиція «У лісі».</p> | <p>30хв.-<br/>60хв.</p> |
| 5. | <p>1. Привітання.</p> <p>2. Правила групи.</p> <p>3. Кінезіологічні</p> <p>4. вправи для рук</p> <p>5. Вправа «Улюблена гра»</p> <p>6. Динамічна вправа</p> <p>7. «Прогулянка у лісі»</p> <p>Рефлексія.</p>                               | <p>розвивати уяву; формувати навички використання прийомів придумування небилиць,конструювання особистості дошкільника, розвитку міжпівкульної взаємодії, розвиток творчого (наочно-образного) мислення (права півкуля),розвиток абстрактно-логічного мислення (ліва півкуля)</p>                                                               | <p>плакат правила групи «Квітка», музична композиція «У лісі»</p>                                                                             | <p>30хв.-<br/>60хв.</p> |

|    |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                      |                 |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 6. | 1. Привітання.<br>2. 3. Правила групи.<br>Кінезіологічні вправи для<br>4. рук<br>5. Гра «Чарівні створіння»<br>Рефлексія                                                      | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля), розвиток абстрактно-логічного мислення (ліва півкуля), розвивати уяву, фантазію, творчі здібності у зображувальній діяльності.                                                                                            | плакат правила групи «Квітка», аркуші паперу, різнокольорові олівці або фарби, музична композиція                                                                                                                    | 30хв.-<br>60хв. |
| 7. | 1. Привітання.<br>2. Правила групи.<br>3 Кінезіологічні вправи для рук<br>4 Емоційна гра<br>5 Придумаємо гру<br>6 Рефлексія                                                   | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля) розвиток абстрактно-логічного мислення (ліва півкуля), розвивати уяву, фантазію, творчі здібності у зображувальній діяльності, вміння розпізнавати і відображати різні емоції; вчити дітей самостійно придумувати гру      | плакат правила групи «Квітка», аркуші паперу, і природний допоміжний матеріал, ножиці, клей, приготовані заздалегідь форми, вирізані з різнокольорового паперу (дерева, квіти, хатинки, зірочки, одяг, тварини тощо) | 30хв.-<br>60хв. |
| 8. | 1. Привітання.<br>2. 3. Правила групи.<br>Кінезіологічні<br>4. 5. 6. вправи для рук<br>7. Гра<br>«Чарівні фарби»<br>8. Психогімнастика<br>Вправа<br>«Чарівники»<br>Рефлексія. | розвитку міжпівкульної взаємодії розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля) розвиток абстрактно-логічного мислення (ліва півкуля), вчити дитину передавати своє ставлення до об'єкта через колір, визначати характер об'єкта, розвивати уяву, вміння будувати розповідь, увагу, мислення, фантазування | плакат правила групи «Квітка», силуети не розфарбованих чарівників, різнокольорові олівці, різні іграшки.                                                                                                            | 30хв.-<br>60хв. |

|                |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                               |                 |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 9.             | 1. Привітання.<br>2. Правила групи.<br>3. Кінезіологічні вправи для рук<br>4. Кумедні історії<br>5. Рефлексія  | розвитку міжпівкульної взаємодії<br>розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля)<br>розвиток абстрактно-логічного мислення (ліва півкуля),<br>розвивати уяву, фантазію, творчі здібності розвивати креативність, творче вербальне мислення, розумові здібності, зв'язне мовлення; розвивати осмислення наслідків тих або інших подій; вчити дітей аналізувати ситуацію і прогнозувати результати конкретної діяльності, вчинків, реакцію оточуючих                                                                          | плакат правила групи «Квітка»<br>аркуші, кольорові олівці чи фарби, різні геометричні фігури, вирізані з кольорового картону, клей, гілочки, нитки, маленькі камінці тощо; музичний супровід. | 30хв.-<br>60хв. |
| Заключний етап |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                               |                 |
| 10.            | 1. Привітання.<br>2. Правила групи.<br>3. Кінезіологічні вправи для рук<br>4. Колаж «Книга гри»<br>5. Прощання | розвитку міжпівкульної взаємодії<br>розвиток творчого (наочнообразного) мислення (права півкуля)<br>розвиток абстрактно-логічного мислення (ліва півкуля),<br>розвиток уяви та фантазії, під час виконання завдання — бути оригінальним, гнучким, знаходити зв'язки між віддаленими поняттями, явищами, об'єктами на основі образу або ситуації, яка зображена. вчити дітей створювати власні ігри, працювати разом в групі; розвивати кмітливість, творчість; вправляти в умінні створювати та реалізовувати в творі план сюжетного задуму | плакат правила групи «Квітка», папір А 4, маркери, фломастери, клей, ножиці, журнали з ілюстраціями, кольоровий папір                                                                         | 30хв.-<br>60хв. |