

Уманський державний педагогічний університет
імені Павла Тичини
Факультет соціальної та психологічної освіти
Кафедра психології

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

освітній ступінь магістр

на тему: **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНІКИ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ
БАР'ЄРІВ СПІЛКУВАННЯ ДІТЕЙ**

Виконала: студентка 2 курсу, 264 група
спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма «Психологія»
Титоренко Тетяна Олександрівна

Керівник:

доктор психологічних наук, професор, професор
кафедри психології

Кобець Олександр Володимирович

Рецензент: доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології

Сафін Олександр Джамільович

ЗМІСТ

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| ВСТУП..... | 3 |
| РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ БАР'ЄРІВ СПІЛКУВАННЯ ЯК НЕГАТИВНИХ ЧИННИКІВ У СПІЛКУВАННІ ДІТЕЙ..... | 7 |
| 1.1. Психологічні аспекти бар'єрів спілкування: аналіз психологічних факторів..... | 7 |
| 1.2. Вплив соціокультурних факторів на спілкування дітей..... | 23 |
| 1.3. Теорії та підходи до вивчення бар'єрів спілкування..... | 27 |
| 1.4. Використання арт-терапії як інструменту для подолання бар'єрів спілкування..... | 31 |
| РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИЯВЛЕННЯ БАР'ЄРІВ СПІЛКУВАННЯ ДІТЕЙ..... | 40 |
| 2.1. Методи та інструменти виявлення бар'єрів спілкування..... | 40 |
| 2.2. Аналіз результатів дослідження бар'єрів спілкування..... | 41 |
| 2.3. Рекомендації щодо ефективності використання арт-терапевтичних технік для подолання бар'єрів спілкування у дітей..... | 51 |
| ВИСНОВКИ..... | 64 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ..... | 68 |
| ДОДАТКИ..... | 76 |

ВСТУП

«Єдина справжня розкіш – це розкіш людського спілкування». Ці слова Антуана де Сент-Екзюпері не втратять своєї актуальності ніколи, оскільки спілкування пронизує всі сфери людського життя.

В цифрову епоху, де спілкування через інтернет і мобільні засоби стало надзвичайно поширеним, ця розкіш спілкування набуває нових форм, але залишається невід'ємною частиною людського життя. Адже саме спілкування допомагає нам вчитися, рости, вирішувати проблеми та знаходити своє місце у світі. Взаємодія з людьми є важливою для розвитку та задоволення наших потреб у сучасному світі. Тому спілкування без сумніву можна назвати однією з найважливіших потреб у житті людини.

Вчені вважають, що комунікація є надзвичайно важливою потребою людини у суспільстві, оскільки сприяє взаємодії з іншими, регулюванню стосунків і самоствердженню у соціумі.

У наші дні, спілкування є необхідною складовою людського існування, і його важливість особливо велика в контексті дітей, які перебувають на початковому етапі свого розвитку. Взаємодія та спілкування становлять основу для формування особистості та розумового розвитку дитини. Однак, не всі діти мають можливість вільно та ефективно спілкуватися. Деякі з них можуть стикатися з різного роду бар'єрами, що ускладнюють спілкування та призводять до негативних наслідків для їх психосоціального розвитку.

Робота присвячена дослідженню проблеми бар'єрів спілкування у дітей та пошуку інноваційних методів для їх подолання. Особлива увага буде приділена арт-терапевтичним технікам як потенційному засобу подолання цих бар'єрів та покращення спілкування у дітей. Арт-терапія, яка використовує творчий процес та виразні мистецькі засоби для сприяння психологічному та емоційному благополуччю, може бути важливим інструментом у розвитку дітей та подоланні бар'єрів у їхньому спілкуванні.

Проблема виникнення бар'єрів у спілкуванні є досить актуальною на сьогоднішній день і тому, стала предметом вивчення багатьох учених. Серед них Г. М. Андрєєва, Т. Ю. Базаров, В. Ф. Галигін, Л. А. Дмитрієва, Л. Новикова, Б. Д. Паригін, М. О. Подимов, Л. Шихіреєв, Є. В. Цуканова у своїх працях розкривають поняття «комунікативний бар'єр», А. Аронсон, Г. Гібш, В. Бенніс, Є. Залюбовська, К. Роджерс, М. Форверг та ін., розглядають причини виникнення комунікативних бар'єрів у спілкуванні.

Проаналізувавши сучасні підходи до психологічного супроводу особисті, визначили, що одним з найефективніших методів психокорекційного впливу є арт-терапія. На сьогоднішній день темі арт-терапії приділяють увагу багато науковців. Зокрема, значний внесок у дослідження арт-терапії в роботі з дітьми належить вченим: В. Ловенфельд, Є. Кейн, Е. Крамер, Р. Гудман, К. Кейз, Т. Деллі, Д. Мерфі, Д. Пейслі, Л. Пардоу, Л. Пролкс, О. Постальчук, О. Свистовська, Т. Зінкевич-Євстигнеєва, Т. Грабенко, Т. Добровольська, О. Вознесенська та ін.

Арт-терапія – це засіб самовираження і самопізнання через художню творчість. Вона допомагає розкрити власні почуття, спогади та мрії, відновити енергію та покращити внутрішню комунікацію. Вона забезпечує м'який та етичний підхід до вирішення проблем особистості дитини, оскільки сприяє особистісному зростанню, формуванню позитивного самовизначення, розвитку цінних соціальних навичок та подоланню психологічних бар'єрів у спілкуванні. Саме тому темою нашого дослідження обрали «Арт-терапевтичні техніки як засіб подолання бар'єрів спілкування у дітей».

У цій дослідницькій роботі ми плануємо зробити глибокий аналіз впливу арт-терапевтичних технік на розвиток дітей, особливості їх використання та ефективності. Наша мета полягає в тому, щоб розкрити потенціал арт-терапії як інноваційного підходу для подолання бар'єрів спілкування у дітей і сприяння їхньому психосоціальному розвитку.

Об'єкт дослідження – бар'єри спілкування дітей.

Предмет дослідження – вплив арт-терапевтичних технік у роботі з дітьми для подолання бар'єрів спілкування.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити бар'єри спілкування дітей.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми виникнення бар'єрів спілкування у дітей та дослідити можливості використання арт-терапії як інструменту для подолання цих бар'єрів.

2. Розкрити теорії та підходи до вивчення бар'єрів спілкування.

3. Експериментально дослідити бар'єри спілкування дітей.

4. Розробити рекомендації та психокорекційні заняття для фахівців, які працюють з дітьми щодо впровадження арт-терапії та поліпшення якості спілкування серед дітей.

Для досягнення поставленої мети в роботі були використані такі загальнонаукові **методи дослідження**: теоретичні методи включали аналіз, класифікацію, систематизацію, порівняння та узагальнення інформації з наукових та літературних джерел; емпіричні методи включали психодіагностичні методи дослідження впливу арт-терапевтичних технік на подолання бар'єрів спілкування дітей.

Експериментальна база дослідження. Дослідницько-експериментальна робота виконувалася на базі Цибулівського ліцею Монастирищенської міської ради Уманського району Черкаської області. Основну вибірку склали 36 учнів (16 хлопців та 20 дівчат).

Теоретичне значення дослідження полягає у розширенні нашого розуміння бар'єрів спілкування у дітей, що, в свою чергу, може сприяти розвитку більш ефективних методів педагогічної та психологічної підтримки дітей у процесі спілкування та в їхньому загальному розвитку.

Практична значущість роботи полягає у розробці рекомендацій, які можуть бути використані для поліпшення якісного спілкування дітей,

підвищення їхньої самооцінки та соціальної адаптації, що є дуже важливими в педагогічній, психологічній та практичній роботі з дітьми. Матеріали дослідження можуть бути використані в діяльності практичних психологів.

Апробація результатів дослідження. Матеріали й результати дослідження війстрахвисвітлювалися на II Всеукраїнській студентській науково-практичній онлайн-конференції «Проблеми та перспективи соціальної роботи та психології в умовах війни» (Умань, 2023) та збірнику наукових праць магістрантів факультету соціальної та психологічної освіти (Умань, 2022).

Публікації. Результати дослідження висвітлені у 2 публікаціях: Простір арт-терапії для зцілення дітей в умовах російсько-української війни в збірнику праць «Проблеми та перспективи соціальної роботи та психології в умовах війни» (2023); Психологічна допомога дітям, які опинилися в складних життєвих обставинах засобами арт-терапії в збірнику наукових праць магістрантів факультету соціальної та психологічної освіти (2022).

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг представлений на 126 сторінках, основний зміст включає 67 сторінках. Робота містить таблиці, рисунки та додатки. Список використаних джерел складає 62 джерела українських та зарубіжних авторів.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ БАР'ЄРІВ СПІЛКУВАННЯ ЯК НЕГАТИВНИХ ЧИННИКІВ У СПІЛКУВАННІ ДІТЕЙ

1.1. Психологічні аспекти бар'єрів спілкування: аналіз психологічних факторів.

У цьому параграфі нашої магістерської роботи ми маємо на меті з'ясувати, які психологічні аспекти можуть утворювати бар'єри у спілкуванні дітей. Спілкування є важливою складовою розвитку та соціалізації маленьких особистостей, і розуміння та подолання цих бар'єрів є важливим завданням для психологів, батьків та педагогів. Однак існують психологічні фактори, які можуть створювати бар'єри в спілкуванні дітей.

Одним із таких психологічних факторів, який впливає на спілкування дітей є тривожність. Тривожність – це психологічний стан, який характеризується відчуттям напруження, неспокою та страху, зазвичай пов'язаним із невизначеністю, небезпекою чи надмірними переживаннями. Тривожність може виникати у відповідь на різні стресові ситуації та впливати на фізичний, психологічний та емоційний стан людини [60].

Розрізняють такі види тривожності [35]:

1. *Загальна тривожність (генералізована тривожність)* – це хронічний стан тривожності, коли особа постійно переживає стурбованість та тривожність без явної причини. Вона може перейматися навіть через дрібниці.

2. *Соціальна тривожність (соціальна фобія)*. Це стан тривожності, пов'язаний зі страхом перед соціальними ситуаціями, де людина може боятися оцінки та критики інших.

3. *Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)*. Ця форма тривожності виникає внаслідок травматичної події, і може супроводжуватися нічними кошмарами [59].

4. *Панічний розлад* характеризується спонтанними панічними атаками, де з'являються фізичні та психологічні симптоми, такі як тахікардія (підвищена частота серцевих скорочень), страх перед смертю або помутніння свідомості.

5. *Окремі фобії*. Це виражені страхи перед конкретними об'єктами або ситуаціями, такими як літаки, павуки, висота і т. д.

Розуміння цих різновидів тривожності важливе для адекватної діагностики і лікування тривожних розладів, оскільки кожен вид може вимагати специфічних підходів до терапії.

Вплив тривожності на якість та кількість спілкування у дітей. Тривожність може значно впливати на якість та кількість спілкування у дітей [59].

Наведемо приклади [9; 60]:

1. Недостатня кількість спілкування. Діти, які страждають від тривожності, можуть уникати соціальних ситуацій, де потрібно спілкуватися чи проявити себе, наприклад у класі чи групі, де вони можуть відчувати страх перед виявленням себе перед іншими та уникають контакту.

2. Погіршення якості спілкування. Тривожність може призвести до нездатності дитини виражати свої думки, почуття та потреби. Вони можуть переживати перебої у спілкуванні через постійний страх перед несприйняттям іншими.

3. Фізичні симптоми. Діти з тривожністю можуть відчувати фізичні симптоми, такі як збудження, дратівливість та нездатність зосередитися. Ці симптоми можуть заважати нормальному спілкуванню та впливати на його якість.

4. Відчуття ізоляції. Діти з тривожністю можуть відчувати себе ізольованими від ровесників та відчувати, що їх ніхто не розуміє. Це може призвести до самоізоляції та погіршення психосоціального розвитку.

5. Комунікативні труднощі. Діти з тривожністю можуть мати труднощі в розвитку комунікативних навичок, таких як активне слухання, вираження

почуттів та емпатія. Це може впливати на їх здатність до ефективного спілкування та встановлення відносин.

Для дітей із тривожністю важливо оточувати їх підтримкою, розумінням і можливістю отримання професійної допомоги від психологів чи психіатрів. Психотерапія та інші форми психологічного лікування можуть допомогти зменшити тривожність та покращити якість та кількість спілкування у дітей.

Стратегії подолання тривожності та покращення спілкування. Подолання тривожності та покращення спілкування у дітей може вимагати комплексного підходу, який включає в себе різні стратегії та практики. Ось кілька можливих стратегій [9; 60]:

1. Психотерапія:

- когнітивно-поведінкова терапія (КПТ): Допомагає дитині розуміти та змінювати негативні думки та переконання, які викликають тривожність, і розвивати більше позитивні підходи.

- терапія відчуттів та поведінки (ОПТ): Спрямована на відчуття, пов'язані з тривожністю, і вчить дітей ефективно реагувати на них.

2. Релаксаційні техніки:

- глибоке дихання: Допомагає знизити фізичну напругу та тривожність.

- медитація: сприяє розслабленню та зниженню стресу.

3. Розвиток комунікативних навичок:

- психосоціальна тренінгова програма: допомагає дітям розвивати навички спілкування, включаючи активне слухання, вираження почуттів та емпатію.

4. Підтримка від батьків та вчителів:

- важливо створити підтримуюче оточення, де дитина відчуває, що її розуміють та підтримують.

5. Спільні заняття:

- різні активності, такі як малювання, гра на музичних інструментах чи спортивні ігри, можуть допомагати виразити почуття та взаємодіяти з іншими дітьми.

6. Залучення до групових програм:

- участь у групових програмах для дітей із тривожністю дозволяє їм відчувати підтримку від ровесників та вчителів.

7. Моніторинг та відстеження:

- важливо відстежувати прогрес у подоланні тривожності та покращенні спілкування та адаптувати стратегії відповідно до потреб дитини.

Важливо пам'ятати, що підбір конкретних стратегій має враховувати індивідуальні потреби та особливості дитини. Робота з кваліфікованими фахівцями, такими як психологи чи психіатри, може бути корисною для точного визначення найбільш ефективних методів для кожного випадку.

Страхи та їх вплив на спілкування. Нормальною частиною дитячого розвитку є страхи, але вони можуть стати бар'єрами у спілкуванні, їх психологічному, фізичному або соціальному благополуччі [3; 5; 12].

Наведемо кілька можливих видів страхів у дітей та їх вплив [12]:

1. *Страх перед незнайомими людьми:* Цей страх може стати бар'єром для дитини у спілкуванні з новими однолітками або дорослими. Дитина може стати сором'язливою та уникати спілкування.

2. *Страх перед відмовою:* Цей страх може призвести до уникання запитів або прохань, що може ускладнити встановлення стосунків та отримання необхідної допомоги.

3. *Страх перед виступами:* Діти, які бояться виступати перед іншими людьми, можуть мати проблеми у спілкуванні в групі чи класі, або навіть проблеми з вираженням своїх думок та ідей.

4. *Страх перед конфліктами:* Деякі діти можуть уникати конфліктів заради миру, що може призвести до того, що вони не виражають своїх потреб чи думок.

5. *Страх перед втратою близьких.* Страх перед втратою близьких у дітей може призвести до емоційного стресу та тривалих переживань. Вплив цього страху може включати тривожність, депресію, а також вплив на соціальний розвиток та відносини з оточуючими [3; 16; 17; 18].

Страх перед втратою близьких також може вплинути на сон та навчання дитини. Дитина може мати проблеми зі сном, страждати від нічних кошмарів або безсоння. Це може вплинути на її концентрацію та навчальний процес. Важливо створити сприятливе середовище та надати можливість дитині говорити про свої страхи та емоції.

6. *Страх перед невідомим або новим.* Цей вид страху може вплинути на здатність дітей адаптуватися до нових ситуацій та навчання. Для подолання цього страху, важливо створити сприятливу та підтримуючу атмосферу, де дитина може відчувати підтримку та впевненість у своїх можливостях.

7. *Страх перед темрявою.* Цей страх може викликати тривожність і важкість засинання, що може вплинути на якість сну дитини.

8. *Страх перед монстрами чи надприродними істотами.* Цей вид страху може викликати нічні кошмари та стрес, які впливають на сон дитини.

9. *Страх перед невдачею.* Дитина може боятися ризикувати і намагатися уникати нових викликів, що може вплинути на її особистий розвиток.

10. *Страх перед школою.* Страх перед навчальними обов'язками та соціальними відносинами в школі може призвести до стресу та навчальних труднощів [7].

11. *Страх перед водою.* Деякі діти можуть відчувати страх перед водою або плаванням, що може призвести до обмежень у басейнах або на пляжах.

12. *Страх перед відвідуванням лікаря.* Цей страх може викликати стрес і відкладати необхідні медичні обстеження.

13. *Страх перед тваринами* може обмежити можливість дитини взаємодіяти з тваринами, що може бути корисним для розвитку емпатії та відповідальності.

Страх перед тваринами може впливати на навчання дитини. До прикладу, вивчення тварин під час занять біології. Якщо дитина боїться тварин, це може ускладнити її навчання.

Індивідуальні страхи перед тваринами можуть вплинути на загальний рівень тривожності дитини та викликати стрес у різних ситуаціях, де присутні тварини.

14. *Страх перед висотою.* Цей страх може обмежувати участь у заходах, пов'язаних з висотою, і викликати тривожність.

15. *Страх перед темою смерті.* Діти можуть піднімати питання про смерть та боятися втрати близьких, що може потребувати чутливого підходу та розмови.

Кожен з цих страхів може впливати на психологічний та емоційний стан дитини, тому важливо бути уважним та підтримуючим у роботі з цими страхами.

Для батьків та дорослих важливо розуміти ці страхи та надавати дітям підтримку та можливість вирішувати їх, допомагаючи розвивати навички соціального спілкування та самовпевненості [27].

Як страхи можуть обмежувати спілкування? Страхи можуть обмежувати спілкування дітей. Наведемо приклади таких ситуацій [3; 5; 12]:

1. *Соціальна анксіозність.* Страх перед негативною оцінкою інших може призвести до уникаючого спілкування, оскільки люди бояться виглядати «не так» чи неправильно виразити свої думки.

2. *Страх перед відмовою.* Страх почути «ні» може завадити дітям виразити свої бажання чи ідеї.

3. *Страх перед конфліктом.* Страх перед суперечками чи незгодами може призвести до уникання важливих розмов або навіть підсвідомого погодження з іншими навіть у випадках, коли ви не погоджуєтесь з ними.

4. *Страх перед відкриттям.* Страх перед розкриттям особистих деталей чи емоцій може призвести до відчуження від інших, оскільки спілкування стає відповідним та поверхневим.

Розуміння цих страхів і їх впливу на спілкування може допомогти подолати обмеження та покращити якість ваших взаємин з іншими людьми.

Для допомоги дітям подолати ці обмеження важливо створювати підтримуюче та надійне середовище для спілкування, розвивати навички емоційного і соціального інтелекту, та підтримувати їх в позитивних соціальних відносинах.

Розглянемо підходи допомоги дітям подолати страхи та стати більш відкритими в спілкуванні. Існує кілька підходів, які можуть допомогти дітям подолати страхи та стати більш відкритими в спілкуванні [3; 5; 12]:

1. *Емоційна підтримка.* Батькам потрібно бути розуміючими та співчутливими до почуттів дітей.
2. *Відкритий діалог.* Потрібно спілкуватись з дітьми про їхні страхи та почуття. Варто допомогти їм висловити свої емоції і пояснити, що це нормально.
3. *Вирішення проблем.* Потрібно разом з дітьми розглянути способи подолання їхніх страхів. Це може включати план дій або методи релаксації.
4. *Позитивне заохочення.* Варто підхвалявати дітей за їхні зусилля та досягнення у подоланні страхів. Позитивне підкріплення може збадьорити їх.
5. *Заохочення до нового досвіду.* Потрібно заохочувати дітей виходити за межі своєї зони комфорту та відкривати для себе цікавий незвіданий світ (навчання, хобі і т.д).
6. *Звернення до спеціаліста.* Якщо страхи дуже серйозні або заважають нормальному життю, варто розглянути можливість консультації з психологом або психіатром.

Потрібно обов'язково пам'ятати, що кожна дитина унікальна, і підхід до допомоги їй подолати страхи повинен бути адаптованим до її потреб та особистості.

1. Соціальні чинники та вплив оточення на спілкування.

Вивчення ролі сім'ї, друзів і вчителів у формуванні комунікативних навичок грає важливу роль у розвитку особистості [11]. Сім'я є першим і

найважливішим соціальним середовищем, де дитина вчиться спілкуватися. Батьки відіграють прикладну роль у формуванні навичок спілкування своїх дітей.

Вони надають можливість вивчати основні елементи взаємодії, відповідальності та емоційного спілкування.

У формуванні навичок спілкування у дітей надзвичайно важливою є роль друзів. Друзі виконують ключову функцію у взаємодії з однолітками, вирішенні конфліктних ситуацій, розвитку навичок співпраці та висловлюванні власних думок. Вони створюють можливість практикувати соціальні навички в різних ситуаціях та сприяють розвитку соціальної компетентності дітей.

Друзями зазвичай стають однолітки, з якими діти вивчають навички соціальної взаємодії. Вони вчаться розв'язувати конфлікти, спільно працювати, висловлювати свої думки та слухати інших. Дружба допомагає формувати навички спілкування та розвивати соціальну компетентність.

Розвитку академічних та соціальних навичок сприяють вчителі у школі. Вони надають можливість навчатися спілкуватися в групах, розвиваючи навички співпраці та вираження своїх ідей під час уроків та проєктів.

Загальний внесок цих соціальних середовищ у формування навичок спілкування полягає в навчанні дітей взаємодіяти з іншими, розуміти соціальні правила та розвивати комунікативні навички. Добре збалансована підтримка зі сторони сім'ї, друзів та вчителів сприяє успішному формуванню цих важливих навичок.

Соціальні норми та їх вплив на спілкування дітей. Важлива роль у формуванні способу спілкування дітей належить соціальним нормам [11]. Вони встановлюють, які типи поведінки вважаються прийнятними в конкретному суспільстві. Вплив соціальних норм на спілкування дітей може бути наступним:

1. Виховання: діти навчаються сприймати та наслідувати соціальні норми від батьків, опікунів і оточуючого середовища.

2. Формування цінностей: соціальні норми сприяють формуванню цінностей, які впливають на те, як діти оцінюють та вибирають способи спілкування.

3. Стосунки з ровесниками: діти навчаються взаємодіяти з однолітками відповідно до соціальних норм, розвиваючи навички спілкування.

4. Культурна специфіка: спілкування дітей може суттєво відрізнятись в різних культурах через різні соціальні норми.

5. Вирішення конфліктів: діти навчаються використовувати соціальні норми для вирішення конфліктів та розуміння наслідків своєї поведінки.

Важливо враховувати, що соціальні норми можуть змінюватися з часом і в різних суспільствах, і спілкування дітей підпорядковується цим змінам.

Психологічні виміри відносин у сім'ї та школі. Психологічні виміри відносин у сім'ї та школі можуть включати такі аспекти [21; 38]:

1. *Емоційний клімат.* Це стосується того, які емоції переважають в середовищі сім'ї або школи, чи є вони позитивними або негативними.

2. *Комунікація.* Як відбувається обмін інформацією та емоціями між членами сім'ї або між учнями і вчителями у школі.

3. *Сприйняття підтримки.* Чи відчують діти підтримку та розуміння в сім'ї та в школі.

4. *Конфлікти.* Як розв'язуються конфлікти та як вони впливають на відносини.

5. *Адаптація до змін.* Як сім'я або школа адаптуються до нових ситуацій та змін в житті дітей.

6. *Відчуття безпеки.* Чи відчують діти та учні відносини як безпечні та стабільні.

Ці аспекти важливі для розуміння відносин в сім'ї та школі і можуть впливати на психологічний комфорт та розвиток дітей.

Не менш важливе місце у розвитку комунікативних навичок належить емоційному інтелекту. *Емоційний інтелект (далі EQ)* – це здатність розуміти,

управляти та виражати власні емоції, а також розуміти та реагувати на емоції інших людей.

Важливість емоційного інтелекту в спілкуванні з дітьми полягає в наступному:

1. *Розуміння емоцій.* Бути здатними розпізнавати емоції у самих себе та інших допомагає покращити спілкування, оскільки це сприяє кращому розумінню потреб та стану дитини.

2. *Емоційна регуляція.* Здатність керувати своїми емоціями важлива для збереження спокою та конструктивного спілкування в сім'ї та в школі.

3. *Міжособистісні відносини.* Дитина, яка розвиває свій EQ, зазвичай краще розуміє потреби та почуття інших, що сприяє покращенню взаємин з однолітками та дорослими.

4. *Вирішення конфліктів.* Діти з розвиненим емоційним інтелектом мають більше шансів ефективно вирішувати конфлікти та уникати агресії.

5. *Сприяння психічному здоров'ю.* Розвиток EQ сприяє зниженню стресу та покращує психічне здоров'я дітей.

Розуміння та розвиток емоційного інтелекту важливо для створення позитивних та здорових відносин з дітьми та сприяє їхньому загальному розвитку.

Важливим аспектом, пов'язаним з психологією та розвитком дитини є тренування у останніх розуміння та вираження своїх емоцій [43]. Наведемо деякі ключові аспекти:

1. *Розвиток емоційного інтелекту:* наукові дослідження підтверджують, що розвиток емоційного інтелекту у дітей має значущий вплив на їхній соціальний успіх та загальний розвиток.

Наведемо приклад того, як розвиток емоційного інтелекту може впливати на соціальний успіх та загальний розвиток дитини:

Приклад: Контроль над емоціями учня.

Ситуація: Учень Анна збирається здати важкий іспит. Вона відчуває тривогу та страх перед іспитом.

Сценарій 1 (недостатній *EQ*):

Якщо Анна не розвинула свій емоційний інтелект, то вона може не знати, як впоратися зі своєю тривогою та стресом. У цьому випадку, вона може втратити концентрацію та здатність до розумової працездатності на іспиті, що призведе до низького результату.

Сценарій 2 (розвинутий *EQ*):

Якщо Анна розвинула свій емоційний інтелект, вона зможе зрозуміти свої емоції, їх джерело і використовувати стратегії для заспокоєння себе. Вона може використовувати глибоке дихання або позитивне мислення, щоб знизити рівень тривоги. Це допоможе їй підтримувати високий рівень концентрації та впевненості під час іспиту, що відобразиться на її успіху.

Цей приклад показує, як розвиток емоційного інтелекту допомагає дитині ефективно керувати своїми емоціями, що впливає на її здатність до навчання та соціального успіху.

2. Важливість емоційного вираження: емоційне вираження є важливим аспектом в розвитку дітей. Діти повинні навчитися виражати свої емоції адекватно та ефективно, щоб сприяти здоровим міжособистісним відносинам.

Наприклад, дитина, яка вміє виразити своє розчарування словами та без агресії, зазвичай легше досягає розуміння від дорослих та інших дітей. Якщо вона, навіть у дорослому віці, не вміє адекватно виражати свої емоції, це може викликати конфлікти та труднощі у міжособистісних стосунках. Тому навчити дітей виражати свої емоції здоровим способом важливо для їхнього соціального та емоційного розвитку.

3. Соціальний розвиток: навички розпізнавання та вираження емоцій допомагають дітям краще розуміти і взаємодіяти з іншими.

До прикладу, коли дитина вміє розпізнавати, що її друг або однокласник сумує, вона може проявити емпатію. Це робить відносини між ними більш

позитивними та дружніми. Аналогічно, вміння виразити свої радісні емоції дозволяє дитині поділитися радістю з іншими, підсилюючи позитивне спілкування та створюючи сприятливу атмосферу для соціальних зв'язків.

4. Психологічний комфорт: Вміння виразити свої почуття може допомогти дітям подолати стрес, тривогу та конфлікти.

Наприклад, якщо дитина стикається із стресом перед контрольною роботою або іншою складною ситуацією в школі, вона може поділитися своєю тривогою з батьками або вчителем. Відверте спілкування допомагає їй отримати підтримку та розуміння, що зменшує рівень стресу. Також, якщо діти навчаються виражати свої почуття під час конфліктів з однолітками, це сприяє розробці конструктивних рішень та запобігає подальшим конфліктам, що забезпечує психологічний комфорт для всіх сторін.

5. У вираженні емоцій дітей надзвичайно важливою є підтримка дорослих. До прикладу, коли дитина почувається сумною через якусь неприємну ситуацію в школі, батьки можуть підтримати її, поспілкуватися з нею і дати можливість їй вільно виразити свої почуття. Такий відкритий діалог допомагає дитині почувати себе важливою, розуміючою і захищеною. Дорослі, які створюють безпечне середовище для виразу емоцій, сприяють психологічному розвитку та самопізнанню дітей, що важливо для їхнього загального благополуччя.

6. Ефективним способом навчити дітей розпізнавати та виражати емоції, може бути гра, рольова гра та творчі вправи.

До прикладу, вчителі або батьки можуть організувати рольову гру, де діти грають ролі різних персонажів і виражають емоції у відповідних ситуаціях.

Наприклад, вони можуть створити сценарій, де один персонаж потрапляє у складну ситуацію і інші діти повинні спільно виразити свої емоції та спробувати знайти способи допомогти. Це допомагає дітям розуміти різні емоції, які можуть виникати у схожих ситуаціях, і вчить їх, як виражати їх адекватно та ефективно. Рольові ігри також розвивають емпатію та сприяють збереженню здорових міжособистісних стосунків.

Розуміння цих наукових аспектів допомагає батькам та вчителям розробляти ефективні методи тренування дітей в цій сфері для їхнього загального розвитку та благополуччя.

Вплив розвитку емоційного інтелекту на здатність спілкуватися ефективно. Наукові дослідження підтверджують позитивний вплив розвитку емоційного інтелекту на здатність ефективно спілкуватися. Ось деякі ключові аспекти:

- *Сприяння міжособистій ефективності:* Дослідження, проведені Деніелом Гоулманом та іншими вченими, свідчать про те, що *EQ* впливає на успіх у міжособистій комунікації. Він допомагає краще розуміти власні емоції та емоції інших людей, що сприяє покращенню взаєморозуміння.

- *Емпатія та сприйняття інших.* *EQ* сприяє розвитку емпатії – здатності розуміти та співчувати почуттям інших. Це робить спілкування більш ефективним, оскільки люди легше розуміють потреби та погляди інших.

- *Керування конфліктами.* Високий рівень емоційного інтелекту допомагає людям керувати власними емоціями та ефективно вирішувати конфлікти у спілкуванні, що сприяє покращенню міжособистих відносин.

- *Зниження стресу.* Розвиток емоційного інтелекту може допомогти знизити рівень стресу під час спілкування, оскільки люди навчаються ефективно керувати своїми емоціями та стресовими ситуаціями.

Наукові дослідження підтверджують, що розвиток емоційного інтелекту сприяє зниженню рівня стресу в міжособистому спілкуванні. Наприклад, Деніел Гоулман у своїй книзі «Емоційний інтелект» представив результати досліджень, що показують, що люди з вищим рівнем емоційного інтелекту краще справляються зі стресом у спілкуванні та вміють підтримувати сприятливі відносини. Річард Девідсон, психолог і вчений, проводив дослідження, що підтверджували, що люди з розвиненим емоційним інтелектом мають менше стресу та більше емоційного благополуччя.

Різні психологічні практики та програми розвитку емоційного інтелекту, такі як програма Маршалла Розенберга з Ненасильницького спілкування (Nonviolent Communication), показали успішні результати в зменшенні конфліктів та стресу під час спілкування.

Наукові дослідження підтверджують, що емоційний інтелект має суттєвий вплив на здатність спілкуватися ефективно та досягати успіху в міжособистій комунікації.

Психологічні інтервенції та підходи до подолання бар'єрів у спілкуванні. Існує багато психотерапевтичних методів і технік, призначених для дітей із проблемами спілкування [11; 32]. Виділимо ті, які використовуємо у своїй практиці:

1. Піскова терапія: для дітей, які мають труднощі у вираженні почуттів і думок, ця техніка може допомогти через створення різних фігур з піску.
2. Кольоротерапія, глинотерапія, ізотерапія [10; 50-51]: дитяча творчість може сприяти вираженню емоцій та думок. Розфарбовування, малювання або ліплення можуть стати дуже корисними методами при роботі з дітьми, які мають психологічні бар'єри.
3. Рольові ігри: діти можуть вивчати навички спілкування через рольові ігри, де вони втілюють різні ролі та ситуації.
4. Сімейна терапія: залучення родини в терапевтичний процес допомагає вирішувати проблеми спілкування в контексті сімейних відносин.
5. Мовленнєва терапія: для дітей із мовленнєвими проблемами, логопедична терапія може бути корисною для поліпшення мовлення і спілкування.
6. Групова терапія: участь у групових заняттях може допомогти дітям відчувати підтримку ровесників і розвинути навички спілкування.
7. Драматерапія: діти можуть виражати свої емоції і досліджувати різні ролі через драматичні ігри і вистави.

8. Музикотерапія [52-53]: музика може бути використана для поліпшення спілкування та вираження емоцій. Діти можуть грати на музичних інструментах або співати.

9. Терапія через тварин: взаємодія з тваринами, такими як собаки або коні, може бути корисною для покращення навичок спілкування та психологічного благополуччя.

10. Мовленнєвий аналіз і вправи на покращення артикуляції для дітей із мовленнєвими порушеннями.

Роль психолога та педагога в підтримці дітей у подоланні бар'єрів.

Ключова роль у підтримці дітей у подоланні бар'єрів спілкування належить психологам та педагогам [32].

Психологи [32]:

- можуть визначити природу та причини проблем спілкування у дітей, проводячи психологічну оцінку;
- надають психологічну підтримку та проводять психотерапевтичні заняття для дітей з проблемами спілкування, допомагаючи їм розвивати навички міжособистісних відносин;
- організовують тренінги та групові заняття для розвитку соціальних навичок, включаючи навички спілкування;
- співпрацюють з батьками, навчаючи їх, як допомагати дитині покращити спілкування вдома.

Педагоги [32]:

- розробляють індивідуальні плани навчання для дітей з проблемами спілкування, враховуючи їх потреби та здібності;
- вчать дітей спілкуватися, виявляти емпатію та вирішувати конфлікти;
- допомагають створити класне оточення, в якому діти почуваються безпечно і вільно виражають себе;

- можуть спостерігати за дітьми у класі та надавати рекомендації щодо покращення їхнього спілкування.

Психологи та педагоги можуть працювати разом, об'єднуючи свої знання та підходи, щоб надати комплексну підтримку дітям у подоланні бар'єрів спілкування та розвитку здатностей до успішної міжособистісної взаємодії.

Інноваційні підходи та програми для покращення спілкування у дітей.

Існує безліч інноваційних підходів та програм для покращення спілкування у дітей. Розглянемо деякі з них:

1. Використання технологій: інтерактивні додатки та ігри можуть допомогти дітям розвивати мовні навички та сприяти активному спілкуванню.

2. Мовні клуби та гуртки: створення мовних гуртків, де діти можуть вивчати інші мови або практикувати мову в неформальній атмосфері.

3. Медіаосвіта: програми, які навчають дітей аналізувати та критично сприймати медіа, допомагають розвивати навички виразного спілкування.

4. Ігрові методики: використання ігор та рольових ігор, щоб навчити дітей спілкуватися та вирішувати конфлікти.

5. Арт-терапія: використання мистецтва, музики, казки, фотографії, піску, фоамірану та інших творчих методів для сприяння виразного спілкування.

6. Медіація: програми, які навчають дітей вирішувати конфлікти та спілкуватися конструктивно.

7. Інтеркомунікація з іншими культурами: навчання дітей сприймати та розуміти різні культури та способи спілкування.

Отже, цей параграф надає глибокий інсайт у психологічні аспекти, які впливають на спілкування дітей, включаючи тривожність, страхи та їх види. Розуміння цих факторів є важливим для покращення спілкування у дітей та сприяння їхньому психосоціальному розвитку.

1.2. Вплив соціокультурних факторів на спілкування дітей.

Спілкування є однією з найважливіших складових людського життя, і для дітей воно відіграє особливо важливу роль у процесі розвитку. Проте, процес спілкування для дітей може бути складним і відображати різноманітні соціокультурні впливи, що створюють бар'єри та перешкоди [32]. Цей підрозділ магістерської роботи присвячений вивченню соціокультурних аспектів, які впливають на спілкування дітей та процес формування бар'єрів у цій сфері.

Соціокультурні фактори, такі як сімейні традиції, соціальний статус, мовні бар'єри та інші, визначають спосіб сприйняття світу дітьми та впливають на їхню здатність взаємодіяти з іншими дітьми та дорослими. Ці фактори можуть бути джерелом підтримки та розвитку, але також можуть стати бар'єрами, які обмежують можливості спілкування та соціальної адаптації [32].

У даному параграфі ми розглянемо різні аспекти соціокультурних бар'єрів спілкування дітей та їх вплив на психосоціальний розвиток. Ми розглянемо важливість вивчення цих аспектів і їх вплив на формування здатностей дітей взаємодіяти в різних соціокультурних контекстах.

Крім того, ми спробуємо визначити способи подолання цих бар'єрів і створення сприятливого середовища для розвитку ефективного спілкування у дітей. Подібні дослідження мають велике значення для психологів, педагогів, батьків і всіх тих, хто цікавиться питаннями розвитку дітей та спілкування в сучасному суспільстві.

Найперше розглянемо дослідження впливу *сімейних традицій* на спілкування дітей. Сімейні традиції та цінності відіграють ключову роль у формуванні стилів та стратегій спілкування дітей. Вони створюють контекст, у якому дитина вчиться сприймати та розуміти світ навколо себе. Вони можуть визначити стандарти щодо виразності та відкритості у спілкуванні. Наприклад, деякі сім'ї можуть підтримувати відкрите обговорення почуттів, тоді як інші можуть сприяти приховуванню емоцій.

Дослідження впливу сімейних традицій на спілкування дітей показують, що сімейні традиції та цінності можуть впливати на спосіб, яким діти спілкуються з однолітками та дорослими. Наприклад, дослідження Гарріса вказують на важливість сімейних цінностей у вихованні і формуванні навичок спілкування у дітей. Наприклад, сімейні традиції, спрямовані на активну взаємодію та взаєморозуміння, сприяють розвитку комунікативних навичок. З іншого боку, сімейне середовище, яке підкреслює індивідуалізм чи консервативність, може впливати на ступінь відкритості та емпатії дитини у спілкуванні. Таким чином, сімейні традиції є важливим чинником, який сприяє формуванню комунікативних здібностей та підготовці дітей до взаємодії в різних соціальних контекстах.

Не менш важливим у спілкуванні дітей є *соціальний статус*. Діти з різними рівнями соціального статусу можуть мати різний доступ до ресурсів та можливостей для розвитку спілкування. Вплив соціального статусу може виявлятися в самооцінці дитини та її відношенні до інших. Наприклад, діти з більш високим соціальним статусом можуть мати доступ до різноманітних ресурсів та можливостей, що сприяє розвитку їхніх комунікативних навичок. У той час, діти з менш вигідним соціальним статусом можуть стикатися з викликами, пов'язаними з обмеженим доступом до ресурсів, що може впливати на їх розвиток у сфері спілкування. Важливим аспектом є також самооцінка дитини та її ставлення до інших у контексті соціальної взаємодії. Такий вплив соціального статусу підкреслює необхідність уваги до різноманітних соціальних факторів при дослідженні та розвитку комунікативних умінь дітей.

Дослідження, проведені Смітом, свідчать про те, що соціальний статус сім'ї може визначати можливості та обмеження в спілкуванні дітей. Діти з різним соціальним статусом можуть зіткнутися зі специфічними бар'єрами, які впливають на їхню здатність взаємодіяти з однолітками та іншими людьми.

Мовні бар'єри можуть виникати внаслідок різниці мов, які використовуються в родині або спільноті, і можуть створювати перешкоди для

ефективного спілкування та взаєморозуміння. Діти, які зіткнулися з мовними бар'єрами, можуть відчувати складнощі у взаємодії з однолітками та іншими членами спільноти. При цьому важливо враховувати, що такі мовні різниці можуть не лише ускладнювати спілкування, але й впливати на самооцінку та соціальну адаптацію дітей.

Дослідження Мартінеса підкреслюють важливість розуміння *мовних бар'єрів* у контексті спілкування дітей. Мовні різниці можуть стати серйозними перешкодами у взаємодії та сприйнятті інформації.

Дослідження Кіма демонструють, як *культурні особливості та стереотипи* можуть впливати на спосіб спілкування дітей в різних культурних спільнотах. Розуміння цього аспекту стає ключовим для досягнення ефективності у міжкультурному спілкуванні. Культурні різниці можуть впливати на вираження емоцій, вибір мовних форм та навіть на поняття ввічливості. Врахування цих аспектів дозволяє створювати відкрите та взаєморозуміле середовище для дітей у різних культурних контекстах, сприяючи розвитку їхніх комунікативних навичок та міжкультурної компетентності.

На нашу думку, важливо розглядати роль сім'ї та шкільного середовища у створенні позитивного контексту для розвитку спілкування. Родинні практики, які підтримують відкритість та емоційну безпеку, можуть допомогти дітям відчувати себе комфортно та вільно виражати свої думки. У шкільному середовищі, впровадження спеціалізованих програм та психологічної підтримки може бути ключовим для розвитку навичок спілкування та подолання комунікативних бар'єрів.

Соціокультурні фактори мають суттєвий вплив на формування особистості дитини та її спосіб спілкування. Наприклад, сімейні традиції та цінності можуть встановлювати стандарти для дитячого спілкування і визначати рівень відкритості дітей у вираженні своїх почуттів. Соціальний статус може впливати на доступ до ресурсів, які сприяють розвитку спілкування, і визначати

самооцінку дитини. Мовні бар'єри можуть обмежувати можливості спілкування та взаєморозуміння.

Вивчення соціокультурних аспектів бар'єрів спілкування у дітей має важливе значення для розуміння впливу соціокультурних факторів на процес комунікації.

Можна зробити наступні висновки [32]:

1. Культурні різниці впливають на мовленнєву практику: діти, виховані в різних культурних середовищах, можуть мати відмінності в мовленні, мові, що може створювати бар'єри в спілкуванні.

2. Соціальний статус і спілкування: соціальний статус родини може впливати на спосіб спілкування дітей. Діти з різних соціальних верств можуть мати різні мовні навички та стереотипи.

3. Мовне середовище: оточення, в якому дитина зростає теж грає важливу роль у спілкуванні дітей. Наявність культурної різноманітності і можливість спілкування з різними людьми може сприяти розвитку спроможностей до спілкування.

4. Емоційна та соціальна підтримка: батьки та оточення можуть впливати на впевненість дітей у собі та їх здатність спілкуватися. Брак підтримки або негативний вплив може створити бар'єри в комунікації.

5. Міжкультурне спілкування: розвиток навичок міжкультурного спілкування може допомогти дітям подолати культурні бар'єри та взаєморозуміння.

Розуміння цих аспектів може допомогти батькам, вчителям та спеціалістам в галузі розвитку дітей уникати або подолати бар'єри спілкування та сприяти ефективній міжособистісній взаємодії дітей у різних соціокультурних контекстах.

Враховуючи всі ці фактори, важливо розробляти стратегії для подолання бар'єрів у спілкуванні дітей та створювати сприятливе середовище для їхнього розвитку. Це може включати в себе програми, спрямовані на розвиток навичок

спілкування, роботу з родинами та спільнотою, а також забезпечення доступу до різноманітних ресурсів та можливостей для всіх дітей.

1.3. Теорії та підходи до вивчення бар'єрів спілкування.

Вивчення та розуміння бар'єрів спілкування у дітей є ключовим аспектом розвитку ефективних педагогічних та терапевтичних стратегій [32]. Діти – це суспільство в мініатюрі, де виникають різноманітні виклики і перешкоди в спілкуванні, які вимагають серйозного аналізу та вдосконалення підходів. Існує багато теоретичних моделей та підходів, які допомагають розкрити сутність цих бар'єрів та визначити шляхи їх подолання.

У цьому підрозділі ми розглянемо різні теоретичні ракурси та моделі, які застосовуються для аналізу та розуміння бар'єрів спілкування в контексті дітей. Ми дослідимо, як ці теорії надають уявлення про фізичні, психологічні та соціокультурні аспекти, які впливають на спілкування дітей. Кожна з цих моделей допомагає нам краще зрозуміти, які чинники впливають на ефективність спілкування та взаємодії дітей, і як вони можуть бути оптимізовані для покращення комунікативних навичок та відносин. Наша мета полягає у визначенні підходів, які допоможуть дітям подолати ці бар'єри та створити більш сприятливе середовище для спілкування, розвитку та самовиразу.

У сучасному дослідженні спілкування, розуміння бар'єрів, які можуть ускладнювати ефективну взаємодію, визначається різними теоріями та підходами. Давайте розглянемо деякі з них [11; 36]:

1. Теорія Леонарда Виготського. Виготський був психологом і філософом, який розвинув теорію соціокультурного розвитку. Він вважав, що спілкування та взаємодія з іншими дітьми та дорослими грають ключову роль у розвитку дітей.

Отже, згідно теорії Леонарда Виготського: міжособисті контакти та взаємодія відіграють ключову роль у розвитку дітей.

Одним з прикладів може бути спільне групове навчання в школі. Учні в групі можуть взаємодіяти між собою під час спільного вирішення завдань, обговорення матеріалів і роботи над проєктами. Під час цих взаємодій вони навчаються від інших, обмінюються думками та ідеями, спільно розв'язують проблеми. Ця взаємодія стимулює когнітивний та соціальний розвиток дітей.

Теорія Виготського підкреслює, що взаємодія у навчанні та спілкуванні сприяє активному розвитку розумових процесів, а також розумінню соціальних норм та цінностей. Таким чином, спілкування та взаємодія з іншими в дитинстві грають ключову роль у формуванні комунікативних навичок і відносин, які впливають на подальше життя.

2. Теорія прикріплення Джона Боулбі. Боулбі, британський психіатр і психолог, розробив теорію прикріплення, яка досліджує взаємодію між дітьми та їх батьками та вплив цієї взаємодії на подальший розвиток спілкування [36].

Теорія прикріплення Джона Боулбі ілюструє важливість взаємодії між дітьми та їх батьками для розвитку здорових навичок спілкування. Одним із прикладів може бути ситуація, коли немовля реагує на відходження мами чи тата.

Наприклад, коли дитина залишається без своєї матері чи батька на деякий час, вона може реагувати на це станом агітації, страху або сльозами. Ця реакція відображає намагання дитини зберегти своє «прикріплення» до батьків. За теорією Боулбі, такі взаємодії та зв'язки в ранньому віці формують базу для стосунків та спілкування дитини з іншими людьми у подальшому житті.

Отже, згідно теорії прикріплення Боулбі зробимо висновок: якщо взаємодія з батьками в ранньому віці дитини була безпечною і сприяла відчуттю прикріплення, то це може сприяти розвитку здорового спілкування та відносин у дорослому віці.

3. Соціально-екологічна модель Урі Бронфенбреннера. Бронфенбреннер, американський психолог, розробив модель, що розглядає вплив різних

екологічних рівнів (мікросистема, мезосистема, екзосистема, макросистема) на соціальний розвиток дітей [36].

Соціально-екологічна модель Урі Бронфенбреннера допомагає розуміти вплив різних екологічних рівнів на розвиток комунікативних навичок дітей. Наведемо приклади формування комунікативних навичок на різних екологічних рівнях:

1. *Мікросистема* [36] – це найближчий до дитини рівень, який об'єднує сім'ю, друзів та школу. Наприклад, якщо дитина знаходиться в підтримуючому сімейному оточенні, де батьки спілкуються з нею, пояснюють та вислуховують, вона вчиться спілкуватися конструктивно.

2. *Мезосистема* [36] – це взаємодія між різними мікросистемами дитини. Наприклад, коли сім'я та школа співпрацюють для покращення комунікації та розвитку дитини, це сприяє узгодженому підходу до виховання та спілкування.

3. *Екзосистема* [36] – цей рівень передбачає вплив зовнішніх факторів, які можуть впливати на дитину, такі як мас-медіа, політичні події або соціальна інфраструктура. Наприклад, на дитину можуть впливати засоби масової інформації, які моделюють позитивні комунікативні навички.

4. *Макросистема* [36] – цей рівень включає в себе соціокультурні та суспільні цінності. Наприклад, у суспільствах, де сприймаються відкрите та різноманітне спілкування, діти вчать різнобарвним комунікативним навичкам.

Отже, за допомогою моделі Бронфенбреннера можна розуміти, що комунікативні навички дітей формуються під впливом низки факторів на різних екологічних рівнях, і їх розвиток відбувається в контексті взаємодії з різними аспектами оточення.

4. Модель комунікації Гарольда Лассвела. Гарольд Лассвелл розглядає комунікацію як складний процес, що має свої соціальні цілі, внутрішню структуру і загальну мету: «Як будь-який процес, комунікація може бути

розглянута з точки зору структури і функції інакше кажучи, з позиції структурного та функціонального аналізу» [23].

Наведемо декілька прикладів:

1) Урок в школі. Якщо вчитель створює сприятливу атмосферу в класі, дозволяє учням вільно висловлювати свої думки та вислуховує їх, це сприяє покращенню комунікації в класі. Навпаки, якщо вчитель домінує та не дозволяє учням активно брати участь у дискусіях, це може створити бар'єри у спілкуванні дітей.

2) Спілкування в сім'ї. У спілкуванні в сім'ї роль батьків та створення відкритого середовища для обговорення різних питань має велике значення. Якщо батьки підтримують спілкування та приділяють увагу поглядам своїх дітей, це сприяє гармонійному спілкуванню. Проте, якщо батьки ігнорують чи критикують дітей, це може стати бар'єром у подальшому спілкуванні дітей.

3) Спілкування в колективі. У командній роботі або в групових проєктах в школі чи робочому оточенні, сприятлива атмосфера співпраці та взаєморозуміння сприяє успішному спілкуванню між учасниками. Факторами, які перешкоджають спілкуванню дітей можуть бути конфлікти, низька ефективність комунікації або недостатнє врахування думок інших учасників.

Ці приклади демонструють, як фактори сприяння або перешкодження комунікації можуть впливати на спілкування в різних сферах життя. Модель Гарольда Лассвела надає інструмент для аналізу цих процесів та розвитку кращого спілкування.

4. Теорія розвитку мови (дослідники: Лев Виготський, Ноам Чомський, Ерік Леннеберг, Джанет Лурія та інші). Згідно даної теорії, психологічним та соціальним аспектам належить ключове місце у набутті мовних навичок та вмінні спілкуватися. Наведемо приклад, який ілюструє важливість цих аспектів [36].

Уявімо ситуацію, коли маленька дівчинка вчиться розмовляти. Вона навчається словниковій скарбниці та граматичним правилам через спілкування зі

своєю родиною та іншими дітьми в дитячому садку. Під час гри та спілкування вона використовує мовні навички для вираження своїх думок та потреб. Тут важливо, що психологічний комфорт та підтримка, яку надають родина та оточуюче середовище, стимулюють її розвиток мови.

Цей приклад показує, як розвиток мови у дітей відбувається в контексті їхнього психологічного і соціального середовища. Дана теорія допомагає зрозуміти, що розвиток мови – це складний процес, в якому взаємодія з батьками, ровесниками та оточуючими важлива для успішного формування мовних навичок та спілкування.

Дані теорії та моделі сприяють розумінню того, як діти взаємодіють та спілкуються, а також які бар'єри можуть виникати в цьому процесі. Вивчення підходів, що використовуються для аналізу та розуміння бар'єрів спілкування в контексті дітей допомагає вдосконалювати педагогічну та терапевтичну роботу з дітьми для подолання цих бар'єрів.

1.4. Використання арт-терапії як інструменту для подолання бар'єрів спілкування.

Спілкування є важливою складовою розвитку та взаємодії дітей. На жаль, багато дітей стикаються з різними бар'єрами, які ускладнюють їх здатність ефективно виражати свої емоції, потреби та думки. У цьому контексті арт-терапія виявляється надзвичайно важливим інструментом, який сприяє подоланню цих бар'єрів і допомагає дітям розвивати навички спілкування та самовиразу.

У цьому параграфі ми детально розглянемо, як арт-терапія може бути застосована для покращення спілкування у дітей. Ми розглянемо різні аспекти цього процесу, включаючи використання різних видів мистецтва для виразу емоцій, розвиток самовиразу, підвищення соціальної взаємодії. Вивчення цього

питання допоможе краще розуміти роль арт-терапії в розвитку дітей та в підтримці їхнього психосоціального благополуччя.

Арт-терапія – це динамічна система взаємодії між учасником (дитиною, дорослим), продуктом його образотворчої діяльності і арт-терапевтом (психологом, педагогом) в арт-терапевтичному просторі.

Існують такі види арт-терапії [7]: ігротерапія, драмотерапія, казкотерапія, бібліотерапія, танцювальна терапія, фототерапія [57], ізотерапія [10], кольоротерапія, маскотерапія, пісочна терапія [14; 45], глинотерапія, музикотерапія [52-53], фоаміранотерапія [56]. Назва арт-терапевтичної техніки залежить від виду образотворчої діяльності, який використовується арт-терапевтом (психологом, педагогом) в арт-терапевтичному просторі.

Розглянемо різні аспекти впливу арт-терапії на покращення спілкування дітей:

1. Використання мистецтва для виразу емоцій. Арт-терапія надає дітям можливість вільно виражати свої емоції через малювання, музику, скульптуру, фотографію та інші творчі методи. Таким чином, діти можуть відкрити свої почуття, навіть якщо не можуть знайти відповідних слів. Наприклад, дівчинка віком 8 років переживала великий розпач через розлучення батьків. Вона була дуже мовчазною і не могла знайти слів для опису свого стану. Під час арт-терапевтичних занять їй було запропоновано використовувати акрилові фарби для виразу своїх емоцій. В результаті, дівчинка передала свій сум через вибір темних кольорів та абстрактних форм на полотні.

Цей приклад показує, як арт-терапія дозволяє дітям вільно виражати свої емоції через мистецтво, навіть якщо вони не можуть знайти відповідних слів.

Отже, арт-терапія дозволяє виразити свої почуття та знайти спосіб подолання емоційних труднощів.

2. Розвиток самовиразу: Арт-терапія сприяє розвитку навичок самовиразу, допомагаючи дітям краще розуміти свої власні потреби, бажання і переживання. Це підвищує їх здатність комунікувати свої потреби.

Наприклад, хлопчик з важкими переживаннями та страхами не міг словами виразити свої почуття та потреби. Під час арт-терапевтичного заняття йому було запропоновано створити колаж, використовуючи різні картини та зображення. Під час роботи він вибирав картинки, які відображали його страхи та бажання. Після завершення роботи над колажем, він показав свою роботу арт-терапевту та пояснив, що кожне зображення для нього означало.

Цей процес дозволив хлопчику виразити свої внутрішні переживання та потреби через мистецтво, в той час, як він не міг висловити це словами. Арт-терапія допомогла йому зрозуміти себе краще і покращити комунікацію щодо своїх потреб з допомогою візуальних засобів.

3. Підвищення самосвідомості: Діти, які відвідують заняття арт-терапії, зазвичай розвивають краще розуміння самих себе. Це сприяє покращенню внутрішнього спілкування та розумінню власних думок та почуттів.

Наведемо приклад: дівчина підліткового віку відчувала тривогу та низку негативних почуттів, але не могла знайти слів для їх вираження. Під час арт-терапевтичного заняття їй було запропоновано створити образ, який відображав би її стан. Вона створила картину з яскравими кольорами та абстрактними формами. Під час обговорення своєї роботи з арт-терапевтом, дівчина зрозуміла, що кожен колір та форма відображали певні аспекти її почуттів. Цей процес допоміг їй розкрити і виразити свої емоції та внутрішні конфлікти.

Таким чином, арт-терапія допомогла дівчині розвинути краще розуміння самої себе через творчий процес, що покращило її внутрішнє спілкування та сприяло розумінню власних думок та почуттів.

4. Подолання страхів та недовіри. Арт-терапія допомагає дітям подолати страхи і недовіри, дозволяючи їм виразити переживання через мистецтво. Це сприяє збільшенню їхньої впевненості [3; 5; 62].

Наведемо приклади того, як арт-терапія допомагає дітям подолати страхи і недовіру, дозволяючи їм виразити переживання через мистецтво і збільшити впевненість у собі [42]:

1) Малювання страхівних образів: діти можуть намалювати свої страхи або кошмари на папері. Це дозволяє їм зовні виразити те, чого вони бояться, і розглянути це як об'єкт, над яким можна працювати.

2) Створення безпечного місця в мистецькому процесі: арт-терапевт може сприяти створенню атмосфери довіри та безпеки, де дитина може вільно виражати свої почуття, навіть якщо це страхи або недовіра.

3) Творчі завдання для подолання страхів: арт-терапія може включати завдання, спрямовані на подолання страхів. Діти можуть створювати твори мистецтва, які символізують їхній процес подолання страхів.

4) Під час арт-терапії діти можуть створювати твори мистецтва, які відображають їхні позитивні якості, сили, а також мрії і бажання. Наприклад, вони можуть малювати себе у вигляді супергероїв або виконувати роботи, які відображають їхні унікальні здібності і досягнення. Це допомагає підсилити позитивне самовідчуття та підвищити впевненість та самоповагу дітей.

5) Виставка та обговорення робіт: Публічна виставка робіт, створених дітьми під час арт-терапії, дозволяє їм поділитися своїми досягненнями з іншими і отримати підтримку та визнання.

Ці приклади показують, як арт-терапія надає можливість дітям виразити свої страхи та переживання через мистецтво, що сприяє збільшенню їхньої впевненості та подоланню недовіри.

5. Сприяння соціальній взаємодії. Групові заняття арт-терапією сприяють розвитку навичок спільної роботи та вирішення конфліктів серед дітей. Вони навчаються слухати і розуміти інших, що покращує їх соціальну взаємодію.

Наведемо приклади того, як групові заняття арт-терапією сприяють розвитку навичок спільної роботи та вирішенню конфліктів серед дітей, покращуючи їх соціальну взаємодію:

1) Створення колективного проєкту: діти у групових заняттях арт-терапією можуть працювати разом над спільним проєктом, таким як великий

малюнок або скульптура. Це вимагає співпраці та обговорення ідей, що сприяє розвитку навичок спільної роботи.

2) Гра в ролях і імпровізація: групові заняття арт-терапією можуть включати ігри в ролях та імпровізацію, де діти придумують історії та взаємодіють як різні персонажі. Це допомагає розвивати навички слухання та взаєморозуміння.

3) Розв'язання конфліктів через мистецтво: діти можуть використовувати арт-терапію для виразу своїх почуттів та розгляду конфліктів. Вони намагаються знайти спільні рішення через обговорення та вираз мистецтва.

4) Спільний арт-процес: діти можуть працювати над однією картинкою або скульптурою разом, вносити свої ідеї та сприяти спільному вирішенню завдань. Це навчає їх співпраці та розумінню важливості об'єднання ініціатив.

5) Публічні виставки і обговорення: після завершення проєктів на групових заняттях арт-терапією, діти можуть представити їх публіці та спільно обговорити. Це розвиває навички висловлення своїх думок і вміння слухати інших.

Ці приклади демонструють, як групові заняття арт-терапією сприяють розвитку навичок спільної роботи та вирішення конфліктів серед дітей, покращуючи їх соціальну взаємодію та комунікативні навички.

5. Підвищення мовленнєвих навичок: Використання арт-терапії може поліпшити мовленнєві навички дітей, що допомагає їм ефективніше спілкуватися.

Наведемо приклади того, як використання арт-терапії може поліпшити мовленнєві навички дітей та допомогти їм ефективніше спілкуватися:

1) Малювання слів і звуків: діти можуть намалювати слова або звуки, які вони намагаються вимовити. Це сприяє формуванню мовних навичок та розширенню словникового запасу.

2) Розповіді за малюнками: діти можуть ілюструвати свої думки та після цього ділитися враженнями від цих ілюстрацій. Цей процес допомагає розвивати навички нормативного мовлення та виразності.

3) Гра зі словами і історіями: арт-терапія може включати гру зі словами, де діти створюють історії на основі обраного образу чи сюжету. Це розвиває навички розповіді та використання мовлення для вираження думок.

4) Використання плакатів і картин: виготовлення графічних композицій (плакатів та картин), на яких діти можуть додавати слова, фрази чи оповідати історії, що допомагає розвивати письмові та візуальні мовленнєві навички.

5) Імітація звуків і мови через мистецтво: використання мистецтва, наприклад, малюнки, музику, театр та ін. для імітації звуків та мови. До прикладу, діти можуть намагатися передати звуки природи або імітувати мову різних персонажів через свої мистецькі вирази. Це сприяє розвитку творчих навичок та допомагає дітям виразити свої почуття та ідеї шляхом мистецтва.

Ці приклади демонструють, як арт-терапія може бути використана для покращення мовленнєвих навичок дітей, сприяючи їхньому ефективному спілкуванню.

6. Креативність та проблемне мислення: творчі процеси арт-терапії розвивають креативність та здатність дітей долати труднощі та розв'язувати проблеми [15; 40]:

Наведемо приклади, як творчі процеси арт-терапії розвивають креативність та здатність дітей долати труднощі та розв'язувати проблеми:

1) Моделювання з глини: під час арт-терапевтичних занять діти можуть ліпити різні об'єкти з глини, що сприяє розвитку їхньої креативності та просторового мислення. Вони навчаються вирішувати проблеми, створюючи об'єкти, які вони уявляють.

2) Малювання емоцій: діти можуть використовувати малювання для виразу своїх емоцій та переживань. Це допомагає їм краще розуміти свої почуття та розв'язувати емоційні труднощі.

3) Колажі та мозаїки: створення колажів та мозаїк допомагає дітям розвивати вміння спільно працювати з різними матеріалами та шукати творчі рішення для об'єднання їх у цілісний образ.

4) Рольові ігри з використанням мистецтва: діти можуть створювати вистави або рольові сцени, в яких вони втілюють різні персонажі та вирішують сюжетні конфлікти. Це розвиває їхні навички спілкування та розв'язування проблем.

5) Творчі завдання з використанням різних матеріалів: діти можуть бути запрошені виконати творчі завдання, використовуючи різні матеріали, такі як фарби, тканини, папір тощо. Це спонукає їх думати творчо та розв'язувати завдання, використовуючи наявні ресурси.

Ці приклади ілюструють, як арт-терапія сприяє розвитку креативності та навичок розв'язування проблем у дітей, допомагаючи їм розвивати та вдосконалювати ці важливі навички через творчий процес.

7. Підтримка дітей з особливими потребами: арт-терапія може бути ефективним інструментом для сприяння спілкуванню дітей з різними особливими потребами, включаючи аутизм, аутистичний розлад та інші.

Наведемо приклади досліджень, що підтверджують користь арт-терапії для дітей з аутизмом та іншими особливими потребами. Дослідження «Ефективність арт-терапії в лікуванні аутизму» у 2016 році, проведене в Університеті Індіанapolisу, показало, що арт-терапія сприяє покращенню спілкування та зменшенню соціальних симптомів у дітей з аутизмом. У висновках до даного дослідження наголошується на важливості використання мистецтва для поліпшення якості життя дітей з аутизмом.

У праці «Арт-терапія для дітей із спеціальними потребами: вплив на соціальну взаємодію» у 2018 році, опубліковане в «Journal of Autism and Developmental Disorders», досліджується вплив арт-терапії на соціальну взаємодію дітей з аутизмом. Особлива увага звернена до арт-терапії, як

потужного інструмента, який має мегапозитивний вплив на розвиток соціальних навичок та спілкування.

У дослідженні «Ефективність арт-терапії для дітей з синдромом Дауна» у 2020 році, проведене у Львівському національному медичному університеті, розглядається використання арт-терапії для дітей із синдромом Дауна та іншими особливими потребами, де арт-терапія вивчається як засіб поліпшення навичок спілкування та розвитку креативності.

Ці приклади ілюструють, як арт-терапія може допомагати дітям з різними особливими потребами, включаючи аутизм, розвивати навички спілкування, самовиразу та соціальної взаємодії. Усі ці аспекти підтверджують важливість арт-терапії як інструменту для покращення спілкування дітей та розвитку їхніх психосоціальних навичок.

Отже, арт-терапія є потужним інструментом для подолання бар'єрів спілкування у дітей [11]. Різноманітні техніки арт-терапії, такі як фототерапія, фоаміранотерапія [56], кольоротерапія [50-51], казкотерапія, музикотерапія [52-53], ігротерапія, танцювальна терапія, пісочна терапія, маскотерапія, глинотерапія не лише сприяють емоційному вираженню, але й створюють унікальне середовище для розвитку спілкування та комунікативних навичок [3; 8; 9; 13; 42]:

Арт-терапія, враховуючи індивідуальні особливості кожної дитини, дозволяє покращити самовираження та взаєморозуміння. Цей інтегрований підхід до вивчення мистецтва не лише розблоковує креативний потенціал дитини, але й допомагає розібратися з емоційними аспектами, які важко виразити словами [15; 40].

Тому арт-терапія є не лише засобом вирішення специфічних труднощів у спілкуванні, але й підтримкою повноцінного розвитку комунікативних навичок, сприяючи формуванню позитивного та відкритого спілкування у дітей.

Арт-терапія не тільки вирішує наявні проблеми у спілкуванні, але й визначається своєю важливістю у попередженні можливих труднощів у комунікації та формуванні ефективних стратегій взаємодії [61].

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИЯВЛЕННЯ БАР'ЄРІВ СПІЛКУВАННЯ ДІТЕЙ

2.1. Методи та інструменти виявлення бар'єрів спілкування.

Дослідницько-експериментальна робота виконувалася на базі Цибулівського ліцею Монастирищенської міської ради Уманського району Черкаської області. Основну вибірку склали 36 учнів (16 хлопців та 20 дівчат).

З метою виявлення комунікативних бар'єрів у учнів нами було використано наступні методики:

- 1) Методика виявлення труднощів у встановленні контактів за В. В. Бойком [35].
- 2) Методика виявлення схильності до емпатії за І. М. Юсуповим [35].
- 3) Методика «Самооцінка психічних станів» (за Г. Ю. Айзенком) [35].

Методика В.В. Бойком (додаток А,Б), дозволяє виявити емоційні бар'єри у спілкуванні, що включають:

- недостатню здатність керувати та регулювати емоції;
- неадекватний вираз емоцій;
- неспроможність виражати свої емоції;
- перевагу негативних емоцій;
- відсутність бажання зближуватися з іншими людьми на емоційному рівні.

Методика виявлення схильності до емпатії за І. М. Юсуповим дозволяє (додаток В, Г):

- оцінити рівень емпатії учнів, тобто їхню здатність розуміти та співчувати іншим людям;
- виявити, наскільки учні проявляють інтерес до почуттів та потреб інших людей.

Ця методика допомагає визначити рівень розвиненості емпатії учнів і може бути корисною для аналізу їхніх міжособистісних навичок та соціального спілкування.

Методика «Самооцінка психічних станів» за Г. Ю. Айзенком (додаток Д, Е) дозволяє виявити рівень психічних станів, таких як тривожність, фрустрація (роздратованість), агресивність, ригідність (негнучкість).

Відомо, що високий рівень всіх вище перелічених психічних станів не сприяє ефективній комунікації та встановленню контактів з оточуючими.

У результаті застосування методів та інструментів для виявлення бар'єрів спілкування учнів, отримані дані становлять важливу основу для подальшого аналізу та висновків.

Аналіз отриманих даних за допомогою цих методик сприятиме глибшому розумінню проблем спілкування учнів та визначенню можливих напрямків подальших інтервенцій та підтримки.

2.2. Аналіз результатів дослідження бар'єрів спілкування.

У ході проведення емпіричного дослідження було встановлено, що за методикою визначення труднощів у встановленні контактів В.В. Бойка емоційні бар'єри у спілкуванні мають 70 % дітей. Результати дослідження представлені в таблицях 2.1 та 2.2.

Діагностика труднощів у встановленні контактів (9 клас)

| № | Прізвище, ім'я | Невміння керувати емоціями, дозувати їх | Неадекватний вияв емоцій | Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій | Домінування негативних емоцій | Небажання зближуватися з людьми на емоційному рівні | Всього | Рівень емоційних труднощів |
|----|----------------------|-----------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------|--------|----------------------------|
| 1 | Андрієвська Уляна | 2 | 1 | 1 | 1 | 4 | 9 | С |
| 2 | Бегерський Олександр | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 14 | В |
| 3 | Білоус Максим | 3 | 0 | 1 | 1 | 4 | 9 | С |
| 4 | Ворожбит Богдан | 1 | 3 | 3 | 0 | 3 | 10 | С |
| 5 | Карпенко Олександра | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 15 | В |
| 6 | Кірш Анастасія | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 12 | С |
| 7 | Місан Дар'я | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 10 | С |
| 8 | Пономаренко Тимур | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 14 | В |
| 9 | Рисак Юлія | 1 | 1 | 2 | 0 | 2 | 6 | Н |
| 10 | Срулик Наталія | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 7 | Н |
| 11 | Турдай Денис | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 13 | В |
| 12 | Шковири Аліна | 1 | 3 | 3 | 0 | 3 | 10 | С |
| 13 | Шпирка Анна | 1 | 1 | 2 | 0 | 2 | 6 | Н |
| 14 | Шулудько Каріна | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 10 | С |
| 15 | Яковенко Артем | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | 4 | Н |

На основі отриманих даних можна зробити висновок про те, що 26,6 % досліджуваних учнів 9 класу (4 учні) мають незначні емоційні проблеми у повсякденному спілкуванні, що свідчить про те, що ця група стикається зі

здебільшого невеликими труднощами у взаємодії з партнерами; 46,6 % (7 учнів) учням повсякденні емоції деякою мірою ускладнюють взаємодію з партнерами. Це свідчить про більш серйозні проблеми у спілкуванні, які потребують уваги та підтримки; 26, 6 % учням (4 учні) емоції заважають встановлювати контакти з людьми. Ці учні можуть потребувати психологічної підтримки та інтервенції.

Враховуючи ці дані, важливо звернути увагу на емоційне здоров'я учнів та надавати відповідну кваліфіковану допомогу та підтримку тим учням, хто потребує цього, щоб покращити їхнє спілкування та соціальну адаптацію.

У подальшому дослідженні можна розглянути можливі причини емоційних проблем серед учнів та визначити ефективні стратегії підтримки. Також слід враховувати вплив навчального середовища, сімейного контексту та інших факторів на емоційне благополуччя школярів.

Додатково, проведення тренінгів з розвитку соціальних навичок може бути корисним елементом в системі психологічної підтримки. Важливо розглядати кожного учня індивідуально, надаючи персоналізовану допомогу відповідно до його потреб та особливостей. Це може сприяти не лише поліпшенню емоційного стану учнів, але й збільшенню їхнього академічного та соціального успіху.

Таблиця 2.2

Діагностика труднощів у встановленні контактів (10 клас)

| № | Прізвище, ім'я | Показники (кількість балів) | | | | | | Всього | Рівень емоційних труднощів |
|---|-----------------|-----------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------|----|--------|----------------------------|
| | | Невміння керувати емоціями, дозувати їх | Неадекватний вияв емоцій | Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій | Домінування негативних емоцій | Небажання зближуватися з людьми на емоційному рівні | | | |
| 1 | Базелюк Софія | 3 | 1 | 4 | 2 | 3 | 13 | В | |
| 2 | Березовська Яна | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 10 | С | |
| 3 | Боднар Альбіна | 3 | 0 | 0 | 1 | 4 | 8 | С | |

| | | | | | | | | |
|----|----------------------|---|---|---|---|---|----|---|
| 4 | Вовчок Владислав | 0 | 3 | 3 | 0 | 3 | 9 | С |
| 5 | Гейко Валентина | 3 | 4 | 4 | 0 | 3 | 14 | В |
| 6 | Зубенко Яна | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 12 | С |
| 7 | Локайчук Артем | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 10 | С |
| 8 | Осіпенко Дар'я | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 13 | В |
| 9 | Остафійчук Вадим | 1 | 1 | 2 | 0 | 2 | 6 | Н |
| 10 | Панський Артем | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 7 | Н |
| 11 | Пузикова Анастасія | 1 | 3 | 3 | 0 | 3 | 10 | С |
| 12 | Рудніцький Олександр | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 13 | В |
| 13 | Сарана Аліна | 1 | 1 | 2 | 0 | 2 | 6 | Н |
| 14 | Сарана Олександр | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 10 | С |
| 15 | Сірош Максим | 1 | 1 | 2 | 0 | 2 | 6 | Н |
| 16 | Ткачук Світлана | 0 | 2 | 3 | 0 | 3 | 8 | С |
| 17 | Чемерицький Едуард | 2 | 4 | 4 | 0 | 3 | 13 | В |
| 18 | Чернишева Вікторія | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 13 | В |
| 19 | Шабада Ярослав | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 10 | С |
| 20 | Ярема Денис | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 11 | С |
| 21 | Яремчук Валентина | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | 4 | Н |

На основі отриманих даних можна зробити висновок про те, що 23,8 % досліджуваних учнів 10 класу (5 учнів) мають незначні емоційні проблеми у повсякденному спілкуванні, 47,6 % (10 учнів) учням повсякденні емоції деякою мірою ускладнюють взаємодію з партнерами, 28,6 % учням (6 учнів) емоції заважають встановлювати контакти з людьми.

Діагностика труднощів у встановленні контактів



Рис.2.1. Діагностика труднощів у встановленні контактів (за методикою В. В. Бойко).

Виходячи з отриманих даних робимо висновок про те, що з 36 учнів (Рис. 2.1):

- 5,6 % (2 учням) емоції не заважають спілкуватися з партнерами;
- 25 % (9 учнів) мають незначні емоційні проблеми;
- 41,7 % (15 учнів) мають дещо ускладнену взаємодію з партнерами;
- 7,8 % (10 учнів) емоції заважають встановлювати контакти з

людьми.

За методикою «Діагностика рівня емпатії» І. М. Юсупова встановлено, що 75 % (27 учнів) досліджуваних мають високий рівень емпатії та 25 % (9 учнів) – дуже високий рівень емпатії (Рис. 2.2.):

Діагностика рівня емпатії (за методикою І.М. Юсупова)

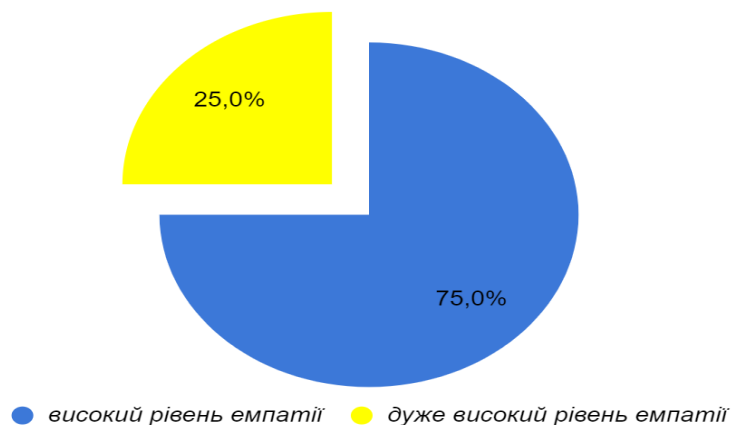


Рис 2.2. Діагностика рівня емпатії (за методикою І. М. Юсупова)

Високий рівень емпатії позитивно впливає на спілкування та встановлення ефективних взаємовідносин. Проте, важливо пам'ятати, що занадто висока

емпатія, яка супроводжується надмірною чутливістю, схильністю до образ, болісною реакцією на критику, почуттям провини та страхом завдати комусь незручностей, може заважати ефективному спілкуванню та взаємодії.

За методикою «Самооцінка психічних станів» (Г. Ю. Айзенка) нами було проведено діагностику рівня тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Результати дослідження відображені в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Діагностика самооцінки психічних станів

| Клас | К-сть учнів | Тривожність | | | Фрустрація | | | Агресивність | | | Ригідність | | |
|--------|-------------|-------------|----|---|------------|----|---|--------------|----|---|------------|----|---|
| | | Н | С | В | Н | С | В | Н | С | В | Н | С | В |
| 9 | 15 | 3 | 7 | 5 | 4 | 11 | - | 1 | 13 | 1 | 3 | 10 | 2 |
| 10 | 21 | 5 | 15 | 1 | 5 | 16 | - | 3 | 14 | 4 | 2 | 18 | 1 |
| Всього | 36 | 8 | 22 | 6 | 9 | 27 | - | 4 | 27 | 5 | 5 | 28 | 3 |

Дані таблиці вказують, що учні 9 класу (15 учнів) мають такі показники:

Тривожність:

- низький рівень тривожності у 20 % опитаних (3 учнів);
- середній рівень тривожності у 46,7 % опитаних (7 учнів);
- високий рівень тривожності у 33,3 % опитаних (5 учнів).

Фрустрація:

- низький рівень фрустрації у 26,7 % опитаних (4 учнів);
- середній рівень фрустрації у 73,3 % опитаних (11 учнів);

Агресивність:

- низький рівень агресивності у 6,67 % опитаних (1 учнів);
- середній рівень агресивності у 86,6 % опитаних (13 учнів);
- високий рівень агресивності у 6,67 % опитаних (1 учнів).

Ригідність:

- низький рівень ригідності у 20 % опитаних (3 учнів);
- середній рівень ригідності у 66,7 % опитаних (10 учнів);
- високий рівень ригідності у 13,3 % опитаних (2 учнів).

Дані таблиці вказують, що учні 10 клас (21 учень) мають такі показники:

Тривожність:

- низький рівень тривожності у 23,8 % опитаних (5 учнів);
- середній рівень тривожності у 71,4 % опитаних (15 учнів);
- високий рівень тривожності у 4,8 % опитаних (1 учнів).

Фрустрація:

- низький рівень фрустрації у 23,8 % опитаних (5 учнів);
- середній рівень фрустрації у 76,2 % опитаних (16 учнів);

Агресивність:

- низький рівень агресивності у 14,3 % опитаних (3 учнів);
- середній рівень агресивності у 66,7 % опитаних (14 учнів);
- високий рівень агресивності у 19 % опитаних (4 учнів).

Ригідність:

- низький рівень ригідності у 9,5 % опитаних (2 учнів);
- середній рівень ригідності у 85,7 % опитаних (18 учнів);
- високий рівень ригідності у 4,8 % опитаних (1 учнів).

Отже, в цілому серед досліджуваних у 22,2 % (8 учнів) низький рівень тривожності, що свідчить про те, що ці учні відчувають мало тривоги у повсякденному житті. У 61,1 % (22 учнів) – середній рівень тривожності, у 16,7 % (6 учнів) – високий рівень тривожності. Дані представлені у рис. 2.3.

З таблиці видно, що серед учнів 9-го класу переважає середній рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. У той час як учні 10-го класу частіше виявляють середні та високі рівні тривожності та фрустрації. Дослідження також вказує на те, що в обох класах існують учні з низьким рівнем тривожності та ригідності, а також ті, хто виявляє високий рівень агресивності та

фрустрації. Подальший аналіз може врахувати фактори, які можуть впливати на психічний стан учнів та розробку індивідуальних стратегій підтримки.

Важливо визначити фактори, які можуть спричиняти високий рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності серед учнів. Здорова атмосфера в класі, підтримка вчителів та батьків, а також психологічна підтримка можуть бути ключовими чинниками в покращенні психічного стану учнів. Детальний аналіз цих аспектів допоможе розробити ефективні стратегії для підтримки психосоціального здоров'я учнів обох класів, сприяючи їхньому успішному навчанню та розвитку.

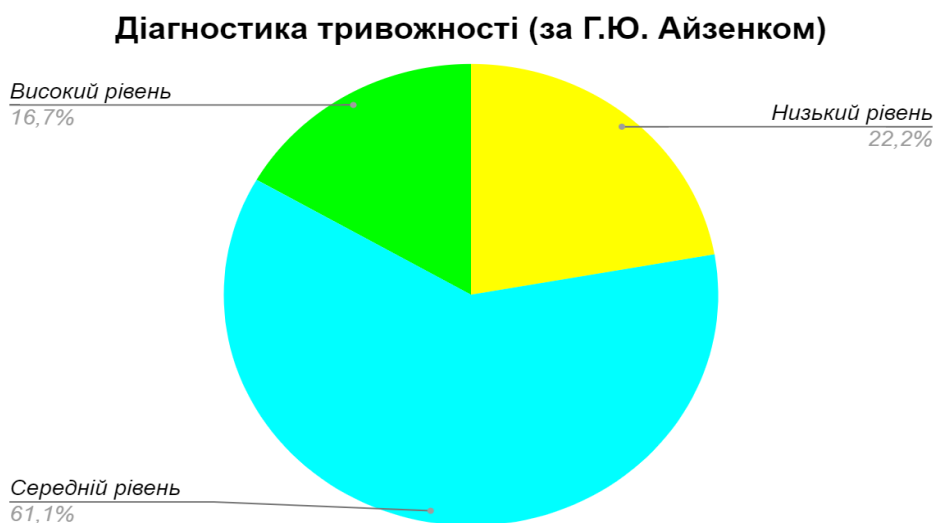


Рис. 2.3. Діагностика тривожності (за Г. Ю. Айзенком)

Загальний аналіз показує, що більшість учнів має середній рівень тривожності, але також важливо враховувати та надавати підтримку тим, хто має низький та високий рівень тривожності. Такий підхід може сприяти поліпшенню психологічного стану учнів та їхнього успіху у навчанні.

Щодо фрустрації, то серед досліджуваних низький рівень у 25 % (9 учнів), що свідчить про те, що ця група учнів не відчуває серйозних рівнів роздратування або розчарування у повсякденному житті; 75 % (27 учнів) мають середній рівень фрустрації, що може вказувати на те, що більшість досліджуваних відчувають певний рівень роздратування або розчарування, але

цей рівень є середнім і, можливо нормальним для їхнього віку та життєвої ситуації. Дані представлені у рис. 2.4.



Рис. 2.4. Діагностика фрустрації (за Г. Ю. Айзенком)

Загальний аналіз свідчить про те, що більшість досліджуваних учнів має середній рівень фрустрації. Важливо враховувати ці дані при створенні психологічної підтримки та методів роботи з учнями, щоб допомогти їм керувати своєю фрустрацією та розвивати адаптивні стратегії для подолання життєвих труднощів.

Низький рівень агресивності у 11,1 % (4 учнів) досліджуваних, 75 % (27 учнів) мають середній рівень агресивності, у 13,9 % (5 учнів) – високий рівень агресивності. Дані представлені у рис. 2.5.

Загальний аналіз свідчить, що більшість учнів має середній рівень фрустрації. Це вказує на потребу в розвитку програм та ініціатив з психологічної підтримки, спрямованих на управління фрустрацією та розвиток адаптивних стратегій для подолання труднощів.

У контексті агресивності, важливо приділити увагу групі учнів з високим рівнем агресивності (13,9 %), та розглянути можливі підходи для зменшення агресивних виявів. Одночасно, урахування низького рівня агресивності у 11,1 % учнів вказує на існування різних потреб та можливостей для розвитку виховних стратегій.

Все це вказує на необхідність глибокого розуміння психологічного стану учнів для ефективного впровадження заходів підтримки та вдосконалення навчального процесу.

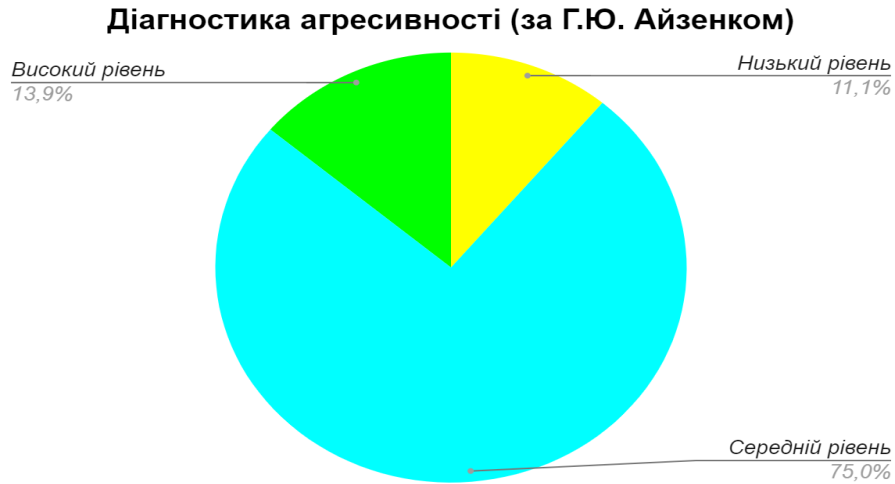


Рис. 2.5. Діагностика агресивності (за Г. Ю. Айзенком)

Загальний аналіз свідчить про те, що більшість досліджуваних має середній рівень агресивності (75 %), але у 13,9 % учнів високий рівень тривожності. Важливо враховувати ці дані при розробці педагогічних підходів та програм для підтримки учнів у керуванні агресивними проявами та розвитку позитивних стратегій взаємодії та конфліктів.

Низький рівень ригідності у 13,9 % (5 учнів) опитаних, у 77,8 % (28 учнів) – середній рівень ригідності, високий рівень у 8,3 % (3 учнів). Дані представлені у рис. 2.6.

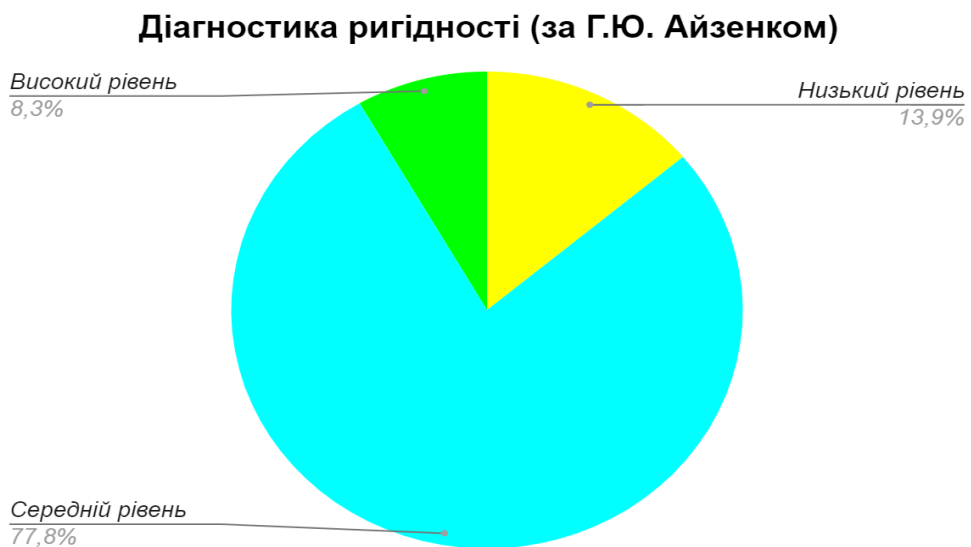


Рис. 2.6. Діагностика ригідності (за Г. Ю. Айзенком)

На основі наданих даних про рівень ригідності серед досліджуваних учнів можна зробити наступні висновки:

1. 13,9 % учнів (5 учнів) мають низький рівень ригідності. Ця група учнів проявляє більшу готовність до гнучкості та адаптації до нових ситуацій і взаємодії з партнерами.

2. 77,8 % учнів (28 учнів) мають середній рівень ригідності. Це може свідчити про те, що більшість учнів має певний рівень готовності до змін, але також мають деякі упередження у мисленні та поведінці.

3. 8,3 % учнів (3 учні) мають високий рівень ригідності. Це свідчить про те, що ці учні дещо обмежені в своєму сприйнятті нового та важко адаптуються до змін.

Загальний аналіз показує, що більшість досліджуваних учнів мають середній рівень ригідності, але також існують учні з низьким і високим рівнем ригідності. Важливо враховувати ці дані при розвитку навчальних програм та педагогічних стратегій, щоб підтримувати учнів у розвитку гнучкого мислення та адаптації до різних ситуацій.

2.3. Рекомендації щодо ефективності використання арт-терапевтичних технік для подолання бар'єрів спілкування у дітей.

Арт-терапія – це здійснення власної подорожі в світ творчості, яка надає можливість виразити почуття, ідеї та переживання через мову мистецтва. Для дітей, особливо тих, які стикаються з труднощами в спілкуванні, арт-терапія може бути магічним ключем до відкриття своїх почуттів і покращення спілкування.

Спілкування – це будівництво мостів між дітьми та навколишнім світом, а також між самими дітьми. Коли виникають бар'єри у спілкуванні дітей, що може вплинути на їхні соціальні навички, емоційний стан та загальний розвиток, – на

допомогу приходять арт-терапія. Арт-терапія виявилася дієвим інструментом для розв'язання цих завдань та покращення якості життя дітей.

У цьому параграфі ми розглянемо ефективність арт-терапії для подолання комунікативних бар'єрів у дітей і надамо рекомендації для фахівців, які працюють з дітьми, щоб успішно впроваджувати арт-терапію у практику та сприяти покращенню спілкування серед дітей, а також для батьків таких дітей.

Арт-терапія виявилася потужним інструментом у вирішенні комунікативних бар'єрів у дітей. Її ефективність доводиться як науковими дослідженнями, так і практичними результатами в роботі з дітьми [11]. Важливо оцінювати цей підхід та надавати рекомендації для фахівців, які працюють з дітьми, щоб максимально використовувати арт-терапію у практиці.

На нашу думку, ефективність арт-терапії у подоланні бар'єрів спілкування у дітей полягає в наступному [9; 11; 15; 59; 62]:

1. *Зниження тривожності.* Арт-терапія сприяє зниженню тривожності в дітей, що страждають від бар'єрів у спілкуванні. Вона створює безпечне середовище, де діти можуть вільно виражати свої почуття та відчувати підтримку.

2. *Розвиток соціальних навичок.* Арт-терапія сприяє розвитку соціальних навичок, таких як сприймання емоцій інших людей, виявлення спільних інтересів та спільна робота над проєктами.

3. *Підвищення самооцінки.* Участь у творчому процесі підвищує самооцінку дітей, допомагаючи їм розвивати позитивне ставлення до себе та власних здібностей.

4. *Розвиток творчого мислення.* Арт-терапія сприяє розвитку творчого мислення дітей, що може допомогти їм знайти нестандартні рішення та підходи у вирішенні проблем.

5. *Подолання страхів і фобій.* Арт-терапія може допомогти дітям подолати страхи та фобії, виражаючи їх через мистецтво та знаходячи способи кращого їх розуміння.

6. *Подолання травм та стресу.* Арт-терапія може допомогти дітям, які пережили травматичні події або стрес, виразити свої емоції та допомогти їм звести стрес до мінімуму [59].

7. *Розвиток мовлення.* Дітям з мовними труднощами арт-терапія може допомогти покращити свої мовленнєві навички, оскільки вона сприяє розвитку сприймання та вираження мови через творчий процес.

8. *Самовираження та ідентичність.* Арт-терапія може допомогти дітям краще зрозуміти себе та свою ідентичність, що особливо важливо в підлітковому віці. Малювання, скульптура і інші творчі процеси допомагають дітям знайти нові способи спілкування.

9. *Підтримка у навчанні.* Арт-терапія може бути корисною для дітей з навчальними труднощами, допомагаючи їм покращити концентрацію та навчальні навички.

Сформулюємо рекомендації для фахівців, які працюють з дітьми і мають намір впроваджувати арт-терапію для покращення навичок спілкування (Додатки Ж, К, Л, М, Н):

1. *Почніть з навчання.* Освойте теорію арт-терапії та методи, які підходять для роботи з дітьми. Розуміння психології дітей допоможе вам створити ефективну програму.

2. *Сприяйте експресії.* Спонукайте дітей виражати свої почуття та думки через мистецтво. Надайте їм можливість вибирати той вид мистецтва, який їм подобається.

3. *Створіть безпечне середовище.* Забезпечте довіру та підтримку. Діти повинні відчувати, що їхнє самовираження не матиме осуду та критики.

4. *Розвивайте навички спілкування.* Допоможіть дітям зрозуміти, як виразити свої почуття словами та мовою мистецтва. Вчіть їх слухати один одного.

5. *Робіть спільні проєкти.* Групова творчість сприяє спілкуванню та розвитку соціальних навичок. Сприяйте колективним мистецьким проєктам.

6. *Співпрацюйте з батьками.* Повідомляйте батьків про досягнення та зміни їхніх дітей. Запрошуйте їх до участі у заняттях з арт-терапії.

7. *Будьте готові до адаптації.* Кожна дитина унікальна, тож готуйтеся до змін у вашому підході та програмі залежно від потреб кожного учня.

8. *Працюйте спільно з іншими фахівцями.* Співпраця з психологами, педагогами та іншими спеціалістами може збагатити ваш підхід до арт-терапії.

9. *Не переоцінюйте результат.* Головне – це процес вираження та розвитку. Приділяйте увагу самій творчості, а не лише результатам.

10. *Пам'ятайте про свої вподобання у мистецтві.* Пам'ятайте, ви є найкращими вчителями для дітей завдяки вашому власному прикладу. Ваша любов до мистецтва стане могутнім джерелом натхнення для дітей.

Рекомендації для фахівців:

1. *Персоналізуйте підхід.* Кожна дитина унікальна, тому важливо адаптувати арт-терапію до індивідуальних потреб і можливостей.

2. *Забезпечте безпечне середовище.* Створіть атмосферу довіри та безпеки, де діти відчувають свободу виразити себе без страху перед осудом.

3. *Навчіть дітей слухати.* Розвивайте навички активного слухання як ключового компонента спілкування, вчіть дітей розуміти інших через мистецтво.

4. *Залучайте батьків.* Включення батьків в арт-терапію може підсилити результати та забезпечити підтримку вдома.

5. *Будьте відкритими до інновацій.* Не соромтеся випробовувати нові підходи та методи в арт-терапії, оскільки діти різні, і їхні потреби можуть змінюватися.

6. *Вивчайте дослідження.* Щоб ефективно використовувати арт-терапію, слід слідкувати за останніми дослідженнями в цій галузі та інтегрувати наукові підходи в роботу з дітьми.

Арт-терапія може бути могутнім інструментом у покращенні спілкування серед дітей, і вона продовжує розвиватися, надаючи нові можливості для вдосконалення підходів та результатів.

Ці рекомендації допоможуть вам ефективно впроваджувати арт-терапію та покращувати спілкування серед дітей, надаючи їм можливість виразити себе та розвиватися як особистості.

Рекомендації для батьків щодо підтримки дітей в процесі арт-терапії (Додаток П):

1. *Підтримка і відкритість.* Пам'ятайте, що мистецтво – це індивідуальне самовираження. Підтримуйте свою дитину та залишайтеся відкритими до того, що вона намагається висловити.

2. *Забезпечте дитину потрібними матеріалами.* Забезпечте доступ до різних мистецьких матеріалів, щоб ваша дитина мала вибір та можливість експериментувати.

3. *Не оцінюйте результат.* Не обговорюйте «правильність» чи «неправильність» творінь своєї дитини. Важливий сам процес виразу.

4. *Послухайте і запитайте.* Після мистецьких занять запитуйте дитину про її роботи та почуття, але не тисніть на неї, якщо вона не хоче розповідати.

5. *Важливість самовиразу.* Наділіть вашу дитину важливістю її власного самовиразу через мистецтво. Хваліть її зусилля та творчість.

6. *Відвідайте виставки.* Якщо ваша дитина бере участь у мистецьких проєктах, відвідайте виставки чи покази її творінь, щоб підтримати її.

7. *Звертайтеся до фахівців.* Якщо ви помічаєте, що ваша дитина потребує більшої підтримки, консультуйтеся з арт-терапевтом або психологом.

8. *Власний приклад.* Пам'ятайте, що ви є власним прикладом для дитини. Займайтеся мистецтвом разом, якщо це можливо, і покажіть, що самовираз через мистецтво – це надзвичайно цінно.

Для ефективного використання арт-терапевтичних технік для подолання бар'єрів спілкування у дітей психологам та педагогам пропонуємо наступні рекомендації:

1. *Індивідуалізація підходу.* Адаптуйте арт-терапію до індивідуальних потреб та особливостей кожної дитини.

2. *Стимулюйте вираження емоцій.* Використовуйте різні види мистецтва, такі як живопис, скульптура чи музика, щоб сприяти вираженню емоцій, які можуть бути складними для словесного вираження.

3. *Розвивайте соціальні навички.* Включайте колективні арт-проекти, які сприяють спільному творчому процесу та взаєморозумінню між дітьми.

4. *Враховуйте культурний контекст.* Варто враховувати культурні особливості та традиції при виборі технік і тем для арт-терапії.

5. *Підтримуйте позитивну атмосферу.* Створюйте безпечне та позитивне середовище, щоб стимулювати дітей до вираження своїх думок та почуттів.

6. *Враховуйте розвиток мовлення.* Комбінуйте арт-терапію з вправами на розвиток мовлення, щоб підтримати інтеграцію нових слів та комунікативних навичок.

7. *Взаємодія з батьками.* Залучайте батьків у терапевтичний процес, щоб підтримувати нові навички та стратегії спілкування вдома.

Ці рекомендації можуть сприяти ефективному використанню арт-терапії для подолання бар'єрів у спілкуванні у дітей, сприяючи їхньому емоційному та соціальному розвитку.

Отже, арт-терапія може бути дієвим інструментом для дітей, і підтримка педагога та батьків в цьому процесі допоможе їм розвивати навички спілкування та самовиразу через мистецтво.

Для покращення навичок спілкування у дітей ми розробили заняття на тему «Арт-терапевтичні техніки як засіб подолання бар'єрів спілкування дітей» (Додаток Р):

1. *Гра «Малюнок емоцій».* Діти створюють малюнки, в яких виражають свої емоції, не використовуючи слова. Потім обговорюють свої роботи та пояснюють, які почуття вони передали через малюнок.

2. *Спільна колажна робота.* Діти обирають картинки з журналів або ілюстрації та створюють колаж разом. Це сприяє спільному творчому процесу та взаєморозумінню.

3. *Рольові ігри на основі мистецтва.* Діти можуть втілювати ролі різних персонажів або ситуацій з малюнків чи скульптур, щоб вивчати різні аспекти спілкування та взаємодії.

4. *Творчі майстер-класи зі скульптури.* Робота з глиною або іншими матеріалами для створення скульптур допоможе дітям виразити свої почуття і думки через творчість.

5. *Журнал для мистецтва і емоцій.* Діти ведуть особистий журнал, в якому вони можуть малювати, писати або вирізати картинки, щоб виразити свої думки та емоції.

Ці заняття сприятимуть розвитку творчості та покращенню навичок спілкування серед дітей.

Арт-терапевтичні казки, на нашу думку, є надзвичайно дієвим інструментом у подоланні комунікативних бар'єрів у дітей, адже розвивають емоційні, моральні і соціальні навички дітей в кількох аспектах [8; 22; 48; 49]:

1. *Розвиток емпатії.* Казки допомагають дітям співчувати персонажам та розуміти їхні почуття. В казці «Магія Розмови», діти вчаться співчувати тим, хто втратив здатність розмовляти. Ця емпатія може покращити їхні відносини з ровесниками.

2. *Розвиток навичок спілкування.* Казки надають можливість розмірковувати про важливість ефективного спілкування. Вони вчать дітей слухати інших, висловлювати свої думки та емоції, а також розвивати навички виразного мовлення.

3. *Розвиток креативності.* Казки стимулюють уяву та креативність дітей. Вони вчать дітей вигадувати різні варіанти розв'язку проблеми, а також надихають їх на створення власних історій чи ілюстрацій [15; 40].

4. *Позитивні моральні уроки.* Казки зазвичай містять моральні аспекти, які навчають дітей важливим цінностям та життєвим урокам. В казці «Магія Розмови», це може бути мораль про важливість спілкування та вираження емоцій.

5. *Сприяння внутрішньому розвитку.* Казки можуть сприяти внутрішньому розвитку дитини, допомагаючи їй розуміти та вирішувати власні психологічні та емоційні труднощі.

6. *Розвиток мови та літературних навичок.* Читання або слухання казок сприяє розвитку мови та літературних навичок у дітей, покращуючи їхні навички читання та розуміння тексту.

З метою подолання комунікативних бар'єрів у дітей засобами арт-терапії, а саме казкотерапії, нами було розроблено арт-терапевтичні казки: «Магія розмови», «Дивовижна перлина розмови», «Дядько Глобус», «Муза Кольорів та Слів», «Казка про Комунікато та його друзів», «Казка Малятко Кролик і Магія творчості: подолання бар'єрів спілкування», «Мова кольорів або казка про Алісу» (Додаток С).

Основною метою казки «*Магія розмови*» ми вбачаємо підкреслити важливість спілкування, виразу почуттів та вміння слухати один одного. Вона надає важливий урок про те, як важливо розмовляти, виражати свої думки та емоції, і як це може зробити наш світ більш яскравішим і щасливішим місцем на Землі (Додаток С).

Казка «*Дивовижна Перлина Розмови*» може використовуватися в якості арт-терапевтичного інструмента для дітей. Вона стимулює їхнє бажання говорити та слухати одне одного, а також надихає їх розуміти важливість спілкування та виразу почуттів (Додаток С).

Казка «*Дядько Глобус*» навчає дітей, як використовувати мистецтво для виразу своїх почуттів та думок, коли не вистачає слів. Вона також сприяє розвитку креативності та подоланню бар'єрів спілкування через мистецтво (Додаток С).

Казка «*Муза Кольорів та Слів*» навчає дітей використовувати кольори та слова для виразу своїх думок та почуттів. Вона може використовуватися як арт-терапевтичний інструмент для сприяння спілкуванню та виразному мовленню дітей (Додаток С).

Казкою *«Про Комунікато та його друзів»* ми маємо на меті надихнути дітей розвивати свої комунікативні навички та бути відкритими до різних способів спілкування та самовиразу (Додаток С).

Головна ідея казок *«Малятко Кролик і Магія творчості: подолання бар'єрів спілкування»*, *«Мова кольорів або казка про Алісу»* (Додаток С) полягає в тому, що спілкування та розуміння інших можна досягти не лише словами, але і через виразне мистецтво та творчість. Важливо виражати свої почуття та думки, навіть якщо не володієте спеціальними мовами або словами. Творчість може бути засобом подолання бар'єрів спілкування та знаходження свого місця в світі.

Казка *«Маргарита та чарівне дзеркало»* спрямована на те, щоб діти розуміли важливість відкритості і спілкування, а також навчилися долати бар'єри, які заважають їм бути відвертими та виражати свої емоції (Додаток С). Казка може стати відмінним інструментом для ефективного спілкування і самовираження учнів.

Можливі варіації цих казок включають створення малюнків з використанням різних кольорів, словесних вправ та інших творчих вправ, що сприяють розвитку мови та спілкування у дітей.

Таким чином, арт-терапевтичні казки являють собою потужний педагогічний інструмент, який сприяє розвитку дітей на багатьох рівнях та навчає важливим життєвим навичкам [8; 22; 48; 49].

Отже, існує безліч способів виразити себе, але саме мистецтво може бути одним із найсильніших і найкрасивіших способів зробити це навіть без слів.

Всі розроблені нами казки об'єднує головна ідея: не завжди мова є єдиним способом спілкування, а мова кольорів та мистецтва може об'єднати людей і допомогти знайти свій голос у світі.

Для роботи з дитиною з комунікативними труднощами нами була розроблена арт-терапевтична програма, яка представлена у Додатку Т. Мета цієї програми полягає в покращенні комунікативних навичок дитини, розвитку

способів виразу та подоланні комунікативних труднощів через мистецтво і арт-терапію. Заняття спрямовані на створення відкритого простору для вираження почуттів, думок та емоцій дитини, сприяють розвитку її здатності спілкуватися та самовираженню. Арт-терапевтичні методи, описані в програмі, допомагають покращити спілкування та розвинути комунікативні навички дитини через творчий процес і взаємодію.

З метою подолання комунікативних труднощів у спілкуванні дітей, наша ініціатива передбачає впровадження різноманітних методик арт-терапії. Ми розробили виховні заняття та презентації, присвячені наступним методикам арт-терапії: «Арт-терапія» [47], «Фототерапія» [58-59], «Фоаміранотерапія» [56-57], «Кольоротерапія» [50-51], Казкотерапія [48-49] та «Музикотерапія» [52-53], щоб створити сприятливе середовище для розвитку спілкування та покращення комунікативних навичок дітей.

Ми вважаємо, що презентації та виховні заняття, присвячені різним арт-терапевтичним технікам, можуть сприяти подоланню комунікативних бар'єрів. Пропонуємо деякі поради для успішного їх впровадження:

1. *Індивідуалізація підходу.* Пам'ятайте про унікальність кожної дитини та адаптуйте методики відповідно до їхніх потреб та інтересів.
2. *Залучення батьків.* Включіть батьків у процес та надайте їм рекомендації для застосування арт-терапії вдома.
3. *Спостерігайте за прогресом кожної дитини* та вносьте корективи у програму, якщо це необхідно.
4. *Стимулюйте групову взаємодію.* Використовуйте колективні проекти для підтримки взаємодії та соціальної адаптації між дітьми.
5. *Враховуйте динаміку групи.* Змінюйте акценти та методики відповідно до результатів дітей, щоб забезпечити оптимальний вплив.

Ця ініціатива має потенціал створити інклюзивне та підтримуюче середовище для розвитку дитячого спілкування та комунікативних навичок [26].

З метою подолання бар'єрів спілкування у дітей засобами арт-терапії нами була розроблена брошура «Арт-терапія: подолання бар'єрів спілкування». (Додаток У).

Ця брошура є невід'ємним допоміжним засобом для фахівців, які працюють з дітьми, стикаючись із бар'єрами у спілкуванні. Вона пропонує цінні рекомендації та інсайти з використання арт-терапії як потужного інструменту для розвитку мовлення та подолання комунікативних бар'єрів у дітей.

Брошура є провідником у світ арт-терапії, де кожна сторінка розкриває таємниці творчості та самовираження.

Мета брошури:

відкрити двері у світ арт-терапії та з'ясувати, як мистецтво може трансформувати спілкування та вираження емоцій. Вона допоможе розкрити секрети арт-терапії та покаже шляхи до самопізнання та покращення психологічного благополуччя.

Завдання брошури:

- Представити концепцію арт-терапії та її значення.
- Пояснити, як арт-терапія допомагає виражати емоції та думки.
- Висвітлити переваги арт-терапії для психологічного здоров'я.
- Надати огляд різних технік арт-терапії та як вибрати відповідну.
- Підкреслити силу групової арт-терапії у зміцненні стосунків та подоланні бар'єрів спілкування.

Фахівці, які використовують арт-терапевтичні техніки з метою подолання бар'єрів спілкування у дітей, можуть стикатися з різними труднощами і викликами. Наведемо приклади та надамо рекомендації щодо їх подолання:

1. *Вік та особливості розвитку дітей.* Діти різного віку мають різні потреби і можливості в арт-терапії. Рекомендація: Призначати арт-терапевтичні техніки, які відповідають віковим особливостям дітей і їхньому рівню розвитку.

2. *Виразність та комунікативні навички.* Деякі діти можуть бути менш виразними або мати обмежені комунікативні навички. Рекомендація:

Використовуйте арт-терапію для сприяння самовираженню і покращенню комунікації, дозволяючи дітям виражати свої почуття через мистецтво.

3. *Терапевтичний план і методика.* Вибір правильних терапевтичних методик і планування занять може бути викликом. Рекомендація: Враховуйте індивідуальні потреби кожної дитини та залучайте різні мистецькі форми для досягнення терапевтичних цілей.

4. *Робота з важкими темами.* Деякі ситуації можуть вимагати обробки важких тем або супроводжуватися емоційними травмами. Рекомендація: Розробляйте безпечне і підтримуюче середовище для вираження емоцій та сприяйте обробці та покращенню емоційного стану дітей [58].

5. *Співпраця з батьками та опікунами.* Залучення батьків та опікунів може бути складним завданням. Рекомендація: Встановлюйте відкритий та довірчий контакт з батьками, надаючи їм можливість бути частиною процесу арт-терапії та отримувати підтримку.

6. *Самозабезпечення і попередження вигорання.* Робота з дітьми може бути емоційно навантаженою. Рекомендація: Забезпечуйте свою психологічну підтримку та вдосконалюйте навички самозабезпечення для запобігання вигоранню.

7. *Травми та психічні розлади.* Деякі діти можуть мати серйозні травми або психічні розлади, що вимагають особливого підходу. Рекомендація: Консультуйтеся з психологами або психотерапевтами, щоб створити індивідуальний план лікування та терапії для таких дітей [59].

8. *Адаптація до змін.* Деякі діти можуть проявляти опір щодо прийняття нових методів та середовища арт-терапії. Рекомендація: Надавайте дітям можливість вибору арт-терапевтичних технік та контролю над тим, що відбувається під час занять.

9. *Бюджет та ресурси.* Обладнання та матеріали для арт-терапії можуть бути витратними. Рекомендація: Пошук джерел фінансування, співпраця з організаціями або використання доступних матеріалів.

10. *Етичні питання та конфіденційність.* Забезпечення конфіденційності та дотримання етичних стандартів важливо в роботі з дітьми. Рекомендація: Ознайомтеся з етичними принципами та стандартами арт-терапії, і завжди дотримуйтесь їх.

Ці рекомендації допоможуть фахівцям покращити ефективність арт-терапії та подолати потенційні труднощі, з якими вони можуть стикатися під час роботи з дітьми.

ВИСНОВКИ

У даній магістерській роботі були розглянуті ключові аспекти, пов'язані з виникненням бар'єрів спілкування у дітей, а також можливості використання арт-терапії для подолання цих бар'єрів.

1. Здійснено аналіз наукової літератури, який дозволив встановити, що бар'єри спілкування у дітей можуть виникати з різних причин, включаючи психологічні та соціокультурні фактори.

Розглянувши психологічні фактори, які впливають на спілкування дітей, серед яких: тривожність, страхи (перед незнайомими людьми, перед відмовою, перед виступами, перед конфліктами, перед втратою близьких, перед невідомим або новим, перед темрявою, перед монстрами чи надприродними істотами, перед невдачею, перед школою, перед водою, перед відвідуванням лікаря, перед тваринами, перед висотою, перед темою смерті), соціальні чинники та вплив оточення на спілкування, роль сім'ї, друзів і вчителів у формуванні комунікативних навичок, соціокультурні фактори, такі як сімейні традиції, соціальний статус, мовне середовище, емоційна та соціальна підтримка, міжкультурне спілкування, ми з'ясували, що психологічні та соціокультурні аспекти створюють комплексне середовище, в якому діти зіштовхуються з різними викликами у спілкуванні. Арт-терапія виявляється потужним інструментом для подолання цих бар'єрів, сприяючи вираженню емоцій через мистецтво та покращенню комунікаційних навичок дітей.

2. З'ясовано, що міжособисті контакти, прикріплення до батьків, екологічні чинники та соціальні цілі впливають на розвиток дітей та навички спілкування. Ці аспекти взаємодіють, формуючи складний контекст, в якому формується сприйняття світу та мовленнєві навички дітей. Таким чином, розуміння цих теорій допомагає врахувати різноманітні фактори, що впливають на ефективність комунікації та розвиток мовленнєвих здібностей у дітей.

3. За результатами емпіричного дослідження визначено наступні бар'єри спілкування дітей:

- 41,7 % досліджуваних (15 учнів) мають дещо ускладнену взаємодію з партнерами, 27,8 % (10 учнів) виявили, що їхні емоції заважають встановлювати контакт з партнерами, 25 % (9 учнів) мають незначні емоційні проблеми, і 5,6 % (2 учні) не відчують труднощів у спілкуванні з партнерами;

- 75 % досліджуваних мають високий рівень емпатії, 25 % – дуже високий рівень емпатії;

- 22,2 % (8 учнів) досліджуваних мають низький рівень тривожності, 61,1 % (22 учнів) – середній рівень тривожності, а 16,7% (6 учнів) – високий рівень тривожності;

- 25 % (9 учнів) не відчують серйозних рівнів роздратування або розчарування у повсякденному житті, тоді як 75 % (27 учнів) мають середній рівень фрустрації;

- 75 % (27 учнів) мають середній рівень агресивності, 13,9 % (5 учнів) – високий рівень агресивності, 11,1% (4 учні) – низький рівень агресивності;

- 77,8 % учнів (28 учнів) мають середній рівень ригідності, 13,9 % (5 учнів) – низький рівень ригідності, 8,3 % (3 учні) – високий рівень ригідності.

Ці результати надають підстави для розуміння конкретних аспектів бар'єрів спілкування у дітей та створення індивідуалізованих психокорекційних підходів з використанням арт-терапії для покращення якості спілкування серед дітей.

4. Розроблено рекомендації та психокорекційні заняття для фахівців, які працюють з дітьми:

- сформовано рекомендації для фахівців, які планують використовувати арт-терапевтичні техніки як засіб подолання бар'єрів спілкування у дітей;

- сформовано рекомендації для батьків щодо підтримки дітей у процесі арт-терапевтичних занять;

- розроблено заняття «Арт-терапевтичні техніки як засіб подолання бар'єрів спілкування дітей», а саме: «Малюнок емоцій», «Спільна колажна робота», «Рольові ігри на основі мистецтва», «Творчі майстер-класи зі скульптури», «Журнал для мистецтва і емоцій»;

- розроблено арт-терапевтичні казки: «Магія розмови», «Дивовижна перлина розмови», «Дядько Глобус», «Муза кольорів та Слів», «Казка про Комуникато та його друзів», «Малюнок Кролик і Магія творчості: подолання бар'єрів спілкування», «Мова кольорів або казка про Алісу», «Маргарита та чарівне дзеркало»;

- розроблено арт-терапевтичну програму для дітей з комунікативними труднощами;

- розроблено брошуру «Арт-терапія: подолання бар'єрів спілкування».

Завершуючи роботу над дослідженням, можна підкреслити важливість вивчення та розуміння бар'єрів спілкування у дітей та впровадження арт-терапії як ефективного інструменту для подолання цих бар'єрів. Результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження надають основу для подальших досліджень та розвитку психокорекційних програм. Розроблені рекомендації та арт-терапевтичні заняття сприятимуть поліпшенню якості спілкування серед дітей та їхньому психологічному розвитку. Арт-терапія виявляється потужним інструментом для розв'язання проблем спілкування та забезпечення психологічного благополуччя дітей, розширюючи можливості їхнього виразного мистецтва та сприяючи зближенню між дітьми та дорослими.

І, наостанок, подібні дослідження, спрямовані на вивчення та подолання бар'єрів спілкування у дітей засобами арт-терапії мають значення в кількох ключових аспектах:

- *Покращення якості спілкування.* Результати таких досліджень можуть допомогти в розумінні конкретних причин, що перешкоджають дітям у вільному та відкритому спілкуванні. Це дозволить розробити індивідуальні

підходи та психокорекційні програми для поліпшення комунікативних навичок дітей.

- *Розвиток емпатії та соціальних навичок.* Арт-терапія сприяє розвитку емпатії, тобто здатності розуміти та співчувати почуттям інших. Дослідження можуть показати, як арт-терапія впливає на рівень емпатії та соціальних навичок у дітей.

- *Виправлення психологічних проблем.* Результати досліджень підкреслюють, як арт-терапія допомагає дітям подолати тривожність, фрустрацію, агресивність та ригідність, а також покращити спілкування. Це важливо для розв'язання психологічних труднощів та підтримки психологічного благополуччя дітей.

- *Створення індивідуалізованих підходів.* Дослідження дозволяють розробити індивідуальні підходи до арт-терапії, враховуючи специфічні потреби та характеристики кожної дитини.

Загалом, подібні дослідження важливі для розвитку ефективних методів арт-терапії та психокорекції, що сприяють подоланню бар'єрів спілкування та розвитку здатностей дітей до виразного спілкування та міжособистісних відносин.

Сподіваємося, що ця робота допоможе сформуванню нових поглядів та стратегій для покращення комунікації арт-терапевтичними техніками. Фахівцям, які використовують у своїй практиці арт-терапію з метою подолання бар'єрів спілкування, бажаємо: нехай Ваша робота принесе не лише професійне задоволення, але й безліч яскравих моментів, коли Ви спостерігатимете за позитивними змінами у житті дітей. Нехай Ваші зусилля допоможуть відкривати нові шляхи спілкування та розвитку для кожної дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонов М. Ю., Пашинська С. Л., Соколова М. П. Актуальні проблеми громадського здоров'я: збірник наукових праць XIII міжнародної науково-практичної конференції «Освіта і здоров'я». Т. 1 (7). Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. 120 с.
2. Атаманчук Н. М. Використання арт-терапії у роботі практичного психолога. *Тези 74-ї наукової конференції професорів, викладачів, наукових працівників, аспірантів та студентів Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*. Полтава: Нац. ун-т ім. Ю. Кондратюка, 2022. Т. 2. С. 161–163.
3. Атаманчук Н. М. Подолання дитячих страхів, викликаних війною: ресурс мистецьких звернень. URL: <https://doi.org/10.30890/2567-5273.2023-27-03-059> (дата звернення 11.10.2023 р.)
4. Атаманчук Н. М. Розвиток творчості у дітей: психологічний ресурс арт-технік. *Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір: тези доповідей X наук.-практ. семінару, 23 квіт. 2020 р.* Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюм НАПН України, 2020.
5. Байда С. П. Дитячі страхи та невротичний розвиток особистості. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Київ: «Гельветика». 2022. Том 33 (72), № 4. С. 55–59.
6. Байда С. П. Фактори агресивності у ранній юності – теоретичний аналіз. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Київ: «Гельветика». 2022. Том 33 (72), № 2. С. 128–132.
7. Буркало Н. І. Арт-терапія в сучасній психології *Психологічний часопис*. 2019. Т. 5, № 9. С. 189–204. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch_2019_5_9_15 (дата звернення: 10.10.2023 р.)

8. Буркало Н. І. Казкотерапія в роботі з дітьми. *Актуальні виклики науки та освіти: матеріали 2-ої Міжнародної науково-практичної конференції (16-18 жовтня 2023 р.)*. MDPC Publishing, Берлін, Німеччина. 2023. С. 227.

9. Власова-Чмерук О. М., Грушевська М. І. Застосування арт-терапевтичних технік в роботі з дитячою тривожністю. *Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки: тези доповідей XX Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених: [у 2-х т.]. Т. 1 (м. Київ, 1-3 квітня 2020 р.)*. К.: НАУ, 2020. С. 81–82.

10. Вінник Д. В., Фефелова В. В. Ізотерапія як природний метод духовного розвитку підлітків. *Педагогіка та психологія: виклики і сьогодення: матеріал міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, Україна, 1–2 травня 2020 року)*. Київ: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2020. Ч. II. 140 с.

11. Герасик О. О. Подолання комунікативних бар'єрів молодших школярів засобами арт-терапії: Кваліфікаційна робота випускника освітнього ступеня «Магістр» спеціальності 053 Психологія. Освітньої програми: Психологія: практична психологія / Кер.: к. пед. н., доцент Хоменко-Семенова Леся Олексіївна, 2022. 60 с.

12. Гончарова В. В. Страх особистості та способи їх подолання: *електрон. зб. матер. II Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф.* (м. Умань, 27 жовт. 2022 р.). Умань, 2022. С. 24–28. URL: <https://fspo.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/11/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf> (дата звернення 11.11.2023 р.)

13. Дзюба Т. М. Арт-терапія в роботі з травматичним досвідом підлітків: електронний зб. наук. матеріалів III Міжнарод. наук.-практ. конф. (27–28 квітня 2023 р., м. Полтава). Полтава, 2023. С. 69–71.

14. Дичок Т. Творчий розвиток дітей із загальним недорозвитком мовлення за допомогою пісочної анімації. *Психолого-педагогічний супровід гармонійного розвитку дитини в загальноосвітніх закладах: збірник матеріалів*

регіональних науково-методичних семінарів для науковців, практичних працівників та студентів. Випуск II. Умань: ФОП Жовтий, 2017. С. 36–40.

15. Журавко Т. В. Арт-терапія як креативний метод психолого-педагогічного навчання розвитку та супроводу обдарованої особистості. *Вісник польсько-української науково-дослідної лабораторії дидактики імені Я. А. Коменського*. 2020. Вип. 1 (20). С. 33–36.

16. Журавко Т. В. Психологічна підтримка дітей під час війни. *Věda a perspektivy*. 2022. № 4 (11). С. 177–187.

17. Зливков В., Лукомська С., Євдокимова Н., Ліпінська С. Діти і війна: монографія. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2023.

18. Зливков В., Лукомська С. Діти війни: теоретико-методологічні і практичні аспекти психологічної допомоги. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2022. 96 с.

19. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів, 2020. 232 с.

20. Кузенко П. Я., Кузенко О. Й., Мацук Л. О. Використання арт-терапевтичних технік в педагогічному супроводі дітей із особливими освітніми потребами. *Журнал Прикарпатського університету імені Василя Стефаника*. 2021. Т. 8, Вип. 1. С. 141–147.

21. Куцин Е. К. Специфіка впливу арт-терапевтичного механізму на школяра. *Dynamics of the development of word science: abstracts of VI International scientific and practical conference (19–21 February 2020)*. Vancouver, Canada, 2020. С. 636–639.

22. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., Замелюк М. І. Казкотерапія в психологічному консультуванні дітей та дорослих: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. III-IV рівнів акредитації. Луцьк, 2019. 152 с.

23. Модель комунікації Гарольда Лассвела. URL: Модель комунікації Гарольда Лассвела – Вікіпедія (дата звернення 10.09.2023 р.)

24. Молчанова О. М. Застосування ліній, каракулів та геометричних форм у процесі спонтанної творчості терапевтичного малювання. Кропивницький, 2020. 79 с.

25. Мітакі К. В. Особливості психокорекції страхів особистості на різних етапах життєвого шляху: кваліфікаційна робота здобувача освітнього ступеня бакалавр спеціальності 053 Психологія. Освітньої програми: Психологія: клінічна психологія / Кер.: д. псих. н., в.о. проф. Кічук А.В. Ізмаїл, 2023. 70 с.

26. Міщенко М. С. Впровадження арт-терапевтичних практик в умовах інклюзивного навчання. *Інноваційні арт-терапевтичні технології – 2020: матеріали міжнародної наукової інтернет-конференції*. 2020. Переяслав-Хмельницький. С. 123–144.

27. Ольховецький С. М. Психологічні чинники дитячих страхів. *Актуальні проблеми психології Інституту психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. К.: Видавництво «Фенікс», 2019. Т. XII. Психологія творчості. Випуск 26. С.233–241.

28. Паркулаб О., Дметерко Н. Арттерапевтичні технології психологічної допомоги дітям, які опинилися у складних життєвих ситуаціях. URL: <http://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/2691/3153> (дата звернення 10.11. 2023 р.).

29. Подгорінова А. Ю. Застосування танцювально-рухової терапії у роботі з дітьми та їх батьками. *Сучасні стратегії розвитку хореографічної освіти: матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Умань, 22 квітня 2022 р.) / ред. кол.: І.Г. Терешко (гол. ред.), О.В. Бикова, В.А. Сизоненко (відповід. ред). Умань: ВПЦ «Візаві», 2022. С. 72–76.

30. Лушин П.В. Простір арт-терапії. К.: Золоті ворота, 2020. Вип. 2 (28). 130 с.

31. Простір арттерапії: творчість як задзеркалля реальності: *матеріали XVII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції* (м. Київ, 27-29 лютого 2020 р.). Київ: ФОП Назаренко Т.В, 2020. 203 с.

32. Процик Л. С. Психологічні основи профілактики бар'єрів спілкування в учнівському середовищі. *Захист дитини від насильства та жорстокого поводження: сучасні виклики*: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 3 черв. 2021 р.). К.: Нац. акад. внутр. справ, 2021. С. 139–143 с.

33. Сафін О. Д., Байда С. П. Психологія девіантної поведінки: навчальний посібник. Умань: ВПЦ «Візаві». 2019. 203 с.

34. Сафін О. Д., Байда С. П. Психологія девіантної поведінки особистості: навчальний посібник. Умань: Візаві, 2021. 202 с.

35. Лемак М. В., Петрище В. Ю. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород: Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.

36. Ленг Д. Проблеми виховання та різноманітності сімей. URL: <https://iastate.pressbooks.pub/parentingfamilydiversity/> (дата звернення: 10.08.2023 р.)

37. Ревть А., Гук О. Арт-терапія у соціально-реабілітаційній роботі з дітьми з особливими потребами. *Молодь і ринок*. 2019. № 7. С. 93–97. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mir_2019_7_19 (дата звернення: 10.10.2023 р.)

38. Рибалко Л. С., Овсяк Д. Р. Психологічна підтримка школярів у період військового стану в Україні. *Духовно-інтелектуальне виховання і навчання молоді в XXI столітті*: міжнародний періодичний збірник наукових праць. Харків: ВННОТ, 2022. Вип. 4. С. 114–118. URL: <https://ol.world-ontology.org/wp-content/uploads/2023/02/%D0%97%D0%B1-IV24-%D0%9E%D0%B2%D1%81%D1%8E%D0%BA.pdf> (дата звернення: 11.10.2023 р.)

39. Перун М. Б., Цимбала О. М. Скарбничка арт-терапевта: практикум. Львів, 2019. 84 с.

40. Солнишкіна А. А. Використання креативного потенціалу арт-терапії в соціально-педагогічній роботі з дітьми біженців та внутрішньо переміщених осіб. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2022. Вип. 88. С. 186–190.

41. Станішевська В. І. Арт-терапія: навчальний посібник. Умань: ВПЦ «Візаві» 2022. 171 с.
42. Станішевська В. І. Використання арт-терапевтичних методів в подоланні внутрішньоособистісних конфліктів у підлітковому віці. *An integrated approach to science modernization: methods, models and multidisciplinary*: матеріалами I Міжнародної науково-практичної конференції. 2022. С. 437–439.
43. Станішевська В. І. Гриньова Н. В. Арт-терапія: методичні рекомендації. Умань: ВПЦ «Візаві», 2022. 37 с.
44. Станішевська В. І. Можливості арт-терапії в подоланні внутрішньоособистісного конфлікту у підлітків. *Психологічний журнал*. 2020. Вип. № 4. С. 47–54.
45. Станішевська В.І. Пісочна терапія як засіб розвитку та психокорекції дитини. *Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінг: тези доповідей VI Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Умань, 14 травня 2020 р.)*. Умань, 2020. С. 83–85.
46. Твердохліб В. В. Вплив психологічних бар'єрів підлітків на спілкування з дорослими: *кваліфікаційна робота спеціальності 053 Психологія*. Київ, 2022. 83 с.
47. Титоренко Т.О. Арт-терапія: презентація. URL: [Арт-терапія.pptx](#)
48. Титоренко Т.О. Казкотерапія у ГПД: конструктор виховного заняття. 2023. URL: [Казкотерапія у ГПД.docx](#)
49. Титоренко Т.О. Казкотерапія у ГПД: презентація. 2023. URL: [Казкотерапія у ГПД.pptx](#)
50. Титоренко Т.О. Кольоротерапія. Сім кольорів щастя: конструктор виховного заняття. 2023. URL: [Кольоротерапія. Сім кольорів щастя..docx](#)
51. Титоренко Т.О. Кольоротерапія. Сім кольорів щастя: презентація. 2023. URL: [Кольоротерапія. Сім кольорів щастя.pptx](#)

52. Титоренко Т.О. Музикотерапія. Подорож до музичної країни: конструктор виховного заняття. 2023. URL: [Музикотерапія. Подорож до музичної країни.docx](#)

53. Титоренко Т.О. Музикотерапія. Подорож до музичної країни: презентація. 2023. URL: [Музикотерапія. Подорож до музичної країни.pptx](#)

54. Титоренко Т.О. Простір арт-терапії для зцілення дітей в умовах російсько-української війни. *Проблеми та перспективи соціальної роботи та психології в умовах війни: матеріали II-ої Всеукраїнської студентської науково-практичної онлайн-конференції (Умань, 2 березня 2023 р.)*. Умань, 2023. С. 105–107.

55. Титоренко Т.О. Психологічна допомога дітям, які опинилися в складних життєвих ситуаціях засобами арт-терапії. *Збірник наукових праць магістрантів факультету соціальної та психологічної освіти*. Умань: Візаві, 2022. С. 134–140.

56. Титоренко Т.О. Фоаміранотерапія. Виготовлення квітів із фоамірану. 2023. URL: [Фоаміранотерапія. Виготовлення квітів із фоамірану..docx](#)

57. Титоренко Т.О. Фототерапія. Світ у об'єктиві. 2023. URL: [Фототерапія. Світ у об'єктиві.docx](#)

58. Федорчук О. В. Арт-терапія як засіб впливу на дітей з особливими освітніми потребами для формування позитивного світосприйняття. *Інноваційні процеси в початковій освіті: теорія, практика, перспективи: зб. тез виступів учасн. Регіонал. наук.-практ. семінару здобувачів ст. магістра поч. освіти (м. Рівне, 2-3 трав. 2023 р.)*. Рівне: МЕНУ, 2023. С. 240–243.

59. Чектере О. Ю. Застосування методу арт-терапії при наданні психологічної допомоги дітям, що пережили травматичні події: *елект. зб. матеріалів XXII Міжнародної науково-практичної конференції, 23 липня 2022 року / за ред. В.О. Моляко*. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка. С. 122–126.

60. Шеленкова Н. Л., Кобильчук О. Г. Тривожність як один з параметрів індивідуальних відмінностей. *Актуальні питання психології: теорія, методика, практика*: матеріали X-тої Всеукраїнської наукової Інтернет конференції (м. Умань, 25-26 жовтня 2021 р.). Умань, 2021. С. 43–45.

61. Шпичак Л. П. Подолання комунікативних бар'єрів підлітків засобами арт-терапії: *кваліфікаційна робота спеціальності 053 Психологія*. Київ, 2020. 135 с.

62. Яланська С. П., Атаманчук Н. М. Подолання страхів у дітей: ресурс арт-технік. *Теоретичні та практичні наукові досягнення: дослідження та результати їх впровадження*: збірник наукових праць «SCIENTIA» I Міжнародної науково-теоретичної конференції (м. Піза, 12 лютого 2021 р.). Піза. С. 22–23. URL: [file:///C:/Users/User/Downloads/193-773-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/193-773-PB%20(1).pdf)

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика визначення труднощів у встановленні контактів за В.В Бойком

Процедура дослідження. Психолог пропонує учням прочитати судження і дати відповідь «так» або «ні».

Текст опитувальника

1. Зазвичай у кінці робочого дня моє обличчя відображає втому.
2. Іноді, при першому знайомстві, мої емоції заважають мені вести себе природніше перед партнерами – я можу розгубитися, бентежитися, замкнутися в собі, або, навпаки, говорити багато і вести себе неприродньо.
3. У спілкуванні мені часто бракує емоційності та виразності.
4. Імовірно, я здаюся оточуючим дуже суворим.
5. Зазвичай я проти виявлення чемності, якщо мені не хочеться.
6. Я вмію приховувати перед іншими свої внутрішні спалахи емоцій.
7. Дуже часто, спілкуючись з іншими, я продовжую думати про щось своє.
8. Іноколи мені хотілося б виразити іншим свою емоційну підтримку, таку як увагу, співчуття чи співпереживання, але вони цього не розуміють або не сприймають.
9. Часто у моїх очах або виразі обличчя можна помітити заклопотаність.
10. У діловому спілкуванні я стараюся приховувати свої симпатії до партнерів.
11. Зазвичай всі мої неприємні враження відображаються на моєму обличчі.
12. Якщо я дуже захоплююся розмовою, то моя міміка стає надто виразною і красномовною.
13. Імовірно, я трохи емоційно скутий.
14. Зазвичай я перебуваю в стані нервової напруги.
15. Зазвичай, мені неприємно обмінюватися рукостисканням з партнером по спілкуванню.
16. Іноді близькі люди звертають мою увагу на моє обличчя (напруженість м'язів, скривлення усмішки).
17. Під час розмови я часом занадто активно жестикулюю.
18. У нових ситуаціях мені складно вести себе природно, розкуто.
19. Мабуть, моє обличчя часто виражає сум або турботу, навіть якщо я відчуваю спокій всередині.
20. Мені складно подивитися у вічі незнайомій людині.

21. Я завжди можу приховати свою неприязнь до неприємних мені людей, якщо це потрібно.

22. Дивно, але інколи я веселоюся без видимої на те причини.

23. Мені легко за бажанням зобразити різні емоції на обличчі, такі як сум, радість, переляк, розпач і т. д.

24. Мені говорили, що мій погляд може бути важким для сприйняття.

25. Мені щось заважає виявляти теплоту та симпатію до людини, навіть якщо я дійсно це відчуваю до неї.

Обробка даних

Підбиваються підсумки самооцінювання учнів за ключем (див. таблицю). Підраховується сума балів за типом перешкод. Вона варіюється від 0 до 25. В результаті, чим більше балів, тим більшою є емоційна проблема учня у повсякденному спілкуванні.

| Перешкоди у встановленні контактів | Номери питань і відповіді за ключем |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Невміння керувати емоціями, дозувати їх | Відповіді «так» на питання: 1; 11; 16; «ні» на питання: 6; 21. |
| Неадекватний вияв емоцій | Відповіді «так» на питання: 7; 12; 17; 22; «ні» на питання 2. |
| Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій | Відповіді «так» на питання: 3; 8; 13; 18; «ні» на питання 23. |
| Домінування негативних емоцій | Відповіді «так» на питання: 4; 9; 14; 19; 24. |
| Небажання зближуватися з людьми на емоційному рівні | Відповіді «так» на питання: 5; 10; 15; 20; 25. |

Інтерпретація даних

0-2 бали: нещирість та небажання самокритично оцінювати себе;

3-5 балів: емоції не перешкоджають комунікації з партнерами;

6-8 балів: незначні емоційні труднощі у щоденному спілкуванні;

9-12 балів: щоденні емоції трохи ускладнюють взаємодію з партнерами;

13 і більше балів: емоції перешкоджають встановленню контактів з людьми.

Визначення труднощів у встановленні контактів

ППП _____

Вік _____

Стать _____ Дата _____

Інструкція. Прочитайте питання та дайте відповідну відповідь.

| Номер | Питання | «ТАК» | «НІ» |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|
| 1. | Зазвичай у кінці робочого дня моє обличчя відображає втому. | | |
| 2. | Іноді, при першому знайомстві, мої емоції заважають мені вести себе природніше перед партнерами – я можу розгубитися, бентежитися, замкнутися в собі, або, навпаки, говорити багато і вести себе неприродньо. | | |
| 3. | У спілкуванні мені часто бракує емоційності та виразності. | | |
| 4. | Імовірно, я здаюся оточуючим дуже суворим. | | |
| 5. | Зазвичай я проти виявлення чемності, якщо мені не хочеться. | | |
| 6. | Я вмю приховувати перед іншими свої внутрішні спалахи емоцій. | | |
| 7. | Дуже часто, спілкуючись з іншими, я продовжую думати про щось своє. | | |
| 8. | Іноколи мені хотілося б виразити іншим свою емоційну підтримку, таку як увагу, співчуття чи співпереживання, але вони цього не розуміють або не сприймають. | | |
| 9. | Часто у моїх очах або виразі обличчя можна помітити заклопотаність. | | |
| 10. | У діловому спілкуванні я стараюся приховувати свої симпатії до партнерів. | | |
| 11. | Зазвичай всі мої неприємні враження відображаються на моєму обличчі. | | |
| 12. | Якщо я дуже захоплююся розмовою, то моя міміка стає надто виразною і красномовною. | | |
| 13. | Ймовірно, я трохи емоційно скутий. | | |
| 14. | Зазвичай я перебуваю в стані нервової напруги. | | |
| 15. | Зазвичай, мені неприємно обмінюватися рукостисканням з партнером по спілкуванню. | | |

| | | | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 16. | Іноді близькі люди звертають мою увагу на моє обличчя (напруженість м'язів, скривлення усмішки). | | |
| 17. | Під час розмови я часом занадто активно жестикулюю. | | |
| 18. | У нових ситуаціях мені складно вести себе природно, розкуто. | | |
| 19. | Мабуть, моє обличчя часто виражає сум або турботу, навіть якщо я відчуваю спокій всередині. | | |
| 20. | Мені складно подивитися у вічі незнайомій людині. | | |
| 21. | Я завжди можу приховати свою неприязнь до неприємних мені людей, якщо це потрібно. | | |
| 22. | Дивно, але інколи я веселюся без видимої на те причини. | | |
| 23. | Мені легко за бажанням зобразити різні емоції на обличчі, такі як сум, радість, переляк, розпач і т. д. | | |
| 24. | Мені говорили, що мій погляд може бути важким для сприйняття. | | |
| 25. | Мені щось заважає виявляти теплоту та симпатію до людини, навіть якщо я дійсно це відчуваю до неї. | | |

Виявлення схильності до емпатії (за методикою І. Юсупова)

Вік досліджуваного: 15 років.

Інструкція. Учень має висловити свою думку («не знаю», «ніколи», «іноді», «часто», «майже завжди», «завжди») щодо наведених тверджень.

Текстовий матеріал

1. Мені цікавіше читати книги про подорожі, ніж книги про життя людей.
2. Дорослих людей дратує турбота батьків.
3. Мені цікаво розмірковувати про причини успіхів і невдач людей.
4. Серед музичних творів я віддаю перевагу сучасним.
5. Якщо хвора людина проявляє дратівливість та незадоволення, до неї слід ставитися з розумінням.
6. Хвора людина потребує постійної моральної підтримки.
7. Стороннім особам не слід втручатися в особисті конфлікти, що виникають між двома людьми.
8. Літні люди, як правило, можуть бути дуже образливими та вимогливими.
9. У дитинстві сумна музика викликала у мене смуток і навіть сльози.
10. Якщо мої батьки роздратовані, це впливає і на мій настрій.
11. Мені байдуже до того, що мене хтось критикує.
12. Я більше люблю розглядати портрети, ніж пейзажі або натюрморти.
13. Я прощаю батьків навіть у випадках, коли вони не праві.
14. Якщо кінь погано працює, його потрібно бити.
15. Коли я читаю про драматичні події з життя людей, я переживаю їх так, наче це відбувається зі мною.
16. Батьки ставляться до дітей несправедливо.
17. Я не можу залишитися осторонь, коли бачу, як сперечаються підлітки або дорослі.
18. Я не звертаю уваги на поганий настрій батьків.
19. Мені цікаво спостерігати за поведінкою тварин і навіть відкладаю інші справи через це.
20. Фільми та книги можуть викликати сльози лише у сентиментальних і несерйозних людей.
21. Мені цікаво спостерігати за людьми, їхньою поведінкою та мімікою.
22. У дитинстві я приносив додому безхатніх кошенят і цуценят.
23. Всі люди озлоблені.
24. Коли я дивлюся на незнайому людину, я хочу дізнатися більше про її життя.
25. У дитинстві навколо мене завжди було багато молодших дітей.

26. Коли я бачу поранену тварину, я намагаюсь їй допомогти.
27. Людина відчуває себе краще, коли її слухають та розуміють.
28. Ставши свідком дорожньої пригоди, я намагаюся залишитися осторонь подій.
29. Молодші діти радіють, коли я пропоную їм нову гру або розвагу.
30. Люди перебільшують, коли стверджують, що тварини відчувають настрій людини.
31. У випадку конфлікту, людина повинна вирішувати його самостійно, не залучаючи оточуючих.
32. Якщо дитина плаче, у неї на це є причина.
33. Молодь повинна бути толерантною до літніх людей і задовольняти їхні бажання, навіть якщо вони виглядають дивно.
34. Мені цікаво дізнатися, чому деякі мої однокласники бувають задумливими.
35. Безпритульних тварин потрібно знищувати, щоб захистити здоров'я людей та домашніх тварин.
36. Мені не подобається, коли друзі розповідають про свої проблеми, і зазвичай я змінюю тему розмови.

Обробка результатів

Перед підрахунком результатів варто перевірити ступінь щирості учня.

Якщо він відповів «ніколи» на твердження № 3, 9, 10, 11, 13, 28, 36 або «завжди» – на твердження № 11, 13, 17, 26, то він не був щирим, а прагнув показати себе у кращому вигляді.

Результатам тесту можна довіряти, якщо із перелічених тверджень учень дав не більше трьох нещирих відповідей.

Результати тестування можна підрахувати за такою шкалою:

| Варіант відповіді | Бали |
|-------------------|------|
| Не знаю | 0 |
| Ніколи | 1 |
| Іноді | 2 |
| Часто | 3 |
| Майже завжди | 4 |
| Завжди | 5 |

Інтерпретація результатів:

82-90 балів. Дуже високий рівень емпатійності. Людина дуже вразлива, чутлива до образ, болісно реагує на критику. У спілкуванні тонко реагує на настрій співрозмовника, погано почувається в присутності «важких людей». Досить часто відчуває комплекс провини, побоюючись завдати комусь клопоту абор образи.

63-81 бал. Високий рівень емпатії. Ця людина є дуже чутливою до проблем і потреб інших. Вона відзначається великодушністю, готовністю пробачати іншим їхні помилки. З інтересом ставиться до людей. Проявляє емоційну чутливість і є комунікабельною. Вона швидко встановлює контакт і легко знаходить спільну мову. Намагається уникати конфліктів, знаходячи компромісні рішення. В оцінці довіряє скоріш власним відчуттям, ніж аналітичним рішенням.

37-62 бали. Нормальний рівень емпатії, який є типовим для більшості людей. Ця людина судить про інших головним чином за їхніми діями, а не за власними емоційними переживаннями. Вона може бути стриманою у вираженні своїх емоцій. У спілкуванні делікатна і зазвичай не висловлює свою точку зору, якщо не впевнена в їх прийнятності оточуючими.

12-36 балів. Низький рівень емпатії. Ця людина має труднощі у вирішенні конфліктів з іншими та може почувати себе незручно в компанії. Вона не розуміє емоційних проявів інших, вважаючи їх незрозумілими і безпідставними. Вона націлена на точність і раціональність у вираженні своїх поглядів та прийнятті рішень.

11 балів і менше. Дуже низький рівень емпатії. Ця людина має серйозні труднощі у спілкуванні та встановленні контактів з іншими, особливо з дітьми та літніми людьми. Вона може бути енергійною і іронічною, позбавленою сентиментальних проявів. Вона фокусується на собі і не переносить критику. Вона не готова пожертвувати своїми інтересами на користь інших.

Виявлення схильності до емпатії (за методикою І. Юсупова)

ІІІ _____

Вік _____ стать _____ дата _____

Інструкція. Висловіть свою думку («не знаю», «ніколи», «іноді», «часто», «майже завжди», «завжди») щодо наведених тверджень.

| № | Твердження | не знаю | ніко- ли | іноді | часто | май- же завж- ди | завж- ди |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|-------|-------|---------------------------|-------------|
| 1 | Мені цікавіше читати книги про подорожі, ніж книги про життя людей. | | | | | | |
| 2 | Дорослих людей дратує турбота батьків. | | | | | | |
| 3 | Мені цікаво розмірковувати про причини успіхів і невдач людей. | | | | | | |
| 4 | Серед музичних творів я віддаю перевагу сучасним. | | | | | | |
| 5 | Якщо хвора людина проявляє дратівливість та незадоволення, до неї слід ставитися з розумінням. | | | | | | |
| 6 | Хвора людина потребує постійної моральної підтримки. | | | | | | |
| 7 | Стороннім особам не слід втручатися в особисті конфлікти, що виникають між двома людьми. | | | | | | |
| 8 | Літні люди, як правило, можуть бути дуже образливими та вимогливими. | | | | | | |
| 9 | У дитинстві сумна музика викликала у мене смуток і навіть сльози. | | | | | | |
| 10 | Якщо мої батьки роздратовані, це впливає і на мій настрій. | | | | | | |
| 11 | Мені байдуже до того, що мене хтось критикує. | | | | | | |
| 12 | Я більше люблю розглядати портрети, ніж пейзажі або натюрморти. | | | | | | |
| 13 | Я прощаю батьків навіть у випадках, коли вони | | | | | | |

| | | | | | | | |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| | не праві. | | | | | | |
| 14 | Якщо кінь погано працює, його потрібно бити. | | | | | | |
| 15 | Коли я читаю про драматичні події з життя людей, я переживаю їх так, наче це відбувається зі мною. | | | | | | |
| 16 | Батьки ставляться до дітей несправедливо. | | | | | | |
| 17 | Я не можу залишитися осторонь, коли бачу, як сперечаються підлітки або дорослі. | | | | | | |
| 18 | Я не звертаю уваги на поганий настрій батьків. | | | | | | |
| 19 | Мені цікаво спостерігати за поведінкою тварин і навіть відкладаю інші справи через це. | | | | | | |
| 20 | Фільми та книги можуть викликати сльози лише у сентиментальних і несерйозних людей. | | | | | | |
| 21 | Мені цікаво спостерігати за людьми, їхньою поведінкою та мімікою. | | | | | | |
| 22 | У дитинстві я приносив додому безхатніх кошенят і цуценят. | | | | | | |
| 23 | Всі люди озлоблені. | | | | | | |
| 24 | Коли я дивлюся на незнайому людину, я хочу дізнатися більше про її життя. | | | | | | |
| 25 | У дитинстві навколо мене завжди було багато молодших дітей. | | | | | | |
| 26 | Коли я бачу поранену тварину, я намагаюсь їй допомогти. | | | | | | |
| 27 | Людина відчуває себе краще, коли її слухають та розуміють. | | | | | | |
| 28 | Ставши свідком дорожньої пригоди, я намагаюсь залишитися осторонь подій. | | | | | | |
| 29 | Молодші діти радіють, коли я пропоную їм нову гру або розвагу. | | | | | | |
| 30 | Люди перебільшують, коли стверджують, що тварини відчувають настрій людини. | | | | | | |
| 31 | У випадку конфлікту, людина повинна вирішувати його самостійно, не залучаючи оточуючих. | | | | | | |

| | | | | | | | |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 32 | Якщо дитина плаче, у неї на це є причина. | | | | | | |
| 33 | Молодь повинна бути толерантною до літніх людей і задовольняти їхні бажання, навіть якщо вони виглядають дивно. | | | | | | |
| 34 | Мені цікаво дізнатися, чому деякі мої однокласники бувають задумливими. | | | | | | |
| 35 | Безпритульних тварин потрібно знищувати, щоб захистити здоров'я людей та домашніх тварин. | | | | | | |
| 36 | Мені не подобається, коли друзі розповідають про свої проблеми, і зазвичай я змінюю тему розмови. | | | | | | |

Методика «Самооцінка психічних станів» за Г. Айзенком

Вік досліджуваного: з 12 років.

Методика призначена для діагностики таких психічних станів як: **тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність.**

Інструкція до тесту

Вам пропонується опис різних психічних станів. Якщо цей стан характерний для вас поставте 2 бали, якщо цей стан буває, але рідко – 1 бал, якщо зовсім не буває – 0 балів.

Твердження тесту

1. Не відчуваю у собі впевненості.
2. Часто червонію без причини.
3. Мій сон мене непокоїть.
4. Легко починаю нудьгувати.
5. Непокоюся через неприємності, які є тільки в уяві.
6. Мене лякають труднощі.
7. Люблю аналізувати свої недоліки.
8. Мене легко переконати.
9. Я підозріливий.
10. Важко перенешу час очікування.
11. Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, із яких можна знайти вихід.
12. Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом.
13. У неприємних ситуаціях я схильний без поважних причин звинувачувати себе.
14. Нещастя та невдачі нічому мене не вчать
15. Я часто відмовляюся від боротьби, вважаю її даремною.
16. Я часто почуваю себе беззахисним.
17. Іноді у мене буває стан відчаю.
18. Відчуваю розгубленість перед труднощами.
19. У важкі хвилини життя іноді поведжуся як дитина, хочу щоб мене пожаліли.
20. Вважаю недоліки свого характеру несправними.
21. Залишаю за собою право вирішального голосу.
22. Часто при розмові перебиваю співрозмовника.

23. Мене легко розсердити.
24. Люблю робити зауваження іншим.
25. Хочу бути авторитетом для оточуючих.
26. Не задовольняюсь малим, хочу більшого.
27. Коли розгніваюсь, погано себе стримую
28. Більше люблю керувати, ніж підкорятися.
29. У мене різка, грубувата жестикуляція.
30. Я злопам'ятний.
31. Мені важко змінювати звички.
32. Нелегко переключати увагу.
33. З обережністю ставлюся до всього нового.
34. Мене важко переконати.
35. Нерідко у мене з голови не виходять думки, яких потрібно позбутися.
36. Нелегко зближуюся з людьми.
37. Мене розчаровують навіть незначні зміни плану.
38. Я проявляю впертість.
39. Неохоче йду на ризик.
40. Різко реаую на відхилення від прийнятого мною режиму.

Методика оцінювання.

Підраховується кількість балів за кожен з чотирьох груп питань:

I – 1-10-те питання – **тривожність**;

II – 11-20-те питання – **фрустрація** (психологічний стан зростаючого емоційно-вольового напруження, що виникає в конфліктній ситуації);

III – 21-30-те питання – **агресивність**;

IV – 31-40-ве питання – **ригідність** (тенденція до збереження своїх стереотипів, способів мислення, нездатність змінити власну точку зору).

Інтерпретація результатів

Тривожність:

0-7 балів – низька тривожність;

8-14 балів – тривожність середня, допустимого рівня;

15-20 балів – висока тривожність.

Фрустрація:

0-7 балів – висока самооцінка, стійкість до невдач, ви не боїтеся труднощів;

8-14 балів – середній рівень самооцінки, має місце фрустрація;

15-20 балів – низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїтеся невдач.

Агресивність:

0-7 балів – ви спокійні, стримані;

8-14 балів – середній рівень агресії;

15-20 балів – ви агресивні, нестримані, маєте труднощі у стосунках з людьми.

Ригідність:

0-7 балів – ригідності нема;

8-14 балів – середній рівень;

15-20 балів – сильно виражена ригідність, вам протипоказані зміна місця роботи, зміни в сім'ї.

Методика «Самооцінка психічних станів» за Г. Айзенком

Вік досліджуваного: з 12 років.

| № | Психічні стани | Підходить | Не дуже підходить | Не підходить |
|----|--------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|--------------|
| 1 | Не відчуваю у собі впевненості | 2 | 1 | 0 |
| 2 | Часто червонію без причини | | | |
| 3 | Мій сон мене непокоїть | | | |
| 4 | Легко починаю нудьгувати | | | |
| 5 | Непокоюся через неприємності, які є тільки в уяві | | | |
| 6 | Мене лякають труднощі | | | |
| 7 | Люблю аналізувати свої недоліки | | | |
| 8 | Мене легко переконати | | | |
| 9 | Я підозріливий | | | |
| 10 | Важко перенешу час очікування | | | |
| 11 | Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, із яких можна знайти вихід | | | |
| 12 | Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом | | | |
| 13 | У неприємних ситуаціях я схильний без поважних причин звинувачувати себе | | | |
| 14 | Нещастя та невдачі нічому мене не вчать | | | |
| 15 | Я часто відмовляюся від боротьби, вважаю її даремною | | | |
| 16 | Я часто почуваю себе беззахисним | | | |
| 17 | Іноді у мене буває стан відчаю | | | |
| 18 | Відчуваю розгубленість перед труднощами | | | |
| 19 | У важкі хвилини життя іноді поведжуся як дитина, хочу щоб мене | | | |

| | | | | |
|----|---------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| | пожаліли | | | |
| 20 | Вважаю недоліки свого характеру несправними | | | |
| 21 | Залишаю за собою право вирішального голосу | | | |
| 22 | Часто при розмові перебиваю співрозмовника | | | |
| 23 | Мене легко розсердити | | | |
| 24 | Люблю робити зауваження іншим | | | |
| 25 | Хочу бути авторитетом для оточуючих | | | |
| 26 | Не задовольняюсь малим, хочу більшого | | | |
| 27 | Коли розгніваюсь, погано себе стримую | | | |
| 28 | Більше люблю керувати, ніж підкорятися | | | |
| 29 | У мене різка, грубувата жестикуляція | | | |
| 30 | Я злопам'ятний | | | |
| 31 | Мені важко змінювати звички | | | |
| 32 | Нелегко переключати увагу | | | |
| 33 | З обережністю ставлюся до всього нового | | | |
| 34 | Мене важко переконати | | | |
| 35 | Не рідко у мене з голови не виходять думки, яких потрібно позбутися | | | |
| 36 | Нелегко зближуюся з людьми | | | |
| 37 | Мене розчаровують навіть незначні зміни плану | | | |
| 38 | Я проявляю впертість | | | |
| 39 | Неохоче йду на ризик | | | |
| 40 | Різко реагую на відхилення від прийнятого мною режиму | | | |

Методика оцінювання:

Підраховується кількість балів за кожну з чотирьох груп питань:

I – 1-10-те питання – **тривожність**;

II – 11-20-те питання – **фрустрація** (психологічний стан зростаючого емоційно-вольового напруження, що виникає в конфліктній ситуації);

III – 21-30-те питання – **агресивність**;

IV – 31-40-ве питання – **ригідність** (тенденція до збереження своїх стереотипів, способів мислення, нездатність змінити власну точку зору).

Інтерпретація результатів

Тривожність:

0-7 балів – низька тривожність;

8-14 балів – тривожність середня, допустимого рівня;

15-20 балів – висока тривожність.

Фрустрація:

0-7 балів – висока самооцінка, стійкість до невдач, ви не боїтеся труднощів;

8-14 балів – середній рівень самооцінки, має місце фрустрація;

15-20 балів – низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїтеся невдач.

Агресивність:

0-7 балів – ви спокійні, стримані;

8-14 балів – середній рівень агресії;

15-20 балів – ви агресивні, нестримані, маєте труднощі у стосунках з людьми.

Ригідність:

0-7 балів – ригідності нема;

8-14 балів – середній рівень;

15-20 балів – сильно виражена ригідність, вам протипоказані зміна місця роботи, зміни в сім'ї.

ABOUT US

Ця брошура містить поради для батьків, як підтримувати та впроваджувати арт-терапію в життя своїх дітей.

Арт-терапія - це важливий інструмент для розвитку та подолання комунікативних бар'єрів у дітей. Вона надає можливість дітям виразити свої почуття та думки через мистецтво, що є особливо корисним для тих, хто має труднощі в спілкуванні.

КОНТАКТНА ІНФОРМАЦІЯ



МАГІСТР МИСТЕЦЬКИХ ВРАЖЕНЬ
ТЕЛЕФОН: +1-800-ART-4YOU
EMAIL:
EXPRESS@YOURFEELINGS.ART
АДРЕСА: ВУЛИЦЯ КОЛОРИТУ, СВ.Т
МИСТЕЦТВА, КРЕАТИВНЕ ПОВІТР'Я,
12345

INSTAGRAM: @ARTTHERAPYMAGIC
FACEBOOK: /YOURFEELINGSCANVAS

HANOVER AND LYKKE



"АРТ-ТЕРАПІЯ: ВІДКРИТТЯ ШЛЯХУ ДО КРАЩОГО СПІЛКУВАННЯ ДЛЯ ВАШИХ ДІТЕЙ"



@ARTTHERAPYMAGIC



ПОРАДИ ДЛЯ ДІТЕЙ



- Вибирайте мистецький вид, який вам найбільше подобається. Мистецтво має бути веселим і приємним для вас.
- Не бійтесь експериментувати. Пробуйте різні матеріали та техніки малювання.
- Не переймайтесь результатом. Головне - це процес творчості, не обмежуйте себе страхом перед тим, як це виглядає.
- Виразіть свої почуття через мистецтво. Намалюйте або створіть щось, що відображає ваші емоції.
- Спілкуйтесь через мистецтво. Ви можете розповісти історію або пояснити свої думки за допомогою картини або скульптури.
- Будьте терплячими з собою. Вчіться і розвивайтеся власним темпом.
- Спробуйте робити мистецтво разом з іншими. Групові проекти можуть бути веселими та допомогти вам взаємодіяти з іншими.
- Не соромтеся звертатися за порадою до арт-терапевта або своїх батьків, якщо вам потрібна допомога.
- Розповідайте про свої досягнення та роботи своїм батькам чи вчителям. Вони пишаються вашими творчими здібностями.
- Важливо пам'ятати, що мистецтво - це інструмент для виразу себе та розвитку. Ви можете вдосконалювати свої навички та вирішувати комунікативні завдання через творчість.

ПОРАДИ БАТЬКАМ



ПОРАДА 1: ЗАБЕЗПЕЧТЕ ДОСТУП ДО МАТЕРІАЛІВ

Забезпечення доступу до різних матеріалів для творчості - це перший крок до арт-терапії. Малювання, скульптура, музика та інші види мистецтва можуть бути корисними для ваших дітей. Маючи доступ до матеріалів, вони зможуть вільно вибирати, як вони хочуть виразити себе.

ПОРАДА 4: СЛУХАЙТЕ ТВОРЧІ ВИРАЗИ ДИТИНИ

Мистецькі роботи дітей часто відображають їхні почуття та думки. Намагайтеся слухати та розуміти, що вони намагаються висловити через свої творіння. Завдяки цьому ви зможете краще розуміти їхні потреби та переживання.

ПОРАДА 2: СПРИЯЙТЕ ВИБОРУ ДИТИНИ

Завжди надавайте дітям можливість обирати, яким видом мистецтва вони хочуть займатися. Дозвольте дитині вибрати той вид мистецтва, який відповідає її настрою та потребам, допомагає підтримати індивідуальний розвиток та підсилити внутрішню мотивацію.

ПОРАДА 5: ПРАЦЮЙТЕ РАЗОМ З ФАХІВЦЯМИ

Якщо ви відчуваєте, що Ваша дитина потребує більшої підтримки, не соромтеся звернутися до кваліфікованого арт-терапевта або спеціаліста, який має досвід у цій галузі. Вони можуть надати додаткову допомогу та підтримку.

І НАОСТАНОК...

Арт-терапія - це інноваційний спосіб допомогти дітям подолати комунікативні бар'єри та розвинути навички спілкування. Шляхом підтримки та створення сприятливого середовища для творчості ви допоможете своїм дітям виразити себе та розвинути як особистості.

АРТ-ТЕРАПІЯ: МИСТЕЦТВО ПОДОЛАННЯ БАР'ЄРІВ СПІЛКУВАННЯ УЧНІВ

МАЛЮНОК ТА КОЛЬОРИ

Використання малюнків і кольорів допомагає виразити почуття, які іноді важко висловити словами.



СКУЛЬПТУРА ТА ФОРМА

Учні можуть створювати об'єкти, що відображають їхні ідеї і ставлення до світу.



МУЗИЧНА ГАРМОНІЯ

Музика допомагає знищити стіни і відкриває можливості для виразу емоцій через мелодію та ритм.



ДРАМА ТА ІМПРОВІЗАЦІЯ:

Рольові ігри і драматичні вправи розкривають спілкування і розвивають креативність.

СЛОВЕСНА МАГІЯ

Письмове мистецтво дозволяє виразити свої думки, ідеї і почуття через тексти і поезію.

ТАНЦЮВАЛЬНИЙ РУХ

Танець дозволяє виразити себе без слів.



АРТ-ТЕРАПІЯ – ЗВІЛЬНЮЄМО МОВУ СЕРЦЯ 🎨🧠🌟

РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ФАХІВЦІВ У РОБОТІ З ДІТЬМИ З МЕТОЮ ПОДОЛАННЯ БАР'ЄРІВ У СПІЛКУВАННІ ЗАСОБАМИ АРТ- ТЕРАПІЇ

РОЗУМІННЯ ДИТЯЧОГО РОЗВИТКУ

Перш за все, освоюйте основи розвитку дитячої психології. Це допоможе вам краще розуміти потреби та можливості кожної вікової групи.

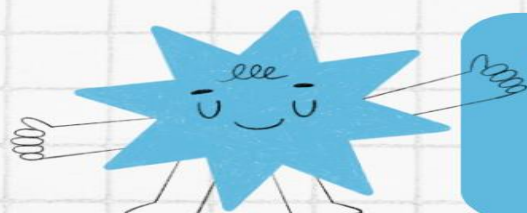


ЗАСНОВАНІ НА ДОВІРІ ВІДНОСИНИ

Вибудуйте довірливі стосунки з дітьми, наділяючи їх відчуттям безпеки та підтримки. Сприяйте відкритому спілкуванню та слухайте їхні думки і відчуття.

ОСВОЄННЯ МЕТОДІВ АРТ-ТЕРАПІЇ

Вивчайте техніки арт-терапії, такі як малювання, скульптура, танець тощо. Ці методи допомагають дітям виразити свої емоції та відчуття через творчість.

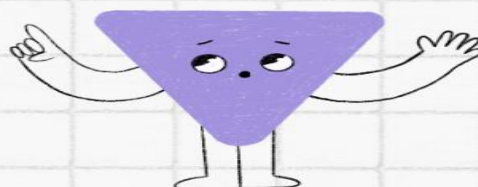


ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД

Підлаштовуйте свою практику до потреб кожної дитини, враховуючи їхні особливості та можливості. Індивідуалізуйте сесії арт-терапії.

СПРИЯЙТЕ СПІЛКУВАННЮ МІЖ ДІТЬМИ

Включайте групові заняття, які сприяють спільному творчому процесу, спілкуванню та розвитку соціальних навичок.



РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ФАХІВЦІВ У РОБОТІ З ДІТЬМИ З МЕТОЮ ПОДОЛАННЯ БАР'ЄРІВ У СПІЛКУВАННІ ЗАСОБАМИ АРТ- ТЕРАПІЇ

ЕМОЦІЙНА ПІДТРИМКА

Будьте готові до виявлення і роботи з емоціями, які можуть виникнути під час арт-терапії. Допомагайте дітям розуміти та виражати свої почуття.



ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК

Продовжуйте навчання та покращення своєї кваліфікації у галузі арт-терапії та психології дітей.

СПІВПРАЦЯ З БАТЬКАМИ

Важливо вести діалог з батьками або опікунами дітей, щоб спільно працювати над покращенням емоційного стану та розвитку дітей.

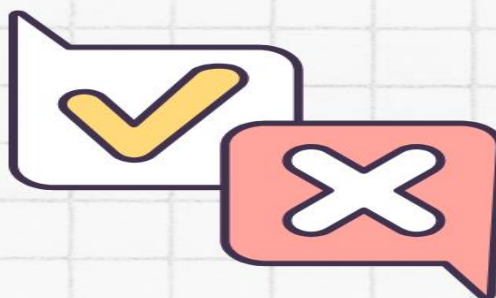


ЕФЕКТИВНА ОЦІНКА

Розробіть систему вимірювання і оцінювання прогресу дітей під час арт-терапії та коригуйте свою роботу відповідно до результатів.

ЕТИКА ТА КОНФІДЕНЦІЙНІСТЬ

Дотримуйтесь професійних етичних стандартів та забезпечуйте конфіденційність усіх ваших клієнтів.





Пам'ятаєте той час, коли ви робили перші кроки чи перші малюнки у дитинстві? Арт-терапія дарує нам можливість повернутися до цих моментів та спільно з дітьми створювати світ, де все пронизано творчістю 🌈.

Що кілька порад

1. Відкрийте своє серце до експериментів. Не бійтеся випробувати нові техніки і матеріали разом з дітьми. Ви навчите одне одного креативності ✨.
2. Створіть безпечне середовище. Важливо, щоб дитина відчувала, що вона може бути самою собою без осуду. Арт-терапія - це місце, де не існує "правильних" чи "неправильних" відповідей 😊.

ЩЕ ДЕНІЛЬНА ПОРАД

3. Проводьте час разом. Малюючи, діти діляться своїми думками та переживаннями. 🗣️.
4. Зберіть "Скарбницю Ідей". Разом збирайте цікаві ідеї та завдання для майбутніх творінь. Це заохочує дітей вдосконалювати свої навички 📖.



Арт-терапія -

Арт-терапія - це дивовижний світ, де тільки уява є межею. Відкривши його перед вашими дітьми, ви відкриєте не тільки новий спосіб виразити себе, а й ключ до внутрішнього розвитку і розкриття справжньої краси душі. ✨🌈

Арт-терапія не лише навчає дітей виражати свої почуття через мистецтво, але і допомагає їм розуміти себе краще.

Вона створює простір для самовираження, де кожна лінія чи кольорова пляма - це крик або тиша дитячої душі. 🌈

маїя творчості

Арт-терапія - це магічний шлях, де батьки і вчителі стають спільними путівниками у світі дітей, і разом ви відкриєте, як вони ростуть, розвиваються і виражають себе у найкреативніший спосіб.

Насолоджуйтеся цією чарівною подорожжю разом! 🌈

Як нас знайти

WEBSITE

www.artmagictherapy.com ✨

Електронна пошта:

artmagic@email.com

SOCIAL MEDIA

www.socialdimension.com

MOBILE NUMBER

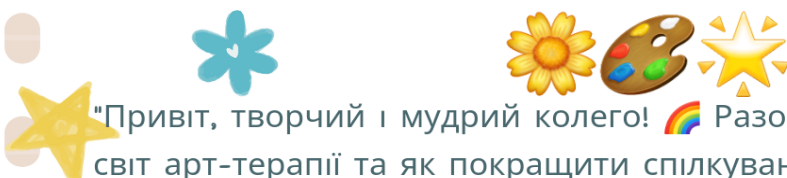
+1 (123) ART-MAGIC ✨



**ЩОБ ДОПОМОГТИ ДИТИНІ ПОДОЛАТИ БАР'ЄРИ
В СПІЛКУВАННІ ТА ВІДКРИТИ СВІТ ДИТЯЧИХ
ЕМОЦІЙ, ОСЬ КІЛЬКА КРЕАТИВНИХ
РЕКОМЕНДАЦІЙ:**

1. "Емоційний альбом": 📖 Перекажіть дитині різні історії або казки, де головні герої виражають різні емоції. 📖🗣️ Потім обговорюйте, як це відображається в реальному житті.
2. "Емоційні фотографії": 📷 Разом із дитиною фотографуйте сцени, які викликають різні емоції, і потім разом обговорюйте ці фотографії. 📷🗣️
3. "Щоденне емоційне джерело": 🗣️ Введіть щоденну традицію розповідати одне одному про свої емоції після школи або роботи. 🗣️💋 Це допоможе відкрити канали спілкування.
4. "Імітація емоцій": 🗣️👤 Грайте в ігри, де дитина може імітувати різні емоції без словесного опису, а інші учасники повинні вгадати, яка емоція виражена. 😊😞
5. "Театральна гра": 🎬 Разом із дитиною створіть короткі вистави, де вона може відтворити ситуації, в яких виражаються різні емоції. 🗣️👏
6. "Дорожні картки емоцій": 🗣️ Створіть картки із зображеннями різних емоцій і використовуйте їх для гри, де дитина обирає картку і намагається виразити відповідну емоцію. 🗣️😊
7. "Емоційний танець": 🗣️ Розвивайте фізичну активність та спілкування через танці, де дитина може виразити свої емоції рухами та мімікою. 🗣️👯 Ці ідеї допоможуть дитині відкрити світ емоцій та покращити навички спілкування, дозволяючи їй виразити свої почуття та розуміти їх у ігровій формі. 🌈😊👧👦

ВІДКРИВАЄМО СВІТ ДИТЯЧИХ ЕМОЦІЙ



"Привіт, творчий і мудрий колего! 🌈 Разом ми вивчимо казковий світ арт-терапії та як покращити спілкування серед дітей, навчаючись виражати їхні емоції через творчість. 🧑🎨"

1. Будьте як сонце у небі: Завжди посміхайтесь та будьте доброзичливими, створюючи атмосферу довіри та радості. 😊



2. Дайте дітям крила: Сприяйте їхньому розвитку, дозволяючи їм вільно виражати свої думки та фантазії через малюнки, скульптуру і різні види творчості. 🎨✂️



3. Гомілкуйте емоційний садок: Вчіть дітей розпізнавати та називати свої емоції, роблячи це весело та захопливо. 🌻🦋

4. Гра та спільна творчість: Організуйте групові заняття, де діти можуть спільно розквітати в казці, створеній ними самими. 🧚🧑🎨

5. Підтримка від батьків: Запрошуйте батьків до співпраці, діліться своїми знаннями і навичками для підтримки дітей вдома. 🧑👨❤️

6. Постійне навчання: Ніколи не припиняйте вивчати нові методи арт-терапії та розвивати свої професійні навички. 📖



Зараз, коли ви готові, вирушайте в цю унікальну подорож арт-терапії та допоможіть дітям розквітати, навчаючи їх робити світ яскравішим! 🚀🌻🌟"



З найкращими
побажаннями та
творчими емоціями,

T.T. 😊



Розробки занять на тему:

«Арт-терапевтичні техніки як засіб подолання бар'єрів спілкування дітей»

Заняття 1 «Гра Малюнок емоцій»

Мета заняття: Розвивати навички вираження емоцій через мистецтво та підвищувати усвідомлення власних почуттів.

Час: Приблизно 60 хвилин.

Матеріали:

- Аркуші паперу для малювання або блокноти для кожного учасника.
- Матеріали для малювання, такі як олівці, фарби, кольорові олівці, фломастери, пензлі тощо.
- Столи та стільці для учасників.
- Музика на фоні (опціонально).

Порядок проведення:

1. Вступ (10 хвилин):
 - Вітання дітей та пояснення мети заняття.
 - Розповідь про важливість виразу своїх емоцій, навіть у той час, коли важко передати їх вербально.
2. Творча частина (30 хвилин):
 - Діти мають вибрати матеріали для малювання та аркуш паперу.
 - Завдання 1: Діти створюють малюнок, який передає їхню домінуючу на даний час емоцію без використання слів. Можливі теми для малюнків: щастя, гнів, сум, страх, радість тощо.
 - Завдання 2: Діти можуть спробувати створити два або більше малюнки, кожен із яких виражає різні емоції, що вони відчувають одночасно.
3. Обговорення (15 хвилин):
 - Діти представляють свої малюнки перед іншими учасниками.

→ Кожен учасник пояснює, які почуття вони намагалися виразити через свій малюнок та які кольори або елементи використовували для цього.

4. Обговорення (15 хвилин):

→ Учасники обговорюють, чи змогли вони розпізнати емоції, виражені на малюнках інших дітей.

→ Порівняння та обговорення різних способів виразу емоцій через мистецтво.

5. Заключні слова (5 хвилин):

→ Висловлюємо подяку дітям за участь та наголошуємо про важливість виразу емоцій через мистецтво для покращення самовиразу та розуміння себе та інших.

Це заняття допоможе дітям виражати свої емоції через мистецтво та сприяти взаєморозумінню між ними.

Заняття 2 «Спільна колажна робота»

Мета заняття: Сприяти спільному творчому процесу та взаєморозумінню між дітьми, використовуючи колажну роботу як засіб виразу та спілкування.

Час: Приблизно 60 хвилин.

Матеріали:

→ Великі аркуші паперу або картону для колажу.

→ Журнали, газети, ілюстрації та картинки.

→ Ножиці та клей.

→ Столи та стільці для учасників.

→ Музика на фоні (опціонально).

Порядок проведення:

→ Вступ (10 хвилин):

- Вітання дітей та пояснення мети заняття.

- Розповідь про важливість спільної творчості та спілкування.

→ Творча частина (30 хвилин):

- Діти мають вибрати аркуш паперу для колажу та матеріали (журнали, картинки).

- Завдання 1: Кожна дитина обирає картинку, яка виражає її емоцію чи думку, та прикріплює її до аркуша.

- Завдання 2: Діти можуть додавати картинки, які доповнюють або контрастують із зображеннями інших учасників.

→ Обговорення (15 хвилин):

- Діти діляться своїми колажами перед іншими учасниками.

- Обговорюють, які емоції, почуття, ідеї вони спробували передати через колаж.

→ Обговорення (15 хвилин):

- Учасники обговорюють, чи розпізнали вони емоції та думки інших дітей на їхніх колажах.

- Порівняння та обговорення різних способів виразу емоцій та ідей через мистецтво.

→ Заключні слова (5 хвилин):

- Висловлюємо подяку дітям за участь та заохочуємо спільну творчість та спілкування через мистецтво надалі.

Це заняття сприятиме розвитку навичок спільної творчості, сприяє взаєморозумінню між дітьми та допомагає виразити свої почуття та думки через колажну роботу.

Заняття 3 «Рольові ігри на основі мистецтва»

Мета заняття: Навчити дітей використовувати різні аспекти спілкування та взаємодії, втілюючи ролі різних персонажів або ситуацій, засобами мистецтва.

Час: Приблизно 60 хвилин.

Матеріали:

→ Малюнки, ілюстрації або скульптури, які можуть стати основою для рольових ігор.

→ Вибір малювальних матеріалів (олівці, фарби, кольорові олівці, фломастери тощо).

→ Столи та стільці для учасників.

→ Музика на фоні (опціонально).

→ Порядок проведення:

→ Вступ (10 хвилин):

- Вітання дітей та пояснення мети заняття.

- Пояснення, що рольові ігри можуть допомогти навчити різні аспекти спілкування та взаємодії.

→ Підготовка до гри (10 хвилин):

- Представлення дітям малюнків, ілюстрацій або скульптур, які стануть основою для рольових ігор.

- Обрання персонажів або ситуацій, які діти хочуть втілити.

→ Рольова гра (30 хвилин):

- Діти втілюють обрані ролі або ситуації, використовуючи мистецтво (малювання, акторську гру, танець тощо).

- Можна створити короткі сценарії або діалоги для покращення взаємодії між персонажами.

→ Обговорення (10 хвилин):

- Учасники діляться своїми враженнями та досвідом від рольових ігор.

- Обговорення того, що вони навчилися щодо спілкування та взаємодії під час гри.

→ Заключні слова (5 хвилин):

- Висловлюємо подяку дітям за участь та наголошуємо важливість вивчення аспектів спілкування та взаємодії через мистецтво.

Це заняття сприятиме розвитку навичок спілкування та взаємодії, а також розвиватиме творчість дітей через втілення ролей та ситуацій за допомогою мистецтва.

Заняття 4 «Творчі майстер-класи зі скульптури»

Мета заняття: Сприяти виразу емоцій та думок дітей через створення скульптур з глини або інших матеріалів.

Час: Приблизно 60 хвилин.

Матеріали:

→ Глина або інші скульптурні матеріали (наприклад, пластилін, пап'є-маше).

→ Скульптурні інструменти (або прості інструменти, такі як ножиці, для роботи з пап'є-маше).

→ Столи та стільці для учасників.

→ Музика на фоні (опціонально).

→ Порядок проведення:

→ Вступ (10 хвилин):

- Вітання дітей та пояснення мети заняття.

- Пояснення, що скульптура може бути відмінним засобом виразу емоцій та думок.

→ Підготовка до майстер-класу (10 хвилин):

- Представлення матеріалів для скульптури та інструментів.

- Обрання теми чи ідеї для створення скульптури.

→ Творча частина (30 хвилин):

- Діти розпочинають створення своїх скульптур з глини або інших матеріалів.

- Можна запропонувати їм створити скульптури, які виражають їхні почуття, або створити вільну форму, що їм подобається.

→ Обговорення (5 хвилин):

- Учасники можуть коротко розповісти про свої скульптури та як вони відобразили свої емоції чи думки через цю творчість.

→ Заключні слова (5 хвилин):

- Висловлюємо подяку дітям за участь та наголошуємо важливість виразу емоцій через творчість та скульптуру.

Це заняття сприятиме розвитку навичок творчості та виразу емоцій через скульптуру, а також сприяє підвищенню усвідомлення думок і почуттів у дітей.

Заняття 5 «Журнал для мистецтва і емоцій»

Мета заняття: Навчити дітей виражати свої емоції та думки шляхом творчості та ведення особистого журналу для мистецтва і емоцій.

Час: Приблизно 60 хвилин.

Матеріали:

→ Індивідуальні журнали або блокноти для кожного учасника.
→ Олівці, фарби, кольорові олівці, фломастери та інші матеріали для малювання.

→ Клей, ножиці для вирізання картинок з журналів або газет.

→ Столи та стільці для учасників.

→ Музика на фоні (опціонально).

Порядок проведення:

→ Вступ (10 хвилин):

- Вітання дітей та пояснення мети заняття.

- Пояснення, що таке «журнал для мистецтва і емоцій» та як він може бути корисним для вираження емоцій.

→ Творча частина (30 хвилин):

- Діти мають вибрати журнал або блокнот, який їм подобається, та матеріали для малювання.

- Завдання 1: Дітям пропонується намалювати абстрактний образ своїх емоцій у формі кольорового малюнка. Можуть бути використані будь-які кольори та форми.

- Завдання 2: Діти можуть додати слова або фрази, які виражають їхні почуття на малюнку.

- Завдання 3: Діти можуть обрати одну емоцію та спробувати намалювати реальні обличчя або сцену, яка викликає цю емоцію.

→ Обговорення (10 хвилин):

- Учасники діляться своїми малюнками та почуттями. Обговорюють, як їм працювалося над цим завданням, чи вдалося відобразити свої емоції.

→ Вирізання картинок (5 хвилин):

- Діти можуть вирізати картинки або фотографії з журналів або газет, які вони асоціюють із своїми емоціями чи бажаннями.

→ Заключні слова (5 хвилин):

- Висловлюємо подяку дітям за їхню участь та заохочуємо продовжувати ведення журналу мистецтва і емоцій вдома.

Це заняття допоможе дітям виражати свої почуття та емоції через мистецтво та розвивати навички самовиразу та спілкування.

Арт-терапевтичні казки як засіб подолання комунікативних бар'єрів у дітей



Казка



"Магія розмови"



Жили-були у казковому лісі двоє друзів, Ліззі та Джек. Вони були найкращими друзями, але в їхньому лісі сталася дивна річ: всі діти перестали розмовляти. Ніхто не говорив, ніхто не виявляв своїх думок та емоцій.

Ліззі та Джек вирішили розгадати цю загадку та врятувати ліс від мовчанки. Вони вирушили у подорож, шукаючи магічні рослини, які могли б розкрити серця і допомогти дітям виразити свої почуття.

Спершу вони зупинилися у Казковому Саду, де росли Словесні Квіти. Ліззі та Джек зрозуміли, що ці квіти можуть допомогти дітям виразити свої думки та емоції словесно, але для того, щоб вони зацвіли потрібна магія.

Друзі вирушили далі до Мовчазної Долини, де жила Мудра Сова. Вони прохали Мудру Сову поділитися своєю мудрістю та навчити, як відкрити серця. Сова навчила їх, що прислухатися до інших та висловлювати свої думки – це ключ до магічної розмови.

Зі знаннями та словами вони повернулись до Словесних Квітів і зацвіли їх магією слів. Діти в лісі почали розмовляти, виражати свої емоції та думки, але найголовніше – вони зрозуміли, як навчитися слухати один одного.

Таким чином, Ліззі та Джек принесли магію розмови до свого лісу і навчили дітей, що спілкування – це справжнє диво, яке робить наш світ яскравішим та щасливішим місцем.





КАЗКА

«ДИВОВИЖНА ПЕРЛИНА РОЗМОВИ»

Жили-були в місті Мовозем'я діти, які мовчали. Вони не розмовляли, але кожен з них мріяв виразити свої думки та емоції словами. В цьому місті існував легендарний скарб – «Перлина Розмови», яка володіла надзвичайною магією – здатністю допомагати дітям говорити.

Одного дня, двоє смливих друзів, Марія і Роберт, вирушили на пошуки цієї чарівної перлини. Вони подолали гори та ліси, спілкувались з різними істотами та навіть допомогли тим, хто натрапив на труднощі у розмові.

Після довгої подорожі, Марія і Роберт знайшли «Перлину Розмови» в глибокому сховищі. Коли вони тримали її в руках, вони відразу почули, як вони можуть говорити та виражати свої думки. Ця перлина робила їхні слова сильнішими та ніжнішими, сприяла розумінню та спілкуванню з іншими.

Повернувшись до Мовозем'я, Марія і Роберт почали вчити інших дітей, як використовувати «Перлину Розмови». Разом вони створили школу розмови, де діти навчалися виразності та спілкуванню. З того часу мовчання зникло з міста Мовозем'я, і діти почали розмовляти та ділитися своїми ідеями та почуттями.

Ця чарівна перлина навчила дітей важливості спілкування та розмови. Вони зрозуміли, що слухати один одного та висловлювати свої думки – це ключ до магчного світу спілкування, який робив їхні відносини сильнішими та кращими.

КАЗКА «ДЯДЬКО ГЛОБУС»

Жили-були у селі діти, які мовчали. Вони боялися виражати свої думки та емоції. Але в селі також жив казкар, відомий як Дядько Глобус. Цей чарівний казкар мав незвичайну здатність – він міг захоплювати дітей у світи фантазії та мистецтва.

Одного дня Дядько Глобус запросив дітей на магічну мандрівку. Вони відразу вирушили у захоплюючу подорож казковим світом. Там вони малювали омріяні пейзажі та вивчали мистецтво виразу через кольори та форми.

В кожному місці, куди вони прилітали, були істоти, які мовчали так само, як і вони. Діти зрозуміли, що мова мистецтва може подолати бар'єри спілкування. Вони навчилися розмовляти через свої малюнки, кольори та музику.

По завершенню подорожі, діти повернулися до села з багажем незабутніх вражень та новими навичками. Вони стали мандрувальниками світів, які мовчать, але розмовляють мовою мистецтва. Вони створили виставки, малювали мурали та влаштовували концерти, де їхні творчі роботи виразно передавали їхні думки та почуття.

Казка «Муза Кольорів та Слів»

У казковому місті Колорендія жили діти, які мовчали. Але в цьому місті існувала Муза Кольорів та Слів – чарівна істота, яка могла надавати дітям здатність говорити через кольори та слова. Муза Кольорів та Слів була схована у віддаленому лісі.

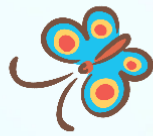
Двоє смливих друзів, Ліля та Макс, вирушили на пошуки Музи, щоб допомогти іншим дітям. Вони пройшли через ліс, де кожне дерево малювало малюнки на стовбурі, а птахи співали словами різних кольорів.

Після тривалого шляху Ліля та Макс знайшли Музу в долині квітів. Муза розмалювала квіти різними кольорами та навчила дітей, як використовувати кольори для виразу своїх емоцій.

Потім вони вирушили в місто Слів, де річки текли не словами, а барвами. Там Муза навчила дітей створювати рядки слів, які описували їхні думки та відчуття.

Завдяки Музі, Ліля та Макс навчилися виражати свої почуття та думки через мову кольорів та слів. Повернувшись до Колорендії, вони розповіли іншим дітям про чарівну Музу та навчили їх використовувати мову кольорів та слів для спілкування.

З того часу в місті Колорендія знову лунали розмови, але вони були виразними та яскравими, немов кольорові малюнки слів.



КАЗКА ПРО КОМУНІКАТО ТА ЙОГО

ДРУЗІВ

Жили-були веселі друзі в Країні Різнобарв'ї. Головний герой, Комунікато, був дуже сором'язливим і не міг знайти слова, коли потрібно було спілкуватися іншими.

У Країні Різнобарв'ї також жили:

1. Словорозум – це словесний майстер, який завжди знав, що сказати.
2. Міміка – завжди виражала обличчям те, що хотіла виразити словами.
3. Художник Комунікації – здатний малювати враження, які важко було передати словами.

Одного дня, Комунікато потрапив у складну ситуацію. Він зустрів Дружка, який потребував допомоги. Комунікато не міг висловити свої почуття і думки словами. Словорозум відразу сказав правильні слова, Міміка виразила емоції обличчям, а Художник Комунікації передав емоції на папері.

Ця спільна робота Друзів допомогла Комунікато подолати свій комунікативний бар'єр і допомогти Дружкові.

З цієї казки ми дізнаємося, що іноді слова не обов'язкові для спілкування. Ми можемо виразити себе різними способами, і завжди є друзі, які готові допомогти.



Казка «Малятко Кролик і магія творчості: подолання бар'єрів спілкування»

Звірятко Казкоман створив чудовий світ, у якому всі тварини спілкувалися за допомогою різних казкових мов. Але одного дня народився Малятко Кролик, який не міг вивчити жодну з цих мов. Він сумував і відчував себе відірваним від інших.

Одного разу Малятко Кролик зустрів Лисичку Мудрійку, яка була майстром арт-терапії. Вона запропонувала Малятку Кролику використовувати малювання, музику та танці для виразу своїх почуттів, на яких у нього не було слів.

Малятко Кролик намагався малювати яскраві картини, які відображали його почуття, він грав на духових інструментах та танцював під мелодії, які виходили з його серця. Завдяки своїй творчості він знайшов спосіб спілкування з іншими тваринами.

І ось одного дня, під час свята, Малятко Кролик подарував усім жителям Казкового світу свої чудові малюнки та виступи на музичних інструментах. Усі тварини були вражені його творчістю та почуттям.

Звірятка зрозуміли, що не потрібно володіти казковими мовами, щоб спілкуватися та розуміти один одного. Важливо виразити свої почуття та думки, і якщо не вистачає слів на допомогу приходить виразне мистецтво.

Так Малятко Кролик подолав бар'єри спілкування та знайшов своє місце в Казковому світі завдяки творчості та мистецтву.



Мова кольорів або казка про Алісу

У місті Кольорове жила дівчинка Аліса. Аліса була дуже спостережливою і розумною, але вона ніколи не говорила. Всі діти в селі говорили між собою, але Аліса завжди залишалася мовчазною.

Аліса мала дуже добру подругу на ім'я Емма. Емма була художницею і завжди намагалася розмалювати світ яскравими кольорами. В один прекрасний літній день, Емма запросила Алісу на прогулянку до лісу.

Під час прогулянки, Емма взяла палітру з яскравими фарбами та почала малювати на полотні веселі картини. Аліса спостерігала за нею і здивувалася, як кожен колір виражав почуття та настрій.

Потім Емма подарувала Алісі пензлик та палітру. Аліса взяла їх у руки і попочала малювати. Вона виразно передала свої думки та почуття за допомогою кольорів. Перший раз у житті Аліса розкрилася, навіть не вимовляючи жодного слова.

З того дня, Аліса стала малювати казкові історії, виражаючи свої думки та почуття кольорами. Її малюнки говорили за неї, і всі в місті були зачаровані цими живими та яскравими історіями.

Так Аліса, яка ніколи не говорила словами, почала говорити своєю мовою, мовою кольорів та мистецтва.

Ця казка навчає нас тому, що існує багато способів виразити свої почуття та думки, і мистецтво може бути одним із них.

КАЗКА

«МАРГАРИТА ТА ЧАРІВНЕ ДЗЕРКАЛО»

Головна ідея: подолання бар'єрів спілкування і розвиток емоційного інтелекту.

Жила-була дівчина на ім'я Маргарита, яка відчувала бар'єри у спілкуванні з іншими людьми. Вона завжди боялася висловлювати свої думки і почуття і часто відчувала себе самотньою. Одного дня, прогулюючись у лісі, Маргарита натрапила на старе дзеркало під великим деревом.

Коли Маргарита подивилася у це дзеркало, вона побачила своє відображення, але воно було розмитим і неясним. Дзеркало почало розмовляти з нею і сказало: «Я відображаю твої справжні почуття і думки, але вони зараз розмиті. Щоб подолати бар'єри спілкування, тобі потрібно відкрити своє серце і виразити свої емоції».

Маргарита вирішила прислухатися до порад і почала говорити з дзеркалом про свої радощі, печалі, страхи та надії. Щоразу, коли вона ділилася із дзеркалом своїми почуттями, її відображення ставало чіткішим і яскравішим. З кожним разом Маргарита відчувала, як її бар'єри спілкування послаблюються.

З часом Маргарита повернулася додому і розповіла своїм друзям про пригоди з чарівним дзеркалом. Вони прислухалися до порад дівчини і разом навчилися відкривати свої серця один перед одним. Маргарита більше не відчувала труднощів у спілкуванні, а її життя стало яскравішим і насиченішим.



Арт-терапевтична програма для дитини з комунікативними труднощами

Ім'я дитини: [Ім'я дитини]

Вік дитини: [Вік дитини]

Дата: [Дата початку програми]

Терапевт: [Ваше ім'я]

Мета програми: Покращити комунікативні навички, розвивати способи виразу та впливати на виправлення комунікативних труднощів дитини через мистецтво та арт-терапію.

Заняття 1: Ізотерапія

- Знайомство з дитиною.
- Попередньо підготувати аркуш паперу та різнокольорові олівці для дитини.
- Попросити дитину намалювати абстрактні малюнки, які відображають її настрій.
- Обговорити думки та почуття, зображені на малюнку.

Заняття 2: Гра «Побудуй свою історію»

- Запропонувати набір карток з ілюстраціями та словами.
- Попросити дитину обрати картки та створити історії на основі вибраних карток.
- Спільно обговорити історії та зробити аналіз інших можливих варіантів комунікації.

Заняття 3: Звукова арт-терапія

- Запропонувати музичні інструменти та запис звуків.
- Попросити дитину створити музичний «пейзаж» за допомогою звуків.
- Пояснити дитині, як звуки можуть виражати почуття та думки.

Заняття 4: Віршо-терапія

- Запропонувати вибір різних віршів або римованих текстів.
- Попросити дитину вибрати вірш та продекламувати його.
- Обговорити вибір та те, які почуття та емоції передає автор у вірші і

чи відчуває дитина щось подібне.

Заняття 5: Драматична гра

- Запропонувати рольову гру, де дитина може втілити різних персонажів та взаємодіяти з іншими.
- Проаналізувати ролі та обговорити, як рольова гра допомагає виразити почуття та думки.

Заняття 6: Завдання на основі персональних інтересів

- Запитати у дитини про її інтереси та вподобання.
- Створити арт-терапевтичні завдання на основі цих інтересів.
- Робота над інтересами та комунікативними навичками.

Завершення програми:

- Дати оцінку прогресу дитини та обговорити подальші кроки.
- Створити план для продовження занять з арт-терапії як засобу подолання комунікативних бар'єрів (за потреби).



☀️ Ласкаво просимо в чарівний світ арт-терапії! 🎨👐

Тут ми відкриємо перед Вами двері до світу, де кольори, форми та емоції зливаються у неймовірному танці виразів.

Арт-терапія - це не просто малювання на папері, а витвір мистецтва, який може розповісти про Ваш внутрішній світ краще, ніж будь-які слова.

Дізнайтеся, як ви можете розкрити свої почуття, покращити спілкування та відкрити для себе безмежну силу творчості, яка перетворить Ваше життя. Готові? 🌈💬☀️



МИСТЕЦТВО=ТЕРАПІЯ

Звільніть своє внутрішнє «Я» з
допомогою мистецтва! 🎨🌟
Дізнайтесь, як арт-терапія може
розкрити Ваш творчий
потенціал та допомогти
подолати бар'єри спілкування. 🌟



Давайте разом знаходити виразний шлях до
серць одне одного! 💬❤️🌟

Що таке арт-терапія?

«Арт-терапія - це відкриття свого внутрішнього світу через мистецтво, де кожен може створити свою унікальну картину життя.» 🌍🎨

«Арт-терапія - це мова, яка говорить там, де слова мовчать, де кожен може виразити свої почуття через творчість.» 💬🖌️

«Арт-терапія - це шлях до поглибленого спілкування, де кольори та форми допомагають виразити те, що важко сказати словами.» 🌈💬

«Арт-терапія - це магія, коли серця спілкуються через творчість, а мистецтво стає місточком між душами.» ❤️🎭

«Арт-терапія - це спільна мова, яку ми всі розуміємо.»



Переваги арт-терапії



- «Арт-терапія - це ключ до скарбниці вашої креативності, де кожен може знайти свій унікальний шлях виразу.» 🗝️🎨
- «У світі арт-терапії, можливості необмежені, і ви можете відкрити нові горизонти для розвитку своєї інтуїції та емоційного інтелекту.» 🌞🧠
- «За допомогою арт-терапії ви зможете знайти внутрішню гармонію та розкрити свій потенціал, щоб перетворити життя на справжній шедевр.» ✨🧘
- «Мистецтво допомагає нам побачити світ з іншого кута зору і знайти красу в найзвичайніших речах. Арт-терапія робить це можливим для всіх.» 🌈🔍
- «Арт-терапія - це не тільки розвага, але і інструмент для розуміння себе, спілкування з іншими та розвитку особистості. 🌸🧠»

Техніки арт-терапії

Друзі, арт-терапія - це неймовірна магія, яка допомагає нам виражати свої почуття та думки через мистецтво. 🌟🎨

У нас є кілька чарівних інструментів, які допоможуть вам створити свій власний світ:

1. Пензлі 🖌️ - Вони малюють казкові картини та виражають ваші емоції.



2. Кольори 🌈 - Кожен колір має своє значення, і ви можете з ними грати, щоб виразити свої почуття.



3. Форми 🖍️ - Ви можете створити різноманітні малюнки, використовуючи різні форми.



4. Колаж 📄 - Створюйте історії, складаючи фотографії та картини разом.

5. Пластилін 🌟 - Він дозволяє вам ліпити свої ідеї у тривимірному вигляді



Групова арт-терапія

Спільна творчість може зміцнити ваші стосунки та допомогти подолати бар'єри спілкування. ❤️👥

Пропонуємо використовувати такі форми роботи:

🎨 **Спільне створення "Пазлкартини"**: Кожен учасник створює частину картини, а потім всі об'єднують їх, як у великому пазлі. Це вчить співпраці, толерантності та комунікації.

🌈 **Колективне малювання на великому полотні**: Діти можуть разом малювати на великому полотні, додавати свої ідеї та об'єднувати їх у єдину картину. Це сприяє розвитку творчості та взаємодії.

🎨 **Рольові ігри з образами**: Діти можуть створювати маски або образи, які вони використовують під час рольових ігор. Це допомагає виразити почуття та відчуття через персонажів.

📷 **Фотоексперименти**: Діти можуть разом фотографувати об'єкти або ситуації, які вони сприймають по-різному, і потім обговорювати свої враження. Це розвиває сприйняття та здатність висловлювати думки.

👉 **Групові проєкти на побудову міні-міста**: Діти можуть разом створити мініатюрне місто, де кожен відповідає за різні аспекти, від будівництва до озеленення. Це навчає співпраці та командній роботі.



Мистецтво - це мова, яку розуміють всі.

За допомогою арт-терапії ви зможете подолати будь-які бар'єри спілкування та знайти гармонію у відносинах.




Використовуйте:

1. 🖍️ Емоційні малюнки. Попросіть учасників намалювати свої почуття без слів. Потім обговоріть малюнки в групі. Це допоможе відкрити двері до емоцій та почуттів, які інколи важко висловити словами.
2. 🌈 Сюжетні колажі. Попросіть учасників створити колаж, який відображає їх минулі та майбутні цілі. Ця вправа спонукає до роздумів про власний життєвий шлях та плани і сприяє обговоренню майбутнього.
3. 🎭 Рольові ігри з персонажами. Діти можуть створити власні персонажі, які виражають їх почуття та думки. Це допомагає програвати різні сценарії та розвивати способи виразу в ігровій формі.



- *Творчі щоденники. Завдання полягає в тому, щоб діти вели щоденник і заповнювали його малюнками, словами та емоційними виразами. Це допомагає встановити зв'язок між їхніми думками та почуттями.*



-  *Змагання "Будь кращий директор музею". Учасники мають представити свої картини чи об'єкти мистецтва як директори музею. Це спонукає до комунікації, обговорення і спільного розгляду різних видів мистецтва.*



Ці креативні арт-терапевтичні техніки допомагають подолати комунікативні бар'єри, розширюють можливості виразу та сприяють покращенню спілкування в групі.






Зв'яжіться з нами

Маєте питання або хочете дізнатися більше?

Звертайтеся до нас!  

Ми завжди відкриті для Вас.



Бажаємо вам захоплюючого відкриття світу арт-терапії!  

 *Наша адреса: Вул. Арт-Терапія, 123,
Мистецьке Місто,  *

Ми у Facebook: facebook.com/ArtTherapyMagicPage 

 Вацан  whatsapp.com/ArtTherapyMagicChat  

Електронна пошта: art-therapy@email.com, 

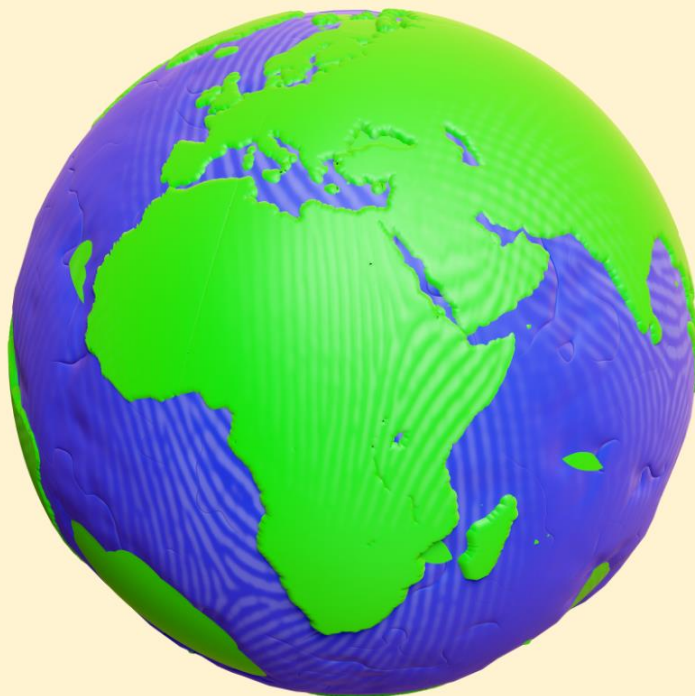
Залишайтеся на зв'язку, і ми готові відповісти на всі ваші запитання та допомогти вам відкрити чарівний світ арт-терапії!  



З арт-терапією ви можете розказати світу про себе, свої бажання та мрії, навіть якщо трішки не вистачає слів.



Тому давайте разом відкриємо цю магію мистецтва та роботи над нашими казковими творіннями!" ✨🎨



Written By:
Tatiana Tytorenko