

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ

Кафедра дошкільної освіти

**ФОРМУВАННЯ У ВИХОВАТЕЛІВ НАВИЧОК ЕМОЦІЙНОГО
РОЗВАНТАЖЕННЯ ДІТЕЙ
МИСТЕЦЬКИМИ АКТИВНОСТЯМИ В УМОВАХ УКРИТТЯ**

МАГІСТЕРСЬКИЙ КВАЛІФІКАЦІЙНИЙ ПРОЄКТ
Спеціальність 012 Дошкільна освіта

Компанієць Діани Володимирівни
група ДОм-1-24-1.4д.

Науковий керівник:

Олена Анатоліївна ПОЛОВІНА
завідувач кафедри дошкільної освіти,
к. пед. н., доцент

Допущено до захисту
Протокол № 18 від 17.11. 2025 року
Завідувач кафедри
_____ Олена ПОЛОВІНА

КИЇВ-2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	2
I. ОПИСОВА ЧАСТИНА	
1.1. ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК. Теоретичні засади формування навичок емоційного розвантаження дітей в умовах укриття.....	6
1.2. МЕТОДИЧНИЙ БЛОК. Емпіричне дослідження сформованості у вихователів навичок емоційного розвантаження дітей в умовах укриття.....	17
1.3. ТЕХНОЛОГІЧНИЙ БЛОК. Методичний інструментарій формування навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття.....	28
1.4. КОНТРОЛЬНО-ОЦІННИЙ БЛОК. Перевірка ефективності апробованого методичного інструментарію.....	39
II. ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА	
Посібник « Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку» (на електронному носії та окремим зшитком)	
ВИСНОВКИ	46
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	49
ДОДАТКИ.....	53

ВСТУП

Актуальність дослідження

Проблема психологічного розвантаження дітей в умовах тривалого стресу, спричиненого воєнними діями, є надзвичайно гостро актуальною. У науковій літературі наголошується на важливості використання мистецьких активностей в укритті. Натомість, ситуація у практиці ЗДО дещо інакша: «Ми також очікуємо в укритті як і діти, нехай сидять і очікують з нами» – так висловлюються більшість педагогів, оскільки простіше шукати шляхи так званого «відпочинку» ніж зайняти дітей творчим процесом без зайвих зусиль. Численні дослідження зарубіжних вчених, зокрема ізраїльських вчених доводять важливість мистецьких активностей не тільки теорією, а й практикою.

Мистецькі активності в наш час виступають потужним засобом емоційного розвантаження, дозволяючи дітям дошкільного віку не лише відволіктися від звуків сирен, а й виразити свої почуття. Мистецько-творча діяльність дає можливість дітям вивільнити накопичені емоції, трансформуючи їх у певний продукт: візуальний та аудіальний. Мистецькі активності дарують дітям відчуття контролю над ситуацією та повертають позитивне емоційне тло, замінюючи очікування на творчий процес.

Спостереження за багатьма педагогами показують невтішну картину: мистецькі активності використовуються дуже рідко або взагалі не використовуються. Загальноприйнятою практикою можна побачити малювання та ліплення, але досить часто ці види мистецької діяльності зводиться до розмальовок, що не дозволяють дітям виразити свої емоції. Дана ситуація суперечить вимогам до освітнього процесу, який базується на нормативно-правових актах: зокрема, чинному Закону України «Про дошкільну освіту», Державному стандарту дошкільної освіти, чинними освітніми програмами для дітей дошкільного віку, що відповідають ДСДО з грифом МОН України, інструктивно-методичними листами МОН та іншими.

Як зазначено в Державному стандарті дошкільної освіти 2021 року, «Дошкільна освіта є невід'ємним складником та першим рівнем у системі освіти (нульовий рівень Національної рамки кваліфікацій), стартовою

платформою особистісного розвитку дитини. Мистецько-творча компетентність в освітньому напрямі «Дитина у світі мистецтва» спрямована на розвиток художньо-естетичного сприймання та творчого потенціалу дитини, відкриття світу мистецтва через різні види творчої діяльності, відчуття краси в навколишньому світі та самовираження через мистецтво». [5; с. 3]

В освітній програмі для дітей віком від 2-х до 7-х років мистецьким активностям приділяється належна увага. В програмі чітко описані такі мистецькі активності як: малювання (free painting), ліплення (пластичне образотворення), аплікація (конструктивне образотворення), музична діяльність (спів, слухання музики, музична гра, гра на дитячих музичних інструментах, музично-ритмічна діяльність), театральна діяльність (виконавська культура). [11]

Аналіз досліджень сучасних українських та зарубіжних науковців дозволив дійти висновків, що мистецькі активності є ефективним інструментом для емоційного розвантаження дітей в умовах війни, допомагаючи їм виразити травматичні переживання, знизити рівень стресу та відновити відчуття безпеки.

Незважаючи на значні теоретичні та методичні напрацювання українських і зарубіжних науковців, проблема використання мистецьких активностей для емоційного розвантаження дітей не знаходить належного відображення в практиці сучасних закладів дошкільної освіти. Цей розрив між теорією та практикою виникає з кількох ключових причин. Педагоги, як правило, мають низький рівень з дитячої психології та артосвіти. Їхня підготовка зосереджена на типових освітніх методиках, де мистецькі активності розглядаються винятково як спосіб розвитку дрібної моторики, а не як засіб для емоційного розвантаження. Також у багатьох закладах дошкільної освіти досі домінує орієнтація на когнітивний розвиток – підготовка до школи, вивчення літер і цифр. Це призводить до того, що емоційне розвантаження та психологічна підтримка відходять на другий план, вважаються другорядними і не отримують належної уваги.

Таким чином, суспільна та практична значущість проблеми, а також аспект її досліджуваності, зумовленим вибір теми магістерського проєкту: «Формування у вихователів навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття».

Об'єкт дослідження– емоційне розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укриття

Предмет дослідження– готовність вихователів до реалізації мистецьких активностей дітей дошкільного віку в умовах укриття

Мета дослідження полягає в створенні та апробації методичного інструментарію формування у вихователів навичок емоційного розвантаження дітей дошкільного віку мистецькими активностями в умовах укриття.

Завдання:

1. Здійснити аналіз досліджень з проблеми емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укриття.
2. Продіагностувати рівень готовності вихователів до емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укриття.
3. Апробувати методичний інструментарій формування навичок емоційного розвантаження дітей дошкільного віку мистецькими активностями в умовах укриття.

Методи дослідження– *теоретичні*: аналітичний огляд публікацій українських і зарубіжних авторів з дитячої психології, дошкільної педагогіки, артосвіти дітей дошкільного віку; *емпіричні*: метод педагогічного спостереження за діяльністю вихователів та поведінкою дітей в укритті закладу дошкільної освіти; бесіди, анкетування, експеримент.

Вид проєкту– практико-орієнтований.

Результат проєкту: методичний посібник для вихователів ЗДО «Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку».

Практичне значення дослідження полягає у створенні методичної збірки, у якій подані алгоритми мистецьких активностей для дітей дошкільного віку в укритті закладу дошкільної освіти.

База дослідження: Заклад дошкільної освіти (ясла-садок) № 242 Дарницького району м. Києва

Структура дослідження: проєкт складається з описової частини (вступ, інформаційний блок, методичний блок, технологічний блок, контрольно-оцінний блок, список використаних джерел) та практичної частини (методичний посібник «Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку»).

I. ОПИСОВА ЧАСТИНА

1.1. ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК. Теоретичні засади формування навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття

Розгляд теоретичних засад формування навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття потребує аналізу дефініційних понять теми магістерського проєкту. Важливим складником розвитку дітей дошкільного віку є емоційна сфера, оскільки жодне комунікування з соціумом та в межах родинного кола не стається без оцінки емоційного тла. Ефективне спілкування не може відбуватися без розуміння та вирізнення емоційного тла інших і керування власними емоціями. Визначальним у формуванні особистості є розуміння свого емоційного стану. Цю думку відстоює, зокрема, Н. Трофаїла у дисертації «Підготовка майбутніх вихователів до емоційного розвитку дітей дошкільного віку». Автор переконує, що «пріоритетною умовою розвитку особистості дітей дошкільного віку є формування емоцій. Особливе розмаїття емоцій дітей характеризується комплікуванням (від лат. *Complicātus* – ускладнення) відносин між предметами потребами дитини та конкретними умовами і діяльністю спрямованою на їх досягнення». Коли діти не мають точних відомостей у невизначеному стані для організації власної поведінки для потреб, тоді потрібна інша стратегія реакції. [37, с. 41]

Суголосною цій є позиція, К. Суятинової: у дослідженні «Соціалізація дітей дошкільного віку в умовах війни» автор дійшла до висновку, що «у стані війни діти дошкільного віку належать до найвразливішої категорії населення. Перебуваючи в небезпеці, в тривалому стресовому стані, дитина позбавлена нормальних умов для розвитку та освіти. Через відчуття тривоги, напруги, страху, невизначеності ускладнюється процес повноцінної соціалізації дитини. Діти, які вимушені бути переміщеними із зони активних бойових дій, стикаються з проблемою соціальної адаптації, перебуваючи в нових соціальних умовах» [36, с. 2]

Нині діти переживають дуже непрості часи і це не може не позначитися на їхньому емоційному стані. Досвід, з яким вони стикаються, часто призводить до цілого ряду психологічних труднощів. Ми помічаємо, що малюки стають більш дратівливими, неспокійними та лякливими. Наприклад, багатьох лякають гучні звуки, іноді вони навіть бояться виходити з дому. Деякі діти можуть заглибитися в себе, стати пригніченими, часто плачуть і засмучуються через дрібниці. Їм не хочеться гратися, і вони втрачають інтерес до звичних занять, які раніше приносили радість. Є й ті, хто постійно перебуває у стані занепокоєння та тривоги. Інші можуть стати надмірно дратівливими, схильними до раптових спалахів гніву чи роздратування. Їм важко зосередитися навіть в режимних моментах закладу дошкільної освіти. Особливо помітні проблеми зі сном: деякі діти прокидаються в час денного відпочинку з криками, розповідаючи про жахіття, пов'язані з пережитим.

За даними наукових розвідок (Н. Трофаїла, М. Лугова, Б. Іващишин, В. Коник та інші) різниця у реакції дітей на стрес пояснюється тим, що кожна дитина має свої психологічні індивідуальні характеристики, та кліматом у родині. На основі означених положень було виділено чинники стресу та його прояви, структуровані у таблиці 1.1.

Чинники стресу та його прояви

Чинник	Його прояв
Фізичний чинник	Діти скаржаться на головний біль; іноді заїкання та гикання; больові відчуття, які не пов'язані з будь-якими захворюваннями
Емоційний чинник	Поганий настрій та відповідне ставлення до всього; тривога і страх; плач через будь-яку дрібницю; емоційна чутливість до стресу дорослих
Когнітивний чинник	Погана пам'ять; складнощі при концентрації уваги; швидке відволікання та несприйняття інформації
Поведінковий чинник	Відсутність бажання у відвідуванні садочку та участі в освітній взаємодії; різка реакція на звуки без загрози; відсутність бажання комунікувати з дітьми в групі; порушення сну та харчування

Сучасні науковці (К. Суятинова, І. Мельничук та інші) виокремлюють стан, відомий як «посттравматичний стрес». Це типова реакція після переживання жаклих і небезпечних для життя подій. Спогади про травму

можуть бути настільки сильними, що вони мимовільно проникають у свідомість, а природною реакцією на це стає намагання їх придушити та уникати всього, що про них нагадує. Якщо дитина не отримує допомоги у вивільненні цих накопичених емоцій, це може призвести до незворотних наслідків у майбутньому. Тому педагогам украй важливо надати дітям підтримку якомога швидше, щоб не допустити тривалого перебування у стресовому стані та прискорити їхнє відновлення.

Базисне поняття «емоційне розвантаження» у науковій літературі не має чітко визначеного тлумачення. Ми послуговуємось власним визначенням, яке виокремили модифікуванням таких понять, як:

Емоції (від лат. Emovere – хвилювати, збуджувати) – психічні стани і процеси в людини і тварини, в яких реалізуються їх ситуативні переживання. Через емоції виявляється позитивне або негативне ставлення індивіда до предметів та явищ оточуючого світу, до інших людей, до себе самого. [26, с.75]

Розрядка – в Сучасному тлумачному психологічному словникові Віктора Шагара ця дефініція розглядається як процес і механізм відновлення психічної рівноваги, що забезпечує зниження рівня внутрішньо-психічної напруженості за допомогою зовнішнього реагування. Може здійснюватися, наприклад, через сміх, плач, лайку, рухи, сновидіння, невротичні симптоми тощо. [35, с. 436]

Релаксування (від лат. Relaxatio – «зменшення напруги») – розслаблення. Довільне розслаблення м'язів засновано на здатності людини подумки за допомогою образного уявлення відключати м'язи від імпульсів, що йдуть від рухових центрів головного мозку. [4, с. 2]

На основі розглянутих понять «емоційне розвантаження» визначаємо процес емансипації (від лат.emancipatio- звільнення) накопичених руйнівних емоцій дитини у супроводі дорослого, що можуть виникати унаслідок стресових ситуацій, негативного досвіду або повсякденних негараздів. Цей процес може містити різноманітні методи та активності, які сприяють відновленню психічного балансу.

А. Ільченко, К. Прокопчук, В. Поміляйко, Д. Мілова у праці виділяють такі способи емоційного розвантаження, як от:

- фізична активність: спорт, фітнес, його або прогулянка на свіжому повітрі найбільш поширені методи емансипації руйнівних емоцій;
- творча діяльність: художньо-продуктивна, театральна та музична діяльність стає ефективним засобом прояву емоцій;
- медитування та релаксування: за допомогою вивчення технік медитації і релаксації можна допомогти впоратися зі стресом і покращити загальне емоційне тло;
- Комунікування: завдяки розмові з близькими та психологічній підтримці інших можна виразити свої емоції; [15, с. 5]

Емоційне розвантаження є провідним засобом для збереження психічного здоров'я дітей. Накопичення негативних афектів та їхня хронічна сублімація асоціюються із підвищеним ризиком розвитку психопатологічних станів. Відповідно до принципів когнітивно-поведінкової нейробіології, довготривала активація гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової системи в умовах стресового впливу призводить до порушення гомеостазу та структурно-функціональних змін у лімбічній системі. Таким чином, здатності до ефективної емансипації накопичених негативних емоцій набувають критичного значення для формування стійкої психічної адаптації. Цей процес має бути ініційований починаючи з дошкільного віку, коли відбувається активний розвиток механізмів емоційної саморегуляції та соціально-емоційного розвитку. Забезпечення систематичної та адекватної експресії емоцій є запорукою для впорання з викликами, спровокованими екстремальними умовами, включно з воєнними діями. Емоційне розвантаження функціонує як ключовий буферний механізм, що мінімізує нейроендокринні наслідки травматичного досвіду та сприяє розвитку психологічної резилієнтності.

Незважаючи на позитивну значущість емоційного розвантаження, культурні, індивідуальні особливості та відмінності провокують до протилежних поглядів на емансипацію емоцій в діяльності вихователів. Для

прийняття та впровадження методів емоційного розвантаження дітей дошкільного віку певні погляди та стереотипи становлять заваду. Але насамперед, проблема полягає у тому, що вихователі не розуміють значення розвантаження дітей, часто спотворюючи його зміст або ігноруючи емоційний складник розвитку особистості, підмінюючи його знаннево-інформаційним.

О. Кочерга у публікації виокремлює ознаки розвантаження дітей, структуровані у таблиці 1.2.

Таблиця 1.2

Ознаки розвантаження дітей

Ознаки розвантаження дітей	Характеристика
Зниження емоційної напруги	Дитина в емоційному плані стає більш спокійною та розслабленою; зникає дратівливість та плаксивість; покращується настрій дитини
Емоційні прояви	Емоційний стан дитини нормалізується; реакція на навколишні події та комунікація стає раціонально врівноваженою; відбувається повернення до свого звичайного емоційного балансу
Сон	Відбувається легке засинання дитини та міцний сон; зменшуються нічні пробудження та кошмари
Підвищується концентрація уваги	Дитина стає більш зосередженою та уважною
Покращується апетит дитини	Зникають проблеми з харчуванням, пов'язані зі стресом

Для нашого дослідження цінним і актуальним є досвід Ізраїлю, зосереджений на емоційному благополуччі дітей, особливо в умовах постійної загрози. Досвід цієї країни є актуальним для освітньої практики України в умовах війни.

Вивчення досвіду Ізраїлю з означеного питання показав, що найважливішим аспектом є психоемоційна підтримка дітей. Ізраїльські педагоги та психологи наголошують на важливості використання мистецтва як засобу для зняття стресу та тривоги у дітей. Зокрема, їхній досвід показує, що інтеграція мистецьких активностей у повсякденну освітню практику, навіть в умовах підвищеної небезпеки, допомагає дітям ефективніше справлятися з травматичними подіями та зберігати психологічну стійкість. Це є цінним орієнтиром для створення адаптованих програм емоційного розвантаження в

освітніх закладах України. Акцентуючи велику увагу цьому питанню, виділяють ключові підходи, структуровані у рис.1.1.



Рис.1.1 Ключові підходи Ізраїлю

D. Vasote у своїй дисертації «Trauma Informed Practices» виділяє наступні засоби регуляції психоемоційного стану дітей, які структуровані у таблиці 1.3. [1, с. 157].

Таблиця 1.3

Засоби регуляції психоемоційного стану дітей

Засіб регуляції психоемоційного стану дітей	Характеристика
Малювання	Основною ідеєю для дітей дошкільного віку є знайти шляхи для прояву та вирішення психологічних проблем, які важко передати словами. Малювання не має на меті створення шедеврів світової класики, а націлено на можливість вільного вираження власних складних емоцій.
Ароматерапія	Цей засіб не тільки допомагає вивільнити негативні емоції у дітей, а й містить заспокійливий ефект для дитячої психіки. Ароматерапія здійснюється за допомогою ефірних олій, які позитивно впливають на нервову психіку через нюхові та дотикові рецептори.
Заспокійлива музика	Заспокійлива музика є ефективним засобом розвантаження дітей. Вона дозволяє дітям висловлювати свої емоції через музику та знайти шлях до їх вираження.
Дихальні вправи	Різні види дихальних вправи мають позитивний ефект для емансипації негативних емоцій у дітей дошкільного віку.
Тапінг	Тапінг відзначає гарні результати в розвантаженні дітей. Принцип полягає в тому, що легко треба постукувати по специфічним меридіанним точкам, але виконуються тільки в присутності дорослих.
Майндфулнес вправи	Ці вправи передбачають усвідомлення своїх думок, емоцій та досвіду. Фокус у цих здійснюється на диханні, на оточуючих звуках і навколишніх дійсності.
Логічні вправи	Завдяки концентрації уваги в цих вправах на одному завданні діти відволікаються від негативних емоцій та думок. Це дозволяє зменшити емоційну напругу, адже мозок зайнятий конструктивною діяльністю.

Суголосним для нашого дослідження є зарубіжний досвід, зокрема, Frendi Fernando, Ismawati Safitri та Trimulat у праці «Art therapy for early childhood». Автори висвітлюють різні форми артосвіти, такі як живопис, малювання та ліплення з глини, які надають дітям простір для вільного самовираження, не боячись засудження. Авторами було доведено, що арттерапія підтримує психологічний та емоційний розвиток, особливо дітей з травмою або емоційними розладами. [2, с. 35]

Цю думку відстоює, зокрема, Jessica Hoffmann, Zorana Ivcevic Pringle, Nadine Maliakkal у публікації «Emotions, Creativity, and the Arts: Evaluating a Course for Children». Автори висвітлюють мистецьке програмування як один із найперспективніших підходів до навчання творчості, оскільки воно забезпечує змістовне навчання через приємну діяльність, та описують курс для дітей, спрямований на розвиток як творчих навичок (пошук проблем і генерування ідей), так і емоційних навичок (здатність точно сприймати свої емоції, використовувати свої емоції для спрямування творчого мислення та розуміти емоції). [3, с. 3]

Українські вчені О. Половіна та І. Кондратець розглядають поняття «мистецькі активності» як засіб емоційного розвантаження дітей дошкільного віку, що допомагає виразити почуття та зняти стрес через мистецько-творчу діяльність.[24; с. 465]

Мистецькі активності мають різновекторне значення для дітей. Серед основного можна виділити:

- допомогу у висловленні почуттів не словами, а мистецькими техніками;
- відволікання від негативних думок і зосередження на творчому процесі;
- розпізнавання різних емоційних станів та знаходження способів їх вираження;
- відновлення емоційного балансу після пережитих стресових ситуацій.

О. Половіна та І. Кондратець виокремлюють базові принципи мистецьких активностей, структуровані схематично (рис.1.2.)

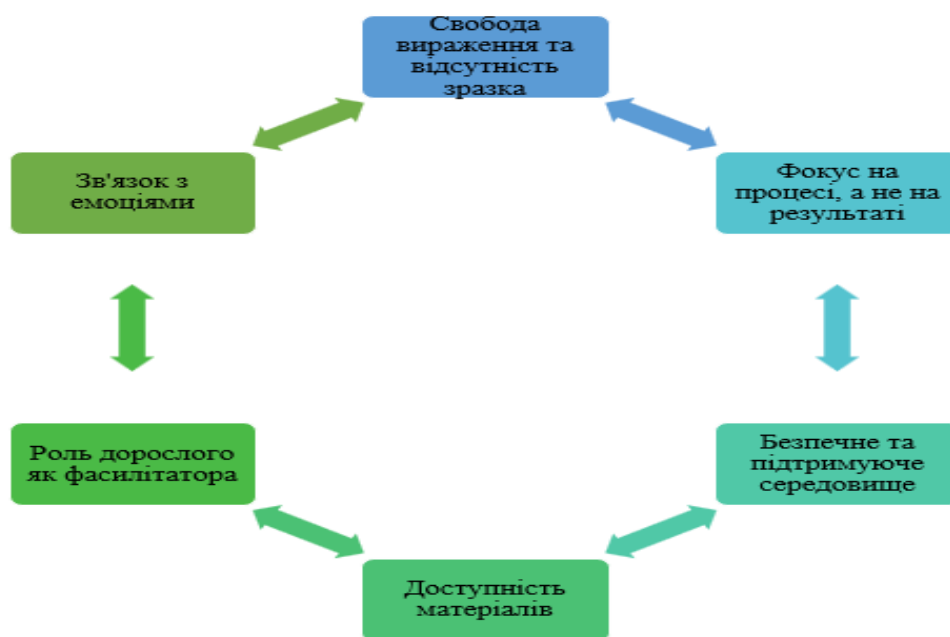


Рис. 1.2 Базові принципи мистецьких активностей

У сучасних умовах, коли діти дошкільного віку часто змушені перебувати в умовах укриття через військові дії, питання збереження їхнього психічного здоров'я та забезпечення безперервності освітнього процесу набуває критичного значення. Саме мистецько-творча діяльність визнається одним із найбільш ефективних і доступних засобів для психологічного розвантаження, зняття тривожності та підтримки емоційної стійкості. Вибір конкретних активностей вимагає ретельного науково-методичного обґрунтування, оскільки обмежений простір та особливі вимоги безпеки диктують специфічні умови до їх організації. На основі досліджень праць таких українських вчених як Ольга Дронова, Олена Половіна, Людмила Шульга, Тетяна Житнік та інших аргументовано доцільні та недоцільні в умовах укриття мистецькі активності, структуровані у таблиці 1.4. Отримане структурування не лише забезпечує науково-методичне обґрунтування вибору педагогічних інструментів, але й слугує практичним орієнтиром для вихователів, дозволяючи їм максимально ефективно використовувати мінімальні ресурси укриття для підтримки психічного здоров'я та розвитку дітей. Це дозволяє перейти від інтуїтивного

підходу до систематизованого та безпечного впровадження мистецько-творчої діяльності в екстремальних умовах.

Таблиця 1.4

Мистецькі активності в укритті

Мистецька активність		Аргументація
Художньо-продуктивна діяльність	Малювання «Free painting»	Олена Половіна у своїх публікаціях відзначає високу результативність та доцільність мистецької активності, адже вона дозволяє дітям вільно виражати емоції, не потребує складних матеріалів. Враховуючи акцент на народному мистецтві, Дронова підтримує використання елементів українських художніх промислів (наприклад, розпис, візерунки) у малюванні. Робота з такими традиційними, гармонійними формами може додатково сприяти відчуттю стабільності та психологічному комфорту. Зарубіжні дослідження Ізраїлю підтверджують ефективність та доцільність малювання для емоційного розвантаження та зняття стресу в укритті.
	Ліплення «пластичне образотворення»	Олена Половіна та Людмила Шульга у своїх працях відзначають, що ліплення позитивно впливає на дрібну моторику та емоційний стан і матеріали компактні та багаторазові. Дослідження Ізраїлю підтверджують, що ліплення є ефективною та доцільною мистецькою активністю для емоційної регуляції.
	Аплікація «конструктивне образотворення»	Людмила Сірченко розглядає аплікацію, як традиційний і на перший погляд добре знайомий педагогам вид художньо-продуктивної діяльності дошкільнят. З урахуванням особливостей дитячої психіки в умовах війни ця мистецька активність не буде тригером для дітей. На основі ізраїльських досліджень в умовах обмежених ресурсів аплікація є недоцільною, зосередження на більш простих видах творчості може бути більш ефективним.
Комунікація за творами живопису		З одного боку ця мистецька активність розвиває монологічне та діалогічне мовлення, мислення та емоційний інтелект дітей, але потребує попередньої підготовки репродукцій твору. На основі ізраїльських досліджень в умовах стресу ця мистецька активність є недоцільною, діти можуть мати труднощі з концентрацією уваги.
Музична діяльність	спів	І. Новоселецька відзначає високу результативність та доцільність цієї мистецької активності, адже вона сприяє створенню атмосфери безпеки та спокою та не потребує багато місця та матеріалів. На основі досліджень Ізраїлю музично-ритмічна діяльність в умовах обмеженого простору вважається недоцільним, більш спокійні музичні активності можуть бути кращим вибором. Також такої же думки дослідники
	слухання музики	
	музична гра	
	музично-ритмічна діяльність	
	гра на дитячих	

	музичних інструментах	притримуються і гри на дитячих музичних інструментах, оскільки у умовах стресу, діти можуть мати труднощі з контролем емоцій, а шум може злякати дитину та нанести шкоду психіці дитини
Театралізована діяльність	виконавська культура	Дослідження зарубіжних дослідників Ізраїлю підтверджують доцільність цієї мистецької активності і вважають, що театралізована діяльність сприяє розвитку соціальних навичок та емоційного інтелекту.

Значимими для магістерського проєкту є опрацювання фахових періодичних виданнях, зокрема, як от щомісячний періодичний журнал «Вихователь-методист дошкільного закладу»; спеціалізований журнал для керівника закладу дошкільної освіти «Практика управління дошкільним закладом» та журнал «Дошкільне виховання». У означених виданнях за період 2022-2025 рр. описано упровадження практиками ЗДО мистецьких активностей як засобу емоційного розвантаження дітей в укрітті. У публікаціях Ольги Байєр, Наталії Канцедал, Олександри Ясенєвої підкреслюється доцільність використання театральної діяльності для емоційного розвантаження дітей дошкільного віку.

Отже, розгляд теоретичних засад формування навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укріття дозволив відзначити, що ця проблема є надзвичайно актуальною у сучасному освітньому просторі України, особливо в умовах воєнного стану. Центральним у цьому процесі є розуміння дефініційних понять, таких як емоції, емоційне розвантаження та мистецькі активності.

Емоційна сфера є ключовим складником розвитку дітей дошкільного віку, адже ефективне спілкування та формування особистості неможливі без здатності розуміти власні емоції та емоційний стан інших. Це особливо важливо в період нестабільності та стресу, коли діти, як найвразливіша категорія населення, стикаються з тривогою, напругою та невизначеністю. Негативні емоції, такі як страх, тривога та фрустрація, виникають у дітей у ситуаціях невизначеності та браку інформації, необхідної для організації власної поведінки. Тривалий стресовий стан може призвести до значних психологічних викликів, серед яких дратівливість, неспокій, страхи, замкнутість, депресію, проблеми зі сном та зниження інтересу до звичайної

діяльності. Важливо зазначити, що реакція на стрес у кожної дитини індивідуальна і залежить від її психологічних характеристик та сімейного клімату.

Поняття «емоційне розвантаження» розглядаємо як процес емансипації накопичених руйнівних емоцій дитини у супроводі дорослого. Цей процес може включати різноманітні методи та активності, що сприяють відновленню психічного балансу. Серед ефективних способів емоційного розвантаження виділяють фізичну активність, творчу діяльність, медитацію та релаксацію, а також комунікацію з близькими.

Мистецькі активності визначені як один з найперспективніших засобів до емоційного розвантаження, особливо в умовах укриття. Вони допомагають дітям виражати свої почуття невербально, відволікатися від негативних думок, розпізнавати різні емоційні стани та відновлювати емоційний баланс. Зарубіжний досвід, зокрема Ізраїлю, підтверджує важливість використання мистецтва як засобу зняття стресу та тривоги у дітей. Мистецькі активності, що включають живопис, малювання та ліплення, надають дітям простір для вільного самовираження та підтримують їх психологічний і емоційний розвиток.

Таким чином, упровадження мистецьких активностей може слугувати провідним засобом для збереження психічного здоров'я дітей, допомагаючи їм впоратися з викликами, спровокованими стресовими ситуаціями. Важливо враховувати індивідуальні та культурні особливості, що можуть впливати на сприйняття вихователями та ефективність упровадження ними методів емоційного розвантаження. Доцільність використання театральної діяльності та інших мистецьких активностей для емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укриття підкреслюється зафіксованим у практичному досвіді вихователів.

1.2. МЕТОДИЧНИЙ БЛОК. Емпіричне дослідження у вихователів сформованості навичок емоційного розвантаження дітей в умовах укриття

Констатувальний етап педагогічного експерименту передбачав вивчення стану використання педагогами дошкільної освіти мистецьких активностей для емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в укритті. Було визначено та окреслено критерії та рівні сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження дітей дошкільного віку. Для отримання валідних результатів сформованості навичок емоційного розвантаження засобом мистецьких активностей в укритті були використані такі **емпіричні методи** як:

1. Анкетування (опитування) за допомогою онлайн-ресурсу Google form;
2. Метод педагогічного спостереження за діяльністю вихователів та поведінкою дітей в укритті закладу дошкільної освіти;
3. Бесіди з педагогами ЗДО щодо особливостей організації мистецьких активностей задля емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в укритті:

У контексті констатувального етапу педагогічного експерименту були поставлені такі основні завдання як:

1. Продіагностувати рівень сформованості у вихователів навичок емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укриття.
2. Визначити перешкоди ефективного використання вихователями мистецьких активностей для емоційного розвантаження дітей в укритті педагогами ЗДО.

Рівень сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження в умова укриття впливає з отриманих даних констатувального етапу. Метод педагогічного спостереження за діяльністю вихователів зафіксував активне використання різноманітних мистецьких активностей, що є ключовим у контексті емоційного розвантаження дітей в умовах укриття. Зокрема, вихователі застосовують малювання, ліплення, елементи музичної та театралізованої діяльності. Ці активності сприяють ефективному відволіканню дітей від стресової ситуації та створюють безпечний простір для вираження їхніх емоцій, що педагоги застосовують мистецькі активності, але не на

постійній основі, епізодично, безсистемно, або взагалі уникають будь-яких активностей в укритті.

Бесіди з педагогами виявили ними розуміння важливості мистецької діяльності для психоемоційної стабілізації дітей дошкільного віку. Вихователі наголошували, що мистецькі активності не лише допомагають дітям справлятися зі страхом, тривогою та невизначеністю, а й сприяють створенню більш комфортного та безпечного середовища в укритті. Однак було зауважено, що озвучене має інформаційний характер, а на практиці потребує певних зусиль, на які часто немає ресурсу. Таким чином, отримані дані свідчать про те, що українські педагоги впроваджують інноваційні підходи для підтримки ментального здоров'я дітей у складних умовах, але не на постійній основі через обмежений простір, відсутність належної підготовки та виснаження.

Огляд наукової психолого-педагогічної літератури та фахових періодичних видань щодо застосування мистецьких активностей в укритті дозволив окреслити критерії сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження дітей дошкільного віку, представлені на рис. 2.1.

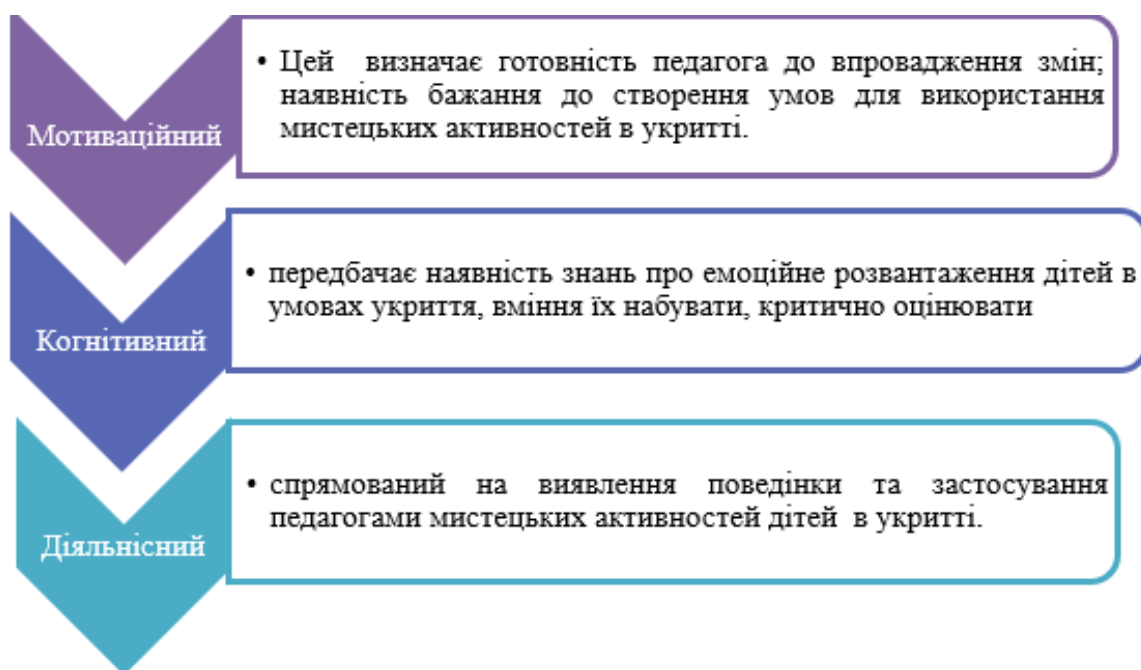


Рис 2.1. Критерії сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження дітей в умовах укриття

Навички педагогів щодо емоційного розвантаження дітей за допомогою мистецьких активностей не можна сформувані на ідеальному рівні, адже одним

із чинників впливу на їхню сформованість є постійне виникнення, що провокують вправлення. Ефективність використання вихователями мистецьких активностей в умовах укриття пов'язана з характеристикою інтенсивності діяльності. Виходячи з цього, для позначення рівнів сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження дітей дошкільного віку мистецькими активностями в умовах укриття використовуватись поняття «активний», «формальний» та «пасивний».

Активний рівень (80 % – 100 %) – вихователь вмотивований на використання у взаємодії з дітьми мистецьких активностей в умовах укриття; знає, які мистецькі активності доцільно використовувати в умовах укриття з дітьми; створює умови та заохочує дітей до різних мистецьких активностей, які мають на меті емоційне розвантаження і не є надто технічно складними.

Формальний рівень (40 % – 80 %) – вихователь недостатньо вмотивований на використання у взаємодії з дітьми мистецьких активностей в умовах укриття; має посередні знання, які мистецькі активності доцільно використовувати в умовах укриття з дітьми; недостатньо створює умови та заохочує дітей до різних мистецьких активностей, які мають на меті емоційне розвантаження та які є надто технічно складними.

У педагогів з **пасивним рівнем (0 % – 40 %)** спостерігається невмотивованість щодо використання у взаємодії з дітьми мистецьких активностей в умовах укриття; має низький рівень знань, які мистецькі активності доцільно використовувати в умовах укриття з дітьми; не створює умови та не заохочує дітей до різних мистецьких активностей, які мають на меті емоційне розвантаження та які є складними технічно та недоцільними в умовах укриття.

Для визначення у педагогів рівня сформованості навичок емоційного розвантаження дітей дошкільного віку мистецькими активностями в умовах укриття, було проведено анкетування «Застосування мистецьких активностей для емоційного розвантаження дітей в укритті». За даними цього анкетування та за допомогою методу педагогічного спостереження за діяльністю

вихователів та поведінкою дітей в укритті закладу дошкільної освіти було проаналізовано стан готовності педагогів до емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття. Критерії та рівні сформованості у педагогів ЗДО навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття представлені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Рівні готовності педагогів до формування навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в укритті

№	Критерій	Рівні		
		Активний	Формальний	Пасивний
1.	Мотиваційний	Виявляється ціннісне ставлення до формування навичок емоційного розвантаження дітей; має уявлення про значення мистецьких активностей в укритті; присутнє високе прагнення до саморозвитку та самореалізації у	наявні часткові знання у сфері використання мистецьких активностей в укритті; уміння вирішувати по шаблону, а не шукати самостійне рішення	Наявний низький рівень сформованості знань про використання мистецьких активностей в укритті для емоційного розвантаження дітей; відсутність власної креативної точки зору.
2.	Когнітивний	Наявний стійкий інтерес до використання мистецьких активностей в укритті для формування навичок емоційного розвантаження; наявне ціннісне ставлення до формування навичок емоційного розвантаження дітей; має уявлення про значення мистецьких активностей в укритті; присутнє високе прагнення до саморозвитку та самореалізації у професійній діяльності	Спостерігається недостатній інтерес до використання мистецьких активностей в укритті; не відповідальне ставлення до формування навичок емоційного розвантаження дітей; недостатнє усвідомлення значення мистецьких активностей в укритті; наявні часткові знання у сфері використання мистецьких активностей в укритті.	Відсутній інтерес до використання мистецьких активностей в укритті; відсутня мотивація до саморозвитку та спостерігається байдуже ставлення до формування навичок емоційного розвантаження дітей
3.	Діяльнісний	Педагог на високому рівні створює умови для використання мистецьких активностей в укритті для формування навичок емоційного розвантаження у дітей, «підготує» дітей до мистецьких активностей в укритті	Спостерігається недостатній рівень педагога до створення умов для використання мистецьких активностей в укритті для формування навичок емоційного розвантаження у дітей та реалізації мистецьких активностей в укритті;	Педагоги майже не застосовують мистецькі активності в укритті для формування навичок емоційного розвантаження у дітей, аргументуючи це тим, що «все і так нормально, нам же не треба емоційне розвантаження отже і їм не треба»

В анкетуванні прийняли участь 15 респондентів. Опитування реалізувалося на базі дослідження ЗДО (ясла-садок) № 242.

1.Перше запитання (рис. 2.2) було зумовлене з'ясуванням розуміння терміну «мистецькі активності» дітей. Це було відкрите питання, що дозволило респондентам максимально повно розкрити свої знання та

уявлення про різні мистецькі активності, які вони застосовують у взаємодії з дітьми дошкільного віку. Аналіз відповідей дав змогу оцінити широту та глибину їхніх теоретичних знань щодо цього важливого аспекту практики.

1. Які "мистецькі активності" взаємодії з дітьми Ви знаєте?

15 відповідей

Театральна діяльність та ліплення
Малювання, ліплення, аплікація, театральна діяльність та музична діяльність
Малювання, театр, музика
Малювання, аплікація та ліплення
Різні види театру, малювання, ліплення, аплікація
Малювання, ліплення, аплікація, комунікація на основі живопису, театральна діяльність, театральна діяльність та музична діяльність
Малювання та музична діяльність
Театральна діяльність, малювання, ліплення, аплікація, комунікація на основі живопису, музична діяльність та театральна діяльність
Художньо-продуктивна діяльність (малювання Free painting, аплікація та ліплення), комунікація на основі живопису, музична діяльність та театральна діяльність
Малювання Free painting
Ліплення, малювання, аплікація
Театральна діяльність
Малювання та ліплення
Малювання, аплікація, ліплення
Художньо-продуктивна діяльність (малювання Free painting, аплікація та ліплення), комунікація на основі живопису, театральна діяльність та музична діяльність

Рис. 2.2. Результати відповідей на питання «Які "мистецькі активності" взаємодії з дітьми Ви знаєте?»

Результати відповідей свідчать про не надто активний рівень орієнтування в темі, оскільки 80 % продемонстрованих знань є частковими та неповними щодо використання «мистецьких активностей» у взаємодії з дітьми. Проте, загалом, 20 % опитаних демонструють розуміння широкого спектру мистецьких активностей, які можуть бути використані.

Друге запитання (рис. 2.3) передбачало звернення до практичного досвіду педагога з питань застосування мистецьких активностей в укрітті. Результати показали, що більша частина респондентів (66,7 %) підтвердили використання таких активностей, тоді як 33,3 % зазначили, що не

застосовують їх. Ці дані свідчать про те, що значна частина педагогів вже інтегрує творчі підходи у свою роботу для підтримки дітей під час перебування в укритті, хоча є і значна частка тих, хто з тих чи інших причин цього не робить. Спілкування з цією частиною вихователів показало, що причинами є обмежений простір та мобільність, недостатність або відсутність матеріалів, обмеження часу, невпевненість у власних силах та власне емоційне вигорання.

2. Чи використовуєте Ви мистецькі активності з дітьми в умовах укриття?
15 відповідей

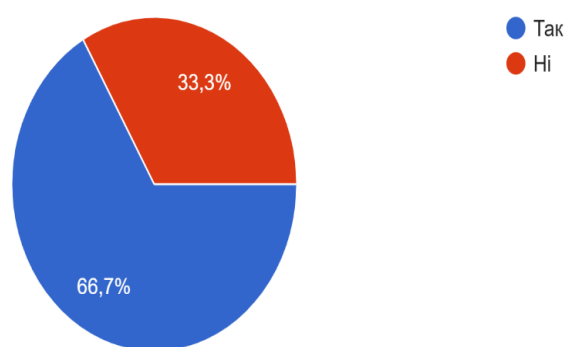


Рис. 2.3. Результати відповідей на питання «Чи використовуєте Ви мистецькі активності з дітьми в умовах укриття?»

Третє питання (рис. 2.4) мало на меті визначити рівень розуміння теми через звернення до практичного досвіду респондентів. Найчастіше загалом згадуються малювання, ліплення та театральна діяльність, що підкреслює їхню ефективність. Також значне місце займають музична діяльність та аплікація, розширюючи спектр застосовуваних творчих форм. Результати показують, що 6,67 % уточнили, що не використовують комунікацію на основі творів живопису, проте 60 % свідчать про широке і комплексне застосування мистецьких активностей. Також 33,7 % не дали відповідь на це питання. Аналізуючи відповіді респондентів, можна побачити, що вихователі знають, що таке мистецькі активності, вони використовують їх в освітній взаємодії з дітьми дошкільного віку. Однак, якщо мова йде про мистецькі активності як засіб емоційного розвантаження, то вихователі не розуміють їхній потенціал та не

володіють необхідними навичками використання мистецькими активностями в умовах укриття.

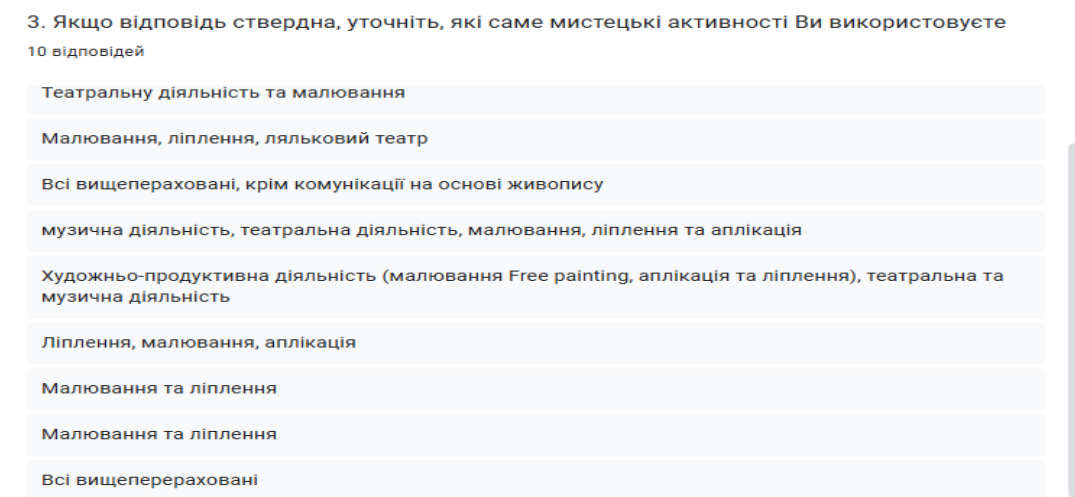


Рис. 2.4. Результати відповідей на питання «Якщо відповідь ствердна, уточніть, які саме мистецькі активності Ви використовуєте»

Наступне питання (рис.2.5.) було спрямоване на виявлення потенційних перешкод та викликів, що виникають під час організації мистецьких активностей у специфічних умовах укриття. Найбільш потенційними перешкодами учасники анкетування визначають відсутність належної підготовки 86,7 %, обмежений простір 73,3 % та власне виснаження педагогів 53,3 %. Також 26,7 % визначають нестачу матеріалів для організації мистецьких активностей в укритті і 0 % визначають недостатню підтримку з боку адміністрації, що свідчить те, що адміністрація надає підтримку в використанні мистецьких активностей в укритті і не створює труднощів.

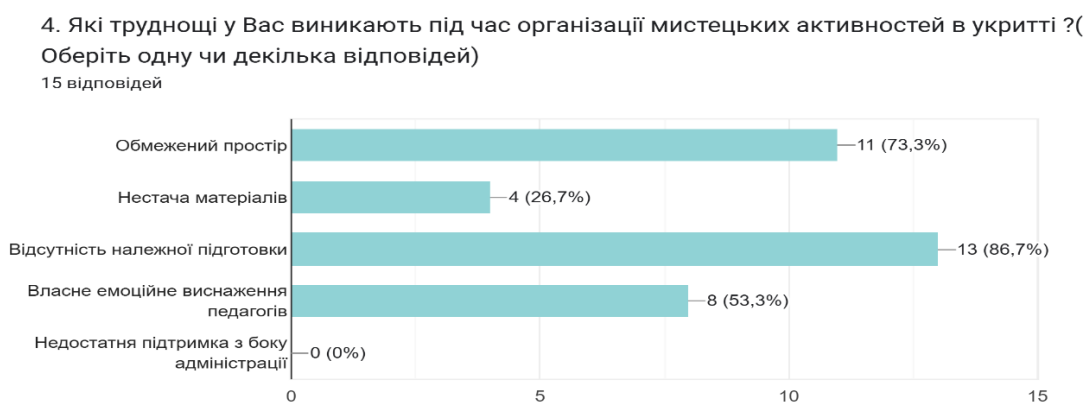


Рис. 2.5. Результати відповідей на питання «Які труднощі у Вас виникають під час організації мистецьких активностей в укритті?»

П'яте питання (рис. 2.6.) передбачало визначення педагогами ключових переваг використання мистецьких активностей з дітьми дошкільного віку саме в умовах укриття. Воно також мало на меті підтвердити, що мистецькі активності забезпечують відволікання дітей від негативних думок, створюючи відчуття захищеності та безпеки. Серед переваг було визначено: відволікання від негативних думок 73, 3 %, покращення емоційного стану 66, 3 %, вираження емоцій 53, 3 %, зниження стресу та емоційної напруги і створення відчуття контролю 46, 7 %. Отримані відповіді підкреслюють незамінну цінність мистецьких активностей для емоційного та когнітивного розвитку дітей у кризових ситуаціях.

5. Які, на вашу думку, основні переваги використання мистецьких активностей з дітьми дошкільного віку в укритті? (Оберіть одну чи декілька відповідей)
15 відповідей

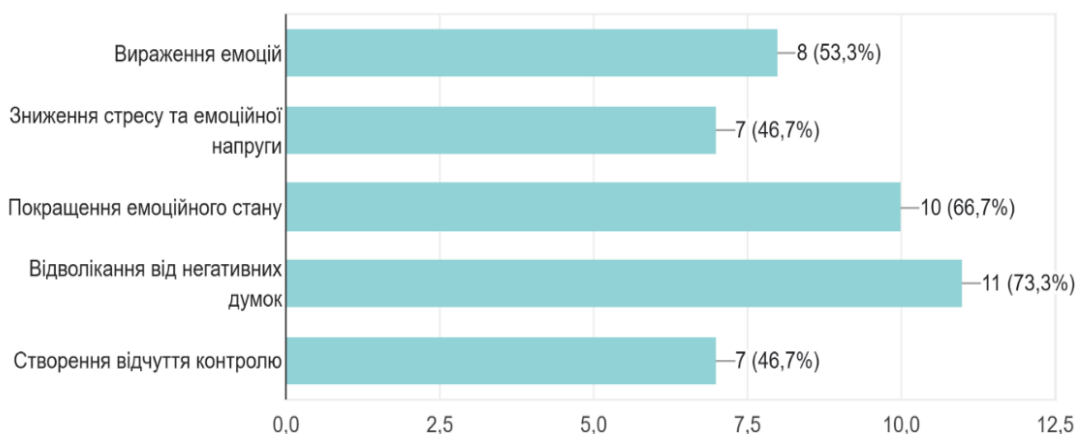


Рис. 2.6. Результати відповідей на питання «Які, на вашу думку, основні переваги використання мистецьких активностей з дітьми дошкільного віку в укритті?»

Наступним напрямом діагностики були бесіди з педагогами. Воно мало на меті з'ясувати суб'єктивне ставлення педагогів, їхню особисту вмотивованість, рівень знань та, найголовніше, ідентифікувати практичні бар'єри (причини незастосування) мистецьких активностей в умовах укриття. Переважна більшість педагогів невмотивовані та не визнають, що мистецтво є найкращим інструментом для зняття напруги та переключення уваги дітей під

час повітряних тривог. Бесіди з педагогами дозволили детально розкрити причини цього розриву. Найпоширенішою перешкодою є дефіцит простору, погане освітлення та шумові обмеження, що фізично унеможлиблює організацію рухливих ігор, гучних музичних занять або роботи з дрібними деталями. Педагоги часто стикаються з недостатністю матеріалів, а також обмеженням часу, необхідного для початку та завершення повноцінної творчої роботи в екстрених умовах. Було також зафіксовано, що власний рівень стресу та потреба у швидкому переміщенні дітей виснажує емоційний ресурс педагога, що ускладнює проведення креативних активностей. Незважаючи на загальне розуміння важливості, було виявлено значну частку педагогів, які, знаючи про доцільність, не застосовують мистецькі активності регулярно або використовують їх у мінімальному обсязі.

Третім напрямом діагностики було спостереження за педагогами. Воно мало на меті безпосередню фіксацію реальної практики педагогів щодо використання мистецьких активностей у взаємодії з дітьми саме в умовах укриття. Це дало змогу виявити, які види діяльності фактично застосовуються, як часто, та які організаційні труднощі виникають. Малювання та розмальовки (включно з малюванням олівцями чи фломастерами) – найчастіше використовуваний інструмент (понад 50% усіх зафіксованих випадків). Це пояснюється їхньою низькою ресурсоемністю та легкістю організації в умовах обмеженого простору. Ліплення з пластиліну (чи тіста) та аплікація – застосовувалися, але значно рідше, оскільки вимагають більшої кількості матеріалів та столу чи рівної поверхні. Музичні та театральні види діяльності використовувалися епізодично, переважно тими педагогами, які мали високий рівень внутрішньої мотивації. У більшості випадків педагоги не змогли ефективно організувати групу в тісних умовах, що призводило до хаосу або, навпаки, до повної пасивності (просто сиділи). Активності, що вимагали руху або значної кількості матеріалів, часто припинялися через неможливість їх безпечного проведення. Жодного разу не було зафіксовано цілеспрямованого використання мистецтва як комунікативного інструменту (наприклад,

"малювання емоцій" з подальшим обговоренням), що свідчить про дефіцит методичних знань у цій сфері. Спостереження виявили низьку регулярність застосування мистецьких активностей загалом. У випадках, коли тривога була короткочасною або виникала вночі, педагоги схилилися до мінімального втручання, зосереджуючись виключно на фізичній безпеці, залишаючи емоційне розвантаження поза увагою.

Результати напрямів констатувального етапу педагогічного експерименту дозволили відзначити, що активний рівень готовності вихователів притаманний 20 %, формальний до емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття – 47 % , пасивний – 33 %. Отримані дані були представлені на рис. 2.7.

Рис. 2.7



Проведений констатувальний етап експерименту мав на меті оцінити поточний стан використання мистецьких активностей педагогами дошкільної освіти для емоційного розвантаження дітей в умовах укриття. Дослідження базувалося на анкетуванні, педагогічному спостереженні та бесідах з вихователями, що дозволило отримати комплексне уявлення про рівень сформованості відповідних навичок.

Визначені критерії та рівні сформованості (активний, формальний, пасивний) дозволили здійснити диференційовану оцінку готовності педагогів. Загалом, результати експерименту засвідчили, що українські педагоги активно впроваджують інноваційні підходи для підтримки ментального здоров'я дітей в складних умовах.

Зокрема, 20 % педагогів демонструє **активний рівень** готовності, розуміючи важливість мистецьких активностей та ефективно застосовуючи їх у практичній діяльності для відволікання дітей від стресу та створення безпечного простору. Вони виявляють вмотивованість до саморозвитку та здатність до апробації сучасних педагогічних тенденцій.

Проте, спостерігається 47 % педагогів з **формальним рівнем** готовності, які, хоч і мають певний інтерес до сучасних підходів, застосовують мистецькі активності епізодично та безсистемно. У них відзначається недостатній рівень мотивації та певні труднощі в організації та регулюванні цієї діяльності.

Окрему увагу слід приділити 33 % педагогам з **пасивним рівнем**, які виявляють низьку мотивацію до саморозвитку, слабкий інтерес до сучасних педагогічних тенденцій і, як наслідок, взагалі уникають або мають недостатні компетентності щодо застосування мистецьких активностей як засобу емоційного розвантаження дітей в умовах укриття.

Основними перешкодами для повноцінного використання мистецьких активностей педагоги визначили відсутність належної підготовки, обмежений простір в укриттях та власне професійне виснаження. Водночас, вони чітко усвідомлюють ключові переваги таких активностей, що дозволяють відволікати дітей від негативних думок, покращувати емоційний стан та знижувати стрес.

Отримані дані підкреслюють необхідність подальшої цілеспрямованої роботи з підвищення кваліфікації педагогів, забезпеченням їх належними матеріалами та методичною підтримкою для посилення активного використання мистецьких активностей як ефективного засобу емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укриття.

1.3. ТЕХНОЛОГІЧНИЙ БЛОК. Методичний інструментарій формування навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття

З метою підвищення рівня готовності вихователів до формування навичок емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття було створено методичний посібник зі збіркою мистецьких активностей в укритті «Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку», який дасть змогу чітко та ясно для педагогів-практиків розкрити це питання та дати практичні рекомендації використання мистецьких активностей в умовах укриття.

Посібник включає в себе різноманітні мистецькі активності, які можна використати з дітьми дошкільного віку в умовах укриття. На початку передує блок «Мистецькі активності в укритті: лайфхаки модерування», який охоплює визначення основних понять, значення мистецьких активностей, описані базові принципи, якими варто керуватися у організації мистецьких активностей в укритті на основі праць зарубіжних вчених (Jessica Hoffmann, Zorana Ivcevic Pringle, Nadine Maliakkal, Frendi Fernando, Ismawati Safitri та Trimulat), розкрито особливості у організації алгоритму мистецьких активностей в укритті. Також було звернуто увагу на стереотипи, яких треба позбутися перед початком використання мистецьких активностей в умовах укриття.

Посібник містить в своїй основі різноманітні мистецькі активності для дітей 3-го, 4-го, 5-го та 6-го року життя. Запропоновані мистецькі активності для дітей орієнтовані на таких положеннях:

- Тема- орієнтована на тематику тем програми «Дитина» 2020 року з елементами інтриги в формуванні теми;
- Матеріали- були підібрані згідно переліку матеріалів для мистецьких активностей в програмі «Дитина» 2020 року з урахуванням вікових особливостей дітей дошкільного віку та адаптовані до умов укриття;

- Було розписано хід мистецьких активностей з орієнтованими питаннями, якими можна спонукати дітей до вільного вираження своїх емоцій в творчому процесі;

Під час апробації змісту методичного посібника було відмічено емоційну зацікавленість у використанні мистецьких активностей в умовах укриття для формування навичок емоційного розвантаження дітей. Цю зацікавленість було виявлено завдяки бесідах та спостереженню за діяльністю педагогів і це дало поштовх до реалізації циклу мистецьких активностей. Методичний супровід вихователів передбачав організацію семінару-практикуму та майстер-класів для вправлення педагогів у формуванні навичок емоційного розвантаження мистецькими активностями дітей в умовах укриття.

Першим етапом ознайомлення педагогів з мистецькими активностями для формування навичок емоційного розвантаження дітей в умовах укриття було проведення семінару-практикуму «Мистецькі активності в укритті: міф чи користь?». Ця форма методичної взаємодії дозволила створити відкриту дискусійну платформу, де педагоги могли обмінюватись думками, поставити запитання та висловити свої сумніви. Початкова реакція педагогів була обережною і дещо скептичною, що й відобразилось у самій назві круглого столу. Однак, завдяки мозковому штурму, практичним прикладам та міні-дискусіям, акцент був зроблений на доведенні того, що мистецькі активності є не просто розвагою, а потужним інструментом психологічної підтримки. Результатом семінару-практикуму стала Padlet дошка «Що я знаю про мистецькі активності?», де педагоги зафіксували свої знання з даної теми. В кінці семінару-практикуму педагоги продемонстрували усвідомлення цінності таких активностей, переходячи від скептицизму до зацікавленості та прийняття цих інноваційних підходів у взаємодії з дітьми в укритті.

Далі було вирішено спонукати педагогів до такої індивідуальної форми методичного супроводу, як самоосвіта. Для стимулювання педагогів було використано прийом пошуку інформації з даної теми з різних джерел. Для поширення знайденої педагогами інформації було створено дайджест на

ресурсі гугл-диск, де всі змогли завантажити свої знахідки з даної теми. Педагоги, які прийняли участь були заохочені сюрпризом. Сюрпризом був невеликий пакунок в якому знаходився заспокійливий чайний пакетик, ароматична свічка та міні-антистрес іграшка.

Наступним етапом було прийнято рішення провести серію майстер-класів «Емоційно розвантажуюсь в укритті: вільне малювання», «Емоційно розвантажуюсь в укритті: ліплення», «Емоційно розвантажуюсь в укритті: аплікація», «Емоційно розвантажуюсь в укритті: комунікація за творами живопису», «Емоційно розвантажуюсь в укритті: співаємо, слухаємо музику, граємось та граємо», «Емоційно розвантажуюсь в укритті: виконавська культура». Майстер-класи були структуровані за двома частинами: перша – інформаційна, де педагоги ознайомилися з особливостями організації кожної мистецької активності; друга – безпосередньо практичне вправління у використанні мистецьких активностей в укритті.

Майстер-клас «Емоційно розвантажуюсь в укритті: вільне малювання» акцентував увагу на такій мистецькій активності як вільне малювання. Він планувався з метою ознайомлення педагогів з особливостями організації free painting в укритті з дітьми різного дошкільного віку та практичним вправлінням педагогами в організації означеної мистецької активності. Під час взаємодії з педагогами було підкреслено важливість вільного малювання як засобу емоційного розвантаження дітей з метою вираження своїх емоцій та переживань. Інформаційний блок майстер-класу був акцентований на особливостях вільного малювання на прикладах ізраїльського досвіду (дописи в фейсбук групах) та відеоматеріалів з мережі YouTube. На основі інформаційного блоку педагоги були зацікавлені в отриманні практичних, перевірених на прикладі інших країн, підходів до взаємодії з дітьми в екстремальних умовах. Вони шукали не лише теоретичні знання, а й конкретні приклади та візуальні підтвердження ефективності таких методик, як вільне малювання, що допомагає їм краще зрозуміти і застосувати ці техніки у власній практиці. Друга частина майстер-класу відбувалась безпосередньо в укритті.

Педагогів було розділено на 4 групи (І молодша група, II молодша група, середня та старша група) та в кожній групі були представлені матеріали для вільного малювання, які можна застосувати з дітьми в умовах укриття. Матеріали для кожної вікової групи представлено в методичному посібнику. Педагоги отримали цінний практичний досвід, який допоможе їм уникнути типових помилок та обрати найкращі методи взаємодії з дітьми в укритті. Використання інформації методичного посібника з матеріалами для кожної вікової групи допомогло їм структурувати свої знання та покращити навички, що є ключовим для професійної діяльності.

Майстер-клас «Емоційно розвантажуюсь в укритті: ліплення» мав на меті ознайомлення педагогів з особливостями організації такої мистецької активності як ліплення в укритті. Під час інформаційного блоку педагогами було представлено теоретичні основи та психологічне обґрунтування українських та зарубіжних вчених про використання ліплення в умовах стресу. Особливу увагу було приділено тому, як ліплення допомагає дітям зняти напругу, розвинути дрібну моторику і висловити свої емоції через тактильний контакт з матеріалом. Практична частина майстер-класу відбувалась в укритті, де педагоги поділилися на різні вікові групи й спробували відчувати себе в ролі дітей дошкільного віку та емоційно розвантажитися за допомогою даної мистецької активності. Матеріали в кожній групі були різні відповідно до віку дітей. Педагоги високо оцінили можливість попрацювати з різними матеріалами та отримати практичні навички. Вони могли зрозуміти, що ліплення - це не просто розвага, а потужний інструмент для взаємодії з дитячими емоціями. Завдяки майстер-класу, педагоги змогли відчувати себе більш впевнено у використанні ліплення як засобу емоційного розвантаження, – адже вони не лише дізналися про нього, а й перевірили його на практиці.

Майстер-клас «Емоційно розвантажуюсь в укритті: аплікація» передбачав ознайомлення педагогів з такою мистецькою активністю як аплікація. Інформаційний блок мав на меті пояснити педагогам цінність аплікації як засобу емоційного розвантаження дітей в умовах укриття. Її

перевага полягає у тому, що вона не вимагає надздібностей, допомагає зосередитися на процесі та дає відчуття завершеності. Практичний блок відбувався в укритті та занурив педагогів у роль дитини. Концептуальна ідея цього блоку була ідентична попереднім майстер-класам. Реакція педагогів на цей майстер-клас була позитивною, оскільки аплікація є знайомим видом творчості, але її використання в контексті укриття відкриває нові можливості. Педагоги оцінили простоту і доступність матеріалів, а також те, що аплікація не вимагає багато місця або спеціального обладнання, що ідеально підходить для укриття. Також педагоги відмітили, що аплікація, на відміну від малювання, має більш передбачуваний результат, а це позитивно впливає на дітей оскільки дає відчуття контролю над ситуацією, що є дуже важливим в умовах стресу як для дітей, так і для дорослих. За допомогою рефлексії в кінці майстер-класу з аплікації педагоги підкреслили, що навіть прості та знайомі техніки можуть стати потужним інструментом емоційного розвантаження, якщо їх адаптувати до конкретних умов.

Наступний майстер-клас «Емоційно розвантажуюсь в укритті: комунікація за творами живопису» викликав неоднозначні думки серед педагогів. На відміну від звичних мистецьких активностей, ця активність вимагає від педагога певних знань в області мистецтвознавства, вміння вести діалог, ставити відкриті запитання та допомагати дітям інтерпретувати побачене. Це може здатися складним у реальних умовах укриття, де потрібно швидко заспокоїти дітей, а не проводити тематичне комунікування. Цю думку також підтверджують українські й зарубіжні вчені то не рекомендують цю мистецьку активність до взаємодії з дітьми в умовах укриття. На відміну від попередніх майстер-класів, практичний блок не передбачав створення чогось своїми руками. Замість цього, педагоги працювали з репродукціями відомих картин, адаптованими для дитячого сприймання. Учасників було розділено на групи за віком дітей, і кожна група отримала добірку творів, що відповідали їхнім психологічним особливостям. Педагоги висловили власну думку щодо недоцільності мистецької активності: комунікація за творами живопису і є

цінним інструментом, але умовах укриття вона, швидше за все, не спрацює. Доцільність цієї мистецької активності було вирішено перевірити ще реакціями дітей. Спостереження за реакціями дітей під час використання методики «Комунікація за творами живопису» в умовах укриття чітко продемонстрували, що побоювання педагогів були необґрунтованими. Активність, попри її складність та специфіку, виявилася неефективним інструментом емоційного розвантаження для дітей. Діти перебували у стані високої тривожності та гіперпильності, їхня увага була сфокусована на зовнішніх подразниках (шумах, рухах, очікуванні). У результаті, складнощі з концентрацією на статичному об'єкті (репродукції) були очевидними. Більшість дітей (зафіксовано у понад 70% випадків спостереження) не могли утримувати увагу на картині довше 1-2 хвилин. Аналіз мистецького твору та вербалізація емоцій виявилися надмірним когнітивним навантаженням для мозку, який у стресі шукає найпростіші шляхи реагування. Спроби педагога ставити питання про кольори чи настрої часто зустрічали пасивність, ігнорування або нерелевантні відповіді.

Майстер-клас «Емоційно розвантажуюсь в укритті: співаємо, слухаємо музику, граємось та граємо» мав на меті ознайомити педагогів з такими мистецькими активностями як спів, слухання музики, музична гра, гра на дитячих музичних інструментах та музично-ритмічна діяльність. Педагогам розповіли про психологічний вплив музики на емоційний стан дитини. Було наголошено, що спів і слухання музики знижують рівень стресу, а також допомагають відновити відчуття безпеки і стабільності. Також акцентували увагу на тому, що музично-ритмічна діяльність та гра на дитячих музичних інструментах вважається недоцільною українськими та ізраїльськими вченими через у стресових умовах укриття, оскільки дітям потрібна тиша та спокій. Гучні звуки, навіть від дитячих інструментів, можуть посилювати тривогу, нагадувати про гучні вибухи та обстріли, тим самим травмуючи психіку. Практичний блок проходив в укритті і був націлений на активну взаємодію. Педагоги, поділені на групи, опановували різні види активностей. На відміну від майстер-класу з живопису, цей майстер-клас не викликав серед педагогів

жодних сумнівів, оскільки музика є більш звичним і зрозумілим інструментом у взаємодії з дітьми. Рефлексія педагогів показала недоцільність таких видів активності як музично-ритмічна діяльність та гра на дитячих музичних інструментах та суголосність з українськими та ізраїльськими вченими щодо цих видів активності. Натомість, слухання музики та тихий спів сприяли емоційному розвантаженню дітей.

Майстер-клас «Емоційно розвантажуюсь в укритті: виконавська культура» був акцентований на особливостях організації театральної діяльності в укритті. Організація цього майстер-класу мала на меті показати педагогам, як можна використовувати елементи виконавської культури для емоційного розвантаження дітей, незважаючи на обмежений простір. Теоретичний блок пояснив педагогам психологічну цінність театральної діяльності, яка допомагає дітям вивільнити свої страхи та тривоги через гру, вживаючись у різні ролі. Особливу увагу було приділено значенню імпровізації, що допомагає розвинути спонтанність і адаптивність. У практичному блоці педагоги вчилися використовувати мову тіла та міміку для вираження емоцій без слів. Реакція педагогів на майстер-клас «Емоційно розвантажуюсь в укритті: виконавська культура» була позитивною. Цей вид діяльності, попри свою незвичність, має значний потенціал для взаємодії з дітьми в екстремальних умовах. Таким чином, майстер-клас показав, що театральні елементи можна інтегрувати у повсякденну діяльність в укритті, що значно покращує емоційний стан дітей.

Підсумовуючи проведений цикл мистецьких активностей, спрямованих на емоційне розвантаження дітей в умовах укриття кожен педагог мав апробувати різні мистецькі активності в своїх групах. Апробацію та підсумкову особисту рефлексію педагогів почули на методичному супроводі «Мистецький код виживання: як педагоги розшифровують дитячі емоції в укритті».

Завершальний етап методичного супроводу з теми «Мистецький код виживання: як педагоги розшифровують дитячі емоції в укритті» демонструє ефективну імплементацію теорії в практику. Педагоги, які відвідували розроблені майстер-класи, успішно застосовували мистецькі активності з дітьми в

умовах укриття, що дало змогу емпірично підтвердити їхню ефективність шляхом аналізу реакцій дітей.

Доцільність вільного малювання підтвердилось реакціями дітей. Діти молодшого дошкільного віку реагували переважно на яскраві кольори та можливість вільно малювали нетиповими техніками. Малювання для них було тактильним дослідженням, що допомагало переключити увагу з тривожних факторів на простий, зрозумілий процес. Діти середнього дошкільного віку вже свідомо використовували малюнок для вираження емоцій. Часто зображували сонячні або дощові пейзажі, що є відображенням їхнього внутрішнього стану. Діти старшого дошкільного віку малювали складніші сюжети. Часто в їхніх творах з'являлися образи з укриття, що допомагало вивільнити страхи. Вони також малювали мрії про майбутнє, що свідчило про наявність психологічного ресурсу.

Ліплення як мистецька активність також показала свою доцільність ефективністю. Діти молодшого дошкільного віку сприймали ліплення як гру. Просто м'яли тісто в руках, що допомагало зняти м'язове напруження та «заземлитися». Діти середнього дошкільного віку створювали прості фігурки тваринок, людей. Часто ліпили своїх «захисників» (сильні тварини, супергерої), що символічно відображало їхню потребу у безпеці. Діти старшого дошкільного віку могли вже створювати складніші композиції, які відображали свої переживання. Наприклад, ліпили фігурку, що сумує, або, навпаки, радіє. Це був їхній спосіб вербалізувати почуття без слів.

Аплікація шляхом реакцій дітей на впровадження педагогами в укритті також довела свою доцільність. Діти молодшого дошкільного віку раділи можливості клеїти готові фігури. Це давало їм відчуття контролю та стабільності в процесі, а простий і зрозумілий результат не викликав розчарування. Діти середнього дошкільного віку створювали прості сюжетні аплікації. Це допомагало їм візуалізувати бажане та мріяти. Діти старшого дошкільного віку використовували аплікацію для створення складніших

колажів. Вони komponували фігури таким чином, щоб розповісти історію, що допомагало їм осмислити події.

Зовсім інші результати показала така мистецька активність, як комунікація за творами живопису. Реакція дітей була визнана негативною або нейтральною. Діти в умовах стресу не могли зосередити сприймання творів. Ця активність не давала бажаного ефекту емоційного розвантаження, а навпаки, посилювала тривогу через складність сприймання. Педагоги зробили висновок, що ця мистецька активність недоцільна для використання в укритті.

Спів, слухання музики та музична гра були визначені ефективними. Діти молодшого дошкільного віку позитивно реагували на спільне виконання простих, знайомих пісень. Це допомагало їм відчувати себе частиною колективу. Спокійна фоновіа музика заспокоювала, але гучні ритмічні ігри викликали підвищену збудженість та тривогу. Діти середнього дошкільного віку охоче виконували пісні, що допомагало створити відчуття єдності. Прослуховування музики для релаксації допомагало їм розслабитися. Діти старшого дошкільного віку могли самотійно пропонувати пісні для співу. Музика стала для них не лише засобом розвантаження, а й інструментом для соціальної взаємодії. Однак, як і в інших групах, музично-ритмічні ігри та гра на дитячих інструментах викликали негативну реакцію через підвищення рівня шуму.

Виконавська культура також показала свою ефективність. Діти молодшого дошкільного віку з великим задоволенням занурювалися в ігрову атмосферу, що допомагало їм відволіктися від реальності. Для них це був дуже ефективний метод емоційного розвантаження. Діти середнього дошкільного віку активно брали участь у простих імпровізаціях. Вони охоче перетворювалися в героїв, що давало їм змогу вивільнити свої переживання через гру. Тіньовий театр також викликав захват, оскільки перетворював укриття на таємничий, але безпечний простір. Діти старшого дошкільного віку могли вже створювати власні прості сценарії для лялькового театру. Вони використовували театральні ігри для розігрування ситуацій, що їх турбували, та пошуку рішень.

У результаті проведеного формувального етапу було визначено доцільні види мистецьких активностей, структурованих на рис. 3.1.

Рис. 3.1



Рис. 3.1. Доцільні мистецькі активності для дітей дошкільного віку в умовах укріття

Формувальний етап дослідження підтвердив ефективність використання мистецьких активностей як засобу емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укріття. За результатами апробації методичного посібника, семінару-практикуму та серії майстер-класів, педагоги отримали необхідні знання та практичні навички, що дозволило їм успішно застосовувати ці активності у своїй взаємодії.

Вільне малювання, ліплення, аплікація, спів та театральна діяльність виявилися найефективнішими мистецькими активностями. Вони сприяють зниженню тривожності, допомагають дітям виразити свої емоції та переживання, відволікають від стресової ситуації та створюють відчуття безпеки. Ці активності були адаптовані до умов укріття, враховуючи вікові особливості дітей. Натомість, такі мистецькі активності, як комунікація за творами живопису, музично-ритмічна діяльність та гра на дитячих інструментах були визнані недоцільними. Вони не дають бажаного ефекту емоційного розвантаження, а, навпаки, можуть посилювати тривогу та не

мають сенсу в умовах укриття, що підтверджується також думкою українських та зарубіжних вчених.

Проведений формувальний етап показав, що цілеспрямована реалізація циклу мистецьких активностей педагогами є ключовим фактором для успішного впровадження в умовах укриття. У результаті, вдалося створити чіткий перелік доцільних мистецьких активностей для використання в укритті, що було відображено у графічній схемі.

Отримані дані та висновки стануть основою для подальшого вдосконалення методичних матеріалів і можуть бути використані для створення освітніх програм для вихователів, спрямованих на психологічну підтримку дітей в екстремальних умовах.

1.4. КОНТРОЛЬНО-ОЦІННИЙ БЛОК. Перевірка ефективності апробованого методичного інструментарію

У контексті визначення результативності апробації методичного посібника «Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку» було проведено повторне діагностування педагогів. Діагностування передбачало використання тієї ж анкети, що була розроблена для констатувального етапу експерименту. Анкета передбачала 5 питань і в ній взяли участь 15 педагогів.

Перше питання (рис. 4.1) «Які «мистецькі активності» взаємодії з дітьми Ви знаєте?» було скероване на з'ясування розуміння терміну «мистецькі активності» взаємодії з дітьми. Відповіді педагогів показали, що завдяки апробації методичного посібника та організованим формам методичного супроводу їх розуміння цього терміну є глибоким та повним.

1. Які "мистецькі активності" взаємодії з дітьми Ви знаєте?

15 відповідей

ліплення та аплікація, виконавська культура, комунікація на основі творів живопису, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність, спів та малювання
гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність, спів, вільне малювання, ліплення та аплікація, виконавська культура, комунікація на основі творів живопису, слухання музики
слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність; музична гра Free painting, аплікація, ліплення, комунікація на основі творів живопису, виконавська культура, спів
, виконавська культура, комунікація на основі творів живопису, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність, Free painting, аплікація, ліплення
Музично-ритмічна діяльність, спів, вільне малювання, ліплення та аплікація, виконавська культура Free painting, аплікація, ліплення
вільне малювання, ліплення та аплікація, виконавська культура, комунікація на основі творів живопису, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність, спів
ліплення, комунікація на основі творів живопису, виконавська культура, спів, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність; музична гра, Free painting, аплікація
ліплення, комунікація на основі творів живопису, виконавська культура, спів, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність; музична гра, Free painting, аплікація
Аплікація Виконавська культура Гра на ДМІ Комунікація на основі творів живопису Ліплення Музична гра Музично-ритмічна діяльність Слухання музики Спів Free painting
комунікація на основі творів живопису, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність, спів, вільне малювання, ліплення та аплікація, виконавська культура
Free painting, аплікація, ліплення, комунікація на основі творів живопису, виконавська культура, спів, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність; музична гра
Free painting, аплікація, ліплення, виконавська культура, спів, слухання музики, музична гра
комунікація на основі творів живопису, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність, спів вільне малювання, ліплення та аплікація, виконавська культура,
комунікація на основі творів живопису, виконавська культура, спів, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність; музична гра, Free painting, аплікація
вільне малювання, ліплення та аплікація, виконавська культура, комунікація на основі творів живопису, слухання музики, гра на ДМІ, музично-ритмічна діяльність, спів

Рис. 4.1. Результати відповідей на питання «Які "мистецькі активності" взаємодії з дітьми Ви знаєте?»

Відповіді на наступне питання (рис. 4.2.) «Чи використовуєте Ви мистецькі активності з дітьми в умовах укриття?» показали високий відсоток відповідь «так» 93, 3%, що в порівнянні з минулим результатом 66, 7% є достатньо відчутними в різниці. Відповідь «ні» показала нам 6, 7 % і помітно знизилась з минулим результатом 33, 3 %. Означений результат показує нам високий мотиваційний критерій сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження в умовах укриття.

2. Чи використовуєте Ви мистецькі активності з дітьми в умовах укриття?

15 відповідей

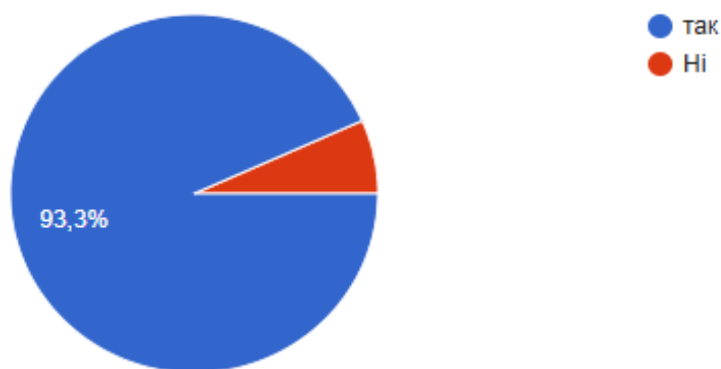


Рис. 4.2. Результати відповідей на питання «Чи використовуєте Ви мистецькі активності з дітьми в умовах укриття?»

Третє питання (4.3.) мало на меті визначити рівень когнітивного критерію сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження в умовах укриття через звернення до практичного досвіду респондентів. Аналіз відповідей демонструє комплексний та різнобічний підхід до організації мистецьких активностей з дітьми в укритті, рекомендованих методичним посібником. Даний рівень свідчить про високий діяльнісний критерій сформованості у педагогів навичок емоційного розвантаження в умовах укриття.

3. Якщо відповідь ствердна, уточніть, які саме мистецькі активності Ви використовуєте
14 відповідей

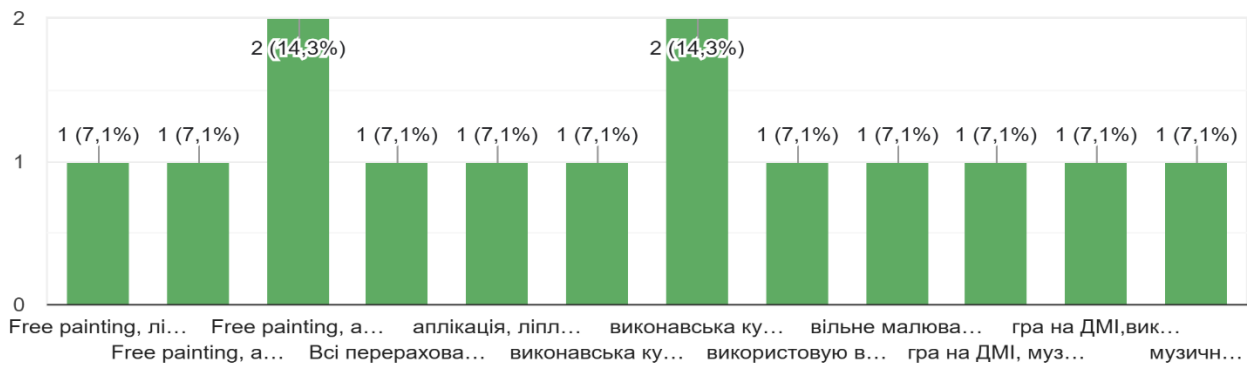


Рис. 4.3. Результати відповідей на питання «Якщо відповідь ствердна, уточніть, які саме мистецькі активності Ви використовуєте»

Наступне питання (4.4.) спрямовано на виявлення потенційних перешкод та викликів, з якими зіткнулися організатори у специфічних умовах укриття під час безпосередньої організації мистецьких активностей. Найбільш потенційними перешкодами після мистецьких активностей в укритті учасники анкетування визначають відсутність належної підготовки 53,3 %, що менше ніж в констатувальному експерименті 86,7 %. Відповідь «обмежений простір» обрали 13,3 % респондентів, що у 5 разів менше ніж в попередньому анкетуванні 73,3 %. Це свідчить про те, що думку педагогів щодо недостатності місця для організації мистецьких активностей було змінено. Власне виснаження педагогів означили 87, 3 %, що трішки більше ніж попередньому анкетуванні 53,3 %. 26,7 % в минулому анкетуванні визначали нестачу матеріалів для організації мистецьких активностей в укритті, а в повторному таких не виявляються. Аналогічні показники стосовно недостатньої підтримки з боку адміністрації - 0 %. Це свідчить про те, що адміністрація надає підтримку в використанні мистецьких активностей в укритті – не створює труднощів.

4. З якими труднощами Ви можете зустрітися під час організації мистецьких активностей в укритті ?(Оберіть одну чи декілька відповідей)

15 відповідей

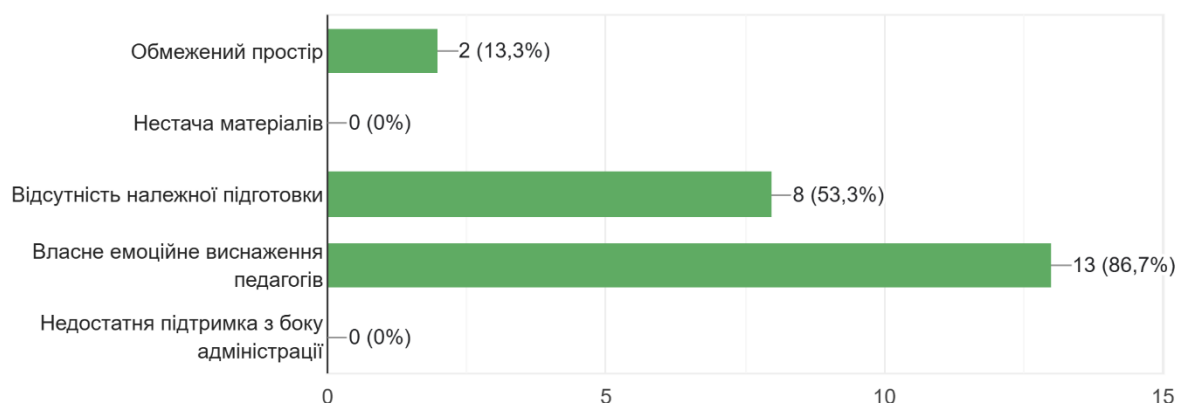


Рис. 4.4. Результати відповідей на питання «З якими труднощами Ви можете зустрітися під час організації мистецьких активностей в укритті?»

П'яте питання (рис. 4.5.) передбачало визначення педагогами ключових переваг використання мистецьких активностей з дітьми дошкільного віку в умовах укриття. Воно також мало на меті підтвердити, що мистецькі активності забезпечують відволікання дітей від негативних думок, створюючи відчуття захищеності. Відволікання від негативних думок обрали 93, 3% респондентів (у порівнянні з попереднім – 73, 3 %. Покращення емоційного стану відзначили 86, 7% вихователів, що більше ніж попередньому – 66, 3 %. Вираження емоцій і зниження стресу та емоційної напруги обрали - 66, 7%. У попередньому анкетуванні були такі результати: вираження емоцій 53, 3 %, зниження стресу та емоційної напруги – 66, 7 %. Створення відчуття контролю відмітили 60 %, у попередньому – 46, 7 %. Представлені дані не лише підтверджують початкову гіпотезу про те, що мистецькі активності створюють відчуття захищеності, а й вказують на поглиблення практичного досвіду педагогів, які тепер більш високо оцінюють їхню здатність одночасно стабілізувати емоційний стан (зниження стресу) та сприяти емоційному вираженню у кризових ситуаціях. Зростання усіх показників підкреслює життєво важливу роль мистецьких активностей як ключового інструменту емоційної підтримки дітей дошкільного віку у воєнний час.

5. Які, на вашу думку, основні переваги використання мистецьких активностей з дітьми дошкільного віку в укритті? (Оберіть одну чи декілька відповідей)
15 відповідей

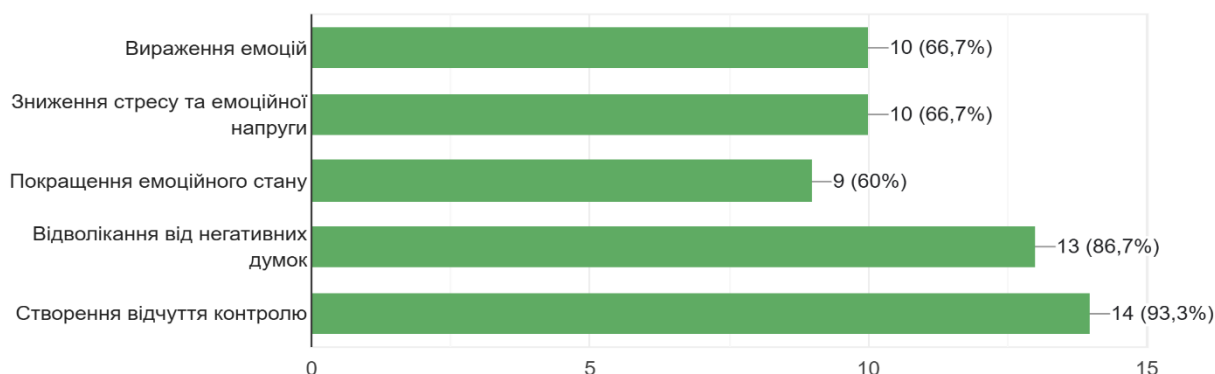


Рис. 4.5. Результати відповідей на питання «Які, на вашу думку, основні переваги використання мистецьких активностей з дітьми дошкільного віку в укритті?»

Наступним напрямом діагностики були бесіди з вихователями, що мало на меті оцінити якість, доцільність та вплив мистецьких активностей, які проводилися в укриттях, а також зібрати рефлексію від вихователів. Вихователі демонструють обізнаність щодо того, які саме мистецькі активності є найбільш придатними для обмеженого простору та підвищеної тривожності. Вихователі розповідали про ситуації, де вони швидко адаптували заплановану активність через непередбачені обставини (наприклад, тривала повітряна тривога, нестача світла, поява нових дітей) та успішно впоралися з цим. Педагоги більше не сприймають ці активності як «заповнення часу», а як життєво необхідний компонент освітнього процесу та засіб емоційного розвантаження.

Третій напрям діагностики було спостереження за вихователями. Спостереження дозволяло зафіксувати реальну поведінку, реакції та застосування навичок у динаміці, а не лише їхню вербальну самооцінку. Вихователі виступали як «якір безпеки» для дітей. Його спокійна манера, стабільний тон голосу та впевнені дії допомагали дітям швидше адаптуватися до умов укриття та переключитися на творчий процес. Вихователі демонстрували глибоке розуміння емоційних станів дітей, які переживають травматичний досвід та вміли використовувати мистецтво для діагностики та

м'якої корекції емоцій без прямого тиску. Педагоги не чекали готових рішень, а самостійно шукають нові активності, обмінювалися досвідом, пропонували ідеї для покращення умов проведення активностей.

Отже, у підсумку контрольного етапу експерименту були отримані такі результати: активний рівень готовності вихователів притаманні 67 %, що у 3 рази більше ніж на констатувальному етапі – 20 %. Формальний рівень готовності вихователів зменшився з 47 % до 26 %. Пасивний рівень готовності вихователів спостерігається у 7 %, що у 5 разів менше ніж на констатувальному етапі - 33 %. Отримані дані представлені на рис. 4.6.

Рис.4.6



Отже, контрольне діагностування педагогів, проведене після апробації посібника «Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку» підтвердило його результативність та ефективність організованого методичного супроводу. Дані свідчать про успішне досягнення мети експерименту – формування у переважної більшості педагогів стійких та практично орієнтованих навичок емоційного розвантаження в умовах ужиття.

Активний рівень готовності вихователів зріс у 3 рази з 20 % до 67 %. Це показник того, що більшість педагогів перейшли від теоретичного розуміння до систематичного, якісного та усвідомленого застосування мистецьких активностей в умовах ужиття. Відповідно, формальний рівень зменшився з 47

% до 26 %, а пасивний – зменшився у 5 разів з 33 % до 7 %, що свідчить про успішне включення педагогів у нові практики.

Отримані дані контрольного етапу експерименту фіксують позитивну динаміку за всіма показниками та доводять, що розроблений методичний посібник «Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку» є дієвим та ефективним інструментом. Апробація посібника та методичний посібник забезпечили масштабний перехід педагогів на активний рівень готовності 67 %, що критично важливо для забезпечення якісної психоемоційної підтримки дітей у складних умовах укриття.

ВИСНОВКИ

Актуальність теми магістерського проєкту зумовлена соціально-політичною кризою в Україні, яка проєктується на всі сфери життя суспільства. Особливе занепокоєння викликає ситуація в освіті, коли повітряні тривоги переривають освітній процес та негативно впливають на якість і емоційний стан учасників.

Теоретичний аналіз підтвердив критичну важливість емоційного розвитку дітей дошкільного віку, особливо в умовах війни, де вони є найбільш вразливою категорією. Встановлено, що тривалий стрес, тривога та невизначеність призводять до ряду психологічних труднощів (дратівливість, страхи, порушення сну). Дослідження чітко засвідчили, що без своєчасного емоційного розвантаження ці переживання можуть мати незворотні наслідки. Було сформульовано авторське визначення поняття «емоційне розвантаження» як процесу емансипації (звільнення) накопичених руйнівних емоцій дитини у супроводі дорослого. На основі зарубіжного (досвід Ізраїлю) та вітчизняного досвіду артосвіти дітей дошкільного віку мистецькі активності визначені як провідний засіб для цього розвантаження. Їхня цінність полягає у здатності невербально виражати почуття, відволікати від негативних думок та відновлювати емоційний баланс. Також було визначено базові принципи організації мистецьких активностей та окреслено перелік доцільних форм (малювання, ліплення, театральна діяльність) для використання в умовах укриття, що закладає надійну теоретичну базу для впровадження методичного інструментарію.

Констатувальний етап експерименту зафіксував незадовільний початковий рівень готовності педагогів до систематичного використання мистецьких активностей з дітьми в умовах укриття та були чітко визначені критерії сформованості навичок (когнітивний, мотиваційний, діяльнісний) та рівні готовності (активний, формальний, пасивний), що дозволило провести диференційовану та достовірну оцінку готовності педагогів до означеної взаємодії. Головними перешкодами педагоги визначили відсутність належної

методичної підготовки, обмежений простір в укриттях та власне професійне виснаження. Незважаючи на це, вони вже усвідомлювали ключову перевагу мистецьких активностей – відволікання дітей від негативних думок. Результати напрямів констатувального етапу педагогічного експерименту дозволили відзначити, що активний рівень готовності вихователів притаманний 20 %, формальний до емоційного розвантаження дітей мистецькими активностями в умовах укриття – 47 % , пасивний – 33 %.

З метою подолання виявлених під час констатувального етапу експерименту прогалин (недостатня підготовка, безсистемність) було розроблено методичний посібник «Емоційне розвантаження дітей дошкільного віку». Посібник містить чіткі рекомендації модерування, алгоритми та адаптовані до умов укриття активності, орієнтовані на програму «Дитина» та вікові особливості. Для подолання «емоційної опозиції» та скептицизму педагогів було реалізовано систематичний методичний супровід педагогів (серії майстер-класів, семінари-практикуми та самоосвіта).

Повторне діагностування підтвердило успішність втручання, зафіксувавши якісні зміни у готовності педагогів до реалізації мистецьких активностей з дітьми в умовах укриття. Спостерігалось стрімке зростання частки педагогів, які вийшли на активний рівень готовності – 67 %, що означає перехід більшості до систематичного та якісного застосування методик. Відповідно, формальний рівень зменшився до 26 %. Частка педагогів на пасивному рівні різко скоротилася, підтверджуючи успішне включення переважної більшості вихователів у практику використання мистецьких активностей. Педагоги значно менше стали сприймати як проблему обмежений простір та нестачу матеріалів, що свідчить про розвиток їхньої адаптивності та винахідливості. Також педагоги набагато вище оцінили переваги активностей, особливо їхню здатність відволікати від негативних думок та покращувати емоційний стан, підкреслюючи їхню життєво важливу роль у психологічній підтримці дітей.

Контрольний етап експерименту довів, що методичний посібник та цілеспрямований супровід є високоефективними засобами, що дозволили перевести більшість педагогів на активний рівень готовності. Таким чином, проєкт успішно реалізував свою мету, забезпечивши педагогів дієвим інструментарієм для комплексного емоційного розвантаження дітей дошкільного віку в умовах укриття.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Bacote, D. P. Trauma Informed Practices: *Doctoral thesis*, Trevecca. Nazarene University, 2021. 186 p.
2. Fernando, F., Trimulat, Ismawati S. ART THERAPY FOR EARLY CHILDHOOD (Enhancing Emotional Well-being through Creativity). *PROCEEDING AL GHAZALI International Conference*, 2, 2025. 31-46 p
3. Hoffmann J., Ivcevic Pringle Z., Maliakkal N. Emotions, Creativity, and the Arts: *Evaluating a Course for Children*. 2020. 3-6 p.
4. Molotylnikova. V. Modern Types of Body Relaxation Methods after Intense Physical Exertion. Миколаїв, 2024. 1- 6 с.
5. Базовий компонент дошкільної освіти України. Нова редакція та поради для організації освітнього процесу. 2021. URL: <https://osvita.city/osvita/doskilna-osvita/bazovij-komponent-doskilnoi-osviti> (дата звернення: 12.10.2025)
6. Байєр О.М., Канцедаль Н.В., Ясенєва О.В. Мистецтво проти стресу, або Театральна халабуда в укритті: щомісячний спеціалізований журнал «Вихователь- методист дошкільного закладу», № 2. 2025. URL: <https://emetodyst.expertus.com.ua/10021100> (дата звернення: 24.03.2025)
7. Вацьо М.В. Використання музичних ігор для збереження психічного здоров'я дітей старшого дошкільного віку: методичні аспекти: «The 3rd International scientific and practical conference “Scientific achievements of contemporary society» .London, 2024. 277-285 с. URL: <https://sci-conf.com.ua> (дата звернення: 23.10.2024)
8. Вікторчук Н.В. Безпечне освітнє середовище в закладах дошкільної освіти :*Науковий вісник Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії ім. Тараса Шевченка*, № 17. 2023. 43-50 с. URL: <http://journals.kogpa.te.ua> (дата звернення: 18.04.2025)
9. Вовченко О.А. Емоції та почуття дитини. Відчувати, емпатувати і чому навчати у воєнний час: *навчально-методичний посібник для педагогів та батьків*. Національна академія педагогічних наук України, Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка. Київ, 2023. 31 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua> (дата звернення: 21.01.2025)
10. Данюк. В.В. Організували роботу закладу освіти в умовах воєнного стану: що в пріоритеті: щомісячний спеціалізований журнал «Практика управління дошкільним закладом», № 9. 2022. 4-8 с.
11. Дитина: Освітня програма для дітей від 2 до 7 років. Наук. кер. проекту В.О. Огнев'юк; авт. кол.: Г.В. Беленька, О. Л. Богиніч, В.М. Вертутіна та інші; наук. ред. Г.В. Беленька. Київ. Ун-т ім. Б. Грінченка, 2020. -440 с

- 12.Дронова, О. О. Педагогічні технології художньо-естетичного розвитку особистості дитини в контексті завдань сучасної дошкільної освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5: Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2021. 132-36 с.
- 13.Житнік Т.С. Рекомендації для педагогічних працівників та батьків щодо педагогічної підтримки дітей раннього віку у надзвичайних ситуаціях. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету*. 2023. 41- 47 с.
- 14.Загородня Л.З. Сигнал тривоги? Як діяти педагогу: *«Дошкільне виховання»*, № 9. 2022. 6-7 с.
- 15.Ільченко А. Р. Прокопчук, К. С. Поміляйко, В. О. Мілова, Д. І. Поняття про стрес та методи психоемоційного розвантаження. *Збірник наукових праць IX Всеукраїнської науково-практичної конференції «Педагогіка здоров'я»*. Чернігів 27-28 вересня 2019 року. 392 с.
- 16.Казачінер О.С., Бойчук Ю.Д., Галій А.І. Професійна компетентність педагогічних працівників у сфері дошкільної та початкової освіти в умовах воєнного стану. *«Перспективи та інновації науки»*, Вип. 10 (28). 2023. 197-209 с. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua> (дата звернення: 05.11.2024)
- 17.Кондратьєва І.В., Азаркіна О.В. Проблеми вивчення емоційної сфери особистості. *«Перспективи та інновації науки»*, № 13 (18). 2022. 627–638 с.
- 18.Кочерга О.В. Психофізіологія емоційно-почуттєвого благополуччя дошкільника. *«Дитячий садок»*. Київ, 2010. 8 - 12 с.
- 19.Лагода Н. М. Адаптація безпечного освітнього середовища закладу до воєнного стану: здоров'язбережувальні практики. *Збірник наукових праць до 220-ї річниці з дня заснування університету «Формування життєвої компетентності осіб з особливими освітніми потребами в системі позашкільної, спеціальної та інклюзивної освіти»*. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2024. 104-107 с. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua> (дата звернення: 14.12.2024)
- 20.Матішак М.В., Скоморовська І.А. Підготовка майбутніх вихователів ЗДО до психоемоційної підтримки дітей раннього і дошкільного віку : *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти*, № 1. 2024. 98-104 с. URL: <https://journals.academ.vinnica.ua> (дата звернення: 24.02.2025)
- 21.Методичні рекомендації до Освітньої програми для дітей від 2 до 7 років "Дитина": відповідно до Базового компонента дошкільної освіти. Авт. кол.: Г.В. Беленька, О. Л. Богініч, В.М. Вертугіна та інші; наук. ред. Г.В.

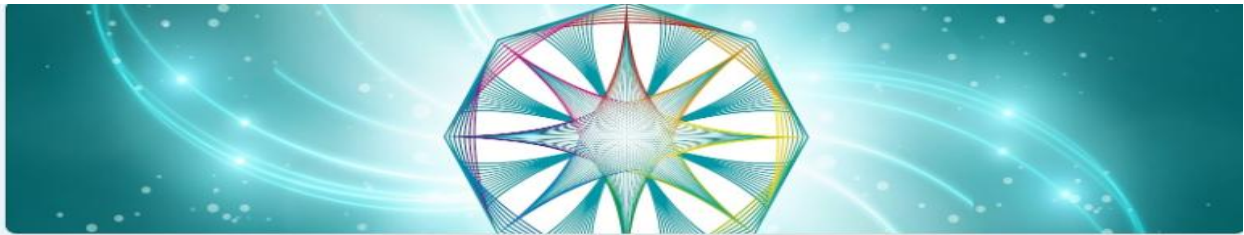
- Беленька, О.А. Половіна, І.В. Кондратець. Київ : Ун-т ім. Б. Грінченка, 2021. 568 с.
22. Освіта в умовах воєнного стану в Україні: психолого-педагогічний аспект. *Збірник матеріалів науково-практичної конференції. Хмельницький : ХОІППО ім. А. Назаренка, 2024. 471 с. URL: <https://hoippo.km.ua> (дата звернення: 13.03.2025)*
23. Освітній процес в закладах дошкільної освіти в умовах воєнного стану: теорія, практика, інновації. *Збірник матеріалів конференції Національної академії педагогічних наук України, 5(2). Київ, 2022. 320 с. URL: <https://ipv.org.ua> (дата звернення: 11.05.2025)*
24. Половіна О.А., Кондратець І.В. Артосвіта : навч.-метод. посіб. Київ: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2022. 554 с.
25. Присяжнюк Л.А. Діти повітряних тривог: захищаємо, підтримуємо, виховуємо. *«Дошкільне виховання», № 10. 2022. 9-12 с.*
26. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник-довідник: навч. посіб. 4-те вид. Київ. Каравела, 2020. 418 с.
27. Про дошкільну освіту: Закон України від 01.01.2025 № 3788-IX. Київ: Верховна Рада України. 51 с.
28. Про затвердження професійного стандарту «Вихователь закладу дошкільної освіти»: Наказ Міністерства освіти від 19.10.2021 року № 755-21. Київ: Міністерство освіти і науки України, 2021. 28 с.
29. Про освіту: Закон України від 5 вересня 2017 року № 2145-VIII. Київ: Верховна Рада України, 2025. 141 с.
30. Про рекомендації для працівників закладів дошкільної освіти на період дії воєнного стану в Україні: Лист Міністерства освіти і науки України від 02 квітня 2022 року № 1/3845-22, 2022. 41 с.
31. Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану: довідник вихователів дошкільних навчальних закладів і вчителів загальноосвітніх навчальних закладів. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. - 155 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua> (дата звернення: 07.10.2024)
32. Савко Н. М, Колісник Р. Я. Роль сценічного мистецтва в покращенні та підтримці психічного здоров'я під час та після війни в Україні. *Збірник матеріалів VII Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві». Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 304-310 с. URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua> (дата звернення: 16.01.2025)*

- 33.Способи зняття психоемоційної напруги в дітей дошкільного та молодшого шкільного віку: *навчальний посібник*. Харків, 2020. 93 с. URL: <http://repository.khpa.edu.ua> (дата звернення: 25.02.2025)
- 34.Студенець О. А. Діти і соціум: виклики воєнного часу. *Матеріали V Всеукраїнської міжгалузевої науково-практичної онлайн-конференції «Національна наука і освіта в умовах війни РФ проти України та сучасних цивілізаційних викликів»*. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2024. 1132-1140 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua> (дата звернення: 07.06.2025)
- 35.Сучасний тлумачний психологічний словник / [упоряд. В.Б. Шапар]. Харків: *Прапор*, 2007. 640 с. (Серія «Словник»).
- 36.Суятинова К.Є. Соціалізація дітей дошкільного віку в умовах війни. *Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції «Дошкільна освіта: проблеми, пошуки, інновації»*. Кривий Ріг, 11 - 12 травня 2023. 420 с.
- 37.Трофаїла Н.Д. Підготовка майбутніх вихователів до емоційного розвитку дітей дошкільного віку : дис. ... канд. пед. наук : 317.13 : 159. 942 – 053.4 (043.3). Умань, 2019. 270 с.
- 38.Цюман Т. В., Нагула О.Л., Адамська З.М. Психологічні умови резильєнтності педагога в період воєнного стану. *Збірник наукових праць «Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка», № 38(2)*. 2022. 83-89 с. URL:<https://pedosvita.kubg.edu.ua> (дата звернення: 14.11.2024)
- 39.Шульга Л.М. Маршрутизатор: новий формат навчально-методичного забезпечення в умовах викликів. *Збірник матеріалів (тез доповідей) круглого столу «Науково-методичні засади інформаційно-аналітичного супроводу цифрової трансформації суспільства: реалії й майбутнє освіти, педагогіки і психології» (до Всеукраїнського фестивалю науки)*. Вінниця: *ТВОРИ*, 2024. 92 с. URL: <https://doi.org/10.33407/lib.NAES.741308> (дата звернення: 18.07.2025)

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для вихователів "Використання мистецьких активностей для формування навичок емоційного розвантаження дітей в умовах укриття"



Анкета для вихователів

"Використання мистецьких активностей для формування навичок емоційного розвантаження дітей в умовах укриття"

Доброго дня! Шановні колеги, просимо приділити трохи свого часу та пройти анкетування, що має на меті визначити рівень вашої обізнаності в темі використання мистецьких активностей для формування навичок емоційного розвантаження в умовах укриття! Будемо дуже вдячні вашій відповіді для нашого дослідження. Нехай вам щастить!

1. Які "мистецькі активності" взаємодії з дітьми Ви знаєте? *

Текст запитання з короткими відповідями

2. Чи використовуєте Ви мистецькі активності з дітьми в умовах укриття? *

☐ Так

☐ Ні

3. Якщо відповідь ствердна, уточніть, які саме мистецькі активності Ви використовуєте

Текст запитання з короткими відповідями

4. Які труднощі у Вас виникають під час організації мистецьких активностей в укритті? (Оберіть одну чи декілька відповідей)

☐ Обмежений простір

☐ Нестача матеріалів

☐ Відсутність належної підготовки

☐ Власне емоційне виснаження педагогів

☐ Недостатня підтримка з боку адміністрації

5. Які, на вашу думку, основні переваги використання мистецьких активностей з дітьми дошкільного віку в укритті? (Оберіть одну чи декілька відповідей)

- ☐ Вираження емоцій
- ☐ Зниження стресу та емоційної напруги
- ☐ Покращення емоційного стану
- ☐ Відволікання від негативних думок
- ☐ Створення відчуття контролю



КИЇВСЬКИЙ
СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА

СЕМІНАР-ПРАКТИКУМ

**«МИСТЕЦЬКІ АКТИВНОСТІ
ЯК ЗАСІБ ЕМОЦІЙНОГО
РОЗВАНТАЖЕННЯ В
УКРИТТІ»**

під
СТУДЕН
СТОЛИЧН
ІМЕНІ БС
ФАКУЛЬТ

ГРУПИ
КОМП



Фрагменти взаємодії з дітьми в умовах укриття



МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ «МИСТЕЦЬКІ АКТИВНОСТІ ЯК ЗАСІБ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВАНТАЖЕННЯ В УКРИТТІ»

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ «МИСТЕЦЬКІ АКТИВНОСТІ ЯК ЗАСІБ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВАНТАЖЕННЯ В УКРИТТІ»

Підготувала студентка
групи ДОМ-1-24-14д
Компанієць Діана

Загальні принципи організації

В умовах сучасних викликів, пов'язаних із тривалим перебуванням в укриттях, надзвичайно актуальною стає проблема емоційного розвантаження. Мистецькі активності є одним з найефективніших і доступних інструментів для зниження рівня стресу, тривожності та покращення психоемоційного стану як дорослих, так і дітей. Ці рекомендації містять практичні поради щодо організації та проведення мистецьких занять в обмеженому просторі укриття.

Доступність матеріалів: Обирайте активності, які не потребують великої кількості спеціалізованих матеріалів. Використовуйте те, що є під рукою: папір, олівці, ручки, фломастери, ножиці, клей, старі журнали, нитки, природні матеріали (якщо є можливість їх безпечно зібрати).

Мінімальний простір: Плануйте активності, які можна проводити сидячи або стоячи, не потребуючи багато місця для пересування.

Позитивний настрій: Створюйте атмосферу підтримки, заохочення та відсутності осуду. Немає "правильного" чи "неправильного" мистецтва в цьому контексті – є лише вираження почуттів.

Рекомендовані мистецькі активності

Художньо-продуктивна: малювання, ліплення, аплікація

О. Данилюк, О. Поляниченко, Т. Липинська у своїй публікації відзначають високу результативність мистецької активності, адже вона дозволяє дитині виразити емоції, не потребуючи складних матеріалів. Зауважили дослідники також підтверджену ефективність малювання для емоційного розвантаження та зняття стресу у учнів.

Комунікація за творами мистецтва

З метою формування мистецької активності, розвитку комунікативних та емоційних навичок, можна проводити заходів, пов'язаних з аналізом творів мистецтва. На основі власних спостережень та уявлень створювати власні твори мистецтва.

Музична діяльність

Тетяна Житко відзначає високу результативність цієї мистецької активності, адже вона сприяє створенню атмосфери безпеки та спокою та не потребує багато місця та матеріалів. На основі досліджень і практичного досвіду можна зробити висновок, що музична діяльність може бути корисним вибором.

Театральна діяльність

Допомога відокремити та прожити позитивні емоції. Дослідження зарубіжних дослідників дозволяють підтвердити, що театралізовані діяльності сприяють розвитку емоційних навичок та емоційного інтелекту.

Рекомендації для ведучого/організатора

- Емпатія та чуйність: Будьте уважними до емоційного стану учасників. Не тисніть, якщо хтось не хоче брати участь.
- Заохочення та похвала: Підтримуйте і хваліть будь-які прояви творчості, незалежно від "якості" результату.
- Ініціювання обговорення (за бажанням учасників): Після завершення активності можна запропонувати учасникам поділитися своїми враженнями, думками щодо створеного. Це допомагає усвідомити емоції та інтегрувати отриманий досвід. Проте не нав'язуйте обговорення.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Журавель Т., Мельник Л., Романюк Г. Батьківство без стресу. Київ, 176 с.
2. Зубіашвілі І., Лавренко О., Поради для батьків-вимушених переселенців: Метод. рекомендації. Київ, Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
3. Ольховецький С. М. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2019. Т. I. С. 233.
4. Посібник "ДІТІ ТА ВІЙНА: навчання технік зцілення" ІНСТИТУТ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я УКРАЇНСЬКОГО КАТОЛИЦЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ, 2014. 98 ст.
5. Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану: довідник вихователів дошкільних навчальних закладів і вчителів загальноосвітніх навчальних закладів / Н. В. Пророк та ін.; ред. Н. В. Пророк. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 195 с.

Сторінка 7 з 7