

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

*Соціально-гуманітарний факультет*

*Кафедра психології та соціальної роботи*

**Кваліфікаційна (магістерська) робота на тему:**

**МЕТОДИ  
АРТТЕРАПІЇ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ДІТЕЙ ШКО-  
ЛЬНОГО ВІКУ / ART THERAPY METHODS AND THEIR INFLUENCE ON  
THE PERSONALITY FORMATION OF SCHOOL-AGE CHILDREN**

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма «Психологія»

Освітній рівень вищої освіти – магістр

**Виконала:**

студентка групи ПСЗм-21

Тронза Ірина

**Науковий керівник:**

кандидат психологічних наук, доцент

Ятишук А.А.

**Тернопіль 2025**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП .....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АРТТЕРАПІЇ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ.....</b>	<b>7</b>
1.1. Основні наукові підходи до визначення поняття, сутності та значення арттерапії у зарубіжній та вітчизняній психології .....	7
1.2. Вікові та психологічні передумови особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку .....	17
1.3. Соціально-психологічні чинники впливу методів арттерапії на формування особистості дітей молодшого шкільного віку .....	26
<b>Висновки до розділу 1 .....</b>	<b>34</b>
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....</b>	<b>35</b>
2.1. Діагностичні методики для вивчення особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку.....	35
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку .....	39
<b>Висновки до розділу 2 .....</b>	<b>47</b>
<b>РОЗДІЛ 3. ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ АРТТЕРАПІЇ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....</b>	<b>48</b>
3.1. Програма особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії та її експериментальна апробація.....	48

3.2. Рекомендації вчителям і батькам щодо гармонізації особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії .....64

<b>Висновки до розділу 3</b> .....	65
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	66
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	70
<b>ДОДАТКИ</b> .....	75

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Сучасне суспільство переживає період істотних соціокультурних трансформацій, що безпосередньо впливають на систему виховання та шкільної освіти. При цьому дитина, яка зростає в умовах інформаційного перенасичення, воєнних викликів і нестабільності, стикається з великою кількістю стресових факторів, які можуть негативно відобразитися на її психоемоційному стані та гармонійному розвитку. У зв'язку з цим особливого значення набуває пошук ефективних методів психологічного супроводу дітей молодшого шкільного віку, спрямованих не лише на інтелектуальне навчання, а й на формування цілісної, духовно багатой та стійкої особистості. Одним із таких інноваційних напрямів є використання арттерапевтичних методів, які поєднують творчість, самовираження та психологічну підтримку.

Зазначимо, що арттерапія постає не лише як засіб корекції окремих труднощів, а й як важливий ресурс для розвитку дитячої особистості, оскільки творчість є природною потребою кожної дитини. Вона дає змогу кожному учневі виражати внутрішні переживання у символічній формі, долати страхи, знаходити шляхи розв'язання конфліктних ситуацій і будувати власну систему цінностей. Оскільки методи арттерапії є надзвичайно гнучкими, легко адаптуються до індивідуальних можливостей кожної дитини різного віку та забезпечують доступ до вираження власного Я, то в цьому контексті творчість є

засобом подолання комунікативних бар'єрів, налагодження взаємодії між дітьми та створення атмосфери підтримки й довіри в закладі середньої освіти.

Особливої ваги проблема гармонійного особистісного розвитку набуває у молодшому шкільному віці, коли дитина проходить складний шлях адаптації до навчального процесу, соціалізації в навчальному колективі та формування навичок самостійності. Будь-які труднощі у цей час можуть спричинити зниження її самооцінки, особистісну тривожність, агресивність чи замкненість. Використання арттерапії допомагає знизити психоемоційне напруження, розкрити потенціал учня, зміцнити його впевненість у власних силах і відкрити простір для самовираження. У такий спосіб мистецтво і творчість загалом стає універсальною мовою, доступною кожному молодшому школяреві незалежно від рівня його навчальних досягнень чи соціального статусу.

Не менш важливим є врахування того факту, що сучасна початкова школа має бути не лише місцем передачі знань, а й простором психологічної безпеки, де дитина може навчитися управляти власними емоціями та формувати позитивну Я-концепцію. Арттерапія, інтегрована у виховний і навчальний процеси, здатна виконувати функцію своєрідного «мосту» між внутрішнім світом дитини та соціальним середовищем. Через малювання, музику, театр, танець чи інші види творчості молодший школяр здобуває можливість не лише відреагувати на негативні переживання, а й трансформувати їх у позитивний досвід. Такий підхід відповідає сучасним гуманістичним принципам освіти, орієнтованим на всебічний і гармонійний розвиток особистості.

Дослідження у галузі дитячої психології (Ю. Антропов, М. Белей, І. Бех, О. Білоус, М. Варій, Л. Верейна, О. Вознесенська, А. Дмитренко, О. Євдокімова, С. Єфімова, Л. Животенко, О. Жигайло, А. Золотарьова, О. Іваненко, М. Крет, В. Кузьменко, В. Кутішенко, Г. Кучер, Л. Литвинчук, К. Островська, Р. Павелків, Н. Пеньковська, В. Роменець, М. Савчин, О. Сорока, Н. Тертична, О. Федій,

М. Шпак, Т. Яценко, А. Яцишина та ін.) також свідчать, що існуючі мистецькі (арттерапевтичні) практики сприяють активізації емоційного інтелекту, формуванню у молодших школярів стійких соціальних навичок, розвитку

здатності до співпереживання та комунікації. Тому актуальність і значущість дослідження методів арттерапії полягає в тому, що вони відкривають перед педагогами та психологами нові можливості для гармонізації освітнього середовища в закладі освіти й забезпечення особистісного й психологічного благополуччя дітей. Саме тому вивчення впливу методів арттерапії на формування особистості учнів має не лише теоретичне, а й значне практичне значення для психологічної науки і практики.

Таким чином, дослідження арттерапії у контексті формування особистості дітей молодшого шкільного віку є надзвичайно актуальним, оскільки воно дозволяє виявити ефективні способи їх психолого-педагогічного супроводу, спрямовані на підтримку гармонійного розвитку, емоційного благополуччя та творчої самореалізації. У сучасних умовах вказане завдання виходить за межі вузької професійної проблематики та стає одним із ключових пріоритетів освітньої політики та психологічної практики. Враховуючи зазначене, дослідження методів арттерапії та їх впливу на формування особистості дітей шкільного віку є важливим та необхідним. Відтак недостатня теоретична й практична розробленість аналізованої проблеми зумовили актуальність проблеми та вибір теми кваліфікаційної роботи: **«Методи арттерапії та їх вплив на формування особистості дітей шкільного віку»**.

**Мета дослідження** – теоретичне й експериментальне обґрунтування впливу методів арттерапії на формування особистості дітей молодшого шкільного віку.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити систематику основних наукових підходів до визначення поняття, сутності та значення арттерапії у зарубіжній та вітчизняній психології.
2. Розкрити вікові та психологічні передумови особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку.
3. Охарактеризувати соціально-психологічні чинники впливу методів арттерапії на формування особистості дітей шкільного віку.
4. Емпірично дослідити особливості особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку.

5. Розробити та апробувати програму особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії, а також відповідні психологічні рекомендації їхнім батькам і вчителям.

**Об'єкт дослідження** – арттерапія як психологічний феномен.

**Предмет дослідження** – особливості використання арттерапії для формування особистості дітей молодшого шкільного віку.

**Методи дослідження:**

- *теоретичні* – аналіз науково-психологічної літератури, систематизація і узагальнення теоретичних та емпіричних даних, що дало змогу визначити поняття арттерапії, охарактеризувати вікові та психологічні передумови особистісного розвитку молодших школярів, проаналізувати основні чинники використання арттерапії під час впливу на формування особистості дитини;

- *емпіричні* – методи психологічної діагностики (використано такі діагностичні методики, як: метод самоопису, методика «Вибір бажань», методика дослідження самооцінки Т. Дембо – С. Рубінштейн), що дало змогу виявити особливості впливу методів арттерапії на формування особистості дітей молодшого шкільного віку;

- *статистичні* – методи описової статистики для кількісної і якісної обробки здобутих експериментальних даних.

**Теоретичне значення дослідження** полягає в комплексному науково-практичному обґрунтуванні особливостей використання методів арттерапії як засобу впливу на формування особистості дітей молодшого шкільного віку. Зокрема, визначено основні наукові підходи до визначення поняття, сутності та значення арттерапії у зарубіжній та вітчизняній психології, розкрито вікові та психологічні передумови особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку, охарактеризовано соціально-психологічні чинники впливу методів арттерапії на формування особистості дітей шкільного віку, запропоновано дієві шляхи, способи, методи, прийоми і засоби особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії.

**Практичне значення результатів дослідження** полягає в обґрунтуванні й експериментальній апробації програми, спрямованої на формування

особистості дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії. Здобуті в результаті проведеного дослідження теоретичні й практичні дані можуть використовувати психологи, соціальні педагоги та фахівці початкової освіти для підвищення ефективності особистісного розвитку молодших школярів, а також викладачі закладів вищої освіти для вдосконалення процесу освітньо-професійної підготовки майбутніх фахівців спеціальності С4 Психологія.

**Структура та обсяг дослідження.** Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, а також списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 80 сторінок, основний зміст включає 69 сторінок. Список використаної літератури складає 66 джерел. Кількість додатків – 1.

## **РОЗДІЛ 1**

### **ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АРТТЕРАПІЇ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ**

#### **1.1. Основні наукові підходи до визначення поняття, сутності та значення арттерапії у зарубіжній та вітчизняній психології**

У сучасному науковому дискурсі актуальності набуває дослідження феномену арттерапії як ефективного засобу психолого-педагогічного впливу, що поєднує мистецькі практики та терапевтичні методики. Інтерес до вивчення її сутності зумовлений необхідністю розуміння механізмів творчої самореалізації особистості та потенціалу мистецтва як ресурсу психологічної підтримки. У цьому контексті постає важливим аналіз наукових підходів до визначення арттерапії у зарубіжній та вітчизняній психології, адже різні концептуальні тлумачення дозволяють розкрити багатовимірність цього явища.

О. Вознесенська зазначає, що арттерапія є психотерапевтичним методом, який передбачає використання художньої творчості як засобу психологічного впливу на особистість. Вона спрямована на активізацію внутрішніх ресурсів індивіда через малювання, ліплення, музичну та рухову діяльність, що дозволяє

висловити несвідомі переживання та емоції. У науковому дискурсі арттерапія розглядається як інтегративний підхід, що поєднує психодинамічні, когнітивно-поведінкові та гуманістичні методики, забезпечуючи комплексну роботу з психікою дитини чи дорослого. Основна цінність арттерапії полягає у безпечному середовищі самовираження, яке сприяє розвитку самосвідомості, емоційної стабільності та соціальної адаптації [9].

Л. Литвинчук акцентує увагу на функції арттерапії як методу дослідження внутрішнього світу людини. Вона дозволяє через творчі експресивні форми розкривати психологічні проблеми, конфлікти та потреби, які часто залишаються невисловленими у вербальному спілкуванні. Арттерапія дає змогу спеціалісту систематизувати отриману інформацію, аналізувати її, визначати індивідуальні стратегії підтримки особистісного розвитку. Вона також є інструментом самопізнання для самого учасника, допомагаючи усвідомити власні емоції, мотивації та поведінкові патерни [34].

З позицій Л. Животенко арттерапія розглядається як засіб формування соціальних та емоційних компетенцій дітей та підлітків. Через участь у художніх активностях діти вчаться співпрацювати, розпізнавати емоції інших, контролювати власні емоційні реакції та самовиражатися без страху осуду. Такі заняття сприяють розвитку креативності, мислення, концентрації уваги та здатності до вирішення проблем. Крім того, такий підхід дозволяє педагогам індивідуалізувати навчальний процес, орієнтуючись на психологічні особливості кожної дитини. У результаті арттерапія стає важливим інструментом не лише корекції, а й активного розвитку особистості молодшого шкільного віку [17].

З точки зору О. Сороки, арттерапія визначається як методика психотерапевтичного впливу, що використовує творчу діяльність для подолання психоемоційних розладів, тривожності, стресу та травматичних переживань. Вона дозволяє пацієнтові висловити внутрішній стан символічними засобами, що полегшує процес вербалізації складних або травматичних емоцій. Арттерапія забезпечує безпечну дистанцію між

пацієнтом і його проблемами, одночасно активізуючи внутрішні ресурси та механізми саморегуляції [55].

З погляду Г. Локаревої арттерапія виступає як інструмент зміцнення комунікативних навичок та соціальної інтеграції учасників. Вона створює можливості для групової взаємодії, співпереживання та підтримки серед однолітків, сприяючи розвитку емпатії та соціальної відповідальності. Через спільне художнє творення діти та дорослі отримують досвід співпраці, розвивають лідерські та організаторські здібності. Арттерапія також допомагає подолати ізоляцію та відчуття самотності, особливо у дітей з емоційними або поведінковими труднощами [35].

З точки зору М. Крет, арттерапія є засобом розвитку самореалізації та внутрішнього потенціалу особистості. Вона сприяє формуванню автономії, креативності та життєвої компетентності, допомагаючи учаснику усвідомлювати власні цінності, інтереси та мотивації. Через творчу діяльність людина набуває можливості безпечного самовираження, що стимулює особистісне зростання та психологічне благополуччя. Арттерапія розглядається як процес, який забезпечує баланс між внутрішніми потребами та вимогами зовнішнього середовища. У результаті арттерапія формує гармонійно розвинену, свідомо самостійно мислячу та емоційно стійку особистість [27].

Гуманістичний підхід до арттерапії у зарубіжній та вітчизняній психології акцентує увагу на цінності самовираження та розвитку внутрішнього потенціалу особистості. У цьому підході основна увага приділяється потребам індивіда у самореалізації, гармонійному розвитку та пошуку сенсу власного життя. Арттерапія, згідно з гуманістичними поглядами, розглядається не лише як метод корекції або психотерапії, а як потужний засіб розвитку автономії та креативності, що сприяє формуванню цілісної, гармонійної особистості. Використання художньої творчості дає можливість дитині або дорослому усвідомлювати власні почуття, внутрішні переживання та емоційні потреби, надаючи простір для самовираження в безпечному середовищі.

А. Маслоу наголошував на важливості задоволення базових потреб людини для досягнення рівня самореалізації, при цьому арттерапія виступає

ефективним інструментом, що дозволяє поступово розкривати і реалізовувати потенціал особистості через творчий процес. К. Роджерс, у свою чергу, підкреслював значення безумовного позитивного сприйняття, емпатії та підтримки клієнта, що створює умови для емоційного благополуччя та внутрішньої гармонії. Важливою складовою гуманістичного підходу є акцент на суб'єктивному досвіді людини, її власному сприйнятті себе та світу, що в арттерапії реалізується через індивідуальні творчі експресії, малювання, ліплення, музичні та рухові практики. Через ці методи особистість отримує можливість досліджувати свої емоції, переживання, страхи та радощі, що сприяє розвитку емоційної стійкості та саморегуляції [14].

Гуманістичний підхід також підкреслює значення внутрішньої мотивації, коли дитина або дорослий залучається до творчої діяльності не через зовнішні вимоги, а через власний інтерес та потребу у самовираженні. Вітчизняні дослідники, адаптуючи гуманістичні принципи, відзначають, що арттерапія сприяє формуванню цінностей, моральних орієнтирів, а також соціальної компетентності дітей та підлітків, підтримуючи їхню особистісну автономію в умовах соціального середовища. Крім того, гуманістичний підхід акцентує увагу на цілісності особистості, коли розвиток емоційної, когнітивної та соціальної сфер розглядається як взаємопов'язаний процес, у якому творчість стає ключовим чинником гармонізації внутрішнього світу.

Використання арттерапевтичних методів також дозволяє досліджувати внутрішній світ індивіда через символічне вираження, що сприяє глибшому розумінню власних потреб і цінностей. Діти молодшого шкільного віку, залучаючись до арттерапевтичної діяльності, отримують можливість через гру та творчість опрацьовувати переживання, розвивати уяву, креативне мислення та комунікативні навички. Для психологів гуманістичний підхід є орієнтиром для створення безпечного середовища, у якому дитина може проявляти ініціативу, досліджувати власні емоції та отримувати позитивний зворотний зв'язок [11].

Психодинамічний підхід до вивчення арттерапії ґрунтується на концепціях психоаналізу та досліджує внутрішні психічні процеси особистості,

що зазвичай перебувають у несвідомому стані. Його основна ідея полягає в тому, що творчість є відображенням глибинних переживань, конфліктів і внутрішніх протиріч особистості, які не завжди усвідомлюються індивідом. Арттерапія в цьому контексті виступає як безпечний канал для виявлення і дослідження цих несвідомих процесів, дозволяючи пацієнтові поступово усвідомлювати власні емоційні проблеми та психологічні травми. Вона допомагає виявити приховані страхи, тривоги, внутрішні конфлікти, а також взаємозв'язки між минулим досвідом і поточними психоемоційними станами [62].

Представники психодинамічного підходу, такі як З. Фрейд і К. Юнг, підкреслювали значущість символічних проявів внутрішнього світу через художню діяльність, вважаючи їх ключем до розуміння психіки. Фрейд акцентував на ролі несвідомих імпульсів і конфліктів, що знаходять своє вираження у творчості, тоді як Юнг розглядав художню діяльність як спосіб інтеграції особистості та самопізнання через символи колективного несвідомого. У зарубіжній психології цей підхід активно застосовується у роботі з дітьми та дорослими, які пережили психологічні травми, стресові ситуації або мають емоційні труднощі, адже через малювання, ліплення або інші форми творчості вони можуть виявляти те, що словами висловити важко. Вітчизняні психологи, спираючись на психодинамічні концепції, також використовують арттерапію для діагностики внутрішніх конфліктів, формування емоційної компетентності та розвитку особистості. Вони підкреслюють, що творчість у дітей є природним каналом самовираження і способом переживання емоцій, що дозволяє педагогам та психологам коригувати розвиток особистості у сприятливому середовищі.

Психодинамічний підхід у психотерапії сприяє глибокому розумінню мотивацій, емоційних станів і поведінкових патернів дітей, адже він дає можливість виявити причини тривожності, агресії, невпевненості та інших психологічних проблем. Застосування цього підходу допомагає створити індивідуалізовані програми розвитку особистості, враховуючи унікальні психічні особливості кожної дитини. Арттерапевтичні методики, такі як

малюнок, ліплення, казкотерапія або музична терапія, стають інструментами виявлення несвідомих потреб, страхів і переживань, що у свою чергу сприяє розвитку самосвідомості, емоційної регуляції та соціальної адаптації [63].

Когнітивно-поведінковий підхід у психології розглядає особистість через призму взаємодії мислення, емоцій та поведінки, наголошуючи на тому, що зміни в когнітивних процесах здатні впливати на емоційний стан і поведінкові реакції індивіда. У контексті арттерапії підхід акцентує увагу на використанні творчих практик як засобу формування адаптивних моделей поведінки та мислення. Арттерапевтичні методики дозволяють клієнтам виявляти свої переконання, автоматичні негативні думки та непродуктивні поведінкові стратегії, що створюють психологічний дискомфорт. Через активну участь у творчому процесі, малювання, ліплення, колажування чи інших художніх практиках, особа отримує можливість експериментувати з новими способами самовираження та розвивати ефективні способи реагування на стресові ситуації.

Когнітивно-поведінкова арттерапія спрямована на формування у людини усвідомленості щодо власних емоцій та поведінки, дозволяючи їй в безпечній формі модифікувати своє сприйняття реальності. Творчі завдання, що пропонуються під час терапії, стають інструментом не тільки емоційного розвантаження, а й корекції дисфункціональних когнітивних схем, що формують негативне самовідчуття та тривожність. Важливим аспектом є те, що результат творчої діяльності наочно демонструє пацієнту процес змін і прогресу, сприяючи внутрішній мотивації до самовдосконалення [21].

Зарубіжні дослідники, такі як А. Бек, розглядають когнітивно-поведінкову арттерапію як інтеграцію психотерапевтичного процесу та творчих методів, що дозволяє ефективно працювати з дитячими та дорослими клієнтами. Вони підкреслюють значення структурованих завдань і цілеспрямованої діяльності, яка спрямована на розвиток когнітивної гнучкості, зменшення негативних емоційних реакцій та формування адаптивних способів поведінки. Арттерапія в цьому підході не сприймається як самоціль, а як

методичний інструмент, який дає змогу здійснювати конкретні корекційні впливи на психіку.

У вітчизняній психології когнітивно-поведінкові підходи до арттерапії поступово інтегруються у практику роботи з дітьми. Вони дозволяють ефективно діагностувати особливості емоційного реагування, виявляти рівень тривожності, ступінь самоконтролю та здатність до саморегуляції через творчі завдання. Дітям пропонуються конкретні вправи, які спрямовані на розвиток когнітивних навичок: планування, аналіз власних дій, прийняття рішень та регулювання емоцій. Такі практики сприяють формуванню у дітей позитивних установок, здатності до саморефлексії та конструктивного вирішення конфліктів [7].

Системний підхід в арттерапії ґрунтується на розумінні людини як частини складної соціальної системи, де її психічний стан, поведінка та емоційні реакції тісно взаємопов'язані з сімейними, соціальними та культурними контекстами. Цей підхід акцентує увагу на тому, що особистість не існує ізольовано, а завжди функціонує в певних взаємозалежних середовищах, включаючи родину, колектив, школу, а також ширше соціальне оточення. Арттерапія у цьому контексті розглядається як метод, який дозволяє дослідити та відкоригувати взаємозв'язки між індивідом та його оточенням, виявляти конфлікти, дисгармонії та труднощі у соціальній інтеграції. Одним із ключових аспектів є можливість через творчі практики моделювати поведінкові сценарії, що сприяють адаптації особистості до соціальних норм та очікувань, а також покращують міжособистісні відносини [11].

Представники системного підходу у зарубіжній психології підкреслюють значення сімейних структур, групової динаміки та соціальних мереж у формуванні психічного здоров'я індивіда. Також вони наголошують, що арттерапевтичні інтервенції можуть слугувати своєрідним «дзеркалом» соціальних процесів, дозволяючи пацієнту усвідомити свою роль у системі та взаємодію з іншими членами спільноти. Через графічні, живописні та інші творчі експресивні методи дитина або дорослий отримує можливість візуалізувати приховані соціальні проблеми, непомітні в словесній комунікації,

що дозволяє фахівцю коригувати поведінку та емоційні реакції більш ефективно.

Вітчизняні представники системного підходу розглядають арттерапію як ефективний інструмент міжособистісної підтримки, спрямованої на гармонізацію взаємовідносин у сім'ї та колективі. Вони підкреслюють значення комплексного аналізу соціально-психологічного оточення дитини, врахування її взаємодії з однолітками, педагогами та батьками. У рамках системного підходу особливу увагу приділяють не лише внутрішньоособистісним процесам, але й зовнішнім чинникам, які можуть впливати на формування поведінкових патернів, самооцінки та емоційного стану. Арттерапія, застосована у системному підході, включає групові та сімейні форми роботи, що сприяють розвитку навичок комунікації, співпраці та взаєморозуміння. Творчі завдання дають змогу учасникам проектувати соціальні ролі, вчитися приймати різні точки зору та виявляти емпатію до інших. У дітей молодшого шкільного віку це особливо важливо, оскільки саме в цей віковий період формується базова соціальна компетентність, здатність до співпраці та адаптації у колективі [23].

Експресивно-творчий або експериментальний підхід в арттерапії фокусується на значенні безпосередньої творчої діяльності як автономного ресурсу розвитку особистості та психокорекції. У цьому підході основна увага приділяється не стільки кінцевому продукту творчості, скільки самому процесу, що дозволяє індивіду проявляти свої емоції, переживання та внутрішній світ через художні, музичні, театральні чи інші експресивні засоби. Процес творчості виступає як механізм самопізнання, завдяки якому людина може усвідомлювати свої потреби, мотиви та внутрішні конфлікти, а також розвивати здатність до саморегуляції емоцій. У зарубіжній психології представники цього підходу, такі як Х. Каган, Д. Малкольм та М. Рубін, підкреслюють, що експресивна діяльність слугує інструментом для зниження рівня стресу, тривоги та напруженості, одночасно сприяючи підвищенню креативності та гнучкості мислення [31].

З точки зору розвитку особистості, експресивно-творчий підхід дозволяє дитині або дорослому безпечним способом виражати свої внутрішні

переживання, що неможливо здійснити вербально, особливо коли емоційний досвід надто складний або травматичний. Арттерапевтичні практики в цьому контексті допомагають формувати здатність до рефлексії, критичного мислення та усвідомленого аналізу власних вчинків і почуттів. Через експресивну діяльність індивіду надається можливість «випустити» накопичені негативні емоції та переживання, перетворюючи їх на символічні образи або творчі продукти, що сприяє психоемоційному полегшенню [2].

Процес творчості за експресивно-творчим підходом характеризується високим рівнем індивідуалізації та гнучкістю методів. Психолог може пропонувати різноманітні види діяльності – від малювання, ліплення, музичних імпровізацій до театральних і рольових ігор – що дозволяє максимально враховувати інтереси та потенціал кожного учасника. Така диференційованість забезпечує активне залучення дитини або дорослого в процес самопізнання та розвитку, стимулює мотивацію до участі і створює сприятливе середовище для емоційної розрядки. Ключовим аспектом експресивно-творчого підходу є його роль у формуванні емоційної регуляції. Постійна практика творчої діяльності сприяє розвитку здатності усвідомлювати власні емоції, управляти ними, знижувати рівень тривожності та негативного впливу стресових факторів. Через активне включення у творчий процес особа навчається знаходити внутрішні ресурси для подолання складнощів, що сприяє збереженню психічного здоров'я.

Арттерапія, як спеціалізована форма психотерапевтичної та корекційно-розвивальної діяльності, виконує широкий спектр функцій, які охоплюють психологічні, емоційні, когнітивні, соціальні та педагогічні аспекти розвитку особистості. Однією з основних функцій арттерапії є терапевтична, що передбачає корекцію психоемоційного стану людини, зниження рівня тривожності, депресивних симптомів, агресивності та інших деструктивних проявів. Через творчий процес клієнт отримує можливість безпечно виражати емоції, виявляти приховані переживання та внутрішні конфлікти, що сприяє їх усвідомленню і поступовій трансформації [9].

Разом із терапевтичною функцією важливе значення має розвивальна функція арттерапії, спрямована на активізацію творчого потенціалу особистості, розвиток уяви, мислення, когнітивних і комунікативних навичок. Через художню діяльність формується здатність до самовираження, самопізнання та саморефлексії, що підвищує рівень усвідомленості власних потреб, бажань та внутрішніх ресурсів. Ця функція сприяє також формуванню адаптивних стратегій поведінки, розвитку креативності, гнучкості мислення та здатності особистості до вирішення проблемних ситуацій [19].

Соціальна функція зосереджується на покращенні міжособистісних взаємодій та інтеграції в соціальне середовище. Творчі групові практики, спільні проекти та колективна робота дозволяють пацієнтам навчатися співпрацювати, підтримувати один одного, розвивати емпатію, комунікативні навички та соціальну адаптацію. У цьому контексті арттерапія є інструментом профілактики соціальної ізоляції, формування позитивного образу Я та інтеграції в колективі.

Когнітивна функція арттерапії спрямована на стимуляцію пізнавальної активності, розвиток концентрації уваги, пам'яті, логічного та абстрактного мислення. Через процес створення художніх образів особистість тренує здатність до аналізу, синтезу, систематизації інформації та критичного мислення. Ця функція особливо цінна для дітей, оскільки арттерапія сприяє розвитку навчальних навичок, самостійності у прийнятті рішень та плануванні діяльності.

Емоційна функція арттерапії передбачає регуляцію внутрішніх станів, формування стабільного та позитивного емоційного фону, підвищення стресостійкості та толерантності до фрустрацій. За допомогою творчого процесу пацієнт може виражати і проживати емоції, які складно або небезпечно демонструвати у повсякденні, що сприяє психоемоційному відновленню та підвищенню загальної психологічної стійкості [27].

Профілактична функція арттерапії полягає у запобіганні розвитку психоемоційних порушень, формуванні здорових моделей поведінки, корекції дисфункційних установок і негативних стереотипів мислення. Вона дозволяє

своєчасно виявляти ознаки психологічного дисбалансу, а також активізувати внутрішні ресурси особистості для самостійного подолання стресових ситуацій.

Експресивна функція арттерапії підкреслює значення самого процесу творчості як засобу самовираження і самопізнання. Через малювання, ліплення, музичну, драматичну діяльність людина отримує можливість трансформувати внутрішні переживання у символічну форму, що сприяє глибшому розумінню себе та своїх психоемоційних реакцій [34].

Нейропсихологічна функція арттерапії полягає у стимуляції інтеграції півкуль мозку, розвитку концентрації уваги, сенсомоторної координації та когнітивної пластичності. Це особливо актуально для клієнтів із порушеннями когнітивних та емоційних процесів, а також для дітей з особливими потребами.

Педагогічна функція арттерапії спрямована на розвиток у дітей знань, формування навичок самоконтролю, самодисципліни, відповідальності та самоорганізації. Вона дозволяє поєднувати терапевтичні та освітні цілі, забезпечуючи комплексний розвиток особистості в навчальному контексті.

Інтегративна функція арттерапії забезпечує поєднання різних напрямів психологічної роботи – психодинамічного, гуманістичного, когнітивно-поведінкового, системного та нейропсихологічного. Це дозволяє адаптувати методи до конкретних потреб особистості, забезпечуючи комплексний вплив на психіку, емоційний стан та соціальну поведінку [20].

Арттерапія має виняткове значення для гармонійного розвитку особистості, оскільки вона поєднує терапевтичні та творчі процеси, що сприяють всебічному розвитку індивіда. Вона забезпечує можливість виражати внутрішні переживання через художню діяльність, що дозволяє людині краще усвідомлювати власні емоції, думки та мотиви поведінки. Завдяки цьому формується емоційна компетентність, яка є ключовою для адаптації у соціальному середовищі та міжособистісної взаємодії. Арттерапевтична діяльність сприяє розвитку самосвідомості, допомагає людині визначати власні потреби та пріоритети, усвідомлювати особистісні ресурси та обмеження [10].

Отже, арттерапія має комплексне значення для гармонійного розвитку особистості, поєднуючи емоційний, когнітивний, соціальний та моральний

аспекти. Вона дозволяє розвивати самосвідомість, креативність, емоційну регуляцію, соціальні навички та психічну стійкість. Арттерапія сприяє не лише корекції існуючих психологічних проблем, а й профілактиці негативних станів, розвитку внутрішнього потенціалу та інтеграції особистості у соціальне середовище. Вона стає ефективним інструментом підтримки гармонійного розвитку в умовах сучасного життя, коли людина стикається з численними психоемоційними викликами та потребує ресурсів для самопізнання, самовираження та саморегуляції.

## **1.2. Вікові та психологічні передумови особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку**

Сучасний етап розвитку суспільства характеризується підвищеною увагою до проблем дитинства, адже саме цей період закладає фундамент майбутньої особистості, її світогляду, цінностей та соціальної поведінки. У цьому контексті молодший шкільний вік пов'язаний із переходом дитини до нового соціального середовища, входженням у навчальну діяльність та активним формуванням базових психологічних новоутворень. Усвідомлення вікових і психологічних передумов розвитку дітей цього періоду дає змогу педагогам і психологам глибше розуміти їхні потреби, можливості та труднощі, забезпечуючи тим самим створення сприятливих умов для їх гармонійного особистісного становлення.

Молодші школярі – це діти віком від шести-семи до десяти-одинадцяти років, які навчаються у 1–4 класах сучасної школи. Цей віковий період завершує етап дитинства та є перехідним між дошкільним і середнім шкільним віком. У процесі адаптації до нових умов навчання діти поєднують ігрову та навчальну діяльність, що сприяє формуванню нових психічних структур і соціальних навичок. Водночас саме навчання стає провідною діяльністю, а гра залишається важливим засобом розвитку і самовираження, надаючи можливість формувати міжособистісні стосунки з дорослими та однолітками. У цей період

розгортається психічне життя дитини, формуються її нові можливості пізнання світу, самопізнання та усвідомлення власних потенціалів [5].

У молодшому шкільному віці триває інтенсивний розвиток пізнавальної сфери дитини, що включає основні психічні процеси: сприймання, увагу, пам'ять, уяву, мислення та мовлення. Наприкінці цього періоду ці процеси перетворюються на вищі психічні функції, які характеризуються довільністю та опосередкованістю. Важливу роль у цьому відіграють основні види діяльності дітей, зокрема навчання, гра, спілкування, художня творчість та праця [20].

Розвиток сприймання у молодших школярів характеризується високим рівнем формування органів чуття. Діти здатні розрізняти форми, кольори та основні властивості предметів. Проте навчальна діяльність ставить перед ними нові вимоги: вона потребує усвідомленого, довільного сприймання, яке спрямоване на виділення суттєвих ознак предметів і явищ. Спочатку школярі звертають увагу на зовнішньо привабливі аспекти, тоді як менш помітні, але важливі деталі можуть залишатися непоміченими. Учні початкових класів поступово опановують прийоми цілеспрямованого спостереження, навчаються аналізувати предмети та явища відповідно до своїх інтересів і попереднього досвіду. До кінця молодшого шкільного віку спостережливість стає стабільною рисою характеру, а процес сприймання – спеціальною навчальною діяльністю.

У молодшому шкільному віці відбувається активний розвиток уваги. Спершу домінує мимовільна увага, спрямована на зовнішньо яскраві елементи середовища. Діти ще не здатні концентруватися на суті предмета чи явища, що ускладнює самоконтроль у навчальній діяльності. Поступово формується довільна увага, стимульована організацією дій за зразком і контрольованими завданнями. Наприклад, школярі навчаються виправляти власні та чужі помилки, що формує цілеспрямовану концентрацію. Мимовільна та довільна увага функціонують паралельно, але довільна стає провідною у процесі навчання. На початку навчання увага ще нестійка: діти швидко відволікаються, особливо під час розумових завдань. Молодші школярі поступово опановують вміння розподіляти та переключати увагу. На початковому етапі написання диктантів або виконання комплексних завдань дається важко, оскільки

потрібно одночасно слухати, пригадувати правила, використовувати їх та писати. Проте вже до кінця другого класу помітні позитивні зміни у здатності керувати увагою, що сприяє ефективнішому засвоєнню навчального матеріалу [30].

Пам'ять у молодшому шкільному віці є сенситивною для розвитку в аспекті співвідношення мимовільного та довільного запам'ятовування. Інтенсивно розвивається довільна пам'ять, яка проявляється найефективніше, коли матеріал стає змістом навчальної діяльності. У цей період формується логічна пам'ять, що забезпечує засвоєння знань і розвиток мислительних операцій. Учні опановують мнемічні дії, спочатку через практичні операції з матеріалом, а потім застосовують їх у різних ситуаціях. Поступово вони навчаються використовувати різноманітні стратегії запам'ятовування: повторення, організацію матеріалу, семантичне осмислення, створення мислених образів та пошук інформації в пам'яті. Наприклад, повторення слів спершу відбувається поодиночі, а до 9 років – групами [42].

Розвиток уяви характеризується переходом від репродуктивної форми до творчої, коли діти здатні комбінувати знання та створювати нові образи. Уявні образи стають деталізованими і узагальненими, діти навчаються опиратися на слово та абстрактні поняття, що дозволяє мислити творчо та продуктивно.

Мислення молодших школярів спочатку наочно-образне. Поступово відбувається розвиток абстрактного мислення, особливо при розв'язанні математичних та логічних задач. Формуються основні мислительні операції: аналіз, синтез, порівняння, абстрагування та узагальнення. Учні поступово усвідомлюють власні мислительні дії, що сприяє самоконтролю, розвитку гнучкості, критичності та самостійності мислення. Мовленнєва діяльність також зазнає значних змін: словниковий запас розширюється, діти оволодівають складними граматичними конструкціями, розвивають усне мовлення. Читання та письмо стають основними формами символічної комунікації, що сприяють взаємодії з навколишнім світом та формуванню внутрішньої рефлексії [45].

Головною характеристикою молодшого школяра є прийняття та усвідомлення власної внутрішньої позиції, що дозволяє вважати цей вік зрілим дитинством. Психічний і особистісний розвиток дітей молодшого шкільного віку визначається особливостями соціальної ситуації розвитку, якою є навчання у початковій школі. Провідною діяльністю стає навчальна діяльність, що базується на пізнавальному інтересі та новій соціальній позиції дитини. Нижня вікова межа (6–7 років) обумовлена переходом дитини до систематичної та цілеспрямованої діяльності. На початковому етапі навчання ознаки дошкільного дитинства поєднуються з ознаками школяра, що проявляється у певній суперечності між можливостями дитини та вимогами школи та дорослих [51].

Перехід до шкільного навчання супроводжується появою «симптому втрати безпосередності», що означає виникнення внутрішньої орієнтації на сенс діяльності. Дитина починає усвідомлювати, чи приносить її діяльність задоволення, оцінює своє місце у стосунках із дорослими та ровесниками. Так формується емоційно-сміслова основа вчинку. Соціальна ситуація розвитку молодшого школяра принципово змінюється: навчання стає основною діяльністю, а дитина усвідомлює її суспільну значущість. Гра, яка раніше була не обов'язковою, поступається місцем навчальним обов'язкам, оцінка яких здійснюється дорослими – вчителями і батьками [59].

Навчальна діяльність у молодшому шкільному віці має суспільно значущий характер і впливає на самооцінку дитини, її взаємини з родиною та однолітками. Д. Ельконін підкреслював, що навчальна діяльність одночасно є суспільною за змістом, сенсом та виконанням, оскільки в ній відбувається засвоєння культурного та наукового надбання людства. Цей вид діяльності формує довільність психічних процесів, необхідну для самоконтролю та усвідомленої поведінки. Молодший школяр поступово переходить від мимовільної регуляції до свідомо-вольової, опановуючи правила шкільного життя, виконання завдань, подолання труднощів та дисциплінованість.

Зміна соціальної ролі дитини позначається на стосунках із однолітками та вчителями. На початку навчання школяр здебільшого зосереджується на

навчальній діяльності та має обмежений контакт з ровесниками. Взаємини з однолітками регламентовані нормами дорослої моралі та оцінкою успішності у навчанні. Дружба молодших школярів, як правило, базується на спільності життєвих обставин та випадкових інтересів, наприклад, на перебуванні за однією партою або проживанні в одному мікрорайоні [66].

Важливим чинником соціалізації дитини є особистість учителя. Вчитель стає референтним дорослим, чия оцінка впливає на ставлення дитини до себе та до оточуючих. Роль педагога полягає у сприянні повноцінному включенню дитини у шкільне життя та навчальну діяльність. У процесі адаптації до нових соціальних умов особистість молодшого школяра проходить фази адаптації, індивідуалізації та інтеграції. Він опановує нову групу ровесників під керівництвом педагога, навчається взаємодіяти та виконувати колективні завдання, зберігаючи індивідуальні особливості [42].

Провідною діяльністю молодшого школяра є навчальна діяльність, яка стає основою розвитку пізнавальної активності та інтелекту. Компонентами навчальної діяльності є навчальні завдання, навчальні дії, дії контролю та оцінки. Ця діяльність спрямована на засвоєння теоретичних знань, розвиток умінь і навичок, а також формування особистісних якостей. Під час навчання діти оволодівають способами орієнтування у відносинах між відомими та невідомими явищами, аналізують предмети, ситуації та процеси [30].

Навчальна діяльність молодшого школяра має певні закономірності. Вона здійснюється у формі розгорнутого представлення вчителем головних компонентів, в які активно включаються учні. Вміння самостійно ставити навчально-теоретичні завдання формується поступово. Школяр намагається знайти загальний спосіб розв'язання завдань, аналізуючи один-два приклади та виявляючи закономірності. Пізнавальний інтерес у цей період проявляється у прагненні не лише отримати конкретний результат, а й зрозуміти суттєві зв'язки та закономірності предмета, що вивчається. Пізнавальний інтерес школярів супроводжується емоційною забарвленістю: здивуванням, захопленням, радістю від пошуку, переживанням успіху або невдачі. Він стимулює вольові дії, спрямовані на засвоєння нових знань та розвиток

інтелекту. Діти молодшого шкільного віку поступово надають перевагу навчальній діяльності як суспільно-корисній, потім – окремим видам навчальної роботи, а згодом – перетворенню конкретно-практичних завдань на навчально-теоретичні [30].

Розвиток творчої особистості є важливим завданням педагога. Діти повинні мати можливість експериментувати, перетворювати уявлення, образи та предмети, відкривати нові властивості об'єктів та отримувати нові знання. Поступово учні оволодівають загальними способами розв'язання завдань, перетворюючи їх на навчально-теоретичні. У першому класі керівництво навчанням здійснює вчитель, а у 2–4 класах діти виконують окремі компоненти самостійно, контролюючи результати та оцінюючи власні дії.

На розвиток особистості молодшого школяра впливають інші види діяльності, зокрема художня, музична, конструкторська та трудова. Вони сприяють розвитку уяви, інтелекту, дрібної моторики, вольових та особистісних якостей. Розповідь, малювання, музична діяльність і ліплення формують здатність до самовираження, розвитку емоційної сфери та творчих здібностей. Конструювання та виготовлення аплікацій розвивають просторове мислення та навички планування. Виконання колективних завдань допомагає формувати соціальні навички та зменшує прояви егоїзму і лінії [42].

Новоутворення молодшого шкільного віку включають довільність психічних процесів, внутрішній план дій, уміння організувати навчальну діяльність та рефлексію. Довільність проявляється у свідомому встановленні цілей, пошуку засобів їх досягнення та подоланні перешкод. Внутрішній план дій дозволяє передбачати послідовність кроків, обирати оптимальні стратегії та контролювати результати. Організація навчальної діяльності передбачає самоконтроль, самооцінювання, самоорганізацію та усвідомлення мети навчання. Ці дії дозволяють школяреві стати суб'єктом навчання. Рефлексія у молодших школярів проявляється у здатності аналізувати власні дії, оцінювати їх відповідність еталонам та розрізняти власні судження від зразків учителя. За Е. Еріксоном, у цей період формується почуття компетентності та диференціації власних можливостей. Стимулювання компетентності є

важливим фактором гармонійного розвитку особистості. Усі вказані новоутворення забезпечують необхідний рівень психічного розвитку для подальшого навчання у середній школі, формуючи базу для саморозвитку та соціальної адаптації.

Розвиток самосвідомості безпосередньо пов'язаний із вступом дитини до школи та її адаптацією до нових умов навчальної діяльності. У молодшому шкільному віці самосвідомість дитини набуває нового рівня, проявляючись як внутрішня позиція, що дозволяє школяреві самостійно визначати себе як суб'єкта навчальної діяльності. У цей період формується Я-образ – комплексне уявлення про себе, який включає усвідомлення власної сутності, здібностей, якостей та соціальної ролі. Я-образ дозволяє відокремити себе від інших людей, оцінювати власні досягнення та невдачі, усвідомлювати успіхи чи невдачі, а також визначати своє місце у колективі однолітків [51].

Зі збільшенням соціальної активності у молодшому шкільному віці значно розширюється сфера контактів дитини, що впливає на формування первинної Я-концепції – сукупності уявлень і настанов щодо себе. Школа сприяє самостійності учня, надаючи йому можливості для емансипації від батьківського контролю, а також для активного вивчення фізичного та соціального світу. Дії школяра стають більш значущими, оскільки він починає відповідати за їх результати, і оцінка його діяльності набуває публічного та офіційного характеру. Унаслідок цього відбувається розвиток самооцінки, яка інтегрує досвід дитини, результати її навчальної діяльності та спілкування з дорослими і ровесниками.

Л. Виготський підкреслював, що в молодшому шкільному віці починає формуватися стабільна самооцінка дитини, що забезпечує контроль за власною поведінкою та регуляцію діяльності відповідно до соціальних норм. Самооцінка відображає не лише знання дитини про власні успіхи, а й ставлення до себе як до виконавця вимог учителя, батьків та суспільства загалом. Вона включає оцінку особистісних якостей школяра, таких як старанність, акуратність, кмітливість, наполегливість і відповідальність. Учні початкових класів

здебільшого оцінюють у собі ті риси, які характеризують їх як школярів, і часто сприймають оцінку дорослих як остаточну та незаперечну [58].

Для формування правильної самооцінки дитині необхідна зовнішня інформація про себе та увага оточуючих. Це стимулює її прагнення привернути до себе увагу, іноді навіть шляхом поведінки, що здається дорослим дивною або некоректною. У молодшому шкільному віці властиві певна стійкість і недостатня адекватність самооцінки, що зумовлено тим, що Я-образ дитини пов'язаний із соціально схвалюваними позитивними рисами. Школяр конструює свій образ відповідно до моральних, естетичних та фізичних норм, сприйнятих від дорослих, що забезпечує емоційно-позитивне ставлення до себе.

Особлива роль у розвитку самосвідомості належить формуванню гармонійного Я-образу. Учні прагнуть зберегти позитивне уявлення про себе, і педагогічне завдання полягає у забезпеченні відповідності між прагненнями дитини та її реальними досягненнями. Невідповідність між бажаним і фактичним результатом може спричинити завищену або ілюзорну самооцінку, що формує хибні способи самоствердження та опір педагогічним впливам. Тому під час підготовки до школи та адаптації важливо формувати реалістичну і позитивну самооцінку, яка базується на досягненнях дитини [61].

Ще однією особливістю самооцінки молодшого школяра є її недостатня диференційованість: діти часто переносять оцінку навчальних результатів на загальну оцінку своєї особистості. Негативний досвід у навчанні може спричинити формування загальної низької самооцінки, що впливає на емоційний стан, мотивацію та поведінку дитини. Успішність навчання і уявлення про себе взаємопов'язані: успіхи підвищують самооцінку, а самооцінка впливає на рівень домагань, очікувань та мотивації. Для забезпечення позитивної самооцінки учнів важливо залучати їх до різних видів діяльності, включно з навчальною, суспільно корисною та рольовою. Завдання повинні бути доступними і поступово ускладнюватися, щоб уникнути невдач, що шкодять самооцінці [43].

Рівень домагань школяра залежить від успіхів у навчанні та соціального становища серед однолітків. Учні, які добре вчаться і користуються авторитетом у класі, зазвичай мають високий і реалістичний рівень домагань. Індивідуальні відхилення у самооцінці та домаганнях можуть бути значними і різнитися між учнями різних класів. Знання цих особливостей є ключовою передумовою ефективного педагогічного керування соціально значущою активністю дитини.

Розвиток емоційно-ціннісного ставлення до себе відбувається через відображення реальних зв'язків із навколишнім світом, які виникають завдяки активності особистості. Самооцінка є постійним мотиваційним чинником у життєдіяльності школяра, і її коректне формування дозволяє гармонізувати розвиток особистості. Найкраще учні пізнають себе у діяльності, що потребує активної участі, а для правильного самоусвідомлення важливо навчити їх оцінювати свої дії, старанність, дисциплінованість та ефективність.

Спільна діяльність, участь у колективних завданнях дозволяє школяреві усвідомлювати власний внесок, порівнювати результати з досягненнями інших та формувати соціально значуще уявлення про себе. Правильна самооцінка стимулює навчальну активність, прагнення досягати кращих результатів і відповідати вимогам учителя. Позитивний досвід у навчанні та чуйне ставлення дорослих сприяють закріпленню суспільно значущих властивостей Я-образу, розвитку мотивації та гармонії між домаганнями і можливостями дитини [5].

Розвиток спонукальної сфери молодшого школяра включає потреби, сформовані у дошкільному віці, серед яких потреба у грі залишається провідною. Ігрові ситуації та дидактичні ігри сприяють пробудженню інтересу до навчання і полегшують адаптацію до складної діяльності. У грі відбувається перехід від безпосередніх бажань до більш усвідомлених мотивів і намірів. Вона дозволяє дитині входити в дорослий світ добровільно, виконуючи встановлені правила.

Потреба у русі залишається сильною, а обмеження рухової активності під час уроків компенсується рухливістю на перервах. Вчитель повинен організовувати фізкультхвилинки та активні ігри для відпочинку дітей, що

підвищує працездатність на наступних заняттях. Важливим є також розвиток пізнавальної потреби, яка поступово формується під впливом навчальної діяльності. Мотиви навчання стають провідними, зокрема інтерес до читання, письма, малювання та засвоєння навчальних предметів. Додатково розвиваються соціальні мотиви: прагнення добре вчитися, заслужити похвалу, отримати добру оцінку та забезпечити власне благополуччя. Успішна навчальна діяльність викликає позитивні емоційні переживання, тоді як невдачі можуть спричинити відчуття розчарування. У першому класі ігрові мотиви можуть залишатися сильнішими, що потребує цілеспрямованої роботи вчителя щодо формування внутрішньої мотивації навчання [13].

Внутрішня позиція школяра відіграє важливу роль у мотивації виконання обов'язків. Згодом, якщо дитина звикає до навчальних правил, позитивний емоційний заряд зменшується, що потребує розвитку вищого рівня довільності. Молодший шкільний вік сприятливий для формування мотиву досягнення успіху, який згодом стає домінуючим над уникненням невдач і стимулює розвиток різних здібностей. Мотиви досягнення успіхів тісно пов'язані з адекватною самооцінкою та рівнем домагань. Усвідомлення власних здібностей, віра в себе та можливість компенсувати слабкі сторони зусиллями сприяють розвитку мотивації. Формується також мотив наслідування ідеалів, хоча на початку вони ще нестійкі і проявляються у зовнішніх діях героїв, яких дитина вважає прикладом. Загалом у молодшому шкільному віці формується спрямованість спонукальної сфери – егоїстична, просоціальна та гуманістична.

Отже, молодший шкільний вік є періодом інтенсивного пізнавального та особистісного розвитку. Основні психічні функції набувають довільного та опосередкованого характеру, а пізнавальна діяльність стає ключовою для переходу до підліткового віку. Успішне формування сприймання, уваги, пам'яті, уяви, мислення та мовлення закладає фундамент для навчальних досягнень і гармонійного розвитку особистості.

### **1.3. Соціально-психологічні чинники впливу методів арттерапії**

## **на формування особистості дітей молодшого шкільного віку**

У сучасних умовах розвитку освіти та суспільства все більшого значення набувають інноваційні психолого-педагогічні технології, спрямовані на гармонійний розвиток дитини та підтримку її психічного благополуччя. У цьому контексті арттерапія постає як ефективний засіб розвитку особистості, адже через художні форми діяльності вона сприяє зниженню психологічного напруження, формуванню комунікативних умінь і розкриттю внутрішнього потенціалу дитини. Проте результативність арттерапевтичних методів значною мірою визначається соціально-психологічними чинниками, які впливають на процес особистісного становлення учнів молодшого шкільного віку.

Шкільне середовище є одним із ключових соціально-психологічних чинників, що визначають ефективність методів арттерапії у формуванні особистості дітей молодшого шкільного віку. В першу чергу воно впливає через ставлення вчителів до учнів. Позитивне ставлення педагога створює емоційно безпечну атмосферу, яка стимулює дітей до активного самовираження під час творчих завдань. Якщо дитина відчуває підтримку вчителя, вона відчуває свободу експериментувати, проявляти власні емоції та фантазію, що безпосередньо сприяє розвитку самостійності та впевненості у собі [16].

Наявність сприятливого шкільного середовища стимулює розвиток особистісних якостей, таких як самостійність, відповідальність, ініціативність та гнучкість. Діти, що відчувають підтримку та безпеку в класі, краще долають труднощі, проявляють інтерес до нових видів діяльності та активніше беруть участь у колективних проектах. У процесі арттерапії це проявляється у більш сміливому виборі образів, сюжетів та методів вираження, що стимулює формування позитивного самосприйняття та внутрішньої мотивації [25].

Соціальна підтримка з боку педагогів у процесі арттерапевтичної діяльності сприяє формуванню у дітей впевненості у власних силах та готовності до самостійного прийняття рішень. Відчуття безпеки і підтримки дозволяє школярам проявляти індивідуальність, експериментувати з новими способами вираження думок і почуттів, а також формувати власний стиль діяльності.

Сімейне середовище також є важливим соціально-психологічним чинником, що впливає на формування особистості дітей молодшого шкільного віку та ефективність застосування методів арттерапії. Емоційна підтримка батьків відіграє надзвичайно важливу роль у становленні психоемоційної стабільності дитини. Коли дитина відчуває увагу, розуміння та прийняття з боку батьків, її емоційний стан стає більш врівноваженим, що сприяє відкритості до творчих проявів та активній участі у арттерапевтичних заняттях. Позитивний стиль виховання, який поєднує теплоту, заохочення самостійності та підтримку ініціативи, створює у дитини відчуття безпеки і довіри, необхідне для вираження власних почуттів і переживань через мистецтво [29].

Наявність конструктивного та гармонійного спілкування в сім'ї формує у дитини здатність до взаєморозуміння, емпатії та співпраці, що є важливими складовими соціальної адаптації. Діти, які ростуть у середовищі, де між батьками та дітьми панує взаємоповага та підтримка, частіше проявляють ініціативу у творчих завданнях, охоче досліджують нові способи самовираження та розвивають власну креативність. Крім того, сім'я впливає на розвиток мотиваційних та когнітивних аспектів дитини, оскільки батьки, які активно заохочують дослідження, навчання і творчість, стимулюють формування внутрішньої мотивації до саморозвитку [45].

Конфліктні взаємини в сім'ї, емоційна нестабільність батьків, часті сварки та відсутність підтримки негативно впливають на психоемоційний стан дитини. У таких умовах малюк може відчувати тривогу, невпевненість у власних силах, що обмежує готовність до відкритого самовираження через арттерапевтичні практики. Часто в таких випадках спостерігається замкнутість, низька самооцінка та труднощі у встановленні міжособистісних контактів. Водночас методи арттерапії можуть бути ресурсом компенсації цих негативних впливів, надаючи дитині безпечний простір для емоційного розвантаження, усвідомлення внутрішніх переживань та розвитку адаптивних моделей поведінки.

Важливим аспектом впливу сімейного середовища є модель поведінки батьків. Діти, які спостерігають активне самовираження, творчість та

конструктивне вирішення конфліктів у батьків, переймають ці навички і проявляють їх у власній діяльності. Сім'я слугує джерелом соціальних норм та цінностей, формуючи у дитини систему моральних уявлень, які під час арттерапії відображаються у виборі тем, сюжетів і виражальних засобів. Крім того, стиль виховання визначає рівень автономії дитини: підтримка ініціативи та свободи самовираження стимулює розвиток самостійності, а контроль і надмірна опіка можуть обмежувати прояв творчої активності [54].

Взаємодія з однолітками є важливим соціально-психологічним чинником, який визначально впливає на формування особистості дітей молодшого шкільного віку та ефективність застосування методів арттерапії. У цьому віковому періоді соціальні контакти стають одним із головних джерел навчання соціальних навичок, засвоєння норм поведінки та формування самооцінки. Дружні стосунки між однолітками сприяють розвитку емоційної чутливості, емпатії, здатності до співпереживання та підтримки інших членів групи. Арттерапевтичні методи, такі як колективне малювання, ліплення, створення сюжетних композицій, ігрові театралізації чи музично-рухові вправи, активізують дитячу взаємодію, стимулюючи обмін емоційним досвідом і підвищуючи рівень соціальної інтеграції в колективі [65].

У процесі таких занять діти вчаться домовлятися, враховувати думки інших, вирішувати конфліктні ситуації та підтримувати один одного. Позитивна взаємодія з однолітками сприяє формуванню відчуття приналежності до групи, що, у свою чергу, зміцнює внутрішню безпеку дитини та її мотивацію до участі у спільній діяльності. Арттерапія дозволяє моделювати соціальні ситуації в безпечному середовищі, де дитина може експериментувати з різними ролями, висловлювати емоції та оцінювати реакції інших. Це сприяє розвитку комунікативних навичок, що є ключовими для подальшого успішного соціального функціонування особистості дитини [9].

Дружні стосунки в колективі формують у дітей навички співпраці та вміння підтримувати одне одного, що особливо важливо для молодших школярів, які ще перебувають у процесі становлення самосвідомості. Учасники арттерапевтичних занять отримують можливість демонструвати свої

досягнення, отримувати схвальні відгуки від однолітків, що позитивно впливає на формування самооцінки та почуття власної цінності. Водночас підтримка групи дозволяє дітям легше адаптуватися до нових соціальних умов, зменшує рівень тривожності та страху перед помилками. Регулярна взаємодія у творчих процесах сприяє розвитку колективної відповідальності, умінню ділитися матеріалами, ідеями та результатами своєї діяльності. Арттерапевтичні вправи стимулюють активне слухання, розуміння невербальних сигналів та прояв толерантності до емоційного стану інших. Взаємодія з однолітками під час таких занять формує здатність до конструктивної критики та прийняття зауважень, що є важливою складовою соціальної компетентності [66].

Крім того, спільна творчість допомагає дітям навчитися розподіляти ролі в команді, планувати спільну діяльність та підтримувати спільні цілі, що сприяє розвитку організаторських навичок і лідерського потенціалу. Дружні стосунки, налагоджені через арттерапію, зменшують ризик соціальної ізоляції, формують позитивний образ однокласників та підвищують мотивацію до навчання. В умовах групових занять діти швидше розвивають емоційну стабільність, оскільки мають можливість висловлювати свої емоції в безпечному колективному середовищі, отримуючи підтримку та схвалення від інших.

Соціальні ролі та очікування є надзвичайно важливим соціально-психологічним чинником, що впливає на формування особистості дітей молодшого шкільного віку та ефективність методів арттерапії. У цьому віковому періоді діти активно пізнають себе через соціальну взаємодію та починають усвідомлювати власні можливості і обмеження, а також оцінювати, як їх сприймають дорослі та однолітки. Взаємодія в межах різних соціальних ролей, які дитина може приміряти під час арттерапевтичних вправ, сприяє формуванню реалістичного уявлення про себе, своє місце в соціумі та особистісний потенціал.

Методи арттерапії, такі як сюжетно-рольові ігри, малювання на тему «Я у світі», ліплення персонажів із конкретними рисами або музично-рухові вправи, дозволяють дитині експериментувати з різними ролями, пробувати нові способи поведінки та взаємодії. Під час цих занять діти мають змогу проявляти

ініціативу, демонструвати свої здібності, співпрацювати з іншими та отримувати реакцію від дорослих і однолітків, що сприяє формуванню адекватної самооцінки та самоповаги. Соціальні очікування оточуючих, які проявляються через схвалення, підтримку або конструктивні зауваження, стають для дитини важливим орієнтиром у самовизначенні та розвитку самоконтролю [60; 12a].

У процесі формування соціальних ролей діти молодшого шкільного віку починають усвідомлювати взаємозв'язок між діями та наслідками, розвивають здатність до рефлексії та самопізнання. Вони вчаться прогнозувати реакції інших, оцінювати власні емоції та емоції оточуючих, а також шукати шляхи адаптації до різних соціальних умов. Арттерапія надає можливість безпечного переживання складних емоційних станів, що пов'язані з невдачами або соціальною невпевненістю, і сприяє формуванню позитивної самооцінки. Соціальні ролі допомагають дитині визначити власну ідентичність, усвідомити власні сильні сторони та сфери, які потребують розвитку. Поступове розширення соціального досвіду через творчість і взаємодію з однолітками та дорослими зміцнює відчуття власної компетентності, сприяє розвитку відповідальності.

Міжособистісна комунікація є одним із соціально-психологічних чинників, який впливає на формування особистості дітей молодшого шкільного віку та ефективність застосування методів арттерапії. У цьому віковому періоді діти активно освоюють навички соціальної взаємодії, вчаться висловлювати свої думки, емоції та бажання у безпечному та підтримуючому середовищі. Арттерапія виступає ефективним інструментом розвитку міжособистісної комунікації, оскільки творчі методи дозволяють дітям виражати свої емоції та внутрішні переживання у візуальній, вербальній або руховій формі [59].

Важливо, що під час спільного малювання, ліплення, створення колективних композицій або сюжетних ігор діти мають змогу взаємодіяти одне з одним, обмінюватися ідеями та висловлювати свої почуття. Такі активності сприяють розвитку здатності до слухання і розуміння інших, формують навички конструктивного діалогу, вміння ділитися матеріалами та

результатами творчості. Водночас арттерапевтичні методи стимулюють вербальне та невербальне спілкування, розвивають уміння виражати внутрішні стани через слова, жести, міміку, кольори та образи, що дозволяє дитині формувати більш багатогранне сприйняття себе та оточення. Важливим аспектом є розвиток емоційної виразності через мистецькі форми, що дозволяє дитині краще розпізнавати та регулювати власні емоції, а також адекватно реагувати на емоції інших. Таке спілкування стимулює розвиток вербальних навичок, збагачує словниковий запас і покращує здатність до опису внутрішніх станів [41].

Емоційна підтримка з боку педагогів і фахівців є одним із ключових соціально-психологічних чинників, що впливають на формування особистості дітей молодшого шкільного віку та ефективність застосування методів арттерапії. У цьому віковому періоді діти потребують особливої уваги та підтримки з боку дорослих, оскільки вони ще не мають достатньо досвіду самостійного регулювання емоцій і часто орієнтуються на реакції педагогів і фахівців у процесі соціальної взаємодії. Арттерапевтичні методи створюють середовище, у якому дитина може безпечно виражати свої почуття, експериментувати з творчістю та досліджувати внутрішній світ під керівництвом дорослого, що підтримує її емоційно та психологічно [49].

Емоційна підтримка з боку фахівців сприяє формуванню довіри до власних здібностей і можливостей, стимулює розвиток мотивації до участі у творчих заняттях та активного самовираження. Під час занять арттерапією педагог не лише організовує процес творчості, а й уважно спостерігає за емоційними станами дитини, реагує на прояви тривожності чи невпевненості, заохочує експерименти і підтримує ініціативу. Така підтримка формує у дітей відчуття безпеки, що є умовою для відкритого самовираження та самопізнання [6].

Емоційна підтримка стимулює розвиток самосвідомості, адже дитина отримує можливість відчувати свої успіхи та невдачі у безпечному соціальному контексті. Арттерапевтичні методи дозволяють дитині виражати свої емоції через малюнок, ліплення, музично-рухові або драматизаційні вправи, а

підтримка дорослого допомагає правильно інтерпретувати ці прояви, розуміти власні емоції та переживання. Це сприяє розвитку емоційного інтелекту, здатності до саморегуляції та адекватного реагування на емоції інших. Позитивна емоційна підтримка підвищує рівень внутрішньої мотивації, формує позитивну самооцінку та сприяє розвитку віри у власні можливості [10; 11a].

Моделі поведінки дорослих є важливим соціально-психологічним чинником, який значною мірою впливає на формування особистості дітей молодшого шкільного віку через використання методів арттерапії. Діти в цьому віковому періоді активно спостерігають за поведінкою дорослих, насамперед батьків, педагогів та інших значущих фігур, і на основі цих спостережень формують власні уявлення про прийнятні способи взаємодії та емоційної регуляції. Конструктивні моделі поведінки дорослих, що демонструють уміння вирішувати конфлікти без агресії, проявляти терпимість і повагу до інших, створюють у дітей позитивний приклад для наслідування. Крім того, дорослі, демонструючи самовираження та креативність у процесі арттерапевтичних занять, стимулюють у дітей бажання експериментувати з різними способами самовираження. Така поведінка сприяє формуванню уявлення про власні можливості, зростанню впевненості у собі та мотивації до пізнання нового [3].

Психологічний клімат у навчальній групі є одним із ключових соціально-психологічних чинників, що визначають ефективність методів арттерапії у формуванні особистості дітей молодшого шкільного віку. Він характеризується загальним станом взаєморозуміння, довіри та безпеки, який панує серед дітей та між дітьми і дорослими. У групі, де відсутній психологічний тиск і критика, діти відчують себе більш впевнено, що стимулює їх до активної участі у творчих процесах. Арттерапевтичні методи, що включають малювання, ліплення, театралізацію або музичну діяльність, особливо чутливі до атмосфери, яка панує у колективі, оскільки творча діяльність потребує свободи самовираження [10].

Діти, які перебувають у групі з високим рівнем довіри, охочіше проявляють власні емоції та ідеї, експериментують із образами та сюжетами, не

побоючись осуду або насмішок з боку однолітків чи педагога. Позитивний психологічний клімат сприяє розвитку емпатії, здатності до співпереживання та взаємодопомоги між дітьми. Вони навчаються підтримувати одне одного, адекватно реагувати на чужі емоції і конфлікти, що безпосередньо впливає на їх соціальні компетенції. Довіра у групі дозволяє дітям відчувати безпеку у вираженні внутрішніх станів через творчість, а це, у свою чергу, зменшує тривожність, страхи та невпевненість [62a]. Діти починають розуміти, що їхні думки і ідеї мають значення, що формує позитивну самооцінку та відчуття власної компетентності.

Отже, соціально-психологічні чинники відіграють надзвичайно важливу роль у формуванні особистості дітей молодшого шкільного віку через методи арттерапії, оскільки вони створюють комплексне середовище, в якому відбувається розвиток емоційної, соціальної та когнітивної сфери дитини. Взаємодія цих чинників забезпечує цілісне формування особистості дитини, сприяє розвитку її емоційної стійкості, соціальної компетентності та творчого потенціалу, що є фундаментом успішної адаптації та самореалізації.

### **Висновки до розділу 1**

1. Арттерапія – це метод психотерапії та психологічної допомоги, який базується на використанні різних видів мистецтва (малювання, ліплення, музика, танець, драматизація, казкотерапія тощо) з метою розвитку, самовираження та гармонізації внутрішнього стану людини. Її головна ідея полягає в тому, що через творчість дитина чи дорослий може безпечно висловити свої почуття, переживання, конфлікти, які важко передати словами. У науковій літературі арттерапія розглядається як специфічний метод психологічної допомоги, що поєднує елементи творчості та терапевтичного впливу. У зарубіжній психології акцент робиться на її лікувально-реабілітаційній функції, тоді як у вітчизняній науці підкреслюється її виховний та корекційно-розвивальний потенціал. Спільним є визнання арттерапії ефективним засобом самовираження, емоційного розвантаження та формування внутрішніх ресурсів особистості.

2. Молодший шкільний вік є важливим етапом становлення особистості, що характеризується інтенсивним розвитком пізнавальної сфери, формуванням навчальної діяльності та моральних цінностей. Психологічними передумовами розвитку у цей період виступають підвищена емоційність, потреба у визнанні та підтримці, розвиток уяви та творчості. Ці особливості зумовлюють необхідність використання таких методів впливу, які сприяють гармонійному розвитку, серед яких значне місце посідають арттерапевтичні практики.

3. Ефективність застосування арттерапії у роботі з дітьми молодшого шкільного віку зумовлюється низкою соціально-психологічних чинників: особливостями сімейного виховання, стилем педагогічної взаємодії, емоційним кліматом у колективі та індивідуальними психологічними характеристиками дитини. Арттерапевтичні методи сприяють розвитку емоційної стабільності, комунікативних навичок, креативності, формуванню позитивної самооцінки та соціальної адаптації, що підкреслює їх значення у процесі особистісного становлення молодших школярів.

## **РОЗДІЛ 2**

### **ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

#### **2.1. Діагностичні методика для вивчення особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку**

Особистісний розвиток дитини є складним і багатогранним процесом, що відбувається під впливом соціального середовища, навчальної діяльності та індивідуальних психофізіологічних особливостей. Для ефективної підтримки цього процесу необхідним є обґрунтоване вивчення особистісних характеристик дітей, що передбачає використання надійних та валідних психодіагностичних інструментів. Підбір діагностичних методик набуває особливого значення, адже саме вони дозволяють виявити індивідуальні

особливості розвитку, визначити потенційні труднощі та розробити оптимальні шляхи психологічного впливу.

Дослідження особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку потребує застосування психодіагностичних методик, які дозволяють комплексно оцінити різні аспекти формування особистості, включно з когнітивними, емоційними, соціальними та мотиваційними компонентами. Для повноцінного аналізу особистісного розвитку доцільним є поєднання різноманітних методик, що забезпечує багатовимірний підхід і дозволяє виявляти як явні, так і приховані характеристики особистості. Комплекс методів має відповідати особливостям психосоціального розвитку дітей молодшого шкільного віку, завданням дослідження, а також загальним критеріям психологічної діагностики, таким як валідність, стандартизованість та можливість порівняння отриманих результатів.

Емпіричне дослідження особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку здійснювалось у три етапи. Перший етап передбачав підбір та обґрунтування психодіагностичного комплексу, що дозволяє всебічно оцінити основні компоненти особистості, включаючи когнітивні здібності, рівень емоційної зрілості, соціальні навички та мотиваційні установки. На другому етапі проводилось безпосереднє діагностичне вивчення дітей за допомогою підібраних методик, що передбачало систематичне отримання даних щодо різних аспектів особистісного розвитку. Третій етап передбачав аналіз отриманих емпіричних даних, виявлення закономірностей розвитку та формування цілісного уявлення про особливості особистості кожної дитини.

Метод письмового самоопису є однією з провідних діагностичних методик для вивчення особистісного розвитку молодших школярів. Він передбачає систематичне з'ясування уявлень дитини про власні соціальні, емоційні, інтелектуальні та фізичні характеристики, а також рівня усвідомлення власних потреб, інтересів, здібностей і особистісних особливостей. Цей метод дозволяє отримати комплексну інформацію про внутрішній світ дитини, її ставлення до себе та оточуючих, що є важливим для оцінки процесів особистісного розвитку.

У процесі застосування методу письмового самоопису молодші школярі складають твір за визначеним планом, що включає такі елементи:

1. Характеристика власної особистості у сучасному стані.
2. Уявлення про бажані зміни та цілі розвитку.
3. Усвідомлення очікувань і оцінок з боку значущих для дитини людей, таких як батьки, вчителі, однокласники та друзі.

Для кожного пункту плану надаються детальні пояснення та рекомендації щодо можливого змісту, що дозволяє школярам точніше формулювати власні думки та оцінки. Цей підхід дає змогу досліднику фіксувати як кількісні, так і якісні характеристики висловлювань дитини, зокрема ступінь розгорнутості, глибину рефлексії, усвідомлення власних сильних і слабких сторін, а також рівень соціальної та емоційної зрілості. Доведено, що письмове мовлення у процесі самоопису забезпечує глибше відображення внутрішнього досвіду дитини, ніж усне опитування. Це пояснюється тим, що письмова форма стимулює внутрішнє мовлення, яке є основою особистісного усвідомлення.

Об'єктом дослідження при використанні методу самоопису є особливості знань і уявлень дитини про себе, рівень усвідомлення соціальних, емоційних, інтелектуальних та фізичних характеристик, оцінка власних якостей, ставлення до себе та очікування щодо оцінки з боку інших. Метод дозволяє вивчати не лише наявні особистісні ресурси, а й потенціал розвитку, рівень мотивації до самовдосконалення, адекватність соціальних уявлень та особистісні цінності. Для аналізу отриманих письмових матеріалів застосовується контент-аналіз, який дає можливість систематизувати та класифікувати висловлювання дітей за категоріями соціальних, емоційних, інтелектуальних і фізичних характеристик, а також за рівнем усвідомлення власних потреб і взаємодії з оточенням. Контент-аналіз забезпечує об'єктивне оцінювання якості, змісту і структури особистісних проявів у текстах дітей, дозволяючи виділити ключові закономірності розвитку.

Методика «Вибір бажань» передбачає діагностику домінуючих цінностей учнів та виявлення важливих для них аспектів життєдіяльності, які впливають на особистісний розвиток. Учасникам пропонується обрати три найважливіші

бажання із загального списку, що містить 24 варіанти, структуровані за чотирма сферами життєдіяльності: 1) взаємини дитини з однокласниками та друзями, 2) прагматичні бажання, 3) самопізнання та 4) прагнення до самостійності. Методика дозволяє здійснювати психодіагностику рівня свідомості та ціннісних орієнтацій учнів, починаючи з другого класу. Вона ґрунтується на еталонній шкалі цінностей, відносно якої оцінюються результати дослідження. Кожній сфері притаманні специфічні цінності, а пріоритетність вибору певної групи цінностей є показником спрямованості ціннісної орієнтації особистості.

Інструкція для учнів формулюється так: «Перед вами перелік життєвих цінностей. Необхідно пронумерувати їх за рейтингом. Все, що опиниться на перших місцях, буде грати головну роль у вашому житті. Все, що стосується останніх позицій – для вас не є важливим». Перелік включає такі цінності: «радість і задоволення від ігор і розваг», «затишок та підтримка в родині», «справедливість», «вірність у дружбі», «бажання бути поміченим і оціненим», «гарна сім'я», «порядок навколо», «доброзичливість», «мати змогу допомагати іншим і бути лідером», «слухняні діти в сім'ї», «порозуміння між людьми», «допомога бідним», «особиста безпека», «щаслива старість», «добробут і благополуччя всіх людей», «любов до природи та турбота про неї».

Для обробки результатів використовується таблиця, яка систематизує цінності за рівнями свідомості дитини. Біля кожної цінності виставляються рейтингові оцінки. Наприклад, якщо духовні цінності посідають місця 1, 2, 3, 4, їхня сума дорівнює 10. Якщо ж духовні цінності опиняються на останніх місцях (16, 15, 14, 13), їхня сумарна оцінка дорівнює 58. Чим меншим є сумарне місце групи цінностей, тим вищим є рівень їх сформованості. Аналіз заповнених бланків дозволяє визначити пріоритетні цінності для окремого учня або групи та оцінити динаміку особистісного розвитку при повторних вимірюваннях.

Методика вивчення самооцінки Т. Дембо – С. Рубінштейн застосовується для детальної діагностики рівня самооцінки та міри задоволеності собою у дітей молодшого шкільного віку. Вона передбачає використання спеціального бланку, що містить інструкцію та діагностичні завдання. У рамках методики кожній дитині пропонується оцінити власні здібності, можливості та риси

характеру порівняно з іншими. Рівень розвитку кожної якості умовно відображається на вертикальній лінії, нижня межа якої відповідає мінімальному прояву, а верхня – максимальному розвитку. Кожна лінія вимірює певну якість: розум, уважність, працьовитість, доброту, дисциплінованість, акуратність, чесність, скромність, слухняність та загальне задоволення собою.

Діти роблять позначки на відповідних лініях (–), відзначаючи рівень розвитку кожної якості у поточний момент. Висота кожної шкали становить 100 мм, що дозволяє визначити кількісну характеристику відповідей – коефіцієнт рівня самооцінки. Наприклад, позначка на 85 мм відповідає  $K = 0,85$ . Методика проводиться груповим способом, заповнення бланку займає 10–12 хвилин. Обробка даних передбачає аналіз позначок на десяти шкалах, після чого отримані коефіцієнти заносяться у таблицю для визначення загального рівня самооцінки дитини. Для оцінки міри задоволеності собою результати методики аналізуються окремо за відповідною графою, що дозволяє визначити середній коефіцієнт задоволеності собою.

Загалом, методика Т. Дембо – С. Рубінштейн дозволяє кількісно оцінити розвиток ключових особистісних якостей дітей та рівень їх задоволеності собою, що є важливим показником особистісного розвитку молодшого школяра. У поєднанні з іншими психодіагностичними інструментами – такими як метод самоопису та методика «Вибір бажань» – дослідник отримує комплексну картину розвитку особистості дитини молодшого шкільного віку, що враховує як внутрішні, так і зовнішні чинники формування її рис, ціннісних орієнтацій і соціально-психологічної адаптації.

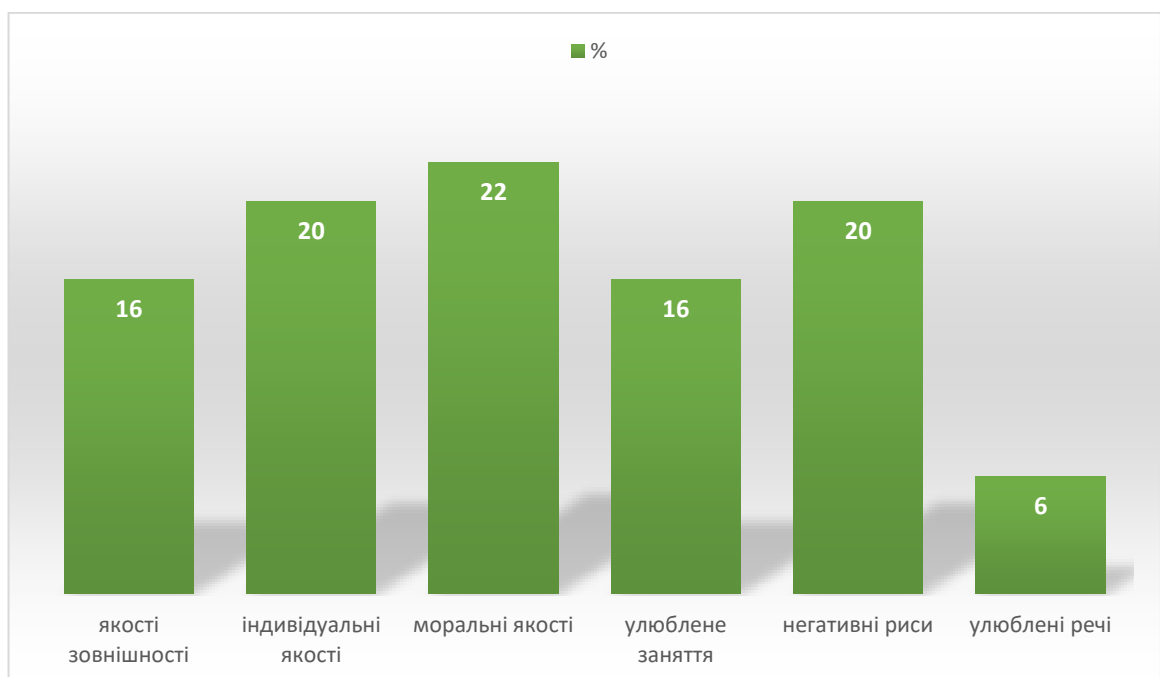
## **2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку**

Метою емпіричного дослідження було вивчення психологічних особливостей особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку. У дослідженні брали участь 50 дітей цього віку. Основна мета полягала у визначенні характерних проявів розвитку особистості, аналізі емоційного стану,

соціальної взаємодії та творчих здібностей молодших школярів. Додатково досліджувалося, які чинники сприяють формуванню позитивних особистісних якостей та саморегуляції у дітей, а також виявлялися потенційні бар'єри на шляху розвитку їхніх соціально-психологічних компетентностей.

У процесі діагностичної роботи для з'ясування особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку було використано метод самоопису. Під час проведення дослідження учні писали твір про себе за таким планом: 1) Який я зараз; 2) Яким я хочу стати; 3) Що про мене думають інші (батьки, вчителі, однокласники, друзі). Основною метою застосування методу було виявлення специфіки знань та уявлень дітей про власні соціальні, емоційні, інтелектуальні й фізичні якості, а також особливостей їх оцінки та ставлення до себе. Метод дозволяє простежити не лише самосприйняття учнів, а й усвідомлення ними власних можливостей, потреб, інтересів та взаємодії з оточенням.

За допомогою самоопису було проаналізовано оцінку особистісних якостей дітей, очікуваних ними з боку значущих інших, а також взаємозв'язок цих оцінок з формуванням позитивної або критичної самооцінки. Графічне відображення результатів представлено на рис. 2.1, де показані основні складові особистісного розвитку молодших школярів у відсотковому співвідношенні.



**Рис. 2.1. Складові особистісного розвитку у молодшому шкільному віці(за даними методу самоопису, %)**

Аналіз даних показав, що діти акцентують увагу на різних аспектах власної особистості. Перш за все, це риси зовнішності, серед яких найпоширенішими є врода та привабливість, що відзначають 16% учнів. Це свідчить про позитивне ставлення дітей до власного зовнішнього вигляду, хоча ці ознаки не є центральними у структурі їхньої особистості. Індивідуальні властивості, до яких належать сміливість, працелюбність, почуття гумору, винахідливість, сила, наполегливість, уважність, дисциплінованість, старанність та мудрість, виявлені у 20% дітей. Такі характеристики демонструють усвідомлення учнями власних здібностей та схильності до активної діяльності в різних сферах.

Моральні якості, такі як чуйність, доброзичливість, доброта, ввічливість, щедрість, турботливість та відвертість, становлять 22% характеристик. Висока значимість цих рис вказує на важливість соціальної та емоційної зрілості у формуванні особистості дитини та демонструє її готовність до взаємодії у соціумі. Улюблені заняття дітей, які включають малювання, спорт, допомогу батькам, співи, навчання, танці, читання книг та прогулянки на вулиці, представлені у 16% випадків і відображають їхні інтереси, схильності та джерела задоволення від діяльності.

Негативні риси особистості, такі як лінь, заздрісність, боягузтво, упертість, вередливість, неслухняність та хитрість, відзначені 20% дітей. Ці дані вказують на наявність труднощів у саморегуляції та демонструють, що діти здатні критично оцінювати деякі аспекти власної поведінки. Останньою категорією є улюблені речі – солодощі, іграшки, тварини, одяг, що займають 6% у характеристиках дітей. Хоча вони не є визначальними для особистісного розвитку, ці елементи відображають уподобання та позитивні емоційні асоціації.

Узагальнення результатів показує, що особистісний розвиток дітей молодшого шкільного віку характеризується переважно позитивними рисами, особливо у сфері моральних і індивідуальних якостей. Водночас присутність негативних рис демонструє критичний погляд дітей на власну поведінку, що є

природним і необхідним етапом розвитку самосвідомості. Отримані дані дозволяють оцінити рівень усвідомлення учнями власних можливостей, інтересів, соціальної взаємодії та мотивів діяльності, що має важливе значення для планування освітньо-виховної роботи та застосування методів арттерапії для подальшого розвитку їхніх особистісних якостей.

Використання методики «Вибір бажань» дозволило виявити домінуючі цінності дітей молодшого шкільного віку та визначити аспекти їх особистісного розвитку, які є найбільш значущими для учнів. Діти мали обрати три бажання із запропонованого списку з 24 варіантів, що відображали чотири основні сфери життєдіяльності: 1) взаємини із значущими іншими (однокласниками, друзями); 2) прагматичні бажання; 3) самопізнання; 4) прагнення до самостійності.

На основі отриманих даних виділено чотири групи цінностей у дітей: індивідуалістичні цінності (споживання) – різноманітні задоволення, визнання та популярність, влада та впливовість, особиста безпека; сімейні цінності – сімейний добробут, вдалий шлюб, слухняні діти в сім'ї, спокійна старість; соціальні цінності – порядок у школі і класі, справедливість, порозуміння між однокласниками і друзями; духовні цінності (самовіддача) – вірність, доброзичливість, допомога бідним, гармонія з природою. Результати цього проведеного дослідження представлені у таблиці 2.7.

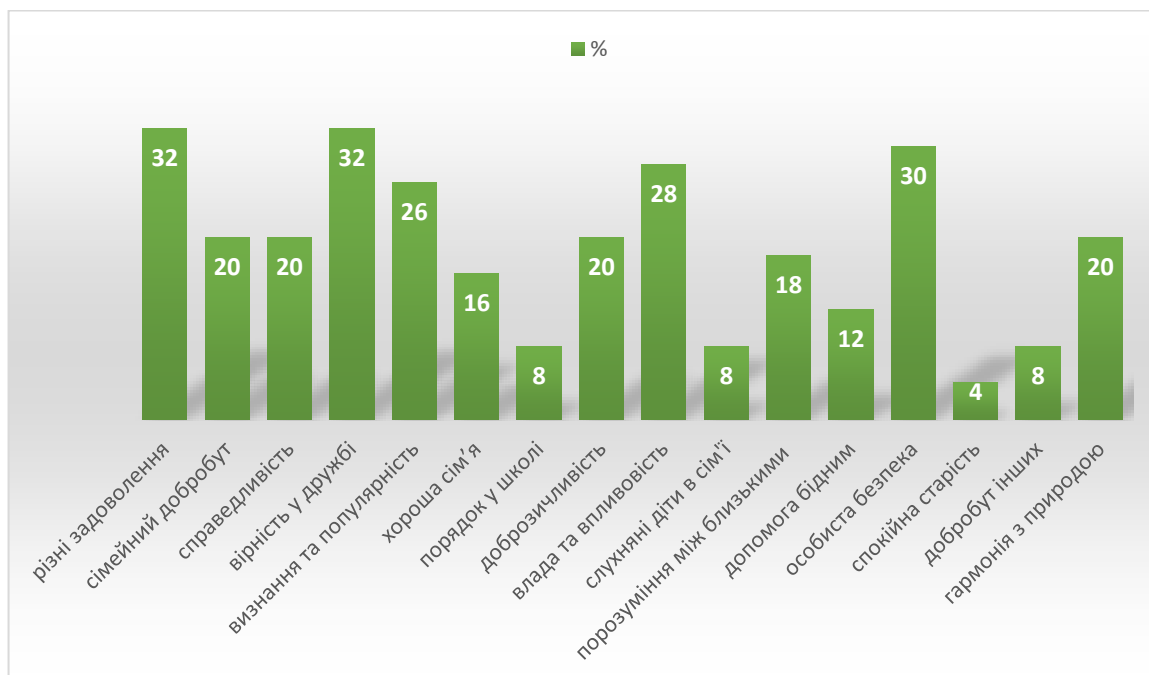
*Таблиця 2.1*

**Домінуючі цінності у молодшому шкільному віці  
(за даними методики «Вибір бажань»)**

<b>Індивідуалістичні цінності</b>	<b>Сімейні цінності</b>	<b>Соціальні цінності</b>	<b>Духовні цінності</b>
32,0%	24,0%	28,0%	16,0%

Як свідчать результати, домінуючими є індивідуалістичні цінності – 32%, соціальні – 28%, сімейні – 24%, та духовні – 16%. Це дозволяє зробити висновок, що молодші школярі найбільше цінують особисті переживання, соціальні контакти та відносини з іншими людьми, тоді як моральні й духовні пріоритети займають менше значення.

Детальний аналіз вибору окремих цінностей демонструє наступні тенденції (рис. 2.2):



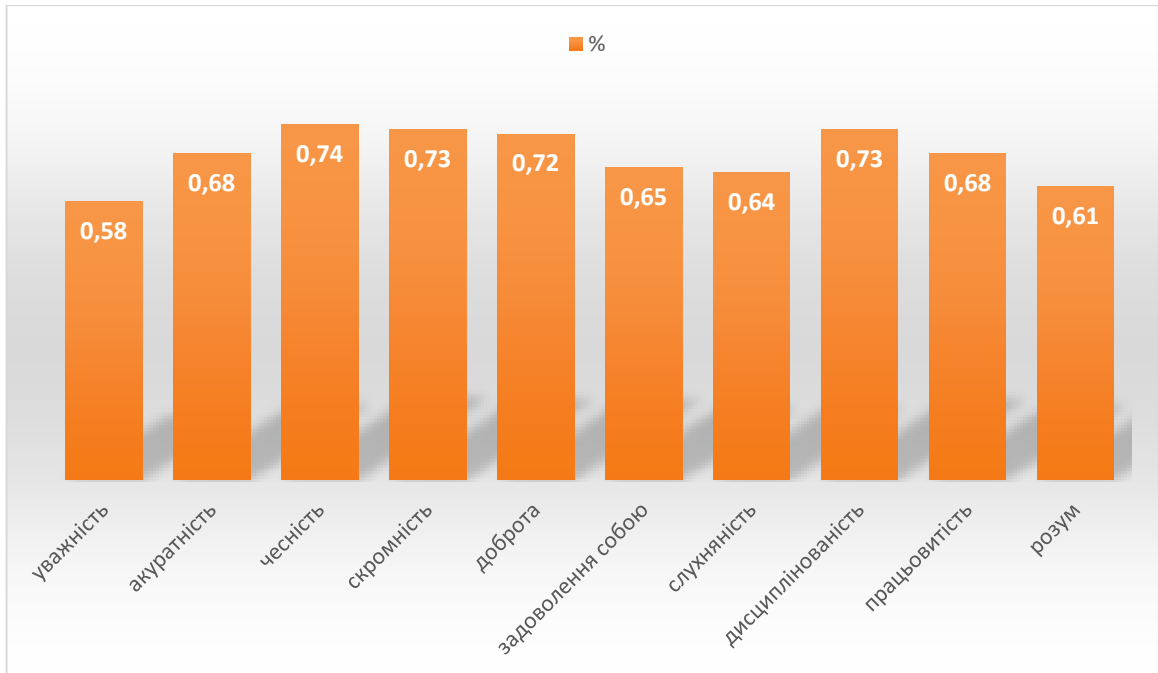
**Рис. 2.32** Складові особистісного розвитку у молодшому шкільному віці (за даними методики «Вибір бажань», %)

Як бачимо, різноманітні задоволення (32%) займають провідне місце серед індивідуалістичних цінностей, що свідчить про орієнтацію дітей на фізичний та емоційний комфорт, прагнення отримувати позитивні переживання та задоволення. Вірність у дружбі (32%) підкреслює значення міжособистісних зв'язків та емоційних прив'язаностей, що відображає потребу в здорових соціальних контактах та взаєморозумінні. Особиста безпека (30%) свідчить про прагнення дітей до стабільності та захищеності у повсякденному житті, що є важливим для формування впевненості та самосвідомості. Влада та впливовість (28%) демонструють бажання контролювати ситуації та мати можливість впливати на оточення, що є проявом розвитку соціальної ідентичності. Визнання та популярність (26%) відображають потребу в зовнішньому схваленні, соціальній підтримці та підтвердженні власних досягнень. Сімейний добробут (20%) демонструє важливість забезпечення комфорту та благополуччя родини, а доброзичливість (20%) – прагнення до гармонійних

взаємин у суспільстві. Справедливість (20%) свідчить про розвиток соціальної відповідальності та етичної оцінки дій інших. Гармонія з природою (20%) відображає інтерес до навколишнього світу та екологічну свідомість. Порозуміння між людьми (18%) підкреслює важливість комунікації та соціальної взаємодії. Хороша сім'я (16%) демонструє прагнення до підтримки та гармонії у родинному середовищі. Допомога бідним (12%) свідчить про соціальну чуйність та готовність до самовіддачі. Слухняні діти в сім'ї (8%), порядок у школі (8%) та добробут інших (8%) займають менше значення, проте свідчать про усвідомлення порядку та відповідальності в соціальному середовищі. Спокійна старість (4%) є найменш пріоритетною, що відображає фокус дітей на актуальних і негайних потребах, а не на віддаленому майбутньому.

Узагальнюючи результати, можна стверджувати, що молодші школярі надають перевагу цінностям, пов'язаним з особистим комфортом, соціальною взаємодією, безпекою та визнанням, а також важливістю моральних принципів та підтримки близьких. Водночас присутні прагнення до впливу та контролю, що свідчить про розвиток соціальної та особистісної автономії дітей. Отримані дані дозволяють визначити пріоритетні сфери для освітньої роботи та планування заходів, спрямованих на всебічний особистісний розвиток молодших школярів.

Застосування методики вивчення самооцінки Т. Дембо – С. Рубінштейн дозволило визначити рівень самооцінки та її структурні компоненти у молодших школярів. Результати дослідження, представлені на рис. 2.3, демонструють особливості самооцінки дітей молодшого шкільного віку в різних соціально-особистісних і навчальних сферах.

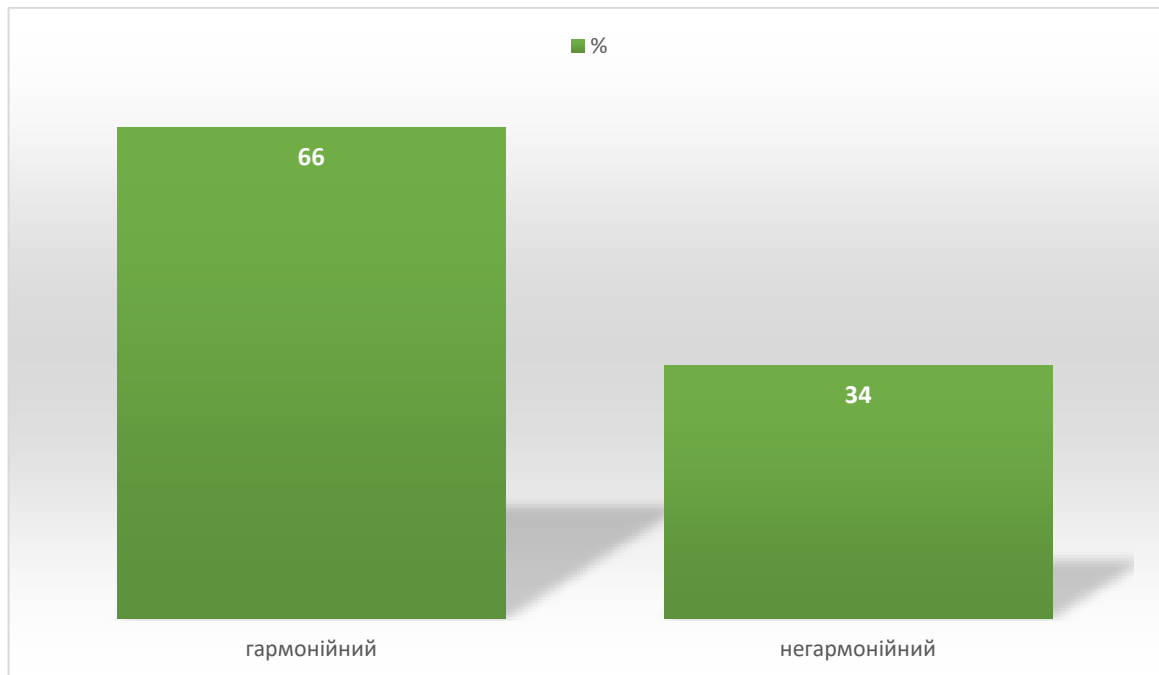


**Рис. 2.3. Складові самооцінки у молодшому шкільному віці  
(за даними методики Т. Дембо – С. Рубінштейн, %)**

Як свідчать отримані дані, більшість показників самооцінки перебувають на досить високому рівні. Зокрема, категорії «чесність», «скромність», «доброта» та «працьовитість» демонструють позитивну оцінку дітьми власних особистісних якостей. Така тенденція свідчить про сформовану внутрішню впевненість у своїх моральних і соціальних здібностях, що сприяє ефективній взаємодії з оточенням, підтриманню дружніх стосунків з однолітками та адекватній соціальній адаптації. Висока самооцінка у зазначених категоріях підкреслює, що молодші школярі сприймають себе як соціально компетентних, здатних проявляти позитивні моральні та етичні риси, що є важливим чинником їхнього особистісного розвитку. Водночас, категорії «розум» та «уважність» отримали нижчі коефіцієнти самооцінки порівняно з іншими параметрами. Цей результат може свідчити про певну невпевненість дітей у своїх навчальних здібностях, що обумовлено високою соціальною значущістю оцінки з боку дорослих, зокрема педагогів. У молодшому шкільному віці процес порівняння власних результатів з очікуваннями вчителів стає важливим фактором самопізнання та формування особистісної самооцінки. Критичні або недостатньо позитивні оцінки педагогів можуть провокувати внутрішню

невпевненість і зниження самооцінки у навчальних аспектах, оскільки діти відчують потребу відповідати зовнішнім вимогам і нормам.

На основі результатів застосованого комплексу діагностичних методик визначено два типи особистісного розвитку молодших школярів – гармонійний та негармонійний (рис. 2.4).



**Рис. 2.5. Типи особистісного розвитку у молодшому шкільному віці (%)**

Як бачимо, гармонійний особистісний розвиток спостерігається у 66% дітей, тоді як негармонійний – у 34%.

Школярі – представники гармонійного типу особистісного розвитку характеризується позитивним самосприйняттям за методикою самоопису, акцентуючи увагу на таких якостях, як доброта, працьовитість та чесність. Їхні домінуючі цінності, визначені за методикою «Вибір бажань», зосереджені на соціально значущих аспектах, зокрема на взаємній підтримці, вірності у дружбі, готовності допомагати іншим та підтримці гармонії у соціумі. Крім того, ці діти характеризуються високим рівнем самооцінки та задоволеності собою за методикою Т. Дембо – С. Рубінштейн, що свідчить про впевненість у власних можливостях і позитивне сприйняття своєї соціальної ролі. Вони здатні

ефективно взаємодіяти з однолітками, підтримувати позитивні стосунки з батьками та педагогами, що сприяє успішній соціальній інтеграції та розвитку емоційної компетентності. Така поведінка дозволяє дітям будувати гармонійні відносини, усвідомлювати власні потреби та враховувати інтереси оточення, підтримуючи позитивний настрій і перспективне бачення свого розвитку.

Негармонійний тип особистісного розвитку може свідчити про наявність тривожних, депресивних або конфліктних станів у дитини. Такі учні часто проявляють негативне самосприйняття за методикою самоопису, схильні до самокритики та заниженої оцінки власних якостей. Домінуючі цінності, визначені за методикою «Вибір бажань», часто орієнтовані на індивідуалістичні аспекти, що може свідчити про недостатню соціальну орієнтацію та недостатній розвиток морально-етичних цінностей. Діти з негармонійним розвитком характеризуються низькими показниками самооцінки та задоволеності собою за методикою Т. Дембо – С. Рубінштейн, що відображає невпевненість у власних здібностях та незадоволеність власними досягненнями. Вони часто критично оцінюють себе, мають проблеми з інтеграцією у класний колектив та соціальні взаємодії, а стосунки з педагогами і членами сім'ї можуть бути напруженими. Обмежена соціальна адаптація ускладнює розвиток міжособистісних навичок та формування адекватного ставлення до власних можливостей і досягнень.

Узагальнено результати дослідження демонструють, що гармонійний розвиток сприяє формуванню позитивних соціальних навичок, адекватної самооцінки та ефективної взаємодії з оточенням, тоді як негармонійний тип розвитку може бути пов'язаний з емоційними труднощами, низьким рівнем соціальної адаптації та проблемами у взаємодії з колективом. На основі виявлених особливостей доцільно розробити програму, спрямовану на підтримку гармонійного розвитку дітей молодшого шкільного віку.

## **Висновки до розділу 2**

1. З метою діагностики особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку сформовано психодіагностичний комплекс, який включав низку методик, спрямованих на комплексне вивчення різних аспектів розвитку особистості та проявів її саморегуляції, ціннісних орієнтацій і мотиваційних особливостей. До складу комплексу входили такі діагностичні інструменти: метод самоопису, методика «Вибір бажань», методика дослідження самооцінки авторів Т. Дембо – С. Рубінштейн, що дало змогу здійснити системний аналіз особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку.

2. Гармонійний особистісний розвиток виявлено у 66% дітей, тоді як негармонійний – у 34%. Представники гармонійного типу характеризуються позитивним самосприйняттям, акцентуючи увагу на таких якостях, як доброта, працьовитість та чесність. Їхні домінуючі цінності зосереджені на соціально значущих аспектах, зокрема на взаємній підтримці, вірності у дружбі, готовності допомагати іншим та підтримці гармонії у соціумі. Крім того, такі діти характеризуються високим рівнем самооцінки та задоволеності собою. При цьому негармонійний тип особистісного розвитку може свідчити про наявність тривожних, депресивних або конфліктних станів у дитини.

## **ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ АРТТЕРАПІЇ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

### **3.1. Програма особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії та її експериментальна апробація**

Сучасна освіта та психологічна практика дедалі більше орієнтуються на всебічний розвиток особистості дитини, що передбачає формування її емоційної, когнітивної та соціальної сфери. Особливо важливим є підтримка дітей молодшого шкільного віку, які перебувають на критичному етапі становлення самосвідомості, комунікативних навичок і внутрішньої мотивації до навчання. У цьому контексті розробка програми особистісного розвитку з використанням арттерапії набуває особливої актуальності, оскільки арттерапевтичні методики сприяють гармонійному розвитку емоційної сфери, самовираженню, подоланню тривожності та формуванню позитивної самооцінки.

Мета програми – сприяти гармонійному особистісному розвитку дітей молодшого шкільного віку за допомогою методів арттерапії.

Завдання програми:

1. Розвивати емоційну компетентність дітей, здатність усвідомлювати та адекватно виражати власні емоції.
2. Формувати соціальні навички, зокрема взаємоповагу, співпрацю, емпатію та конструктивне вирішення конфліктів.
3. Підвищувати рівень позитивної самооцінки та впевненості у власних можливостях через творчі арттерапевтичні практики.
4. Стимулювати креативне мислення та самовираження дітей через малювання, ліплення, казкотерапію та інші форми арттерапії.
5. Сприяти розвитку комунікативних навичок та інтеграції у колектив шляхом групових арттерапевтичних вправ і ігор.
6. Забезпечувати підтримку психологічного благополуччя дітей, знижуючи рівень тривожності та емоційного дискомфорту.

7. Створювати умови для усвідомлення та прийняття власних ресурсів і здібностей, формування відповідального ставлення до себе та оточуючих.

Зміст і структуру програми особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії узагальнено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

**Програма особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії**

<b>Тема заняття</b>	<b>Мета заняття</b>	<b>Вправи та ігри</b>
Мій внутрішній світ	Розвиток здатності розпізнавати власні емоції та настрої, формування емоційної саморегуляції	Малювання емоцій («Мій настрої сьогодні»), «Емоційні пантоміми», «Дерево настрою», «Маски емоцій», гра «Вгадай настрої»
Кольори мого настрою	Формування навичок експресії емоцій через кольорові образи, розвиток творчого самовираження	Малювання кольорових картин настрою, «Моя кольорова історія», гра «Вгадай настрої за кольором», вправи «Кольорові емоційні стрибки», «Кольорові асоціації»
Я і мої друзі	Розвиток соціальних навичок, вміння будувати взаємини, співпраці та емпатії	Створення колажу «Ми разом», гра «Ланцюжок компліментів», «Сонечко дружби» (кожен промінь – позитивна риса друга), «Мікрофон довіри», рольові ігри на взаємодію
Моя улюблена казка	Розвиток уяви та креативності, формування навичок інтерпретації художніх образів	Малювання персонажів казки, ліплення героїв з пластиліну, гра «Розкажи по-своєму», «Казкові пригоди» (імпровізаційна гра), «Казковий театр тіней»
Чарівний образ Я	Підвищення самооцінки та позитивного самовідчуття, формування внутрішнього ресурсу	Малювання «позитивного героя», вправи «Мій супергерой», колективне обговорення образів, гра «Сильні сторони», «Чарівний плащ самовпевненості», «Скарб власних ресурсів»
Мої страхи і тривоги	Освоєння навичок розпізнавання та вираження страхів, розвиток емоційної стійкості	Малювання страхів («Мій страх на папері»), моделювання з пластиліну («Створюю страх, щоб його зрозуміти»), гра «Перетвори страх на силу», «Маска страху», «Страхові казки» (розігрування страхів у безпечному форматі)
Мої досягнення	Розвиток усвідомлення власних успіхів та позитивної самооцінки	Візуалізація досягнень («Дерево успіхів»), гра «Мій маленький герой», обговорення досягнень однолітків, «Медаль за себе», «Пляма гордості» (малювання своїх успіхів)
Місто моїх мрій	Стимулювання творчого мислення, формування навичок планування та мрійництва	Створення спільного «Міста мрій», гра «Мрійливий архітектор», вправи «Що я хочу створити?», «Мапа бажань», «Будуємо майбутнє разом» (колективна композиція)
Подарунок друзям	Розвиток співпраці та емпатії, формування соціальної відповідальності	Колективне створення подарунків, гра «Передай добро далі», вправи «Що я можу подарувати друзям?», «Кольорові побажання», «Ланцюг дружби» (кожен учасник додає елемент у спільну роботу), «Чарівний конверт» (подарунок зі словами підтримки)

Мій майбутній день	Формування цілепокладання, планування власного розвитку, розвиток уяви	Малювання «Мій ідеальний день», гра «Моя майбутня пригода», вправи «Кроки до мети», «Дерево планів», «Мрійливий калейдоскоп», «Моє завтрашнє я»
--------------------	--	---

Охарактеризуємо зміст занять програми особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії.

Заняття 1 «Мій внутрішній світ» спрямоване на формування усвідомлення власних емоцій, розвиток здатності до самовираження та саморегуляції у дітей молодшого шкільного віку. Під час заняття використовувалися різноманітні арттерапевтичні техніки, що дозволяли дітям наочно відобразити свої внутрішні переживання через кольори, форми та образи. Однією з ключових вправ була гра «Кольоровий настрій», у рамках якої діти обирали кольори, що відповідали їхньому емоційному стану на початку заняття, та пояснювали свій вибір групі. Це дозволяло педагогам і соціальним працівникам оцінити емоційний фон дітей і виявити особливості їхнього самосприйняття. Далі учасники залучалися до вправи «Малюнок емоційного дерева», де кожен малював дерево, на якому гілки, листя та плоди символізували різні переживання та настрої. Під час роботи педагог стимулював дітей до словесного опису своїх малюнків, що сприяло розвитку емоційної грамотності. Гра «Мозаїка настроїв» допомагала дітям експериментально поєднувати різні емоційні стани в одному творі, що розвивало їхню творчість і здатність до інтеграції внутрішніх переживань. Особливу увагу приділено аналізу малюнків дітей у процесі спільного обговорення, коли вони ділилися власними відчуттями та асоціаціями. Вправа «Емоційний колаж» передбачала використання вирізок, фарб та інших матеріалів для створення образів власного настрою, що дозволяло дітям експериментувати з формами вираження емоцій і підвищувало їхню мотивацію до участі. Використання арттерапевтичних ігор та вправ стимулювало позитивну самопізнавальну діяльність і зміцнювало емоційний контакт у групі.

Заняття 2 «Кольори мого настрою» спрямоване на розвиток здатності дітей молодшого шкільного віку усвідомлювати та виражати власні емоції

через кольори, образи, що стимулює емоційну компетентність, творче самовираження. На початку заняття було проведено гру «Емоційне тепло», під час якої діти обирали кольори, що відображали їхній поточний настрій, і пояснювали свій вибір групі, що створювало умови для вербалізації емоцій і розвитку емоційної грамотності. Наступним етапом стала вправа «Малюнок емоційного кола», у якій діти відображали свої переживання у вигляді кругових композицій, поєднуючи кольори та форми відповідно до внутрішніх станів. Для розвитку асоціативного мислення та уяви застосовувалася гра «Магічні фарби», де кожен обирав кольори для створення образів власного настрою та настрою інших учасників, пояснюючи свою творчу концепцію. Вправа «Емоційна мозаїка» дозволяла дітям експериментувати з поєднанням різних кольорових елементів, що стимулювало творчість і формувало навички інтеграції емоційних станів у художньому образі. Використання арттерапевтичних технік сприяло розвитку у дітей здатності до саморефлексії, усвідомлення власних почуттів та навчання конструктивного вираження емоцій. На завершальному етапі заняття використовували гру «Кольорові історії», де діти описували свої роботи, пов'язуючи кольори та образи з конкретними подіями чи емоціями.

Заняття 3 «Я і мої друзі» було спрямоване на розвиток соціальної компетентності дітей молодшого шкільного віку та формування умінь усвідомлювати свої взаємини з однолітками через творчі форми самовираження. На початку заняття проводилась гра «Мій колір настрою в дружбі», під час якої діти обирали кольори, що символізували їхні почуття до друзів, та пояснювали свій вибір групі, що сприяло розвитку емоційної грамотності та вербалізації соціальних переживань. Наступним етапом була вправа «Дерево дружби», де учасники малювали дерево та додавали на нього листочки, що символізували їхніх друзів та позитивні якості, які вони цінують у взаєминах. Для розвитку співпраці та взаєморозуміння застосовувалася гра «Мозаїка командних відносин», у якій діти створювали спільний колаж, поєднуючи індивідуальні елементи своїх образів дружби. Вправа «Мої друзі – моє відображення» дозволяла кожній дитині відобразити у колажі власні взаємини з однолітками, використовуючи вирізки, малюнки та символи, що

стимулювало саморефлексію та усвідомлення соціальних ролей. Педагог заохочував дітей обговорювати власні роботи, звертати увагу на емоції та переживання, які виникали під час створення колажу, що сприяло розвитку навичок конструктивної комунікації. Вправи «Портрет друга» та «Ланцюжок позитивних рис» дозволяли учасникам відображати сильні сторони своїх однолітків та співвідносити їх із власними переживаннями, формуючи емпатію та здатність до підтримки інших. Гра «Обмін емоціями» передбачала взаємне обговорення колажів та обмін позитивними повідомленнями, що зміцнювало групову згуртованість і соціальну довіру. Вправи «Колаж бажань» і «Скарбниця дружби» розвивали у дітей здатність бачити перспективи взаємин і цінувати дружні зв'язки. Гра «Дружні пазли» сприяла розвитку кооперації, коли кожна дитина додавала елемент до спільної роботи, підкреслюючи важливість взаємодії та співпраці.

Заняття 4 «Моя улюблена казка» було спрямоване на розвиток уяви, емоційної чутливості та творчих здібностей дітей молодшого шкільного віку через арттерапевтичні методи. На початку заняття проводилась гра «Мій казковий настрій», під час якої діти обирали кольори, образи, що символізували їхній внутрішній стан, пов'язаний із казковими сюжетами, та пояснювали свій вибір групі. Наступним етапом була вправа «Обери свого героя», де учасники визначали персонажа казки, який їм найбільше близький, і описували його риси та поведінку. Для розвитку креативного мислення та навичок візуалізації застосовувалася гра «Малюймо разом», у якій діти спільно створювали панораму улюбленої казки, комбінуючи індивідуальні елементи. Вправа «Казкові маски» дозволяла дітям виготовляти маски персонажів, що стимулювало відчуття емоційного співпереживання та формування навичок вираження емоцій через образи. Гра «Сюжетна ланцюжок» передбачала створення спільного казкового сюжету, де кожна дитина додавала свою подію чи персонажа, що сприяло розвитку комунікативних та колективних умінь. Вправа «Мій герой у реальному житті» допомагала дітям співвідносити риси персонажів із власним досвідом та усвідомлювати власні сильні сторони. Використовувалися також вправи «Малюнок емоцій» і «Казкова мапа пригод»,

що дозволяли відтворювати емоційні переживання та сюжетні елементи казок у творчих роботах. Гра «Обмін історіями» передбачала взаємне ознайомлення дітей із казковими образами та обговорення символіки, що сприяло розвитку вербальної рефлексії та емпатії. Застосування арттерапевтичних технік у поєднанні з творчими іграми стимулювало розвиток самовираження та позитивної самооцінки.

Заняття 5 «Чарівний образ Я» спрямоване на розвиток самосвідомості, позитивного самовідчуття та емоційної стабільності дітей молодшого шкільного віку через використання арттерапевтичних методик. На початку застосовувалася гра «Мій внутрішній світ», де діти асоціювали власні емоції та риси характеру з кольорами, формами та символами, що дозволяло усвідомити власні позитивні якості. Наступним етапом була вправа «Створи свого героя», в якій кожна дитина конструювала образ власного «позитивного героя», надаючи йому особливі риси, здібності та символічні атрибути. Гра «Розкажи про героя» передбачала опис персонажа іншими дітьми та обговорення його якостей, що сприяло розвитку комунікативних навичок, уміння слухати та висловлювати власні думки. Вправа «Малюнок емоцій героя» дозволяла дітям передати внутрішній стан героя за допомогою кольору, форм та ліній, стимулюючи емоційне вираження та саморефлексію. Гра «Сила мого героя» спрямовувала дітей на усвідомлення власних ресурсів, умінь долати труднощі та конструктивно реагувати на стресові ситуації. Вправа «Мозаїка якостей» полягала у створенні колективної композиції, де кожен учасник додавав елемент, що символізував його позитивні риси, формуючи відчуття співпраці та взаємопідтримки. Гра «Живий портрет героя» включала театралізовані елементи, де діти відтворювали пози, жести та міміку героя, що сприяло розвитку невербальної комунікації та самовираження. Застосовувалася вправа «Моя суперсила», у якій діти формулювали сильні сторони та показували, як їх можна використовувати, що формувало позитивне самоусвідомлення та почуття компетентності. Гра «Обмін суперздібностями» передбачала взаємне обговорення позитивних якостей однокласників, що стимулювало розвиток емпатії та взаємоповаги. Вправа «Казкова трансформація» дозволяла дітям

увияти себе у ролі героя та прожити казкову ситуацію, що сприяло емоційній розрядці та розвитку уяви.

Заняття 6 «Мої страхи і тривоги» мало на меті дослідження емоційного світу дитини та формування навичок вираження власних страхів і тривог у безпечній творчій формі. Під час заняття діти спершу брали участь у вправі «Мій хвилюючий день», у якій вони малювали моменти, що викликають у них тривогу, використовуючи кольорові олівці та фломастери. Наступним етапом була гра «Емоційний калейдоскоп», де кожна дитина вибирала кольори і форми, які відображають її внутрішні переживання, і пояснювала свій вибір однокласникам, що сприяло розвитку вербальної емоційної експресії та усвідомлення власних відчуттів. Вправу «Створюємо емоційних ляльок» діти виконували з пластиліну або паперу, моделюючи страхи у вигляді фігурок, що дозволяло символічно відтворити внутрішні переживання та зменшити емоційне напруження. У процесі заняття активно застосовувалися техніки релаксації, зокрема «Дихальна хвиля», під час якої діти відчували ритм дихання, що сприяло саморегуляції та зниженню рівня тривожності. Вправа «Скринька тривог» дозволяла дітям намалювати або написати свої страхи на картках і символічно «покласти» їх у спеціальну коробку, що давало їм відчуття контролю над емоціями. Вправа «Малюнок-захисник» передбачала створення образу, який символізує силу та безпеку, що сприяло підвищенню рівня самовпевненості. Під час вправи «Малюнок-переживання» діти зображали ситуації, що їх лякають, а потім трансформували їх у позитивні образи, що допомагало опанувати внутрішній ресурс подолання стресу. Використання вправи «Карта емоцій» дозволяло дітям класифікувати свої тривоги та страхи за видами і інтенсивністю, що сприяло розвитку емоційної грамотності. Техніка «Рука підтримки» залучала дітей до створення спільного плаката, де кожен «підтримував» іншого через малюнок або напис, що формувало соціальну взаємопідтримку. Під час гри «Маски настрою» діти створювали маски, які відображають різні емоції страху та тривоги, що допомагало відокремлювати емоційний стан від власної особистості.

Заняття 7 «Мої досягнення» було спрямоване на формування усвідомлення власних ресурсів, розвитку позитивної самооцінки та мотивації до подальшого саморозвитку. Робота починалася з ігрової вправи «Скарбниця успіхів», під час якої діти обговорювали свої невеликі перемоги у школі та вдома, що сприяло створенню позитивного емоційного фону та активізації рефлексивних процесів. Наступним етапом була вправа «Дерево досягнень», під час якої кожен учасник малював дерево, на гілках якого позначав власні успіхи та вміння, що дозволяло візуалізувати власні досягнення у конкретній і образній формі. Особливу увагу приділяли кольоровому оформленню дерева, оскільки вибір кольорів відображав емоційне забарвлення досягнень і внутрішню самооцінку. Далі використовували гру «Мозаїка перемог», у якій діти створювали колаж із символічних зображень своїх успіхів, що стимулювало творче мислення та формувало здатність інтегрувати різні аспекти свого досвіду. Під час вправи «Щоденник радості» учасники відтворювали на папері моменти, які викликали гордість або задоволення, тим самим зміцнюючи усвідомлення власних позитивних якостей. Наступним етапом було групове обговорення у форматі «Ланцюг компліментів», де діти вчилися визнавати досягнення одне одного, що сприяло розвитку емпатії та комунікативних навичок. Вправа «Підніжжя успіху» полягала у створенні символічного п'єдесталу, на якому учасники розміщували свої досягнення, що допомагало наочно структурувати власні перемоги і підкреслювало їх значущість. Під час заняття використовувалися методи візуалізації, які дозволяли дітям відчувати власну активну позицію у процесі розвитку. Вправа «Зіркова доріжка» полягала у створенні на папері дороги з власних маленьких і великих успіхів, що стимулювало послідовне усвідомлення процесу досягнень. Упродовж заняття діти активно використовували кольорові олівці, фарби та аплікаційні матеріали, що забезпечувало багатомодальну експресію.

Заняття 8 «Місто моїх мрій» мало на меті стимулювання творчого мислення, розвитку уяви та формування соціальних навичок через колективну художню діяльність. На початку заняття педагог створював емоційно безпечну атмосферу за допомогою вправи «Коло настрою», під час якої діти

висловлювали свій настрій за допомогою кольору чи жесту, що сприяло налагодженню довіри у групі та готовності до спільної роботи. Основна частина заняття передбачала колективне створення «Міста мрій» на великому аркуші паперу, де кожна дитина мала змогу додати власні фантастичні будівлі, вулиці, парки та персонажів, використовуючи техніку малювання, аплікації. Під час роботи застосовувалася гра «Будівельники майбутнього», що допомагала дітям домовлятися про розташування елементів міста, розвивати навички спілкування та співпраці. Психолог активно стимулював дітей до обговорення вибраних кольорів, форм та образів через вправу «Місто моїх бажань», що сприяло розвитку уяви. Особливу увагу приділяли моделюванню персонажів, які уособлювали мрії та прагнення дітей, через гру «Герої мого міста», що формувало навички самовираження та емоційної регуляції. У ході створення колажу заохочували дітей пояснювати значення своїх елементів, що сприяло розвитку усвідомлення власних бажань та цінностей. Для підсилення емоційного контакту застосовували вправу «Передай настрої другу», коли дитина відтворювала свій образ або елемент міста, а інші мали його інтерпретувати, що стимулювало розвиток емпатії та уваги до деталей. Протягом заняття використовувалися різні техніки – акварель, фломастери, кольоровий папір, клей, що дозволяло дітям вільно виражати свої творчі ідеї та експериментувати з матеріалами.

Заняття 9 «Подарунок друзям» спрямоване на розвиток комунікативних навичок, емпатії та здатності до спільної творчої діяльності. На початку заняття проводилася гра «Привітання кольорами», під час якої діти за допомогою різнокольорових карток висловлювали власні емоції та настрої, готуючись до творчої роботи. Наступним етапом було обговорення цінності дружби та взаємопідтримки через вправу «Мій друг – це я», що дозволяло учасникам усвідомити власну роль у колективі та взаємозв'язок між друзями. Потім діти розпочинали основну творчу діяльність – виготовлення подарунка для друга за допомогою колажу або аплікації, використовуючи папір, тканину, кольорові олівці та фломастери. В процесі роботи активно застосовувалася вправа «Творча лінія», під час якої кожна дитина доповнювала частину роботи

товариша, створюючи спільний образ подарунка. Звертали увагу на взаємопідтримку, співпрацю та висловлювання позитивних оцінок, заохочуючи дітей до конструктивного коментаря та похвали одне одного. Особлива увага приділялася вправі «Секретний символ», коли кожен учасник додавав у подарунок маленький символ, що відображав його почуття, тим самим формуючи емпатійне сприйняття. Діти вчилися координувати свої дії, домовлятися про спільний план роботи та враховувати побажання товаришів. Під час заняття стимулювали дітей до творчих експериментів та пошуку оригінальних рішень, використовуючи техніку «Мікс матеріалів», що поєднувала різні види матеріалів і текстур. Заняття завершувалося вправою «Вручення подарунків», де кожен учасник презентував свою роботу другові, висловлюючи позитивні емоції та вдячність.

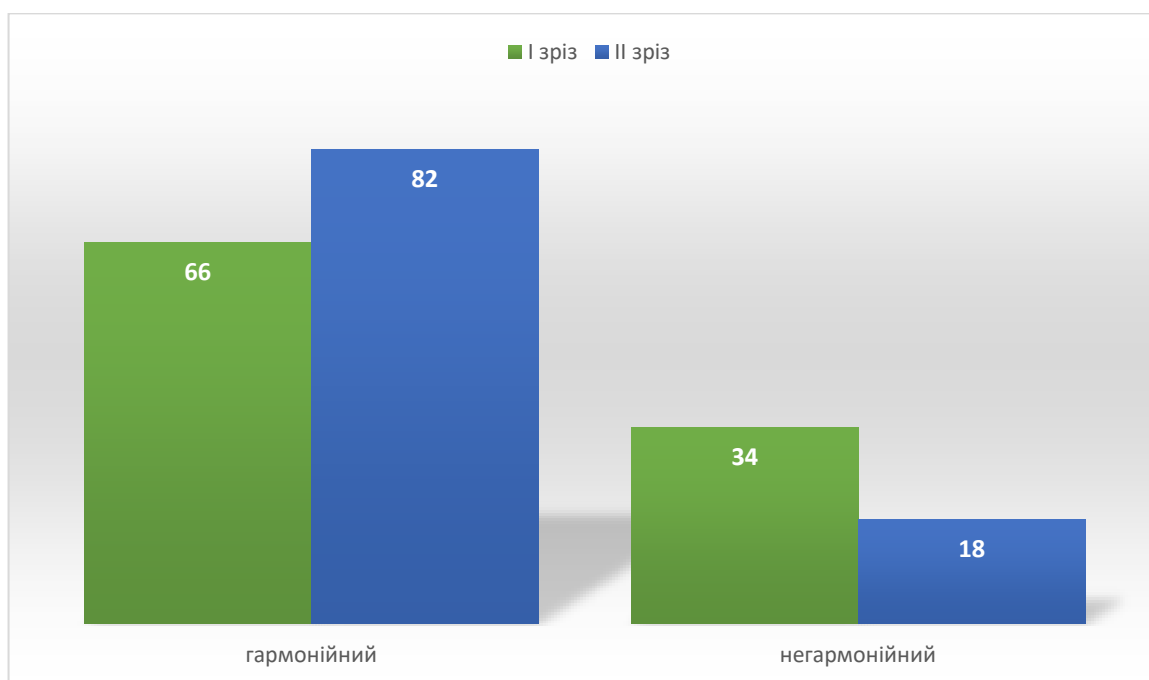
Заняття 10 «Мій майбутній день» було спрямоване на розвиток уяви, самовираження та усвідомлення особистих цілей і мрій. На початку заняття проводилася гра «Кольоровий настрій», під час якої діти за допомогою різнокольорових карток демонстрували власний емоційний стан, готуючись до творчої діяльності. Наступним етапом була вправа «Мрія в словах», де кожна дитина мала змогу описати свої бажання та цілі у короткому реченні, що сприяло розвитку мовленнєвої компетентності та усвідомленню власних прагнень. Основною частиною заняття було створення індивідуальної роботи «Мій майбутній день» – діти малювали власне уявлення про день, який би їм хотілося прожити, використовуючи кольорові олівці, фломастери, фарби та аплікаційні матеріали. Під час виконання творчого завдання активно застосовувалася вправа «Мозаїка цілей», коли діти комбінували власні малюнки з елементами, запропонованими педагогом, для формування цілісного образу бажаного дня. Використовувалася також вправа «Творчий діалог», що передбачала обговорення окремих елементів малюнка з товаришем, стимулюючи розвиток навичок комунікації та емпатії. Діти мали можливість висловлювати власні почуття і враження через кольори та образи, що сприяло розвитку емоційної чутливості. Психолог заохочував застосування техніки

«Мікс матеріалів», що поєднувала різні текстури та матеріали, стимулюючи креативне мислення.

Результати упровадження програми особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії наведено на рис. 3.1.

Як бачимо, гармонійний особистісний розвиток спостерігається у 82% дітей (було у 66%), тоді як негармонійний – у 18% (було у 34%).

Програма особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії виявилася ефективною, оскільки під час її реалізації спостерігалася помітна позитивна динаміка емоційного та соціального розвитку учасників. Діти стали більш впевненими у власних здібностях, активніше виражали свої почуття та емоції, а також проявляли підвищену зацікавленість у спілкуванні з однолітками. Арттерапевтичні методи, такі як малювання, моделювання, створення колажів та колективних робіт, сприяли розвитку творчого потенціалу, уяви та самовираження. Вправи «Мій внутрішній світ», «Кольори мого настрою», «Я і мої друзі» та інші стимулювали дітей до рефлексії власних переживань і вміння визнавати почуття інших.



**Рис. 3.1. Результати упровадження програми особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії**

Окрім того, спостерігалось підвищення рівня емпатії, формування навичок взаємодії в групі та розвиток позитивних соціальних якостей. Практики, спрямовані на моделювання страхів і тривоги, допомогли учасникам навчитися розпізнавати й проговорювати складні емоції, що зменшувало рівень тривожності та сприяло емоційній стабільності. Візуалізація власних досягнень і майбутніх цілей стимулювала розвиток самооцінки та мотиваційних ресурсів. Колективні проекти, такі як «Місто моїх мрій» та «Подарунок друзям», сприяли формуванню у молодших школярів навичок командної взаємодії та почуття відповідальності за спільний творчий результат.

Отже, застосування арттерапевтичних технік у межах програми сприяло комплексному розвитку особистості дитини, включаючи емоційний, соціальний, когнітивний та творчий аспекти. Ефективність програми підтверджено позитивними змінами в поведінці дітей, їхній здатності до самовираження та конструктивної взаємодії з оточенням, що свідчить про доцільність подальшого використання арттерапії у практиці розвитку молодших школярів.

### **3.2. Рекомендації вчителям і батькам щодо гармонізації особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії**

Сучасне суспільство висуває нові вимоги до всебічного розвитку дітей, що передбачає не лише формування пізнавальних і соціальних компетенцій, але й підтримку емоційного та психологічного благополуччя. Особливо важливим є забезпечення гармонійного розвитку дітей молодшого шкільного віку, які перебувають на критичному етапі становлення особистості. У цьому контексті розробка рекомендацій для вчителів і батьків із застосування арттерапевтичних методик набуває актуальності, оскільки такі методи сприяють розвитку творчих здібностей, самовираженню, подоланню емоційних труднощів та формуванню позитивної самооцінки. Впровадження практичних порад і стратегій дозволяє

педагогам і батькам ефективно підтримувати індивідуальні особливості кожної дитини, гармонізувати її емоційний стан і соціальну адаптацію.

Наведемо психологічні рекомендації для вчителів щодо гармонізації особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням методів арттерапії:

1. Інтеграція арттерапевтичних методів у навчальний процес. Вчителям рекомендується систематично впроваджувати арттерапевтичні техніки під час уроків та позаурочних занять, забезпечуючи поступовий розвиток емоційної та соціальної компетентності дітей. Все це сприяє формуванню самовираження, креативності та здатності до саморегуляції. Використання малювання, ліплення та колективних творчих проєктів дозволяє дітям безпечно досліджувати власні емоції та переживання. Регулярне застосування арттерапії створює умови для гармонійного розвитку особистості на ранніх етапах шкільного життя.

2. Індивідуалізація підходів до дітей. Вчителям слід враховувати індивідуальні особливості кожного учня під час проведення арттерапевтичних занять, зокрема рівень емоційної чутливості, здібності до концентрації та інтереси. Різноманітні завдання та ігри повинні бути адаптовані до віку, психофізичних та когнітивних можливостей дітей. Індивідуалізований підхід допомагає забезпечити позитивне емоційне середовище та стимулює внутрішню мотивацію до творчої діяльності. Це сприяє розвитку самопізнання та формуванню впевненості у власних здібностях. Таким чином, кожна дитина отримує можливість максимально ефективно реалізувати свій потенціал.

3. Стимулювання емоційного самовираження. Вчителям слід заохочувати дітей до відкритого вираження своїх емоцій через різні види арттерапевтичної діяльності. Малювання емоцій, ліплення та створення колажів дозволяє дітям зрозуміти власні почуття та переживання. Регулярна практика таких вправ сприяє розвитку емоційної грамотності та зменшенню рівня тривожності. Вчитель може використовувати вправи «Мій настрій сьогодні» або «Дерево емоцій» для формування усвідомленого ставлення до власних переживань. Такий підхід підвищує психологічну стійкість дітей молодшого шкільного віку та сприяє гармонійному розвитку особистості.

4. Формування соціальних навичок дітей через їх колективну творчість. Рекомендується організувати групові арттерапевтичні завдання, що спрямовані на розвиток співпраці, емпатії та взаєморозуміння серед дітей. Спільне створення колажів, малюнків або проектів допомагає виховувати відповідальність за власний внесок та врахування думок однокласників. Ігри на взаємодію, такі як «Ланцюжок дружби» або «Сонечко компліментів», стимулюють розвиток комунікативних навичок та позитивної самооцінки. Колективні завдання також сприяють формуванню довіри між учнями та зміцненню психологічного клімату у класі. Такі практики є ефективними для інтеграції дітей у соціальне середовище школи.

5. Використання ігрових методів для розвитку когнітивних здібностей учнів. Вчителям слід поєднувати арттерапію з іграми, які стимулюють мислення, уяву та креативність. Ігри на асоціації, казкові сценарії або вправи «Моя майбутня пригода» дозволяють дітям активно мислити та приймати рішення в творчому контексті. Це сприяє розвитку навичок планування, концентрації та логічного мислення. Ігрові методи також зменшують стрес та сприяють емоційній релаксації учнів. Таке поєднання арттерапії та ігор забезпечує комплексний розвиток когнітивних та емоційних здібностей дитини.

6. Регулярне обговорення творчих робіт дітей та емоційних переживань. Вчителям слід створювати безпечний простір для обговорення результатів арттерапевтичної діяльності та власних відчуттів дітей. Рефлексія над творчістю допомагає формувати усвідомлене ставлення до власних емоцій і поведінки. Використання питань на кшталт «Що ти відчував, створюючи цю роботу?» або «Які емоції вона викликала?» сприяє розвитку самосвідомості та емоційної компетентності. Така практика зміцнює взаєморозуміння між учителем і дітьми, а також підвищує рівень довіри. Регулярне обговорення творчості дітей сприяє глибшому особистісному розвитку та саморефлексії.

7. Підтримка позитивної мотивації та заохочення творчості. Вчителям слід заохочувати дітей до активної участі у арттерапевтичних заняттях через похвалу, підтримку та визнання їхніх зусиль. Використання заохочувальних слів, медалей або символічних відзнак стимулює внутрішню мотивацію та

формує позитивне ставлення до навчання. Важливо уникати критики, яка може пригнічувати ініціативу та креативність дітей. Позитивна мотивація сприяє розвитку впевненості у власних силах та формуванню стійкої самооцінки. Це створює умови для гармонійного емоційного та творчого розвитку учнів.

8. Спостереження та індивідуальний аналіз поведінки дітей. Вчителям рекомендується уважно спостерігати за реакціями та поведінкою дітей під час арттерапевтичних занять. Аналіз творчих робіт дозволяє виявляти емоційні проблеми, рівень соціальної адаптації та інтереси кожного учня. На основі таких спостережень можна коригувати зміст занять, адаптуючи вправи до потреб дітей. Вчитель може використовувати нотатки та схеми для систематизації інформації про прогрес кожної дитини. Такий підхід сприяє індивідуальному розвитку та своєчасній підтримці емоційного благополуччя учнів.

9. Залучення батьків до процесу арттерапії. Вчителям рекомендується інформувати батьків про цілі та методи арттерапевтичної програми, а також залучати їх до спільних творчих заходів. Це сприяє формуванню позитивного сімейного середовища, підтримки творчих інтересів дітей та посилює ефект від занять у школі. Спільні проекти «Моя родина у малюнку» або «Подарунок для батьків» дозволяють покращити взаєморозуміння та емоційний контакт у сім'ї. Активна участь батьків у процесі розвитку дітей підвищує ефективність арттерапевтичної діяльності. Такий підхід формує єдину систему підтримки особистісного розвитку дітей.

10. Постійне професійне вдосконалення вчителя. Для використання арттерапевтичних методів педагогам важливо постійно підвищувати власну кваліфікацію через участь у семінарах, тренінгах та професійних обмінах досвідом. Знання нових методик та технік арттерапії дозволяє гнучко адаптувати заняття під потреби учнів та покращувати результати їхнього розвитку. Педагог, обізнаний у сучасних підходах до розвитку емоційної, соціальної та креативної компетентності, здатний створювати безпечне та стимулююче середовище для дітей. Постійне вдосконалення підвищує якість освітнього процесу та сприяє гармонійному розвитку особистості школяра.

Наведемо психологічні рекомендації для батьків щодо гармонізації особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням методів арттерапії:

1. Сприяння емоційному самовираженню дитини. Батьки мають створювати домашнє середовище, яке стимулює емоційне самовираження дитини через творчість. Рекомендується заохочувати малювання, ліплення, аплікацію та інші форми арттерапії без оцінки результату. Такий підхід дозволяє дитині без страху демонструвати свої переживання, сприяє розвитку емоційної компетентності та саморегуляції. Важливо, щоб батьки активно слухали дитину і демонстрували прийняття її творчих проявів.

2. Регулярне залучення до спільної творчої діяльності. Батьки можуть проводити час із дитиною за творчими вправами, такими як спільне створення колажів чи малювання історій. Це сприяє розвитку комунікативних навичок, співпраці та довіри між дорослим і дитиною. Систематичність таких занять дозволяє закріпити позитивні емоційні зв'язки та формує у дитини відчуття стабільності. Спільна творчість допомагає дитині усвідомити власні сильні сторони і досягнення. Важливо підтримувати атмосферу без критики і порівнянь.

3. Використання арттерапії для подолання страхів і тривог. Батьки можуть навчити дитину візуалізувати свої страхи за допомогою малюнків, ляльок або пластиліну. Така практика дозволяє дитині дистанціюватися від негативних емоцій та знайти конструктивні способи їхнього вираження. Регулярна робота з образами страхів сприяє зниженню тривожності та підвищенню впевненості у власних силах. Батьки мають обговорювати емоції дитини, допомагаючи формулювати їх вербально. Важливо не примушувати дитину малювати певний сюжет, а давати свободу вибору.

4. Заохочення саморефлексії через творчість. Батьки можуть стимулювати дитину аналізувати свої власні малюнки, описувати персонажів та ситуації, що з'являються у творчості. Це розвиває здатність до самопізнання і формує критичне мислення у доступній для дитини формі. Обговорення власних творчих робіт допомагає дитині усвідомити свої емоції та потреби. Важливо

підкреслювати унікальність і цінність дитячих ідей. Такий підхід підтримує розвиток особистісної автономії та впевненості.

5. Формування позитивної самооцінки. Через арттерапію дитина має можливість демонструвати власні досягнення та таланти. Батьки повинні підкреслювати сильні сторони дитини, заохочувати її до завершення творчих проєктів і втілення ідей. Це сприяє розвитку почуття власної гідності та впевненості у своїх можливостях. Важливо уникати порівнянь з іншими дітьми, концентруючись на індивідуальних успіхах. Такі практики формують у дитини внутрішню мотивацію до саморозвитку.

6. Стимулювання фантазії та креативності. Батьки можуть пропонувати дитині нестандартні матеріали та завдання, наприклад, створення казкових персонажів із підручних предметів або складання історій із малюнків. Такі вправи розвивають уяву та творчі здібності, сприяють гнучкості мислення. Фантазійні ігри допомагають дитині адаптуватися до соціальних ситуацій, тренують вирішення проблем та емоційну стійкість. Важливо давати свободу вибору і підтримувати ініціативу дитини. Креативні практики формують навички самовираження та саморегуляції.

7. Створення безпечного та підтримуючого середовища. Дитина має відчувати, що її емоції і творчі прояви прийняті і цінуються. Батьки повинні уникати критики та порівнянь, формуючи атмосферу довіри. Таке середовище сприяє розвитку психологічної стійкості та готовності до нових соціальних взаємодій. Важливо заохочувати дитину ділитися своїми роботами і емоціями з родиною. Це допомагає формувати впевненість дитини у власних можливостях.

8. Стимулювання соціальної взаємодії. Батьки можуть організовувати спільні творчі проєкти з братами, сестрами або друзями, що сприяє розвитку співпраці та емпатії. Арттерапія у груповому контексті допомагає дитині розвивати комунікативні навички та почуття приналежності. Важливо навчати її взаємоповазі, обговорювати емоції учасників та розвивати здатність до компромісу. Спільні творчі форми роботи формують командну взаємодію та відповідальність за спільний результат.

9. Інтеграція арттерапії у повсякденне життя. Батьки можуть щодня залучати дитину до невеликих творчих практик, таких як малювання емоційного щоденника або створення аплікацій за настроєм. Регулярність таких форм роботи сприяє формуванню стійких навичок самовираження та емоційного регулювання. Важливо підтримувати позитивне підкріплення та демонструвати власний інтерес до творчості дитини. Інтеграція арттерапії у повсякденне життя забезпечує систематичний розвиток особистісних компетенцій та емоційної зрілості. Такий підхід формує основу для подальшого гармонійного розвитку.

Отже, рекомендацій батькам і вчителям із гармонізації особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії свідчать про необхідність комплексного, системного підходу до розвитку емоційної, когнітивної та соціальної сфери дітей. Вони підтверджують, що ефективно використання арттерапевтичних методів в освітньому процесі та домашньому середовищі сприяє формуванню самосвідомості, творчого мислення, емоційної стійкості й здатності до самовираження.

### **Висновки до розділу 3**

1. Обґрунтованого й розроблено програму особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку за допомогою методів арттерапії, завданнями якої є: розвивати емоційну компетентність дітей, здатність усвідомлювати та адекватно виражати власні емоції, формувати соціальні навички, зокрема взаємоповагу, співпрацю, емпатію та конструктивне вирішення конфліктів, підвищувати рівень позитивної самооцінки та впевненості у власних можливостях через творчі арттерапевтичні практики, стимулювати креативне мислення та самовираження дітей через малювання, ліплення, казкотерапію та інші форми арттерапії. Після упровадження програми гармонійний особистісний розвиток спостерігається у 82% дітей (було у 66%), тоді як негармонійний – у 18% (було у 34%). Програма особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії виявилася ефективною,

оскільки під час її реалізації спостерігалася помітна позитивна динаміка емоційного та соціального розвитку учасників.

2. Рекомендації для вчителів акцентують увагу на створенні безпечного та підтримуючого середовища, використанні диференційованих вправ і ігор, стимулюванні міжособистісної взаємодії, а також на регулярному моніторингу емоційного стану та творчого розвитку учнів. Рекомендації для батьків підкреслюють важливість участі у творчих процесах, підтримки позитивного емоційного клімату вдома, сприяння самовираженню дитини, а також розвиток навичок спільного вирішення проблем через творчі завдання. Узагальнено, спільна діяльність педагогів та батьків із використанням арттерапевтичних практик створює умови для гармонійного розвитку особистості дитини, стимулює її внутрішній потенціал та формує позитивну установку на навчання.

## ВИСНОВКИ

Проведене у кваліфікаційній роботі теоретичне й експериментальне обґрунтування впливу методів арттерапії на формування особистості дітей шкільного віку дало змогу зробити такі висновки.

1. Визначено основні наукові підходи до визначення поняття, сутності та значення арттерапії у зарубіжній та вітчизняній психології. Психодинамічний підхід акцентує увагу на несвідомих процесах, що проявляються через художню творчість, дозволяючи виявляти внутрішні конфлікти та травми. Гуманістичний підхід підкреслює самовираження та розвиток внутрішнього потенціалу особи, сприяючи автономії, креативності та емоційному благополуччю. Когнітивно-поведінковий підхід розглядає арттерапію як метод модифікації дисфункційних переконань і емоційних реакцій через творчі практики, що активізує позитивне самовідчуття. Системний підхід наголошує на взаємозв'язках особистості з соціальним оточенням і сімейними структурами, використовуючи арттерапію для корекції соціальних та міжособистісних проблем і підтримки інтеграції в колективі. Експресивно-

творчий підхід акцентує увагу на безпосередньому процесі творчості як ресурсі розвитку, самопізнання та емоційної регуляції. Вітчизняна психологічна традиція наголошує на соціально-педагогічному значенні арттерапії, зокрема у розвитку особистісного потенціалу дітей і дорослих, інтеграції в соціальне середовище та профілактиці психоемоційних порушень. Сукупно ці підходи демонструють, що арттерапія є багатовимірним інструментом психологічної допомоги та розвитку, поєднуючи психодинамічні, когнітивні, соціальні та творчі аспекти, що забезпечує комплексний вплив на психіку, емоційний стан та поведінкові стратегії людини.

2. Розкрито вікові та психологічні передумови особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку. Показано, що молодший шкільний вік є періодом інтенсивного пізнавального та особистісного розвитку. Успішне формування сприймання, уваги, пам'яті, уяви, мислення та мовлення закладає фундамент для навчальних досягнень і гармонійного розвитку особистості. Головною характеристикою молодшого школяра є прийняття та усвідомлення власної внутрішньої позиції, що дозволяє вважати цей вік зрілим дитинством. Особистісний розвиток дітей визначається особливостями соціальної ситуації, якою є навчання у початковій школі. Провідною стає навчальна діяльність, що базується на пізнавальному інтересі та новій соціальній позиції. На розвиток особистості школяра впливають інші види діяльності, зокрема художня, музична, конструкторська та трудова. Вони сприяють розвитку уяви, інтелекту, дрібної моторики, вольових та особистісних якостей. Розповідь, малювання, музична діяльність і ліплення формують здатність до самовираження, розвитку емоційної сфери та творчих здібностей. Конструювання та виготовлення аплікацій розвивають просторове мислення та навички планування.

3. Охарактеризовано соціально-психологічні чинники впливу методів арттерапії на формування особистості дітей молодшого шкільного віку. Шкільне середовище, зокрема ставлення вчителів, наявність психологічної безпеки та адаптаційних програм, формує базу довіри й відкритості, що сприяє активному залученню дітей до творчих процесів. Сімейне середовище

забезпечує емоційну підтримку, моделює стиль виховання та впливає на характер спілкування, що визначає впевненість дитини у власних можливостях. Взаємодія з однолітками стимулює розвиток соціальної інтеграції, дружніх стосунків та здатності працювати в групі, тоді як соціальні ролі та очікування допомагають дитині усвідомити свої здібності й потенціал через взаємодію з дорослими та ровесниками. Міжособистісна комунікація під час арттерапевтичних занять сприяє розвитку навичок вираження емоцій та вербальної самопрезентації. Емоційна підтримка педагогів і фахівців мотивує до активної участі у творчості та сприяє самопізнанню й самовираженню. Нарешті, психологічний клімат у групі, який характеризується довірою, відсутністю критики та підтримкою ініціативи, створює безпечне поле для експериментування, самовираження та розвитку креативності. Взаємодія цих чинників забезпечує цілісне формування особистості дитини, сприяє розвитку її творчого потенціалу.

4. Емпірично досліджено особливості особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку. За методом самоопису найбільш вираженими уявленнями дітей про себе стали моральні якості (22%) та індивідуальні властивості (20%), тоді як зовнішність і улюблені заняття займають по 16%, негативні риси – 20%, а улюблені речі – лише 6%. За методикою «Вибір бажань» домінуючими виявилися індивідуалістичні цінності (32%), далі соціальні (28%), сімейні (24%) та духовні (16%). Деталізований аналіз показав, що найбільшу вагу мають задоволення (32%), вірність у дружбі (32%), особиста безпека (30%) та влада й впливовість (28%). За результатами методики Т. Дембо – С. Рубінштейн рівень самооцінки у дітей переважно високий у таких сферах, як чесність, скромність, доброта й працьовитість, тоді як нижчими є оцінки розуму та уважності, що відображає певну невпевненість у навчальній діяльності. На підставі інтегрального аналізу визначено, що 66% дітей мають гармонійний тип особистісного розвитку, а 34% – негармонійний. Узагальнюючи результати всіх методик, можна констатувати, що молодші школярі загалом характеризуються позитивним ставленням до себе, сформованими моральними та соціальними якостями, достатньо високою

самооцінкою і спрямованістю на соціальні взаємини, проте у частини дітей наявні труднощі з саморегуляцією, навчальною впевненістю та соціальною інтеграцією, що потребує цілеспрямованої корекційно-розвивальної роботи з використанням арттерапевтичних методів.

5. Обґрунтованого й розроблено програму особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку за допомогою методів арттерапії, завданнями якої є: розвивати емоційну компетентність дітей, здатність усвідомлювати та адекватно виражати власні емоції, формувати соціальні навички, зокрема взаємоповагу, співпрацю, емпатію та конструктивне вирішення конфліктів, підвищувати рівень позитивної самооцінки та впевненості у власних можливостях через творчі арттерапевтичні практики, стимулювати креативне мислення та самовираження дітей через малювання, ліплення, казкотерапію та інші форми арттерапії. Після упровадження програми гармонійний особистісний розвиток спостерігається у 82% дітей (було у 66%), тоді як негармонійний – у 18% (було у 34%). Програма особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії виявилася ефективною, оскільки під час її реалізації спостерігалася помітна позитивна динаміка емоційного та соціального розвитку учасників.

Рекомендації для вчителів акцентують увагу на створенні безпечного та підтримуючого середовища, використанні диференційованих вправ і ігор, стимулюванні міжособистісної взаємодії, а також на регулярному моніторингу емоційного стану та творчого розвитку учнів. Рекомендації для батьків підкреслюють важливість участі у творчих процесах, підтримки позитивного емоційного клімату вдома, сприяння самовираженню дитини, а також розвиток навичок спільного вирішення проблем через творчі завдання. Узагальнено, спільна діяльність педагогів та батьків із використанням арттерапевтичних практик створює умови для гармонійного розвитку особистості дитини, стимулює її внутрішній потенціал та формує позитивну установку на навчання. Спільна діяльність педагогів та батьків із використанням арттерапевтичних практик створює умови для гармонійного розвитку особистості дитини, стимулює її внутрішній потенціал та формує позитивну установку на навчання.

Перспективами подальшого дослідження є обґрунтування впливу методів арттерапії на формування особистості дітей підліткового віку, у порівняльному аспекті.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антропов Ю.Ф., Шевченко Ю.С. Психосоматичні розлади і патологічні звичні дії у дітей та підлітків. Київ : Клас, 2009. 304 с.
2. Багатовимірність особистості : психологічний ракурс : колективна монографія / за ред. С. Л. Грабовської, Р. І. Карковської. Львів : ЛНУ ім. Івана Франка, 2015. 374 с.
3. Белей М. Д., Тодорів Л. Д. Основи діагностичної психології. Івано-Франківськ : Тіповіт, 2008. 296 с.
4. Бех І. Д. Виховання особистості : навчально-методичний посібник. Київ : Либідь, 2003. 848 с.
5. Білоус О. В. Вікова психологія : навчальний посібник. Чернігів : ЧНПУ ім. Т. Шевченка, 2015. 308 с.

6. Бітянова М. Р. Дитина у школі : технологія розвитку. Київ : Главник, 2007. 144 с.
7. Варій М.Й. Психологія особистості : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 796 с.
8. Вереїна Л. В. Формування позитивної емоційної орієнтації «Я-образу» засобами психокорекції : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2013. 20 с.
9. Вознесенська О.Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.
10. Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей молодшого шкільного віку методами арттерапії. *Нова педагогічна думка*. 2020. №2 (102). С. 68-71.
11. Гейко Є. Психологія цілісності особистості: монографія. Кропивницький : Укр. вид-во, 2016. 384 с.
- 11а. Гірняк А.Н., Гірняк Г.С. Діалогічна взаємодія учасників освітнього процесу, як передумова та гарантія його ефективності. *Guarantees and protection of fundamental human rights as the integral element of integration of Ukraine on the EU : monografia zbiorowa*. Polska : Wydział Prawa i Administracji UWM w Olsztynie, 2019. P. 105–117.
12. Грись А. «Я-образ» як психологічний чинник соціальної дезадаптації особистості. *Соціальна психологія*. 2015. №6. С. 59-67.
- 12а. Дембіцька В.В., Гірняк А.Н. Методологічний аналіз категоріально-понятійного поля емоційно-почуттєвого розвитку дитини в контексті сімейних взаємовідносин. *Габітус*. 2024. Вип. 61. С. 118-122. <http://habitus.od.ua/journals/2024/61-2024/22.pdf>
13. Діти і соціум : особливості соціалізації дошкільного та молодшого шкільного віку : монографія / за ред. Н. В. Гавриш. Луганськ : Альма-матер, 2006. 368 с.
14. Дмитренко А. К., Чуйко Г. В. Основи гуманістичної психології : навчально-методичний посібник. Чернівці : Прут, 2012. 282 с.

- 15.Євдокімова О. О. Історія психології : навч. посіб. Харків : Харків. нац. ун-т внутр. Справ, 2020. 320 с.
- 16.Єфімова С. Самоконцепція та самооцінка особистості. *Відкритий урок : розробки, технології, досвід*. 2019. № 6. С. 86-87.
- 17.Животенко Л. Розвиток емоційного інтелекту засобами арт-методів. *Педагогічні інновації : ідеї, реалії, перспективи*. 2016. Вип. 1. С. 68-74.
- 18.Жигайло О.О. Діагностика особливостей розвитку змістових складових Я-концепції учнів молодших класів. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка*. Київ, 2017. Т. IX, ч. 1. С. 129-135.
- 19.Золотарьова А. Арт-терапевтичні ігри як засіб оздоровлення молодших школярів. *Мистецтво та освіта*. 2011. №4. С. 28-41.
- 20.Іваненко О.А. Методика формування здатності до художньо-творчої самореалізації дітей 4-5 років у школах мистецтв : автореф. дис... канд. пед. наук. Київ, 2014. 20 с.
- 21.Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії : навч. посіб. Дрогобич : Посвіт, 2015. 312 с.
- 22.Кисляк О. П., Нагорна І.І. Діагностика Я-концепції. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 1. С. 11-14.
- 23.Кіреєва У. Психологічний аналіз Я-концепції у контексті самосвідомості. *Психологія і суспільство*. 2010. № 1. С. 120-130.
- 24.Ковальчук З. Я. Історія психології : курс лекцій. Частина 2. Львів : ЛьвДУВС, 2013. 344 с.
- 25.Коробко С.Л., Коробко О.І. Робота психолога з молодшими школярами : метод. посіб. Київ : Літера, 2008. 416 с.
- 26.Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : Рад. школа, 1989. 608 с.
- 27.Крет М. В., Левчук Н. О. Арт-терапія як чинник впливу на психоемоційний стан особистості. *Нова педагогічна думка*. 2021. №2. С. 164-168.

28. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції : навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2008. 384 с.
29. Кузьменко В. Розвиток індивідуальності дитини 3–7 років : монографія. Київ : НПУ імені М. Драгоманова, 2011. 354 с.
30. Кутішенко В. П., Ставицька С. О. Психологія розвитку та вікова психологія : навчальний посібник. Київ : Каравела, 2012. 448 с.
31. Куцин Е. К. Формування арт-терапевтичної компетентності майбутніх учителів в процесі професійної підготовки : дис. ... докт. філос. за спец. 015 «Професійна освіта (за спеціалізаціями)». Мукачєво, 2021. 315 с.
32. Кучер Г. Розвиток і становлення образу Я в молодшому шкільному віці. *Наукові записки ТНПУ ім. В. Гнатюка. Сер. Педагогіка.* 2015. № 7. С. 145-149.
33. Лапченко І.О. Особливості розвитку Я-образу дитини. *Збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія : Психологія.* Київ : НПУ, 2018. Вип. 3. С. 104-108.
34. Литвинчук Л. Особливості корекційного впливу арт-терапії. *Проблеми сучасної психології.* 2019. Вип. 15. С. 26-34.
35. Локарева Г. В. Можливості використання арт-терапії в загальноосвітніх закладах. *Мистецтво та освіта.* 2016. № 4. С. 7-11.
36. Марінушкіна О. Є., Замазій Ю. О. Порадник практичного психолога. Основа, 2007. 240 с.
37. Мартиненко С.М. Основи діагностичної діяльності вчителя початкової школи : навч. метод. посіб. Київ : Сім кольорів, 2010. 262 с.
38. Мельниченко Я. Становлення у вихованців Я-концепції. *Шкільний світ.* 2016. № 45. С. 6-9.
39. Організація дитячої ігрової діяльності в контексті наступності дошкільної та початкової освіти : навч.-метод. посіб. / за ред. Г.С. Тарасенко. Київ : Слово, 2010. 320с.
40. Основи психології / за ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. Київ : Либідь, 1996. 688 с.

- 41.Островська К. Взаємозв'язок образу Я, самооцінки і ціннісних орієнтацій молодших школярів : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2013. 196 с.
- 42.Павелків Р. В. Вікова психологія : підручник. Київ : Кондор, 2015. 469 с.
- 43.Пеньковська Н. Роль самооцінки у формуванні особистості дитини. *Початкова школа*. 2002. №10. С. 5-8.
- 44.Погорільська Н. І., Синельникова Р. Ю. Історія психології : навчальний посібник. Київ : Київський університет, 2021. 223 с.
- 45.Поліщук В. М. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник. Суми : Університетська книга, 2010. 352 с.
- 46.Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. Київ : Академвидав, 2006. 424 с.
- 47.Психологу для роботи : діагностичні методики : збірник / за ред. М.В. Лемак, В.Ю. Петрищевої. Ужгород : Вид. О. Гаркуші, 2011. 616 с.
- 48.Розвивальні та корекційні заняття психолога / упоряд. Т. Гончаренко. Київ : Ред. загальнопед. газ., 2015. 120 с.
- 49.Роменець В.А. Психологія творчості : навч. посіб. Київ : Либідь, 2001. 288 с.
- 50.Роменець В.А., Маноха І.П. Історія психології ХХ століття : навчальний посібник. Київ : Либідь, 2017. 1056 с.
- 51.Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія : підручник. Київ : Академ-видав, 2005. 360 с.
- 52.Свіденська Г. М. Активний розвиток самосвідомості як запорука формування особистості молодшого школяра. *Актуальні проблеми психології*. Київ : BONA MENTE, 2012. Том 6, вип. 3. (ч.2). С. 196-199.
- 53.Світлична С.П. Особливості розвитку особистості та образу «Я» у молодших школярів. *Педагогіка та психологія*. 2009. №2. С. 127-134.
- 54.Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасека О.В. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 376 с.
- 55.Сорока О.В., Банкул Л.Д. Особливості проведення арт-терапевтичних занять з молодшими школярами. *Науковий вісник УжНУ. Серія «Педагогіка, соціальна робота»*. 2020. Вип. 23. С. 174-177.

- 56.Співак Л. М. Діагностика і корекція «Я-концепції» молодших школярів з низьким рівнем навчальних досягнень. Кам'янець-Подільський : Абетка, 2009. 200 с.
- 57.Терлецька Л. Психологія розвитку духовності засобами малюнка.Київ : Главник, 2008. 144 с.
- 58.Тертична Н.А. Історія психології : навчальний посібник. Київ : Книга плюс, 2018. 352 с.
- 59.Томчук С. М. Негативні психічні стани молодших школярів та їх корекція : навч.-метод. посіб. Вінниця : Україна, 2015. 95 с.
- 60.Федій О. А. Естетотерапія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 304 с.
- 61.Федорінов Д. Формування Я-концепції в молодшому шкільному віці. *Психолог. Шкільний світ*. 2006. № 10. С. 5-8.
- 62.Фрейд З. Психологія несвідомого. Київ : Слово, 2012. 398 с.
- 62а. Фурман О.Є., Гірняк А.Н. Розвивальна взаємодія в освітньому закладі як сфера психологічного оргвпливу. *Актуальні проблеми психології*. Т. І, вип. 55. 2020. С. 66–71. URL:<http://appsychology.org.ua/index.php/ua/arkhiv-vydannia/tom-1/vipusk-55-u-m-2020>
- 63.Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2005. 640 с.
- 64.Шпак М. М. Психологія розвитку емоційного інтелекту молодших школярів : монографія. Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2016. 372 с.
- 65.Яценко Т. Теорія і практика групової психокорекції : активне соціально-психологічне навчання : навч. посіб. Київ : Вища школа, 2004. 679 с.
- 66.Яцишина А.М. Психологічні умови корекції емоційно-деструктивної поведінки дітей молодшого шкільного віку : дис. ... канд. психол. наук. Одеса, 2021. 226 с.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### **Взірець заняття програми особистісного розвитку дітей молодшого шкільного віку з використанням арттерапії**

##### **Тема. «Справжні художники»**

**Мета:** розвивати логічне, асоціативне та креативне мислення, увагу, пам'ять, дрібну моторику руки, загальна моторику, уяву, фантазію, емоційно-чуттєву сферу, спостережливість, творчість, мовлення. Виховувати добрі та дружні стосунки, охайність під час роботи; інтерес до процесу створення мистецького образу. Вчити учнів розуміти власний емоційний стан, диференціювати та розпізнати настрої і почуття поданих в живописі; отримувати емоційне та естетичне задоволення від перегляду творів живопису

та від процесу створення власного образу (малюнку). Стимулювати дітей до використання різних технік малювання та насичувати естетичними враженнями.

**Матеріали:** рамка, обладнання для створення картини, комп'ютер, зображення емоцій – смайлики, пір'я, музичний супровід вправ.

### Хід заняття

1. Організаційний момент.

2. Ігровий момент.

- Мені зателефонували і повідомили, що картинна галерея не працює, на вашу думку, чому? (варіанти дітей)

- Тож запрошуємо Вас до нашої картинної галереї. Під час перебування в якій, як потрібно себе поводити? (варіанти дітей)

3. Вправа «Термометр емоцій».

Психолог пропонує дітям прислухатись до себе і визначити, який у них зараз настрій.



4. Кольоро-терапевтична вправа «Колір емоцій».

Психолог пропонує дітям розглянути зображення картин та поміркувати:

– Якого вони кольору?

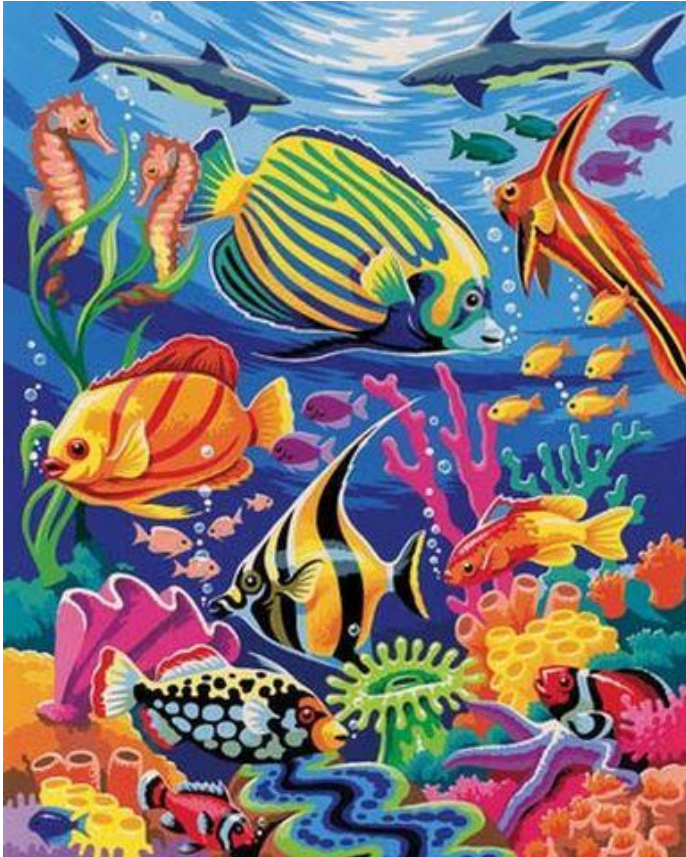
– Який настрій або відчуття викликають?

– Чи у всіх однаковий настрій?



Ван Гог. Ваза с 12 подсолнухами. 1889. The Philadelphia Museum of Art, USA







### 5. Психоемоційний етюд «Чарівна птаха».

Психолог пропонує дітям розслабитись і відпочити. Діти стають колом та заплющують очі, вмикається музика.

На дітей згори починає сипатись кольорове пір'ячко.

Психолог: дмухнув легенький вітерець, чарівна пташка пролітала неподалік і сипнула чарівним пір'ячком, яке принесло до нас. Малята розплющить ваші оченята, дивіться скільки кольорового та легенького пір'ячка до нас принесло, візьміть по пір'їнці в кожну ручку, доторкніться легенько до щічок, лобика, носика, погладьте свої ручки. Підкиньте одне пір'ячко, поспостерігайте, як повільно воно опускається до землі, потім – друге, присядьте так само повільно і обережно, візьміть по пір'їнці та пограйтеся з нею. А тепер давайте складемо це чарівне пір'ячко в мішечок та будемо з ним гратися і потім – коли втомимось.



6. Творча вправа «Оживи картину» (з елементами ТРВЗ)

Діти в рамі створюють картину, а інші вгадують, що вони зобразили.

7. Творча діяльність дітей, нетрадиційна техніка малювання – створення малюнка засипанням подрібненою крейдою.

8. Створення муралу на стіні.

9. Рефлексія заняття. Підсумок.

Станем разом ми у коло,

Скільки друзів – глянь навколо!

Ми сьогодні молодці,

Працювали від душі!