

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ  
ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**УДК :**

**ПОГОДЖЕНО**

Декан гуманітарно-педагогічного  
факультету  
кандидат філософ. наук, доцент  
\_\_\_\_\_ Інна САВИЦЬКА  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 р.

**ДОПУСКАЄТЬСЯ ДО ЗАХИСТУ**

Завідувач кафедри соціальної  
роботи та реабілітації  
доктор пед.наук, доцент  
\_\_\_\_\_ Ірина СОПІВНИК  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 р.

**БАКАЛАВРСЬКА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

на тему

**«СОЦІАЛЬНА РОБОТА З НЕБЛАГОПОЛУЧНИМИ СІМ'ЯМИ»**

Спеціальність

*231 «Соціальна робота»*

Освітня програма

«Соціальна робота»

**Гарант освітньої програми**

доктор педагогічних наук, професор \_\_\_\_\_ Інна ОСАДЧЕНКО  
(науковий ступінь та вчене звання) (підпис) (ПІБ)

**Керівник бакалаврської кваліфікаційної роботи**

кандидат педагогічних наук \_\_\_\_\_ Ірина ДЕМЧЕНКО  
(науковий ступінь та вчене звання) (підпис) (ПІБ)

**Виконала**

\_\_\_\_\_ Катерина БОДНАР  
(підпис) (ПІБ студента)

**КИЇВ – 2025**

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Гуманітарно – педагогічний факультет

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри соціальної  
роботи та реабілітації

\_\_\_\_\_ Ірина СОПІВНИК.  
(підпис) (ПІБ)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 р.

**ЗАВДАННЯ  
ДО ВИКОНАННЯ БАКАЛАВРСЬКОЇ  
КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ**

*Боднар Катерині Вадимівні*  
Спеціальність 231 «Соціальна робота»  
Освітня програма «Соціальна робота»

Тема бакалаврської кваліфікаційної роботи  
**«СОЦІАЛЬНА РОБОТА З НЕБЛАГОПОЛУЧНИМИ СІМ'ЯМИ»**,  
затверджена наказом ректора НУБіП України від «08» 04 2025 року №581 «С»

Термін подання завершеної роботи на кафедру «20» травня 2025 р.  
Вихідні дані до бакалаврської кваліфікаційної роботи: *наукові розробки вітчизняних і зарубіжних учених; матеріали періодичних видань; навчальна та довідкова література з теми дослідження.*

Перелік питань, які потрібно розробити:

- 1) З'ясувати сутність та проблеми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями;
- 2) Провести діагностику рівнів тривожності неблагополучних сімей;
- 3) Теоретично обґрунтувати та перевірити ефективність програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями;
- 4) Розробити практичні рекомендації для соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.

Дати видачі завдання «13» вересня 2024р.

Керівник бакалаврської кваліфікаційної роботи \_\_\_\_\_ Ірина ДЕМЧЕНКО  
(підпис)

Завдання прийняла до виконання \_\_\_\_\_ Катерина БОДНАР  
(підпис)

## РЕФЕРАТ

Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, 8 додатків (108 сторінок), списку використаних джерел із 57 найменувань. Повний обсяг роботи становить 108 сторінок, основного тексту - 65 сторінок. Робота містить 10 таблиць на 10 сторінках основного тексту та 14 рисунки.

У першому розділі «Теоретичні засади соціальної роботи з неблагополучними сім'ями» проведено аналіз наукової літератури для визначення ключових поніть дослідження: «неблагополучна сім'я», «проблемна сім'я» та «соціальна робота з неблагополучними сім'ями». Розкрито специфіку соціальної роботи, спрямованої на підтримку та допомогу неблагополучним сім'ям.

У другому розділі «Діагностика рівнів тривожності в неблагополучних сім'ях» представлено методику та результати діагностичної роботи з визначення рівнів тривожності у дітей з неблагополучних сімей. На основі аналізу результатів проведеного дослідження виявлено, що більшості дітей з неблагополучних сімей характерний підвищений рівень тривожності, що впливає на їхній розвиток. Така ситуація підкреслює потребу в удосконаленні форм та методів соціальної роботи із неблагополучними сім'ями.

У третьому розділі «Експериментальна робота з перевірки ефективності програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями» розроблено, обґрунтовано та реалізовано експериментальну програму соціальної роботи з підтримки неблагополучних сімей. Здійснено аналіз та інтерпретацію результатів експериментальної роботи, що доводить ефективність програми.

У загальних висновках підсумовано основні результати дослідження та окреслено перспективи подальших наукових розвідок у сфері соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.

*Ключові слова:* неблагополучна сім'я, проблемна сім'я, соціальна робота з сім'єю, соціальна робота з неблагополучною сім'єю, діти з неблагополучних сімей.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>5</b>
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З НЕБЛАГОПОЛУЧНИМИ СІМ'ЯМИ.....</b>	<b>8</b>
1.1. Сутність соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.....	8
1.2. Особливості соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.....	14
Висновок до першого розділу.....	21
<b>РОЗДІЛ 2 МЕТОДИКА ВИЗНАЧЕННЯ РІВНІВ ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ З НЕБЛАГОПОЛУЧНИХ СІМЕЙ.....</b>	<b>22</b>
2.1. Організаційно-методичне обґрунтування програми дослідно-експериментальної роботи .....	22
2.2. Діагностична робота з визначення рівнів тривожності неблагополучних сімей.....	28
Висновок до другого розділу.....	39
<b>РОЗДІЛ 3 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З НЕБЛАГОПОЛУЧНИМИ СІМ'ЯМИ.....</b>	<b>42</b>
3.1. Обґрунтування та впровадження програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.....	42
3.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментальної роботи.....	50
Висновок до третього розділу.....	63
<b>ВИСНОВОК.....</b>	<b>65</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>68</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>75</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження** зумовлена сучасними реаліями життя українського суспільства в умовах повномасштабної війни. Воєнні дії мають руйнівний вплив на всіх громадян, проте найбільш вразливою категорією залишаються діти. Дитинство близько мільйона українських дітей проходить в середовищі воєнного стану, з обстрілами, втратами, евакуаціями та нестачею базової підтримки. Це, у свою чергу, негативно позначається на їхньому фізичному й психічному розвитку.

Для гармонійного становлення особистості дитини надзвичайно важливе забезпечення зовнішньої і внутрішньої стабільності. Її формуванню сприяє міцне родинне підґрунтя, яке включає підтримку з боку близьких, унормований розпорядок дня, усталені сімейні традиції та ритуали. У періоди військових конфліктів та інших соціальних потрясінь сімейні системи стикаються з численними труднощами, що можуть призвести до дестабілізації їх функціонування або навіть до розпаду. Тому забезпечення психосоціальної підтримки родин, які опинилися в складних життєвих обставинах, є важливим і невідкладним завданням для держави та суспільства загалом.

Цей імператив відображено в низці нормативно-правових документів: Закони України «Про охорону дитинства», «Про внесення змін до деяких законів України щодо надання соціальних послуг у разі введення надзвичайного або воєнного стану в Україні або окремих її місцевостях», «Деякі питання відшкодування вартості послуги з догляду за дитиною «муніципальна няня» на період воєнного стану та протягом трьох місяців після його припинення або скасування», «Деякі питання провадження діяльності з усиновлення та влаштування дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування, соціального захисту дітей, залишених без батьківського піклування» та ін. Також в документах звертається увага на соціальну підтримку неблагополучних сімей, у яких порушуються права дітей та юридичні норми співіснування.

Дослідженню соціальних проблем функціонування сім'ї, факторів виникнення сімейного неблагополуччя, шляхів соціального супроводу дитини, а також культурно-історичних аспектів становлення сім'ї присвячені праці Т. Алексеєнко, О. Безпалько, Т. Василькової, І. Григи, А. Капської, В. Поліщук, І. Семигіної та інші. Науковці вказують на необхідність розроблення методів і прийомів соціальної роботи з неблагополучними сім'ями, що дасть можливість покращити рівень соціального захисту дітей та якості життєдіяльності неблагополучних сімей, зміцнити соціальну згуртованість, що і зумовило вибір теми кваліфікаційної роботи: «Соціальна робота з неблагополучними сім'ями».

**Мета дослідження:** обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.

Досягнення поставленої мети вимагає рішення наступних **завдань:**

1. З'ясувати сутність та специфіку соціальної роботи з неблагополучними сім'ями;
2. Провести діагностику рівнів тривожності дітей з неблагополучних сімей;
3. Розробити, теоретично обґрунтувати, впровадити та експериментально перевірити ефективність програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями;
4. Розробити практичні рекомендації для соціальних працівників щодо роботи з неблагополучними сім'ями.

**Об'єкт дослідження:** соціальна робота з сім'ями.

**Предмет дослідження:** програма соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.

Для розв'язання поставлених завдань, досягнення мети використано комплекс **методів** наукового дослідження:

- теоретичні методи: аналіз літератури для визначення структурованого опису змісту поняття «соціальна робота з сім'єю», «соціальна робота з неблагополучними сім'ями» порівняння та систематизації

виокремлених компонентів; аналіз, синтез, узагальнення під час розроблення експериментальної програми;

- емпіричні методи: діагностичний комплекс для виявлення рівнів тривожності неблагополучних сімей; експерименти – констатувальний, який дав змогу здійснити діагностику; формувальний і контрольньо-аналітичний, завдяки чому відстежено динаміку та перевірено ефективність впливу розробленої експериментальної програми.

- математико – статистичні – описова статистика, кореляційний аналіз, обробка емпіричних даних, що застосовані для доведення достовірності й ефективності результатів педагогічного експерименту.

**Експерементальна база дослідження.** Дослідно-експериментальна робота на констатувальному, формувальному та контрольньо-аналітичному етапах дослідження виконувалася на базі Новоушицького дитячого садка «Дзвіночок» (сmt Нова Ушиця, Новоушицький район, Хмельницька область).

Вибірку склали 60 дітей, 8 з неблагополучних сімей.

**Наукова новизна дослідження полягає.** У доповненні теорії соціальної роботи з неблагополучними сім'ями; розробленні програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями; дістали подальшого розвитку наукові положення щодо змісту, методів і форм соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.

**Практичне значення одержаних результатів** передбачає, що реалізація розробленої програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями сприятиме їх позитивній адаптації та інтеграції в соціум; гармонізації психічного стану та залучення особистісних ресурсів для розкриття творчих, професійних та інших здібностей.

**Структура бакалаврської кваліфікаційної роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, 8 додатків (108 сторінок), списку використаних джерел (57 найменувань, з них 0 - іноземними мовами, 57 Інтернет-сайтів). Повний обсяг роботи становить 108 сторінок, основного тексту - 65 сторінок. Робота містить 10 таблиць і 14 рисунки на 65 сторінках основного тексту

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З НЕБЛАГОПОЛУЧНИМИ СІМ'ЯМИ

### 1.1. Сутність соціальної роботи з неблагополучними сім'ями

У сучасних умовах українського суспільства актуальною постає проблема неблагополучних сімей. Соціально-економічні, політичні зміни, зміни ринку праці призводять до зростання безробіття, майнового розшарування суспільства, об'єктивно призводять до послаблення соціальної відповідальності ключових соціальних інститутів, серед яких інститут сім'ї посідає центральне місце [26; 30]. Соціальна робота з неблагополучними сім'ями справедливо опиняється в фокусі уваги широкого кола соціальних інститутів та є ключовим елементом численних просвітницько-профілактичних програм. Ці зусилля спрямовані на досягнення важливої суспільної мети – покращення рівня життя найбільш вразливих категорій населення України.

Від так, особливої значущості в цьому контексті набуває проблема зміцнення сім'ї як фундаментального осередку виховання підростаючого покоління. Адже саме сім'я відіграє вирішальну роль у процесі соціалізації особистості, формуванні її ціннісних орієнтацій та забезпеченні емоційного благополуччя. Відтак, підтримка та зміцнення сімейних інститутів є не лише соціальною потребою, але й стратегічним пріоритетом для забезпечення сталого розвитку українського суспільства.

Неблагополучна сім'я – це сім'я, в якій дитина відчуває дискомфорт, стрес, зневага з боку дорослих, піддається насильству або жорсткому поводженню. Поняття «неблагополучна сім'я» досить широке. Зазвичай до неблагополучних відносяться сім'ї, які повністю або частково втратили свої виховні можливості через ті чи інші причини. У результаті цього в таких сім'ях об'єктивно чи суб'єктивно складаються несприятливі умови для виховання дітей. Ці сім'ї характеризуються певними негативними проявами:

- батьки зловживають спиртними напоями, наркомани, ведуть аморальний, спосіб життя, вступають у конфлікт із морально – правовими нормами суспільства, тобто припускають різні види правопорушень;

- низьким морально-культурним рівнем батьків;

- неповні сім'ї;

- постійними конфліктами дітей і батьків;

- зовні благополучні сім'ї, які допускають серйозні помилки, прорахунки в системі родинного виховання внаслідок низької педагогічної культури та неосвіченості. Причому такі помилки та прорахунки мають не ситуативний, а стійкий характер. Це означає, що в таких сім'ях постійно порушуються педагогічні вимоги [12; 33].

Сімейні проблеми можуть мати різні форми, починаючи від матеріальних труднощів і закінчуючи емоційними розладами, відсутністю спільних інтересів, проблемами у спілкуванні та моральними кризами. Сучасні сім'ї стикаються з серйозними викликами, і суспільство має бути занепокоєне тим, як ці кризи впливають на сімейні стосунки, особливо в сім'ях, які переживають складні життєві обставини, а також на виховання дітей. Наукові дослідження в галузі психології та педагогіки підкреслюють, що сім'ї, які опинилися в складних життєвих обставинах, мають значний вплив на розвиток особистості дитини. Такі сім'ї часто стають причиною соціальної занедбаності дітей [47].

Таким чином, неблагополучні сім'ї можна умовно поділити на дві великі групи:

- 1) сім'ї з явною формою неблагополуччя, у яких форми сімейного неблагополуччя мають яскраво виражений характер: сім'ї з алкогольною/наркотичною залежністю, конфліктні сім'ї, проблемні сім'ї, асоціальні сім'ї, аморальні та криміналізовані сім'ї;

- 2) сім'ї з прихованою формою неблагополуччя: зовні респектабельні сім'ї, проте в них ціннісні настанови і поведінка батьків розходяться із загальнолюдськими моральними вимогами, що неминуче впливає на виховання дітей.

Зрозуміло, що виявити сім'ї з першої групи набагато легше, саме вони передусім потрапляють в поле зору правоохоронних органів та органів опіки та піклування. І саме до них спеціалізовані органи першочергово мають застосовувати превентивний та корегуючий вплив. Що стосується сімей з другої групи, виявити їх та подолати негативні наслідки виховання у них можна за допомогою неспеціалізованих установ, громадських організацій та окремих фахівців: наприклад, шкільних психологів та педагогів, сімейних консультантів тощо [44].

Термін «проблемна сім'я» або «неблагополучна сім'я» досить широкий. Сюди, безперечно, входять і аморальні, і формально нормальні сім'ї. Водночас існують і так звані «сім'ї ризику», які в будь-який момент можуть потрапити до категорії проблемних. Нині негативно впливає на стабільність благополучних сімей вкрай несприятлива соціально – економічна ситуація в Україні, зумовлена повномасштабним вторгненням ворога на територію України. Погіршення матеріально – побутових умов, зростання бідності, безробіття тощо викликають у людей страх і тривогу за майбутнє. Все це посилює напругу в сім'ї і негативно позначається на вихованні дітей [4; 23, с.18].

Відповідно до Закону України «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю» від 21.06.2001 № 2558 – III соціальна робота з проблемними сім'ями ґрунтується на загальноновизнаних гуманістичних, демократичних та правових засадах, основними принципами якої є : поважати та захищати права людини; цілеспрямований та індивідуальний підхід; доступність і відкритість; добровільне рішення користуватися соціальними пільгами чи ні; людяність; комплексність; максимальна ефективність використання бюджетних та позабюджетних коштів сферою соціальної роботи з проблемними сім'ями; законність; соціальна справедливість; забезпечення відповідальності за конфіденційність питань соціальної роботи, що стосується проблемних сімей, дотримання стандартів якості етичних і правових норм [37].

Сім'я – це перший соціальний інститут у житті дитини і важливий чинник її успішної соціалізації в майбутньому. Основна мета роботи з сім'ями у

складних обставинах – збереження родини для дитини. Це важливий спосіб запобігання соціальному сирітству [51].

Учена Т. Ушакова вважає, що неблагополучна сім'я – це сім'я, яка характеризується низьким соціальним статусом у різних сферах життєдіяльності, тому вона не справляється зі своїми функціями, при цьому її адаптивні можливості значно знижені. Під неблагополучною сім'єю розуміють сім'ю, в якій дитина відчувається неблагополучно, де відсутнє благо для дитини. Головною характеристикою неблагополучної сім'ї є відсутність любові до дитини, турботи, задоволення потреб дитини, захисту прав і законних інтересів. Це може бути сім'я, в якій є обоє батьків або хтось один, як економічно заможна родина, так і економічно необґрунтована [13].

Що стосується практичної сторони проблеми, то соціальна робота з проблемними сім'ями в умовах сьогодення передбачає розроблення та впровадження мотиваційних заходів таких сімей до здорового способу життя та розв'язання власних проблем (вирішення агресивності у спілкуванні, побудова стосунків у сім'ї, належний догляд за дітьми, матеріальне покращення). Важливим напрямком соціальної роботи із проблемними сім'ями в умовах сьогодення є надання соціального супроводу сім'ям із зони бойових дій. З метою соціальної підтримки таких сімей і недопущення того, щоб вони стали неблагополучними, представники соціального захисту активно співпрацюють з різними благодійними організаціями, благодійними фондами, об'єднаннями громадян та представниками соціально відповідальних компаній, з метою надання комплексних соціальних послуг проблемним сім'ям, які опинилися у складних життєвих обставинах [26, с.30]. Підсумовуючи, варто зауважити, що соціальна робота з проблемними сім'ями в умовах сьогодення, зокрема в умовах війни, є вкрай важливою, адже сьогодні суттєво зростає відсоток виникнення таких сімей, що першочергово зумовлено воєнним чинником, який породжує безвихідність життєвих ситуацій у таких сім'ях. Тому, з метою покращення напрямків соціальної роботи з проблемними сім'ями в умовах сьогодення передбачено спрощення процесу надання соціальних послуг, а

також посилену взаємодію фахівців соціального захисту з благодійними організаціями, благодійними фондами [26, с.31].

Соціальний працівник у роботі з неблагополучними сім'ями зобов'язаний виявляти порушення прав, запобігати девіантній поведінці, пропагувати здорові сімейні цінності, надавати правову та психологічну допомогу, організовувати спілкування та сприяти покращенню умов життя.

Наслідки сімейного неблагополуччя являють собою генералізоване явище, зумовлене такими чинниками, як-от: масовий алкоголізм, поширення наркоманії, зростання агресивності, жорстокості та насильства в сім'ї, низький рівень життя, невирішеність житлового питання, погіршення екологічної ситуації і пов'язаного з цим зниження фізичного і психічного здоров'я населення, у тому числі народжуваності дітей тощо. Найсуттєвіший негативний вплив сімейне неблагополуччя, як відзначають соціологи, психологи та педагоги, має на дітей [52].

Сьогодні в Україні зростає кількість неповнолітніх осіб з девіантною поведінкою, яка проявляється в жорстокості, підвищеній агресії, крадіжках, хуліганстві, ранніх сексуальних зв'язках, проституції неповнолітніх, наркоманії, алкоголізмі, жебрацтві, дармоїдстві, вандалізмі, бродяжництві, суїцидальній поведінці тощо. Дійсно, якщо сім'я виявляється неблагополучною, то дитина з набагато більшою ймовірністю набуде негативних якостей особистості.

По-перше, через спостереження за поведінкою батьків і її копіювання, по-друге, через досвід насильства з боку рідних, а отже, і накладання відповідного відбитка на свідомість/підсвідомість у вигляді психологічних травм. Таким чином, вплив батьківської сім'ї проявляється шляхом цілеспрямованого педагогічного виховного впливу, формування у дитини певних моральних принципів і способів поведінки та, як стихійний вплив на особистість шляхом проживання дитини тим способом життя, який типовий для даної сім'ї. Визначення неблагополуччя сім'ї дається через оцінку виховного впливу

сімейного оточення на дитину, рівня виконання батьками своїх батьківських обов'язків [35].

Сутність соціальної роботи з неблагополучними сім'ями полягає у цілеспрямованій, професійно організованій діяльності, спрямованій на виявлення, підтримку, захист та соціальну реабілітацію сімей, які опинилися у складних життєвих обставинах, що негативно впливають на їхнє функціонування, розвиток членів сім'ї, зокрема дітей, та їхню інтеграцію в суспільство. Її фундаментальною метою є відновлення або покращення здатності сім'ї самостійно розв'язувати власні проблеми, мінімізація негативних наслідків неблагополуччя та створення сприятливих умов для гармонійного розвитку кожного її члена.

У цьому контексті провідним поняттям виступає «неблагополучна сім'я» або «сім'я у складних життєвих обставинах», яка визначається як соціальна одиниця, що внаслідок дії різноманітних факторів об'єктивного чи суб'єктивного характеру втрачає спроможність самостійно долати труднощі, які суттєво порушують її нормальне функціонування, створюють реальну загрозу для життя та здоров'я її членів, обмежують їхні законні права та інтереси, і як наслідок, гостро потребує кваліфікованої зовнішньої соціальної допомоги та підтримки. Критерії віднесення сім'ї до категорії неблагополучних є багатогранними та можуть включати матеріальну незабезпеченість, соціальну дезадаптацію, психологічні проблеми, педагогічну занедбаність та наявність значних ризиків для дитини [45].

Безпосередня діяльність з такими сім'ями визначається як «соціальна робота з неблагополучними сім'ями», що являє собою комплекс професійних інтервенцій, спрямованих на глибоку діагностику існуючих проблем, розробку та послідовну реалізацію індивідуальних планів соціального супроводу. Ця робота передбачає надання різнопланової допомоги, включаючи психологічну підтримку, педагогічний супровід, юридичні консультації, матеріальну допомогу та інші необхідні види підтримки, а також активне сприяння соціальній адаптації та подальшій реабілітації сім'ї.

Важливим елементом цього процесу є «соціальний супровід неблагополучної сім'ї», який розуміється як тривалий та системний процес професійної підтримки сім'ї, що опинилася у складних життєвих обставинах. Він включає детальну оцінку її актуальних потреб, розробку та поетапну реалізацію індивідуального плану допомоги, постійний моніторинг динаміки змін, ефективну координацію зусиль різних залучених фахівців та служб, а також цілеспрямоване надання необхідних ресурсів для успішного подолання кризової ситуації та відновлення здатності сім'ї до самостійного функціонування.

Окремо слід виділити «профілактику сімейного неблагополуччя», яка є комплексною системою заходів, спрямованих на своєчасне виявлення та ефективно усунення першопричин і умов, що можуть спровокувати виникнення або поглиблення проблем у сім'ї. Вона також включає формування відповідального батьківства, активну популяризацію позитивного досвіду сімейного виховання та зміцнення фундаментальних сімейних цінностей у суспільстві.

Важливим аспектом є «соціальна реабілітація неблагополучної сім'ї», що являє собою комплекс послідовних заходів, спрямованих на відновлення порушених соціальних функцій сім'ї, її успішну адаптацію до нових життєвих реалій, подолання негативних наслідків пережитої кризової ситуації, відновлення втрачених соціальних зв'язків та повноцінну інтеграцію в соціум [56].

## **1.2. Особливості соціальної роботи з неблагополучними сім'ями**

Проблематика сімейного неблагополуччя та роботи з дітьми з сімей, які традиційно характеризують як неблагополучні, є актуальною в різні історичні епохи та для всіх типів суспільств – незалежно від рівня соціального, політичного, правового, культурного та духовного розвитку [9].

Сім'ї з порушеними зовнішніми та внутрішніми зв'язками, а також структурою та функціями, вважаються потенційно проблемними. Проте, вони не обов'язково стають такими, якщо мають власний потенціал та отримують своєчасну підтримку.

Ознаками неблагополуччя сім'ї є :

- невиконання батьками обов'язків щодо виховання дітей та їх матеріального утримання;
- байдуже ставлення до здоров'я, фізичного духовного та морального розвитку дітей;
- жорстоке поводження, фізичне, сексуальне, психологічне, економічне насильство над неповнолітніми;
- зловживання батьками алкоголем, наркотиками, токсичними речовинами та їх аморальна поведінка в суспільстві;
- втягування неповнолітніх до протиправної діяльності, бродяжництва та жебракування;
- експлуатація дітей у різних проявах;
- створення житлово-побутових, санітарно-гігієнічних умов, які загрожують здоров'ю та життю неповнолітніх.

Теоретичні знання батьки можуть отримувати на лекторіях, основними завданнями яких є: педагогічна і соціально-психологічна підготовка батьків до виховання майбутніх дітей; навчання батьків формувати у дітей адекватну поведінку у стосунках з однолітками; вироблення батьківського авторитету у вихованні дітей; формування позитивних стосунків між батьками і дітьми різних поколінь; навчання вихованню дітей з урахуванням статі і віку; заохочення і покарання в сім'ї; особливості виховання дітей з фізичними та психічними відхиленнями; навчання батьків підготовки дітей до школи [31].

Допомога у вихованні проводиться через консультування, створення спеціальних виховних ситуацій. Основними сферами сімейного життя, в яких реалізується виховна функція, є формування батьківського обов'язку (родина деонтологія), сімейного інтересу, внутрішньо сімейної любові. Тому важливим

моментом соціальної діяльності є адекватний добір методів сімейного виховання.

Посередницька допомога охоплює такі напрями роботи:

– організація сімейного дозвілля: створення клубів за інтересами, організація сімейних свят, конкурсів, літнього відпочинку тощо; благодійних аукціонів, виставок-продажів поношених речей;

– координація співробітництва з різними соціальними інститутами, які допоможуть подолати проблему конкретної сім'ї. Наприклад, передача дитини в прийомну сім'ю; усиновлення дитини; поміщення дитини в інтернат, притулок, дитячий будинок; направлення на лікування від алкоголізму тощо.

– інформування членів сім'ї з питань соціального захисту, яке здійснюється через соціальне консультування з житлових, сімейно - шлюбних, трудових, пенсійних питань, з проблем порушення прав дітей, жінок, інвалідів [16].

Робота соціального працівника, який працює із неблагополучними сім'ями полягає у виявленні неблагополучних сімей, здатних прийняти допомогу, проведення з ними роботи, визначення причини сімейного неблагополуччя, діагностика особистості дитини, визначення його особливостей, проблемних зон, створення сприятливої умов у колективі навколо дитини з проблемної сім'ї, організація індивідуальної роботи з дитиною за рішенням наявних проблем і профілактика девіантної поведінки, включення дитини в реабілітаційний простір і організоване дозвілля та взаємодія різних фахівців (соціального педагога, психолога, соціального працівника, педагога додаткової освіти та ін.), допомога дитині у виборі виду діяльності з огляду на її потреби, інтереси, особливостей, якими вона могла би займатися під керівництвом вихователів [26; 28].

Основним змістом соціально-педагогічної роботи з неблагополучною сім'єю є забезпечення сім'ї різними видами соціального обслуговування (соціальної допомоги та соціальних послуг), реабілітаційна та профілактична робота, соціальний супровід окремих категорій сімей та соціальне

інспектування неблагополучних сімей. Вони реалізуються в практичній діяльності соціального педагога шляхом використання різноманітних методів, прийомів і форм соціально-педагогічної роботи [2; 39].

Оскільки неблагополуччя сім'ї проявляється у різних сферах, для його подолання потрібні різноманітні підходи. Наприклад, для вирішення матеріальних проблем можна допомогти членам сім'ї знайти роботу, оформити пільги або отримати матеріальну допомогу [41].

Алгоритм профілактики сімейного неблагополуччя може складатися з таких етапів:

- 1) дослідження причин та факторів проблеми;
- 2) організація взаємодії суб'єктів профілактики у подоланні проблеми;
- 3) планування діяльності, організаційна та методична підготовка;
- 4) вплив на особистість;
- 5) вплив на проблемне середовище;
- 6) моніторинг проблеми, аналіз ефективності профілактичних заходів [6].

Неблагополуччя, пов'язане з проблемами здоров'я, може потребувати діагностики і лікування хвороб дітей і дорослих, набуття навичок здорового способу життя, профілактики хвороб, наркологічної допомоги, неблагополуччя у сфері духовного і морального здоров'я може потребувати вирішення проблем алкогольної залежності, перегляду ціннісних орієнтацій членів сім'ї тощо, неблагополуччя в сфері виховання дітей можливо подолати шляхом надання педагогічної, психологічної, логопедичної, психотерапевтичної допомоги дітям, юридичної допомоги дорослим членам сім'ї; неблагополуччя в сфері внутрішніх та зовнішніх комунікацій сім'ї можна подолати шляхом відновлення чи побудови нових соціальних зв'язків, сприяння у вирішенні конфліктів тощо [25, с.125].

Науковець З. Шевців поділяє форми роботи з дітьми із неблагополучних сімей на 4 групи:

- а) масові – загальношкільні батьківські збори, дні відкритих дверей, позакласні заходи, батьківські дні у школі, тощо.

б) індивідуально-групові – бесіди, тренінги, рольові ігри, батьківські консультації із запрошенням соцпедагогів, психологів, тематичні конференції та ін.

в) індивідуальні – бесіди, консультації, інтерв'ю, спостереження, анкетування тощо.

г) взаємодія школи та соціальних служб [57, с.127].

Сьогодні, у зв'язку з реаліями війни, до переліку проблемних сімей необхідно додати:

– сім'ї, у яких дітей незаконно вилучено під час бойових дій або на окупованих територіях, в тому числі, під приводом «оздоровлення»;

– сім'ї, де діти стали вимушеними переселенцями з одним із батьків або з іншими родичами;

– сім'ї, у яких батьки або один із батьків загинули або безвісти пропали [21; 22, с.728].

Соціальна робота з неблагополучними сім'ями має дві ключові цілі: збереження сім'ї як основи суспільства та забезпечення її членів необхідними ресурсами. Для цього соціальний працівник повинен виявити причини неблагополуччя та провести всебічний аналіз ситуації.

Причинами неблагополучності можуть бути алкоголізм і наркоманія членів сім'ї, психолого-педагогічна і правова неграмотність, економічні фактори суспільства, хвороби, політична ситуація, насильство щодо членів сім'ї, тощо.

Перш за все, комплексність та багатоаспектність проблем, з якими стикаються неблагополучні сім'ї, є визначальною специфічною рисою цієї сфери діяльності. Як вже зазначалося, неблагополуччя може бути зумовлене переплетенням економічних труднощів, соціальної дезадаптації, психологічних проблем, педагогічної занедбаності та ризиків для розвитку дітей. Відтак, соціальна робота в цьому контексті вимагає інтегрованого підходу, що передбачає одночасне втручання у різні сфери життєдіяльності сім'ї та залучення мультидисциплінарної команди фахівців.

Другою важливою специфічною рисою є високий рівень емоційної напруженості та конфліктності у відносинах між членами неблагополучних сімей. Тривалий вплив негативних факторів часто призводить до загострення внутрішньосімейних конфліктів, формування деструктивних комунікаційних патернів та емоційної нестабільності. Соціальний працівник у таких ситуаціях виступає не лише як посередник та консультант, але й як фасилітатор налагодження конструктивного діалогу та відновлення здорових сімейних зв'язків.

Третьою особливістю є необхідність тривалої та систематичної підтримки. Процес подолання неблагополуччя є складним і потребує значного часу та послідовних зусиль як з боку соціального працівника, так і з боку самої сім'ї. Короткочасні інтервенції часто є недостатніми для досягнення стійких позитивних змін, тому соціальний супровід таких сімей має бути довгостроковим та передбачати регулярний моніторинг, корекцію стратегій втручання та поступове нарощування здатності сім'ї до самостійного функціонування.

Четвертою специфічною рисою є високий ступінь ризику для дітей. У неблагополучних сім'ях діти часто стають найбільш вразливою категорією, яка потерпає від наслідків дорослих проблем – насильства, зневаги, відсутності належного догляду та виховання. Захист прав та інтересів дитини є пріоритетним завданням соціальної роботи з такими сім'ями, що вимагає від фахівців особливої чутливості, знання законодавства та вміння застосовувати спеціальні методики втручання.

П'ятою особливістю є необхідність міжвідомчої співпраці. Ефективна допомога неблагополучним сім'ям часто вимагає скоординованих зусиль різних державних та недержавних установ і організацій – служб у справах дітей, органів освіти, охорони здоров'я, центрів зайнятості, громадських організацій тощо. Соціальний працівник виступає як ключова ланка у цій міжвідомчій взаємодії, забезпечуючи узгодженість дій та спрямованість на спільний результат [43].

Шостою специфічною рисою є значний етичний вимір роботи. Соціальні працівники, які працюють з неблагополучними сім'ями, часто стикаються зі складними етичними дилемами, пов'язаними з конфіденційністю інформації, прийняттям рішень в інтересах дитини, балансом між підтримкою автономії сім'ї та необхідністю втручання. Дотримання професійних етичних стандартів є критично важливим для забезпечення якісної та гуманної допомоги.

Соціальна робота з неблагополучними сім'ями є високоспеціалізованою сферою діяльності, що вимагає від фахівців глибоких знань у галузі соціальної педагогіки, психології, права, володіння різноманітними методами та технологіями соціальної роботи, а також високого рівня емпатії, толерантності та здатності до ефективної міжпрофесійної взаємодії. Урахування зазначених специфічних рис є запорукою надання якісної та дієвої допомоги сім'ям, які опинилися у складних життєвих обставинах.

Отже, можна говорити про неблагополучні сім'ї і потенційно-неблагополучні (в яких порушені зв'язки сім'ї з мікро- і макро- середовищем, внутрішньо-родинні зв'язки, структура сім'ї, спроможність сім'ї виконувати свої функції, є низьким культурний та освітній рівень членів сім'ї). Але не завжди потенційно-неблагополучні сім'ї стають неблагополучними. Це залежить від соціального потенціалу сім'ї, активності членів сім'ї, соціальної підтримки сім'ї державою. Соціальна робота з неблагополучними сім'ями – це системний та багатогранний процес, що вимагає тісної співпраці з сім'єю та врахування її індивідуальних потреб [46].

### **Висновок до першого розділу**

З'ясовано, що соціальна робота з неблагополучними сім'ями – це комплекс дій, спрямованих на поліпшення їхнього побуту, відновлення функцій та забезпечення розвитку кожного з членів родини. Для цього потрібно добре розуміти суть проблеми та враховувати індивідуальні особливості кожної сім'ї.

Виявлено, що соціальна робота з неблагополучними сім'ями потребує комплексного підходу, який передбачає психологічну, суспільну та педагогічну підтримку. Необхідна співпраця з іншими фахівцями та використання ресурсів громади. Результативність залежить від мотивації родини, кваліфікації спеціалістів та наявності ресурсів.

У підсумку, я вважаю, що соціальна робота з неблагополучними сім'ями відіграє важливу роль у соціальній політиці, забезпечуючи захист прав дітей та підтримку сімей. Завдяки фаховій допомозі родини здатні поліпшити своє життя. Для досягнення довготермінових результатів необхідно постійно вдосконалювати способи роботи, розширювати перелік послуг та зміцнювати співпрацю між соціальними службами.

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИКА ВИЗНАЧЕННЯ РІВНІВ ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ З НЕБЛАГОПОЛУЧНИХ СІМЕЙ

#### **2.1. Організаційно-методичне обґрунтування програми дослідно – експериментальної роботи**

У сучасному світі кількість дітей, які час від часу відчувають тривожність, невпевненість, емоційну нестабільність збільшилась, порівняно з іншими роками [42]. Дитяча тривожність, особливо в неблагополучних сім'ях, є серйозною проблемою. Негативний вплив таких сімейних умов може спричинити розвиток тривожних розладів у дітей [14].

Мета констатувального етапу експерименту полягала у з'ясуванні наявності, характеру та ступеню вираженості тривожних розладів у дітей, які зростають у неблагополучних сімейних умовах.

Для реалізації мети ми виокремили такі завдання:

1. Розробити методику дослідження, яка дозволить виявити рівень тривожності у дітей.
2. Провести емпіричне дослідження з використанням розробленої методики.
3. Проаналізувати отримані дані та зробити висновки.

Діагностичний експеримент здійснювався поетапно:

1. Підготовчий етап ( розробка критеріїв, показників, рівнів досліджуваного явища, підбір діагностичних методик та формування вибірки).
2. Емпіричний етап (проведення експерименту).
3. Аналітичний етап( обробка даних, статистичний аналіз).
4. Інтерпретаційний етап (формулювання висновків).

Для оцінки рівня тривожності у дітей були визначені такі ключові критерії:

1. Емоційні прояви: частота і інтенсивність переживання страху, тривоги, неспокою, підозрливості, похмурий настрій, відчуття постійної туги, дратівливості, напади гніву, емоційна байдужість, втрата інтересу, самотність, тривалість тривожних станів, настроїв, труднощі з регуляцією емоцій.

2. Поведінкові прояви: уникнення певних ситуацій, підвищена дратівливості, проблеми зі сном, втрата апетиту або переїдання, зростання помилок при виконанні звичних дій, більш швидка або, навпаки уповільнена мова, тремтіння голосу, збільшення конфліктів, антисоціальна, конфліктна поведінка, низька продуктивність діяльності [49; 55].

3. Фізіологічні прояви: болі в різних частинах тіла невизначеного характеру, головні болі, прискорений або неритмічний пульс, порушення сну, ритму дихання, відчуття напруги в м'язах, підвищена стомлюваність, тремтіння в руках, поява алергії чи інших шкірних висипань, підвищена пітливість [3; 19].

Досліджуючи тривожність у дітей, ми спочатку визначили критерії, за якими можна оцінити цей стан: емоційні, поведінкові та фізіологічні прояви.

Аналіз критеріїв емоційних проявів свідчить про різноманітність форм, в яких може проявлятися тривога у дітей. Це можуть бути як явні, так і більш приховані переживання. Критерії емоційних проявів дозволяють нам зосередитися на внутрішньому світі дитини, тоді як інші критерії (поведінкові, фізіологічні) допомагають оцінити, як тривога впливає на різні сфери її життя. Тривога може проявлятися по – різному і мати різний вплив на життя дитини. Тому результати ми ранжували за такими рівнями тривожності:

- низький рівень: відсутність виражених тривожних симптомів, спокійний емоційний стан;
- середній рівень: наявність помірних тривожних симптомів, які не перешкоджають повсякденному життю;
- високий рівень: виражена тривога, що супроводжується численними симптомами і значно ускладнює життя дитини [7].

Для отримання результатів за **емоційним критерієм** ми скористались такими опитувальниками і методиками: опитувальник Н. Артюхіної, А.

Щетиніної,( зміст методики подано в Додатку А), «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Дорки і В. Амен) . Зміст методики подано в Додатку Б, методика проєктивний тест «ДІМ - ДЕРЕВО - ЛЮДИНА» (зміст методики подано в Додатку В).

Для точнішого визначення рівня тривожності у старших дошкільників можна використати проєктивну методику "Вибери потрібне обличчя" (Теммл, Дорки, Амен). Дитині пропонується вибрати між сумним і веселим обличчям, відповідаючи на запитання: «Яке обличчя у цієї дитини – сумне чи веселе? Вибери». Дитина робить вибір, який фіксується у протоколі, та може пояснити його. Ця методика дозволяє оцінити рівень тривожності дитини в повсякденних ситуаціях. Однак, тривожність тут розглядається як риса характеру, що захищає дитину на психологічному рівні, обмежуючи її активність у досягненні успіху [50].

Цей тест складається з 14 картинок, на яких зображені діти у звичайних ситуаціях з іншими дітьми або дорослими. Дитині потрібно подивитися на малюнок і вибрати, яке з двох облич (веселе чи сумне) найкраще підходить для порожнього контуру на зображенні. Рівень тривожності оцінюється за кількістю вибраних «радісних» і «сумних» облич [38].

Опитувальник Н. Артюхіної, А. Щетиніної призначений для виявлення особливостей емоційного стану дитини, дозволяє визначити її емоційне благополуччя або неблагополуччя. Цей опитувальник може бути запропонований для заповнення вихователям, які працюють з дитиною і батькам або іншим дорослим, які добре знають цю дитину.

Методика проєктивний тест «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА», розроблена Д. Баком, дозволяє виявити тривожність і страх у дітей. Наприклад, тривогу можуть відображати хмари, штрихи та сильний натиск олівця на малюнку.

Л. Коломенський і В. Панько наголошували, що колір є важливим діагностичним показником у дитячому віці, оскільки відображає емоційне ставлення дитини до зображення. Світлі та чисті кольори вказують на позитивні емоції, а темні – на негативні [1].

Відповідно до **поведінкового критерію** відносяться такі опитувальники і методики: методика для діагностики тривожності Р. Сірса призначена для виявлення та оцінки рівня тривожності у дітей( зміст методики подано в Додатку Г);опитувальник батьківського ставлення А. Варга, В. Століна(зміст методики подано в Додатку Г); методика PARI Е. Шиффера і Р. Белла, призначена для вивчення ставлення батьків до різних аспектів сімейного життя(зміст методики подано в Додатку Є ).

Різноманітні опитувальники, що використовуються для вивчення міжособистісних відносин, зокрема в сім'ї, часто не дають повної картини. Це пов'язано з тим, що питання або твердження в них не дозволяють глибоко дослідити складні сімейні зв'язки.

Наприклад, підвищена тривожність у сім'ї може свідчити про конфлікти та напругу, що підтверджується іншими опитуваннями.

Невдоволення шлюбом у батьків може вказувати на проблеми у їхніх стосунках, що впливають на дитину. Малюнок сім'ї може показати, як дитина сприймає ці проблеми та хто її найбільше турбує. Результати тесту батьківського ставлення допомагають зрозуміти, які методи виховання викликають у дитини тривогу [8].

Методика для діагностики тривожності (Р. Сірса). В основу методики входить спостереження, яке засноване на оцінюванні відповідно до ознак шкали Р. Сірса.

Процедура проведення: спостереження відбувається в групі дітей під час освітньої, спільної і самостійної діяльності, під час ігор, і прогулянок на свіжому повітрі.

Заповнюється бланк протоколу, при наявності відповідного ознаки ставиться «+».

Особистісні опитувальники широко використовуються в психології, де респонденти відповідають на запитання або твердження, що відображають їхні поведінкові риси. Їхні переваги полягають у швидкому зборі великого обсягу

даних та легкості використання. Однак, існує ризик спотворення результатів через прагнення респондентів відповідати соціально очікуваним нормам [29].

Відповідно до показників **фізіологічного критерію** ми використовували: тест на визначення рівня стресу за Ю. Щербатих.

За допомогою цього психологічного інструменту можна визначити рівень впливу стресу на життя, аналізуючи його різноманітні прояви: від фізичних симптомів (головний біль, безсоння) до емоційних (дратівливість, тривога) та поведінкових змін (втрата апетиту, проблеми з концентрацією) [48; 36]. Зміст методики подано в Додатку 3.

Під час проведення тесту, медичний працівник ЗДО спостерігав за фізіологічними реакціями у дітей: траплялися випадки дратівливості, плаксивості, агресивної поведінки. У деяких дітей фіксували почервоніння обличчя, надмірну пітливість, тремтіння рук, часто мінявся настрій, окремі скаржилися на головний біль, нудоту, відчуття напруги в м'язах, прискорений або неритмічний пульс.

Результати, здобуті з використанням різних методик, дають змогу створити більш повну картину сімейної ситуації та її впливу на дитину [10].

Узагальнено діагностичний інструментарій для виявлення рівнів тривожності у дітей, які зростають у неблагополучних сімейних умовах ми подали в Таблиці 2.1

Таблиця 2.1

**Діагностичний інструментарій виявлення рівнів тривожності у дітей, які зростають у неблагополучних сімейних умовах**

Критерії	Показники	Діагностичні методики
Емоційні прояви	Частота і інтенсивність переживання страху, тривоги, неспокою. Підозрілість. Похмурий настрій. Відчуття постійної туги. Дратівливість, напади гніву. Емоційна байдужість. Втрата інтересу. Самотність. Тривалість тривожних станів; настроїв; труднощі з регуляцією емоцій	опитувальник Н. Артюхіної, А. Щетиніної, методика: «Вибери потрібне обличчя», методика проєктивний тест «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА»

## Продовження Таблиці 2.1

Поведінкові прояви	Уникнення певних ситуацій, підвищена дратівливість, проблеми зі сном. Втрата апетиту або переїдання. Зростання помилок при виконанні звичних дій. Більш швидка або, навпаки уповільнена мова. Тремтіння голосу. Збільшення конфліктів. Антисоціальна, конфліктна поведінка. Низька продуктивність діяльності	методика для діагностики тривожності Р.Сірса, опитувальник батьківського ставлення А. Варга, В. Століна, методика PARI E. Шиффера і Р. Белла,
Фізіологічні прояви	Болі в різних частинах тіла невизначеного характеру, головні болі. Прискорений або неритмічний пульс. Порушення сну, ритму дихання. Відчуття напруги в м'язах. Підвищена стомлюваність. Тремтіння в руках, поява алергії чи інших шкірних висипань. Підвищена пітливість.	тест на визначення рівня стресу за Ю. Щербатих); результати діагностичних спостережень медичного працівника ЗДО

Дослідження проводилось серед 60 дітей старшого дошкільного віку 5–6 років Новоушицького дитячого садка «Дзвіночок» (сmt. Нова Ушиця, Новоушицький район, Хмельницька область), розподілених на три групи: «Пізнайки» (20 дітей), «Живчики» (20 дітей), «Сопілочка» (20 дітей). Усі діагностичні методики проводитимуться безпосередньо в дитячому садку «Дзвіночок». Для кожного виду діагностики передбачені окремі, тихі кімнати або куточки, де дитина почуватиметься спокійно та зможе зосередитися. Важливо, щоб ці місця були віддалені від сторонніх шумів та інших факторів, які можуть відволікати, формуючи спокійну атмосферу для дослідження. Діти проводимуть тестування індивідуально, щоб гарантувати максимальну увагу та уникнути впливу однолітків. Перед початком кожного завдання психолог налагодить контакт з дитиною, пояснить завдання та заспокоїть, якщо дитина відчуває тривогу. Під час діагностики психолог буде готовий до того, що дитина може втратити увагу або не зрозуміти завдання. У таких випадках інструкція буде повторена, перефразована або будуть дані додаткові роз'яснення. Усі дані, отримані під час діагностики, будуть конфіденційними. Результати дослідження будуть повідомлені батькам та адміністрації дитячого

садка в узагальненій формі, без розкриття персональних даних. В середньому, діагностика однієї дитини займе від 30 до 60 хвилин.

Для того, щоб дитина почувала себе комфортно під час проведення дослідження, необхідно створити атмосферу довіри та безпеки, використовуючи іграшки та матеріали, що допомагають розслабитися.

Отже, дотримання вищезазначених умов гарантує отримання точних даних про рівень тривожності дітей та забезпечить ефективну діагностику.

Це дослідження є важливим кроком для вивчення особливостей розвитку самооцінки у дошкільнят та її впливу на їхню адаптацію в суспільстві. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм корекції для дітей з різними рівнями самооцінки, а також для запобігання конфліктам у дитячому колективі [32].

## **2.2. Діагностика рівнів тривожності неблагополучних сімей**

Тривожність, особливо у дітей, стає все більш актуальною проблемою в сучасному світі. Діагностика рівнів тривожності в неблагополучних сім'ях є критично важливим етапом психологічної допомоги, оскільки тривога суттєво впливає на якість життя всієї родини. У таких сім'ях тривожність часто посилюється через стресові фактори, такі як конфлікти, насильство та бідність. У ході дослідження я проаналізувала власні спостереження за дітьми з підвищеною тривожністю. На основі цих даних я спробувала виділити основні ознаки тривожності у дошкільнят, розподіливши їх на три рівні: високий, середній та низький. Найбільшим викликом було те, що ознаки тривожності можуть проявлятися по-різному в залежності від ситуації [11].

До основних ознак тривожності можна віднести такі:

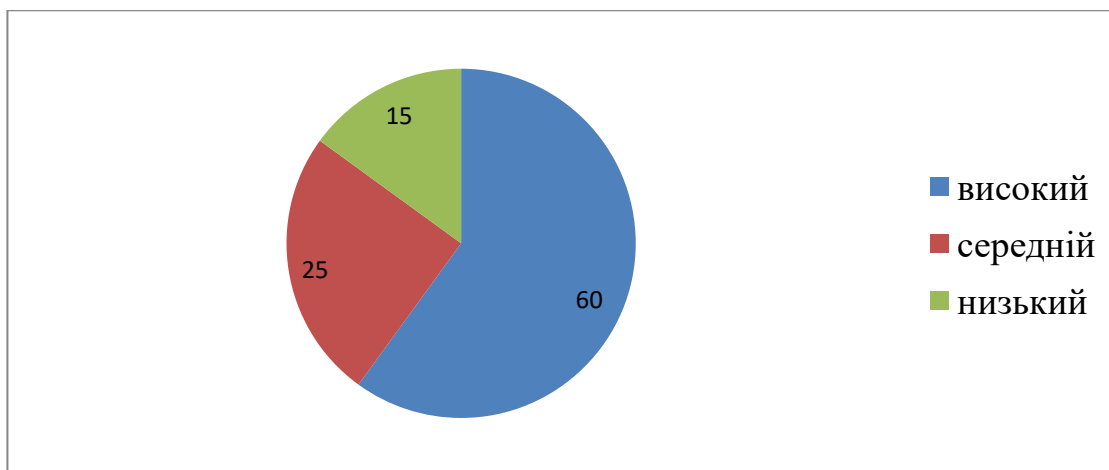
1. «Як нервова система дитини реагує на зовнішні подразники, її рівень емоційності, вразливості та здатність до емоційної рівноваги».
2. «Аналіз того, як дитина оцінює власні здібності та як її емоційний стан змінюється залежно від результатів діяльності».

3. «Аналіз емоційного реагування дитини на критичні зауваження дорослих та її страх перед можливим покаранням».
4. «Аналіз того, як дитина реагує на пропозицію допомоги: чи приймає її, чи відмовляється».
5. «Аналіз стратегій дитини у відповідь на труднощі: чи вона активно їх долає, чи намагається уникнути».
6. «Аналіз емоційного зв'язку дитини з вихователем, включаючи її симпатію та рівень довіри».
7. «Оцінка соціальної адаптації дитини в дитячому колективі, включаючи її дружні зв'язки та ставлення з боку однолітків».
8. «Дослідження пізнавального розвитку дитини, її здатності до навчання та інтересу до навколишнього світу».
9. «Оцінка здатності дитини до пристосування в умовах змін».
10. «Дослідження здатності дитини до емоційного самоконтролю» [18].

Для проведення дослідження було обрано Новоушицький дитячий садок «Дзвіночок» у смт Нова Ушиця, Хмельницької області. Дослідження охопило три групи: «Пізнайки» 20 дітей, «Живчики» 20, «Сопілочки» 20 дітей. Залучені до дослідження батьки дітей з груп та вихователі, які працюють з цими дітьми. Під час дослідження було виявлено, що серед 60 дітей, розподілених на три групи, існує 8 дітей з неблагополучних сімей.

З метою чіткішого визначення вираженості тривожності в емоційному розвитку дітей старшого дошкільного віку було застосовано опитувальник Н.Артюхіної, А. Щетиніної, отже розглянемо діагностичні згідно з цим опитувальником (див. Додаток А).

Вихователі були зібрані на окрему нараду, де їм детально пояснили мету дослідження та як заповнювати опитувальник. Далі вихователі особисто заповнювали опитувальник стосовно кожної дитини зі своєї групи. Після того як опитувальники були заповнені, відбулося обговорення, під час якого вихователі могли поділитися своїми думками.



**Рис. 2.1. Результати дослідження рівнів тривожності дітей за опитувальником Н. Артюхіної, А. Щетиніної**

Оцінюючи емоційний стан дітей за підсумками завдання, можна ствержувати, що у 25% випадків він був стабільним. Ці діти демонстрували спокійну поведінку, хоча адаптація до нових обставин супроводжувалася певними труднощами. Епізодичні прояви агресії поєднувалися зі здатністю до співпереживання. У соціальній сфері для цих дітей характерна непевність у спілкуванні, перевага обмеженого кола знайомих та обережна поведінка у взаємодії з вихователями. Можна припустити, що дехто з цих дітей відчуває тривогу або непевненість у нових ситуаціях.

Аналіз даних показав, що 15% дітей демонструють ознаки емоційного неблагополуччя. Ці діти відчувають значні труднощі в адаптації до нових умов, часто виявляють неконтрольовану агресію, віддають перевагу самотності та уникають спілкування з дітьми. Відсутність співчуття до інших дітей свідчить про знижений рівень емпатії. Високий рівень тривожності проявляється у страхах перед безпечними речами, надмірній обережності та підвищеній чутливості до стресових ситуацій.

За результатами дослідження, 60% дітей виявили ознаки значного емоційного неблагополуччя. Для цієї групи властиві виражені негативні емоції, агресивні форми поведінки (фізична агресія), неадекватні емоційні реакції, відсутність соціальних контактів, упертість.

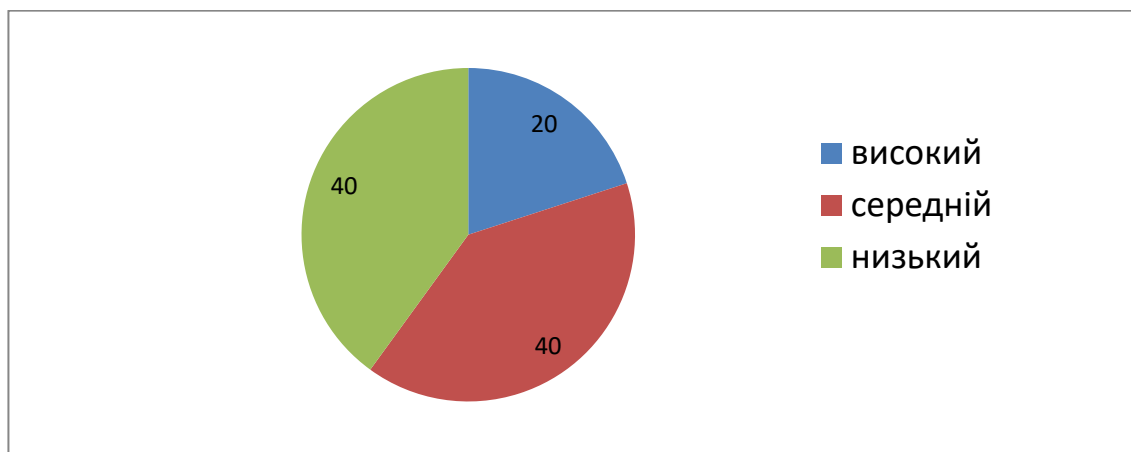
Діти, які живуть у неблагополучних сім'ях, часто відчують потребу поділитися своїми переживаннями. Так, 35% вихователів зазначали, що діти розповідають про свої почуття, пов'язані з сімейними проблемами. Крім того, вони шукають порад щодо того, як поводитися в таких ситуаціях 10%. Більшість батьків зазначили, що діти хочуть, аби в їхніх сім'ях були добрі взаємини. Це свідчить про те, що дітям важко переживати сімейні проблеми і вони шукають виходу з такої ситуації.

Дослідження показало, що діти з неблагополучних сімей частіше відчують тривогу, невпевненість у собі та мають проблеми зі сном порівнюючи з дітьми, які виростили в благополучних умовах. Вони більш схильні до емоційних переживань і відчують себе незахищеними. Окрім того, такі діти часто відчують провину за конфлікти в родині, особливо якщо дорослі не пояснюють їм причин цих конфліктів.

Проблема дитячої тривожності є надзвичайно важливою в сучасній психології, оскільки вона може проявлятися по-різному та істотно впливати на розвиток дитини [27].

Відповідно до емоційного критерію ми застосували методику «Вибери потрібне обличчя», що є одним з інструментів психодіагностики, що дає змогу оцінити рівень тривожності у дітей (див. Додаток Б). Дітям пропонувалося розглянути зображення облич, які виражають різні емоції (радість, сум, страх, гнів). Дитину просили обрати картинку з обличчям, яке найкраще відображає її відчуття в певній ситуації чи взагалі. Завдання дитини полягало в тому, аби ідентифікувати себе з одним із зображень облич і обрати те, що найбільше відповідає її поточним емоціям.

В результаті дослідження за методикою Р. Темпла, М. Доркі, В. Амен «Вибери потрібне обличчя» було виявлено такий розподіл рівнів тривожності: 8 дітей (40%) продемонстрували низький рівень тривожності. 8 дітей (40%) мали середній рівень тривожності, 4 дитини (20%) виявили високий рівень тривожності. Наочно результати подано на Рис. 2.2.



**Рис. 2.2. Результати дослідження рівнів тривожності дітей за методикою Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен**

На основі проведеного дослідження за методикою «Вибори потрібне обличчя» можна зробити такі висновки щодо рівня тривожності у досліджуваній групі дітей: 40% дітей показали низький рівень тривожності, 40% середній і 20% високий. Це вказує на те, що в досліджувальній групі є діти з різним рівнем емоційної стабільності.

#### Методика проективний тест «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА»

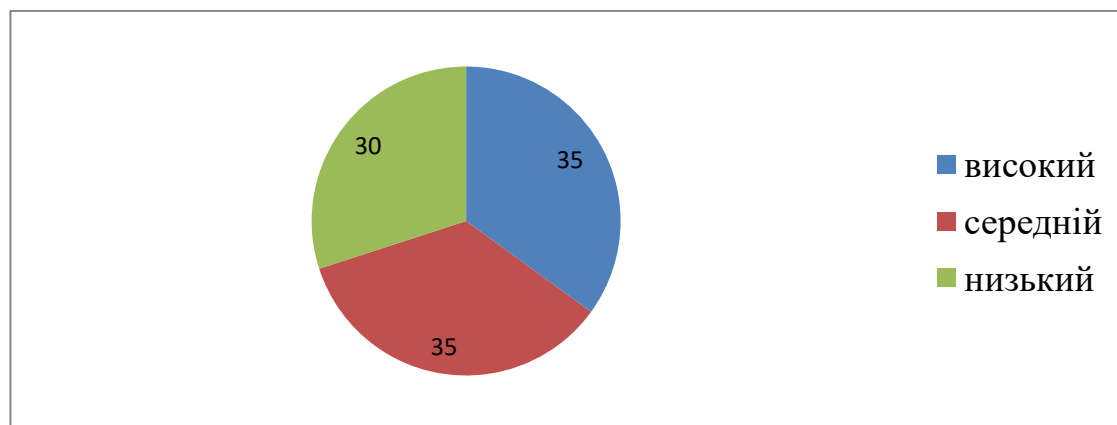
Малюнок дає змогу дитині відобразити свої внутрішні переживання та сприйняття світу. Дитині дають аркуш паперу, простий та кольорові олівці, і просять намалювати будинок, дерево та людину. При цьому не надають жодних додаткових вказівок, щоб дитина могла вільно виразити свої думки та почуття. Після завершення малюнка можна поставити запитання: "Що це за будинок? Хто в ньому мешкає? Що це за дерево? Де воно росте? Хто ця людина? Що вона робить? Які почуття вона відчуває? Чому ти обрав саме ці кольори?"

За результатами дослідження: будинок 35% дітей зобразили будинок без вікон або з дуже маленькими вікнами, що може свідчити про замкнутість, небажання контактувати із зовнішнім світом або відчуття ізоляції. 30% дітей намалювали будинок без дверей або з дверима, що важко відчинити, що може вказувати на труднощі у налагодженні контактів з іншими людьми або страх

перед новими ситуаціями. 35% будинків було зображено з пошкодженнями (тріщини, відсутні частини), що може символізувати внутрішню напругу, відчуття нестабільності та незахищеності.

Дерево: 35% дітей зобразили дерева без листя або з голими гілками, що може вказувати на відчуття самотності, відсутність життєвої енергії або депресивні стани. 30% дерев були намальовані з тоненькими, хворобливими стовбурами, що може символізувати слабкість, вразливість та низьку самооцінку. 35% дітей зобразили дерева, коріння яких не досягали до землі, що може свідчити про відчуття невпевненості та нестабільності.

Людина: 35 % дітей намалювали людей маленькими, що може вказувати на низьку самооцінку та відчуття власної неповноцінності. 30% людей були зображені з опущеними плечима або руками, що свідчить про відчуття тривоги, страху або пригніченого настрою. 35% людей не мали облич або мали змазані риси обличчя, що може вказувати на труднощі в самоідентифікації або бажання залишитися непоміченими.



**Рис. 2.3. Результати дослідження за методикою проєктивним тестом «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА»**

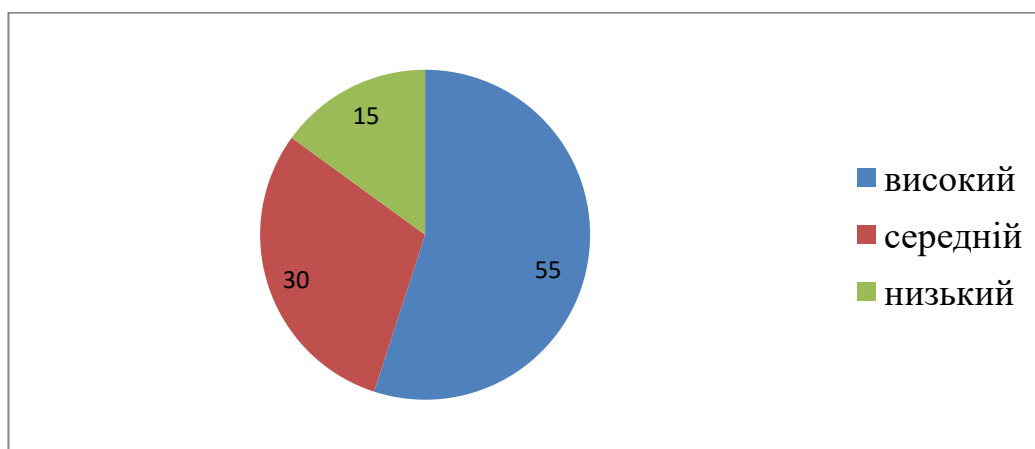
Результати дослідження підтверджують, що діти з неблагополучних сімей часто відчують тривогу, переляк, самотність та мають занижену самооцінку. Це віддзеркалюється на їхніх малюнках, де переважають темні відтінки,

невизначні лінії, відсутність деталей та символічні малюнки, які показують їхній внутрішній світ.

У теперішньому суспільстві психологічне здоров'я дошкільнят стає дедалі актуальнішим, бо збільшення вимог та зміни в їхньому середовищі можуть викликати тривожність.

**За другим поведінковим критерієм** виявлення рівнів тривожності ми застосували методику Р. Сірса – це інструмент, спеціально розроблений для оцінювання рівня тривожності в дітей. Діти не виконували окремих завдань, натомість їхня поведінка аналізувалася щодо наявності ознак тривожності: емоційних (плаксивість), поведінкових (нерішучість) та фізіологічних (обгризання нігтів). Результати спостереження фіксувалися у спеціальному бланку, а загальна кількість виявлених ознак дозволяла визначити рівень тривожності.

Дослідження рівня тривожності у дітей дошкільного віку за методикою Р Сірса показало наступне: 55% дітей виявили рівень адаптації до навколишнього середовища, 30 % виражену тривожність. Однак, більша частина дітей ( 15%) виявила ознаки дезадаптації, що проявляються у підвищеній тривожності та труднощах у взаємодії з оточенням. На рис. 2.3 наведено результати рівня тривожності у дітей дошкільного віку за методикою Р. Сірса.

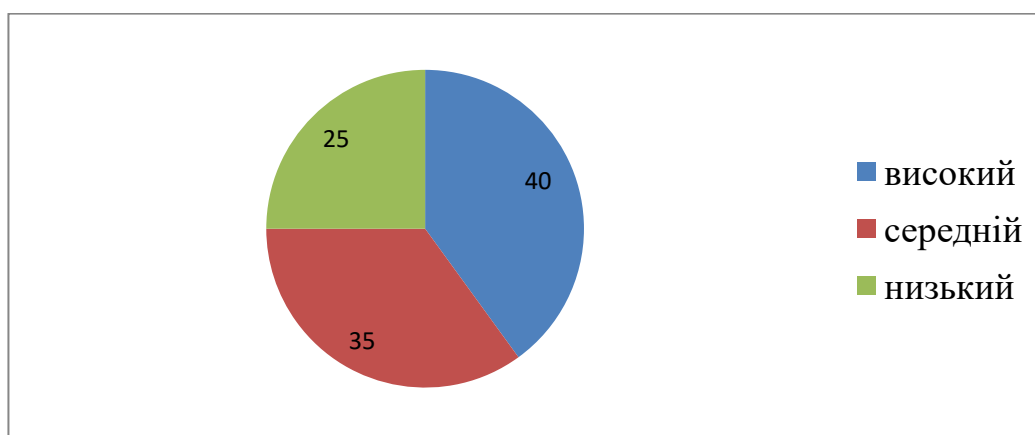


**Рис. 2.4. Результати виявлення рівнів тривожності у дітей дошкільного віку за методикою Р. Сірса**

Отже, результати проведеного дослідження підкреслюють значущість проблеми тривожності у дітей дошкільного віку та необхідність комплексного підходу до її розв'язання.

Опитувальник батьківського ставлення А. Варги, В. Століна. Це психологічний тест, що призначений для оцінки емоційного ставлення батьків до дітей, був використаний у дослідженні батьків дошкільнят. Батьки заповнювали опитувальник, відповідаючи на запитання про свої почуття та поведінку щодо дитини.

За результатами дослідження: 40% батьків демонструють високий рівень прийняття своїх дітей. Це свідчить про те, що більшість батьків у дослідженні відчують емоційний зв'язок зі своїми дітьми, підтримують їх та схвалюють їхні досягнення. 35% батьків виявляють середній рівень кооперації у взаємодії з дитиною. Батьки, що демонструють середній рівень кооперації, активно беруть участь у житті своїх дітей, спілкуються з ними, проводять спільний час. 25% батьків схильні до симбіотичних відносин з дитиною. Цей показник свідчить, що деякі батьки надмірно опікуються своїми дітьми, не дозволяючи їм розвиватися самостійно та приймати рішення. На рис. 2.5. подано результати опитувальника батьківського ставлення А. Варги, В. Століна.

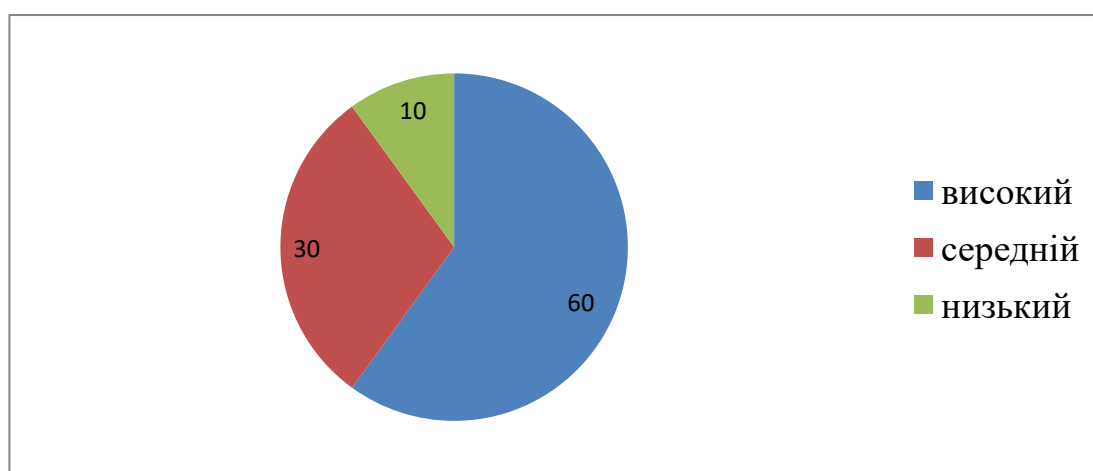


**Рис. 2.5. Результати дослідження за опитувальником батьківського ставлення А.Варги, В.Століна**

Отже, результати дослідження показують, що більшість батьків дошкільнят демонструють позитивне ставлення до своїх дітей, що є важливим чинником для їх нормального розвитку. Проте, є і відхилення від норми, які потребують уваги.

Методика PARI, розроблена Е. Шиффером та Р. Беллом, використовується для оцінки сімейних взаємин. Вона дає можливість батькам оцінити різні аспекти їхніх взаємин з дитиною, зокрема спілкування та взаєморозуміння.

За результатами дослідження: 60% батьків продемонстрували високий рівень. Це означає, що більшість опитаних батьків активно спілкуються зі своїми дітьми, розуміють їхні потреби та емоції, та будують з ними теплі та довірливі стосунки. 30% батьків мають середній рівень. Ця група батьків демонструє доволі збалансований підхід до виховання. Вони стикаються з певними труднощами у спілкуванні з дитиною або мають різні погляди на виховання, проте загалом їхні стосунки з дитиною можна вважати нормальними. 10% батьків мають низький рівень. Це показує, що частина опитаних батьків може мати деякі проблеми у взаємодії зі своїми дітьми. На рис.2.6. наведені результати методики PARI, розробленої Е. Шиффером та Р. Беллом.

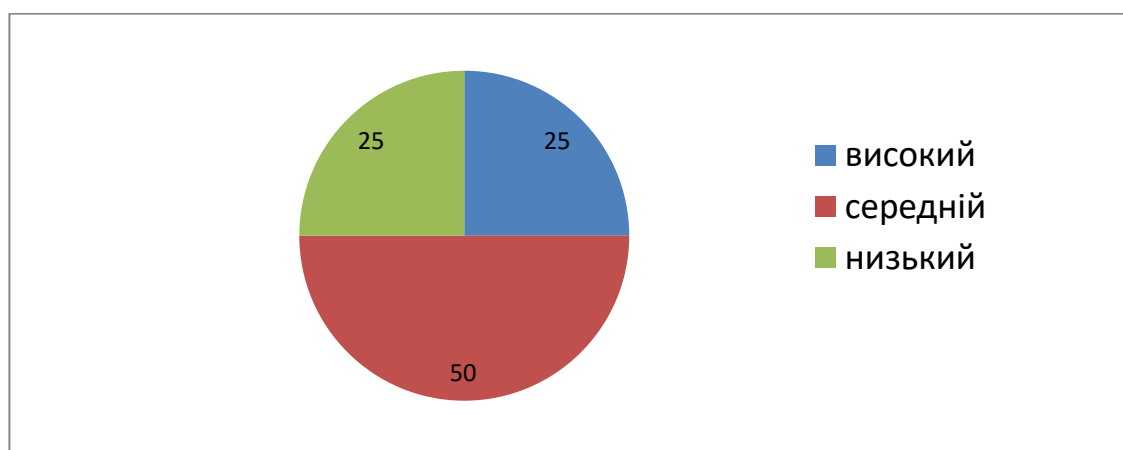


**Рис. 2.6. Результати дослідження за методикою PARI ( Е. Шиффер та Р. Белл)**

Отже, підсумовуюючи, результати дослідження показують, що більшість батьків розуміють важливість гарних взаємин з дитиною та хочуть їх покращити. Проте, є й батьки, які потребують додаткової підтримки та допомоги у вихованні.

За третім фізіологічним критерієм було проведено тест на визначення рівня стресу ( за Ю. Щербатих). Цей тест дозволяє оцінити психологічний стрес. Ми взяли не весь тест, а лише за фізіологічними симптомами. Тест проводився в умовах дошкільного закладу. Для зниження рівня стресу діти виконували комплекс фізичних вправ, розроблений інструктором з фізичної культури, а також залучили медичного працівника для вимірювання частоти серцевих скорочень та артеріального тиску.

За результатами діагностичних спостережень медичного працівника виявилось, що більшість дітей 50% мають середній рівень стресу, що є характерним для адаптаційного періоду в середовищі. 25% дітей продемонстрували високу адаптивність та низький рівень стресу. Водночас, у 25% дітей спостерігається підвищена тривожність, про що свідчить збільшення частоти серцевих скорочень. На рис. 2.5. подано результати тесту на визначення рівня стресу за Ю. Щербатих.



**Рис. 2.7. Результати визначення рівня стресу ( за Ю. Щербатих)**

За підсумками діагностичних спостережень медичного працівника було засвідчено, що регулярні фізичні вправи, створення позитивної атмосфери в дошкільному закладі та тісна взаємодія з батьками можуть значно поліпшити психологічний стан дітей та зменшити рівень їх тривожності.

Отже, проведене діагностичне дослідження дозволило виявити, що рівень тривожності у дітей дошкільного віку є переважно високий та середній, та залежить від багатьох чинників. Регулярні фізичні вправи, створення сприятливої атмосфери в дошкільному закладі та взаємодія з батьками здатні помітно покращити психологічне благополуччя дітей.

### **Висновок до другого розділу**

Для оцінки рівня тривожності у дітей з неблагополучних сімей було проведено констатувальний експеримент, який базувався на комплексному підході за такими критеріями:

- емоційні прояви (частота та інтенсивність переживання страху, тривоги, неспокою, підозрілість, похмурий настрій, відчуття постійної туги, дратівливість, напади гніву, емоційна байдужість, втрата інтересу, самотність, тривалість тривожних станів, настроїв, труднощі з регулюванням емоцій);

- поведінкові прояви (уникнення певних ситуацій, підвищена дратівливість, проблеми зі сном, втрата апетиту або переїдання, зростання помилок при виконанні звичних дій, більш швидка або, навпаки уповільнена мова, тремтіння голосу, збільшення конфліктів, антисоціальна, конфліктна поведінка, низька продуктивність діяльності);

- фізіологічні прояви (болі в різних частинах тіла невизначеного характеру, головні болі, прискорений або неритмічний пульс, порушення сну, ритму дихання, відчуття напруги в м'язах, підвищена стомлюваність, тремтіння в руках, поява алергії чи інших шкірних висипань, підвищена пітливість).

Для отримання результатів за емоційним критерієм було використано опитувальник, і методики: Опитувальник Н. Артюхіної, А. Щетиніної завдяки

якому можна отримати розширену інформацію про емоційний стан дитини. «Вибери потрібне обличчя» (Р. Темпл, М. Дорки і В. Амен), що дає змогу оцінити емоційний стан дитини через вибір відповідної картинки. Методика проєктивний тест «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА» дозволяє оцінити емоційний розвиток дитини за допомогою малювання.

Для оцінки поведінкових критеріїв були застосовані різні методики, зокрема: методика для діагностики тривожності Р.Сірса, за допомогою якої можна оцінити взаємини з батьками, взаємини з друзями, а також загальний стан дитини. Опитувальник батьківського ставлення А. Варги, В. Століна. Ці методики надавали можливість отримати інформацію про стиль виховання в сім'ї та його вплив на дитину. Наприклад, методика PARI Е. Шиффера і Р. Белла, яка дозволяє оцінити ставлення батьків до різних аспектів сімейного життя та їх взаємини з дитиною.

Для оцінки фізіологічних критеріїв був використаний тест на визначення рівня стресу за Ю. Щербатих. Цей тест дає змогу виявити різні прояви стресу: від фізичних (головний біль, безсоння) до емоційних (дратівливість, тривога) та поведінкових (втрата апетиту, труднощі з концентрацією уваги) та результати діагностичних спостережень медичного працівника щодо фізіологічного стану дітей з неблагополучних сімей.

Результати дослідження були ранжовані за низьким, середнім та високим рівнями тривожності у дітей з неблагополучних сімей.

- низький рівень характеризується відсутністю виражених тривожних симптомів;
- середній рівень властива наявність помірних тривожних станів, які не заважають повсякденному життю дитини;
- високий рівень свідчить про виражену тривогу, що супроводжується багатьма симптомами та значно ускладнює життя дитини.

Результати за емоційним критерієм показали, що значна частина дітей, особливо з неблагополучних сімей, демонструє ознаки значного емоційного неблагополуччя. Це проявляється у підвищеній тривожності, агресії. Сімейні

проблеми мають значний вплив на емоційний стан дитини. Діти з неблагополучних сімей частіше відчувають тривогу, невпевненість та потребують підтримки.

Результати за поведінковим критерієм показали, що більшість дітей продемонстрували ознаки дезадаптації, що проявляється у підвищеній тривожності та труднощах у взаємодії з оточенням. Це свідчить про те, що значна частина дітей має труднощі з адаптацією. Тривожність проявляється у різних формах: емоційних (плаксивість), поведінкових (непевність), фізіологічних (гризання нігтів).

Результати за фізіологічним критерієм показали, що більшість дітей 50% мають середній ступінь стресу, що пов'язано з процесом адаптації, частина дітей 25% демонструє низький рівень стресу, що свідчить про їхню високу пристосованість, а інша частина 25% має високий ступінь стресу, що вказує на труднощі з адаптацією. Підвищена частота серцевих скорочень у дітей з високим рівнем тривожності підтверджує фізіологічний складник стресу.

Результати здійсненого дослідження чітко демонструють досить високий рівень тривожності у дітей дошкільного віку з неблагополучних родин. Більшість дітей демонструють різні ступені тривожності, що виявляються як на емоційному, так і на фізіологічних рівнях. Виявлені результати є цінним джерелом інформації для співпраці з батьками, наприклад, розуміння причин проявів тривожності, що дозволяє вихователям ефективніше співпрацювати з батьками для створення сприятливих умов для розвитку дитини. Отже, детальний розгляд тривожного стану дітей з неблагополучних родин вимагає необхідність розробки програм психосоціальної підтримки, націлених на зменшення рівня тривожності, позбавлення від страхів.

## РОЗДІЛ 3

### ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З НЕБЛАГОПОЛУЧНИМИ СІМ'ЯМИ

#### **3.1. Обґрунтування та впровадження програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями**

Проблема неблагополучних сімей є однією з найгостріших у сучасному суспільстві. Вона має складний характер і охоплює широкий спектр аспектів життя таких сімей: соціальних, економічних, психологічних, педагогічних.

Програма соціальної роботи з неблагополучними сім'ями спрямована на зниження рівня тривожності, подолання негативних проявів у спілкуванні, зняття напруги у дітей з неблагополучних сімей .

Програма складається з 10 занять по 30-35 хвилин, які відповідають віковим особливостям дошкільного віку. Основною метою програми є зниження рівня тривожності у дітей дошкільного віку з неблагополучних сімей, розвиток навичок саморегуляції емоційних станів, розвиток комунікативних умінь.

Основні завдання програми:

- набуття на закріплення навичок позитивної вербальної та невербальної комунікації;
- розвиток навичок експресивної виразності;
- розвиток вміння щиро ділитися своїми почуттями та розуміти почуття інших;
- розвиток взаємної підтримки, довіри;
- оволодіння навичками саморегуляції власного емоційного стану [24, с.2].

Програма використовує різноманітні психолого – педагогічні методи, як – от безпосередні, так і непрямі, щоб допомогти дітям стати емоційно стійкими

та успішно протистояти стресовим ситуаціям, а також протистояти стресовим ситуаціям, а також сприяти розвитку позитивних стосунків з батьками та іншими людьми.

Форми роботи: ігри, вправи, арт – терапія, рольові ігри, вправи на релаксацію.

Запропонована програма включає комплекс психолого – педагогічних технік прямого і опосередкованого впливу, що забезпечує розвиток емоційної стабільності та стресостійкості дітей та позитивно впливає на формування сприятливих.

Зміст занять передбачає можливість проведення їх як спеціалістом – психологом. Програма орієнтована на індивідуальні форми роботи. Ривалість кожного заняття може складати 35 – 50 хвилин в залежності від стану дітей та складності запропонованих вправ та інших видів роботи.

Головний зміст занять складають ігри та психотехнічні вправи, спрямовані на розвиток емоційно-вольової сфери, зниження рівня тривожності та формування навичок соціальної поведінки. При цьому слід пам'ятати, що розвивальний ефект має бути досягнутий не за рахунок збільшення психотехнічних прийомів, а за рахунок найбільш повного використання потенціальних можливостей кожної з комплексних вправ, відібраних для заняття. Так, скажімо, вправа, спрямована на корекцію жахів може одночасно сприяти формуванню навичок спілкування, створювати умови для самопізнання, тощо. Окремі вправи можуть використовуватися багаторазово, з ускладненнями, передачею функції ведучого від дорослого до дитини, різними варіаціями. Якщо вправа повністю відпрацьована, але дуже подобається дитині, її потрібно включати в роботу до тих пір, поки бажання її виконувати зберігається.

Ритуал привітання – прощання є важливим моментом для плідної роботи. Ритуали можуть бути придумані самою дитиною в ході обговорення, або запропоновані психологом. Ритуали виконуються на кожній зустрічі. З часом контроль за виконанням ритуалів переходить від дорослого до самої дитини.

Розминка є засобом впливу на емоційний стан дитини, рівень їх активності, стимулює включення до продуктивності діяльності. Розминка може проводитися не тільки на початку заняття, але і між окремими вправами, а також в тому випадку, коли тренер відчуває необхідність змінити актуальний емоційний стан дитини. Вправи для розминки відбираються з урахуванням змісту та завдань конкретного заняття.

Основний зміст заняття є сукупністю вправ і прийомів, спрямованих на вирішення завдань розвивального комплексу. Пріоритет тут складають багатофункціональні техніки, що сприяють розвитку емоційної сфери та соціальних навичок дитини. Послідовність вправ повинна передбачати зміну видів діяльності та психофізіологічних станів дітей: від рухливого до спокійного, від складної, напруженої гри до релаксації тощо. Вправи використовуються з урахуванням фактора стомлюваності дитини. Ігор не повинно бути занадто багато, розпочинати та завершувати заняття бажано одною з улюблених вправ дитини, співзвучною з темою заняття.

Рефлексія передбачає ретроспективну оцінку заняття в двох аспектах: емоційному (що сподобалось – не сподобалось, було добре – погано і чому) і смислового ( чому це важливо, навіщо ми це робили). Рефлексія попереднього заняття включає спогади дитини про те, чим вони займались минулого разу, що особливо запам'яталось, для чого вони це робили, тощо. Рефлексія наприкінці заняття має дитині змогу при допомозі дорослого відповісти на питання: для чого це потрібно, як це може допомогти в житті, створює можливість зворотного емоційного зв'язку між психологом та учасниками групи [24, с.4].

Кожне заняття має стандартну форму проведення, його тривалість 30 – 35 хвилин. У зміст занять доцільно включати діагностичні методики, які виявляють емоційний стан дитини тут і тепер.

Ефективнішій роботі з подолання тривожності та внутрішньої напруги у дітей сприятиме підхід, який включає такі аспекти: створення безпечного та підтримуючого середовища (дитина повинна почуватися в безпеці та довіряти), використання різноманітних методів: ігри, арт – терапія, вправи релаксаційні,

залучення батьків (батьки відіграють важливу роль у подоланні тривожності дитини), індивідуальні особливості (враховувати індивідуальні особливості кожної дитини, її характер, інтереси) [17; 54].

Це сприятиме ефективнішій роботі у подоланні тривожності і внутрішньої напруги дітей з неблагополучних сімей. Тематичний план програми подано в таблиці 3.1

Таблиця 3.1

**Тематичний план занять за програмою соціальної роботи з  
неблагополучними сім'ями**

№ заняття	Тема	Мета	Зміст
1.	Знайомство на встановлення контакту	Встановити довірливі стосунки з членами сім'ї	Ігри на знайомство, бесіда з членами сім'ї, знайомство з їхніми історіями
2.	Сім'я як система	Допомогти учасникам зрозуміти, що робить сім'ю щасливою та успішною	Сімейна арт-терапія (малюнок «Моя сім'я»), бесіда «Правила щасливої сім'ї»
3.	Кордони та правила	Усвідомити роль відповідальності	Бесіда «Що таке відповідальність»
4.	Емоції та почуття	Розвивати емоційний інтелект, навчити розпізнавати та конструктивно виражати емоції	Арт-терапія з використанням різних матеріалів (глина, фарби), обговорення емоцій
5.	Конфлікти та шляхи їх вирішення	Розвивати у учасників навички співпраці, навчити їх працювати	Бесіда «Переваги співпраці», вправа «Командна робота»
6.	Батьківські навички	Розкрити перед учасниками секрети ефективного батьківства, допомогти їм усвідомити свою роль як батьків	Бесіда про ефективні методи виховання, ігри на розвиток батьківської компетентності
7.	Дитячі потреби	Ознайомити з особливостями розвитку дітей, навчити розуміти та задовольняти їхні потреби	Арт-терапія «Мій настрій», обговорення потреб дітей
8.	Підтримка	Ознайомити учасників з різноманітними видами допомоги та підтримки	Вправа «Звернення за допомогою», гра «Карта скарбів»
9.	Підведення підсумків	Допомогти учасникам усвідомити свої досягнення, отримані під час програми	Бесіда «Мої плани», створення «Плану дій»

## Продовження таблиці 3.1

10.	Прощання та підтримка зв'язку	Завершення програми	Ігри на згадку про програму
-----	-------------------------------	---------------------	-----------------------------

Наводимо приклади конспектів занять за експериментальною програмою, зокрема соціальної роботи з дітьми дошкільного віку із неблагополучних сімей

**Заняття 1.****Вправа «Встановлення контакту. Моє ім'я»**

Вправа «Встановлення контакту. Моє ім'я!» мала на меті допомогти дітям познайомитися та запам'ятати імена одне одного. Кожна дитина отримала можливість обрати собі будь-яке ім'я, яке їй до вподоби, незалежно від справжнього. Діти із задоволенням обирали нові імена. Хтось назвався улюбленим казковим героєм, хтось обрав ім'я квітки чи тварини, а дехто вигдав зовсім незвичайне ім'я. Передаючи м'яку іграшку, кожна дитина називала своє обране ім'я та, за бажанням, коротко пояснювала свій вибір. Дітям сподобалася можливість бути кимось іншим, проявити свою фантазію та індивідуальність. Вони уважно слухали одне одного, намагаючись запам'ятати нові імена. Багато хто сміявся та жартував, розповідаючи про свої вигадані імена та їхні історії. Особливо радісно було тим, хто обрав смішні або незвичайні імена, адже це викликало загальний сміх та позитивні емоції. Діти відчули себе більш розкуто та невимушено, що сприяло встановленню контакту між ними.

Вибір імені допомагає дитині самовиразитися та відчути себе індивідуальністю.

**Рухлива гра «Море хвилюється..»**

Гра «Море хвилюється» була спрямована на розвиток дитячої уяви, вміння виражати емоції та швидко реагувати. Під слова вихователя «Море хвилюється раз...» діти плавно рухалися кімнатою, зображуючи морські хвилі. Їхні рухи були повільними та ритмічними, нагадуючи справжнє море. Коли лунало «Море хвилюється два...», темп рухів трохи пришвидшувався, а на

«Море хвилюється три...» всі завмирили в найнесподіваніших позах. Дехто показував химерних морських зірок, хтось перетворювався на підводні камені, а інші зображували кумедних рибок. Крім того, діти жваво перекидали один одному м'ячі та кульки, підкидали їх угору, обертали, намагаючись передати рух хвиль цими предметами. Їхні очі сяяли від азарту та веселощів. Дітям дуже сподобалася можливість перевтілюватися та фантазувати. Завмирати в незвичайних позах було особливо цікаво, адже кожна дитина могла проявити свою унікальність та креативність. Гра з м'ячами додала динаміки та зробила процес ще більш захопливим. Дітям подобалося відчувати себе частиною великого моря, імітувати його рухи та взаємодіяти один з одним у такий веселий спосіб.

Гра сприяє розвитку координації рухів, швидкості реакції та вміння імпровізувати [34].

#### **Етюд «Слухаємо себе». (Вправа на ауторелаксацію)**

Етюд «Слухаємо себе» допомагав дітям краще зрозуміти власні емоції та навчитися їх розпізнавати. Діти зручно сідали, заплющували очі та на кілька хвилин занурювалися у свої внутрішні відчуття. Вони намагалися прислухатися до себе, зрозуміти, що відбувається всередині, який у них зараз настрій. Не відкриваючи очей, кожна дитина розповідала про свої почуття. Хтось говорив про радість і легкість, хтось відчував спокій, а дехто міг назвати смуток чи навіть легке хвилювання. Після цього діти розплющували очі та розглядали картинки з різними емоціями: радістю, злістю, страхом, здивуванням та спокоєм. Разом обговорювали, як виглядає обличчя людини, коли вона відчуває ту чи іншу емоцію: як змінюються брови, куточки рота, погляд очей. Наприкінці дітям було запропоновано швидко намалювати свій поточний стан та настрої. Хтось малював усміхнене сонечко, хтось хмарку, а дехто зображував себе за допомогою простих символів. Дітям сподобалася можливість побути наодинці зі своїми почуттями та спробувати їх описати. Розглядати картинки з емоціями та обговорювати їх було пізнавально, адже це допомогло краще розуміти, як проявляються різні емоційні стани. Малювати

свій настрій також виявилось цікавим способом самовираження. Багато хто з цікавістю порівнював свої відчуття з зображеннями на картках та з малюнками інших дітей.

Вправа сприяє розвитку емоційного інтелекту, вчить дитину розуміти свої почуття та керувати ними.

### **Вправа «Шосте почуття»**

Вправа «Шосте почуття» була спрямована на розвиток інтуїції, емпатії та згуртованості в групі, допомагаючи дітям краще розуміти одне одного. Під звуки спокійної музики дітям ставили різні запитання. Їх запитували про улюблений день тижня, найулюбленішу пору року, про те, яке з названих чисел (2, 3, 4 чи 9) їм більше до вподоби. Також їх просили подумати, яку геометричну фігуру (ромб, трикутник, квадрат чи коло) могла б обрати вся група. Насамкінець кожна дитина замислювалася над тим, чим би вона хотіла зайнятися саме зараз. Діти із зацікавленням слухали запитання та намагалися відчувати, які відповіді можуть бути у інших. Вони ділилися своїми думками, обґрунтовуючи свій вибір та намагаючись вгадати, що оберуть їхні товариші. Обговорення проходили жваво, іноді виникали дискусії, чому саме ця пора року чи число є найкращим. Особливо цікавим було завдання вгадати спільний вибір групи щодо геометричної фігури, адже тут потрібно було не лише прислухатися до себе, але й відчувати думку інших. Дітям сподобалося відчувати себе частиною групи та намагатися зрозуміти вибір інших. Можливість висловити свою думку та дізнатися про вподобання товаришів викликала позитивні емоції. Елемент вгадування додав грі азарту та зробив процес спілкування більш захопливим. Багато хто відзначив, що було цікаво дізнатися, наскільки їхні власні відчуття співпадають з думками інших.

Вправа сприяє розвитку довіри до себе та своїх відчуттів, вчить дитину прислухатися до свого внутрішнього голосу [24, с.9].

### **Малювання на тему «Мій самий щасливий день»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям згадати радісні моменти та викликати позитивні емоції. Діти заплющили очі та поринули у свої спогади.

Протягом кількох хвилин вони намагалися відтворити в пам'яті найщасливіший день свого життя. Потім, взявши папір та кольорові олівці, фарби, фломастери, почали малювати свої спогади. На їхніх малюнках з'являлися сонячні дні, усміхнені обличчя, святкові події, ігри з друзями, подорожі та інші радісні моменти. Завершивши малюнки, діти охоче ділилися своїми історіями. Кожен розповідав про те, що саме зробило цей день таким особливим і щасливим. Їхні очі сяяли, а в голосі звучала радість, коли вони знову переживали ці приємні миті. Дітям дуже сподобалося згадувати свої щасливі дні та переносити їх на папір. Процес малювання приніс їм задоволення, а можливість поділитися своїми спогадами з іншими викликала відчуття тепла та спільності.

Малювання допомагає дитині згадати та пережити знову приємні моменти зі свого життя, що сприяє покращенню настрою та емоційного стану.

#### **Етюд «Веселка» (вправа на ауторелаксацію)**

Метою цієї вправи було зняти емоційну напругу та покращити настрій дітей. Діти зручно вместилися, заплющили очі та під звуки ніжної музики почали уявляти барвисту веселку. Вони уявляли, як сяють її кольори, як плавно переливаються один в одний. Діти зосереджувалися на своїх відчуттях, намагаючись відчувати спокій, легкість та розслаблення. Після завершення музики діти поділилися своїми враженнями. Багато хто розповідав, що уявляв яскраві кольори веселки, відчував приємне тепло та спокій. Деякі діти говорили про відчуття польоту та легкості. Дітям сподобалося слухати спокійну музику та уявляти красиву веселку.

Ця вправа допомогла їм розслабитися, відволіктися від турбот та відчути позитивні емоції. Багато хто відзначив, що після цієї вправи вони почуваються більш спокійно та у гарному настрої.

Візуалізація веселки та прослуховування приємної музики сприяє заспокоєнню, зняттю стресу та покращенню самопочуття.

Отже, застосовані методики (ігри, вправи, арт-терапія) є дієвими для роботи з дітьми, бо вони враховують їх вікові особливості та заохочують до участі у процесі.

Програма зосереджує значну увагу на розвитку емоційної сфери дитини, що є ключовим для її загального розвитку та благополуччя. Програма націлена на розвиток соціальних навичок, що допомагає дитині краще адаптуватися в суспільстві та вибудовувати позитивні взаємини з іншими людьми. Під час занять діти активно долучалися до ігрової діяльності, що сприяло їхньому емоційному розвитку та соціальній адаптації. Програма корекційно-розвивальних занять для дітей дошкільного віку з підвищеною тривожністю виявилася результативною та корисною. Вона допомогла дітям подолати тривожність, розвинути позитивну самооцінку та покращити свої соціальні навички [24, с.22,25].

### **3.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментальної роботи**

Після здійснення формувального етапу експерименту, націленого на зменшення рівня тривожності у дітей з неблагополучних сімей, провели повторне оцінювання.

З цією метою знов застосували ті ж самі методики та критерії, які і на початку дослідження.

Метою контрольного експерименту стало перевірити дієвість програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями, спрямованої на поліпшення комунікативних умінь та емоційного стану, шляхом порівняння показників рівня тривожності в експериментальній групі.

Після впровадження програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями спостерігаються вагомі зміни

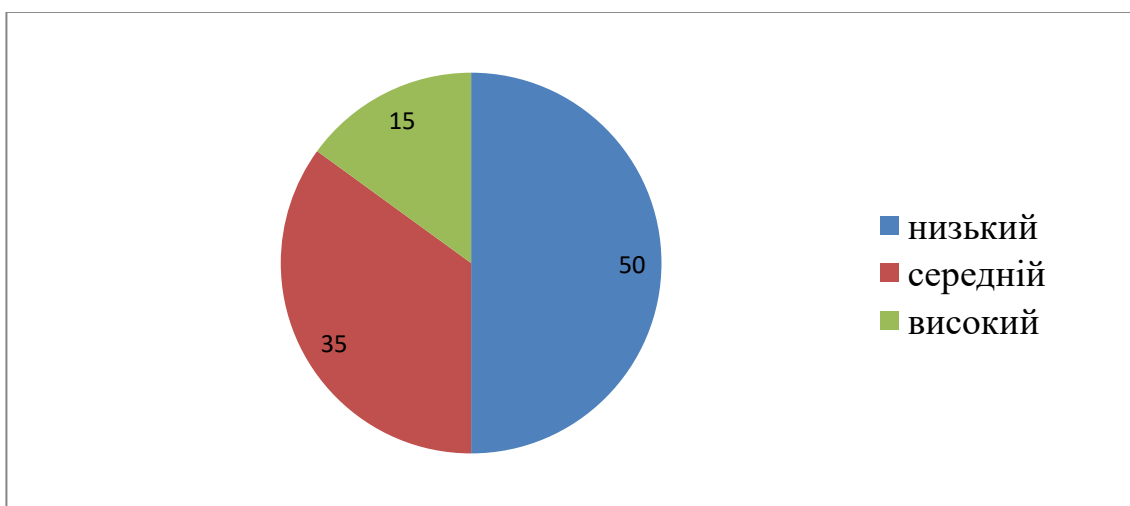
За опитувальником Н. Артюхіної, А. Щетиніної було одержано наступні результати після проходження програми.

Таблиця 3.1

**Результати дослідження рівнів тривожності дітей за опитувальником  
Н. Артюхіної, А. Щетиніної**

Рівень тривожності	Контрольна група	Експериментальна група
низький	30% (6 дітей)	50% (10 дітей)
середній	50% (10 дітей)	35% (7 дітей)
високий	20% (4 дитини)	15% (3 дитини)

Результати дослідження, отримані за допомогою опитувальника Н.Артюхіної, А. Щетиніної, чітко свідчать, що експериментальна група демонструє помітно нижчий рівень тривожності, у порівнянні з контрольною. Наочно результати представлено на рисунку 3.1



**Рис. 3.1. Результати дослідження рівнів тривожності дітей за опитувальником Н. Артюхіної, А. Щетиніної**

Низький рівень тривожності: в експериментальній групі фіксується значно вищий показник низького рівня тривожності 50% проти 30% у контрольній групі. Це вказує на позитивний вплив програми на зменшення тривожності.

Середній рівень тривожності: в експериментальній групі показник середнього рівня тривожності становить 35%, що є нижчим, ніж у контрольній групі 50%. Це також підтверджує ймовірний позитивний ефект програми.

Високий рівень тривожності: в експериментальній групі показник високого рівня тривожності 15% дещо нижчий, ніж у контрольній групі 20%.

Результати дослідження свідчать, про наявність позитивної динаміки у зменшенні рівня тривожності в експериментальній групі. Ці дані дають змогу зробити висновок, що програма виявилася ефективною у зниженні рівня тривожності.

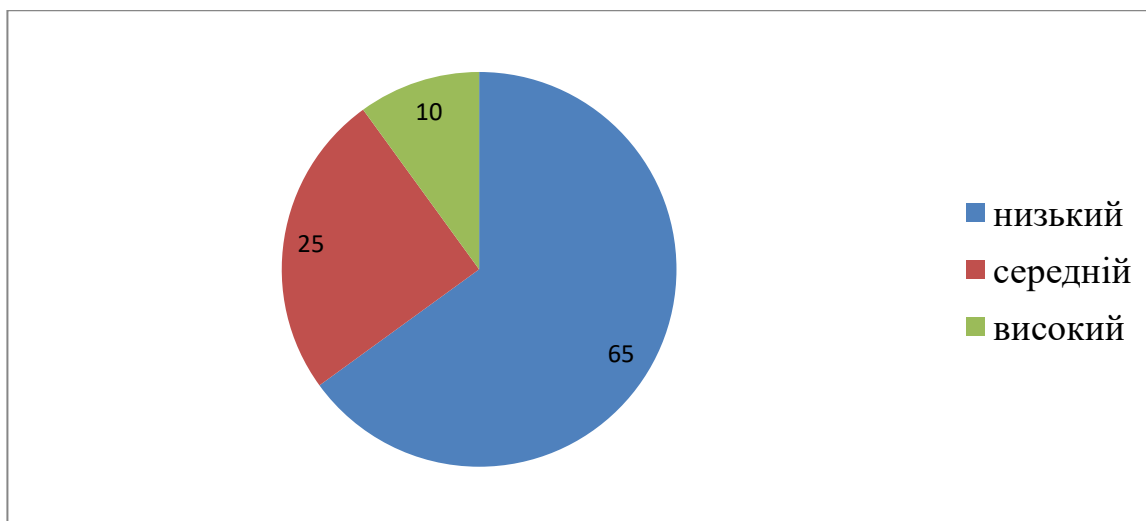
За методикою Р. Теммла, М.Доркі, В. Амен «Вибери потрібне обличчя» були отримані наступні результати після завершення програми.

Таблиця 3.2

**Результати дослідження рівнів тривожності за методикою Р. Теммл,  
М.Доркі, В.Амен**

Рівень тривожності	Контрольна група	Експериментальна група
низький	60% (12 дітей)	65% (13 дітей)
середній	20% ( 4 дитини)	25% (5 дітей)
високий	20% ( 4 дитини)	10% ( 2 дитини)

У експериментальній групі помічається тенденція до зменшення високого рівня тривожності. Це може свідчити про позитивний вплив експерименту на емоційний стан дітей. Наочно результати представлено на рисунку 3.2



**Рис. 3.2. Результати дослідження рівнів тривожності за методикою Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен**

Після впровадження програми помітне покращення. Кількість дітей з низькою тривожністю зросла до 65%, що перевищує показник контрольної групи. Водночас, кількість дітей з високою тривожністю знизилася до 10%, що є значно кращим результатом, якщо порівняти з контрольною групою. Це вказує на ефективність програми у зниженні тривожності та покращенні емоційного стану дітей.

За методикою «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА» були отримані такі результати після проходження програми.

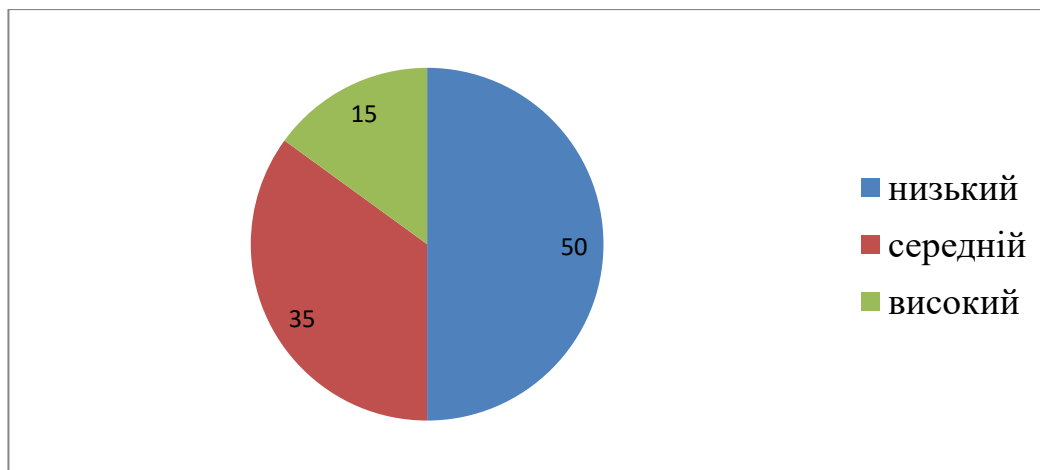
Таблиця 3.3

**Результати дослідження за методикою проєктивним тестом  
«ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА»**

Рівень тривожності	Контрольна група	Експериментальна група
низький	45% (9 дітей)	50% (10 дітей)
середній	30% (6 дітей)	35% (7 дітей)
високий	25% (5 дітей)	15% (3 дитини)

Згідно з підсумками проєктивного тесту «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА», у вибірці експериментальної групи помітно тенденцію до зменшення показника високої тривожності, якщо порівняти з контрольною групою. Це може говорити

про позитивний ефект експерименту на емоційний стан дітей. Наочно результати представлено на рисунку 3.3



**Рис. 3.3. Результати дослідження за методикою проєктивним тестом «ДИМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА»**

Після впровадження програми в експериментальній групі спостерігається помітне покращення. Кількість учасників з низьким рівнем тривожності зростає до 50%, що перевищує показник у контрольній групі. Водночас кількість учасників з високим рівнем тривожності зменшилася до 15%, що є суттєво кращим результатом, ніж у контрольній групі.

Це показує ефективність програми у зниженні тривожності.

За методикою Р. Сірса були отримані такі результати після проходження програми.

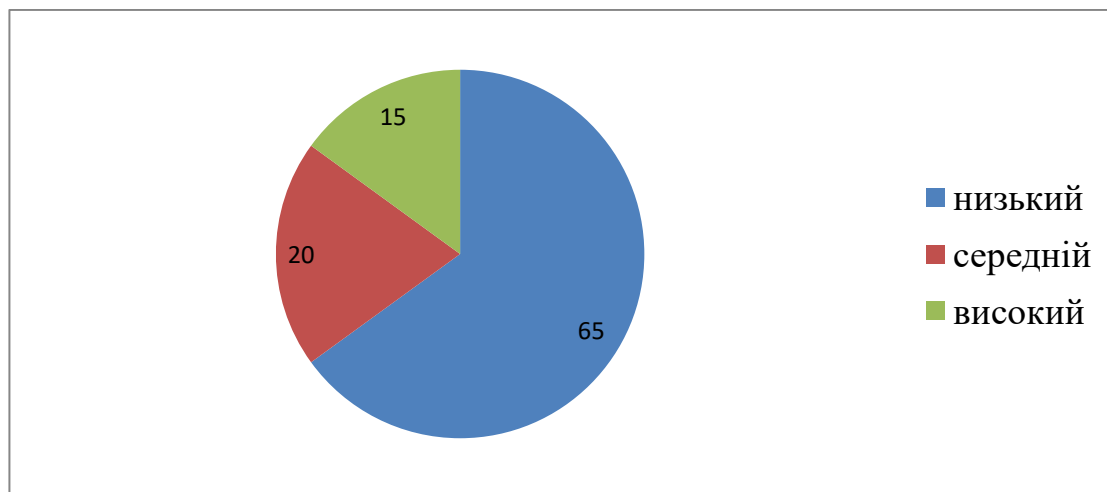
Таблиця 3.4

**Результати рівнів тривожності у дітей дошкільного віку за методикою Р. Сірса**

Рівень тривожності	Контрольна група	Експериментальна група
низький	55% ( 11 дітей)	65% (13 дітей)
середній	15% ( 3 дитини)	20% ( 4 дитини)
високий	30% ( 6 дітей)	15% ( 3 дитини)

Згідно з результатами тесту «Рівень тривожності за Р. Сірса», в експериментальній групі спостерігається зменшення кількості дітей з високим

рівнем тривожності та збільшення кількості дітей з низьким рівнем. Це вказує на позитивний ефект експерименту на емоційний стан дітей. Наочно результати представлено на рисунку 3.4



**Рис. 3.4. Результати визначення рівнів тривожності у дітей дошкільного віку за методикою Р. Сірса**

Згідно з результатами методики Р. Сірса також відзначається позитивна динаміка. В експериментальній групі кількість учасників з низьким рівнем тривожності зростає до 65%, що суттєво перевищує показник у контрольній групі. Кількість учасників з високим рівнем тривожності зменшилося до 15%, що теж підтверджує позитивний ефект програми.

Таким чином, методика «Рівень тривожності (Р. Сірса)» є дієвим інструментом для визначення рівня тривожності.

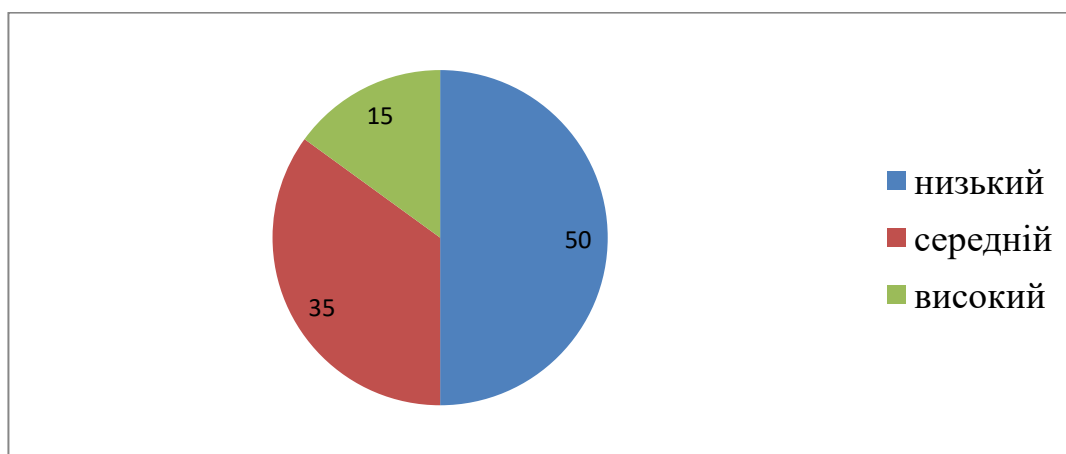
За опитувальником батьківського ставлення А.Варги, В.Століна були отримані наступні результати після завершення програми.

Таблиця 3.5

**Результати опитувальника батьківського ставлення А.Варги, В. Століна**

Рівень тривожності	Контрольна група	Експериментальна група
низький	40% ( 8 дітей)	50% (10 дітей)
середній	25% ( 5 дітей)	35% ( 7 дітей)
високий	35% ( 7 дітей)	15% ( 3 дитини)

За результатами опитувальника батьківського ставлення, в експериментальній групі спостерігається суттєве зниження рівня високої тривожності, якщо порівнювати з контрольною групою. Це вказує на позитивний вплив експерименту на емоційний стан дітей, що, найімовірніше, пов'язано зі змінами у батьківському ставленні. Наочно результати представлено на рисунку 3.5



**Рис. 3.5. Результати за методикою «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варги, В. Століна**

Після впровадження програми в експериментальній групі зафіксовано помітне покращення. Кількість учасників з низьким рівнем тривожності збільшилося до 50%, що є кращим показником, ніж у контрольній групі. Разом з тим, кількість учасників з високим рівнем тривожності впала до 15%, що значно краще, ніж в контрольній групі. Це говорить ефективність програми у зменшенні тривожності батьків.

Методика А. Варги, В. Століна використовується для вивчення ставлення батьків до дітей. Отож, дані, отримані в цій таблиці, демонструють рівень тривожності, який спостерігається у батьків досліджуваних дітей.

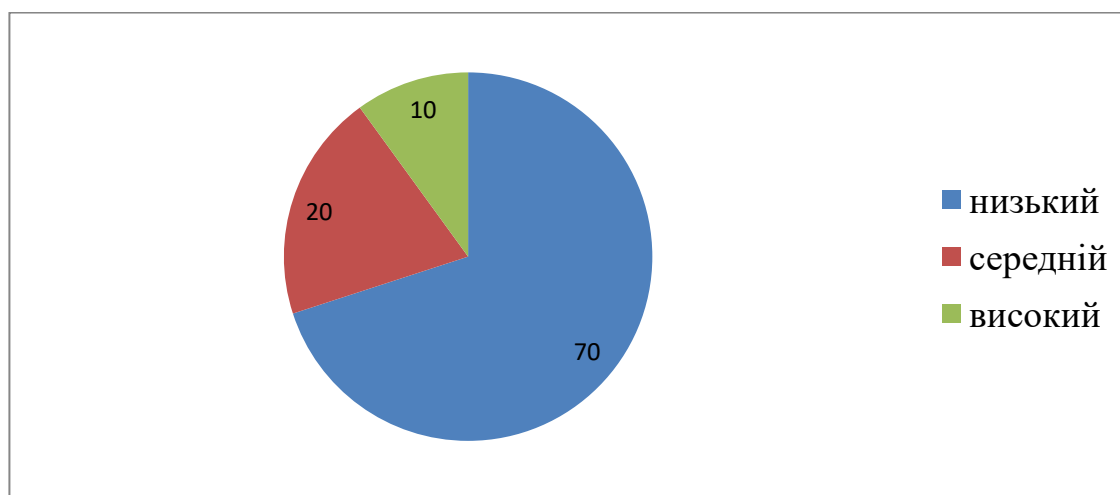
За методикою PARI, розроблена Е. Шиффером та Р. Беллом були отримані наступні результати після завершення програми.

Таблиця 3.6

**Результати методики PARI, розроблена Е. Шиффера та Р. Беллом**

Рівень тривожності	Контрольна група	Експериментальна група
низький	60% ( 12 осіб)	70% ( 14 осіб)
середній	10% ( 2 особи)	20% ( 4 особи)
високий	30% ( 6 осіб)	10% ( 2 особи)

За результатами методики PARI, в експериментальній групі спостерігається суттєве зменшення рівня високої тривожності та зростання кількості осіб з низьким рівнем тривожності порівняно з контрольною. Це вказує на позитивний вплив експерименту на емоційний стан учасників. Наочно результати представлено на рисунку 3.6



**Рис. 3.6. Результати за методикою PARI, розроблена Е. Шиффера та Р. Беллом**

Після впровадження програми в експериментальній групі спостерігається суттєве покращення. Кількість учасників з низьким рівнем тривожності зростає до 70%, що перебільшує показник контрольної групи. Разом з тим, кількість учасників з високим рівнем тривожності знизилася до 10%, що є значно кращим результатом порівняно з контрольною групою.

Методика PARI, Е. Шиффера та Р. Белла спрямована на вивчення ставлення батьків, передусім матерів, до різних сторін сімейного життя.

Отже, дані, отримані в цій таблиці, показують рівень тривожності, який спостерігається у родині досліджуваних дітей.

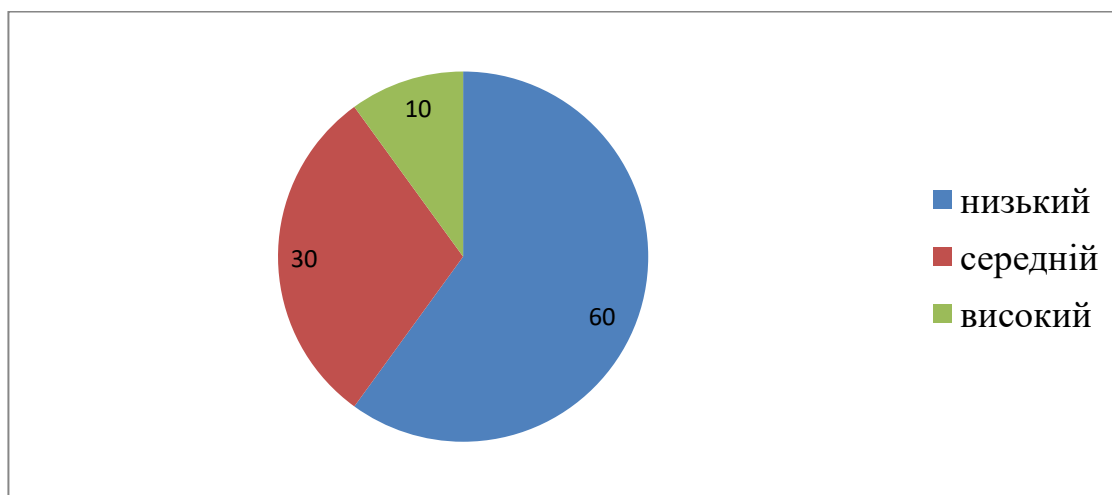
За тестом на визначення рівня стресу (за Ю. Щербатих) були отримані такі результати після завершення програми.

Таблиця 3.7

### Результати на визначення рівня стресу ( за Ю. Щербатих)

Рівень тривожності	Контрольна група	Експериментальна група
низький	52% ( 10 дітей)	60% (12 дітей)
середній	30% ( 6 дітей)	30% (6 дітей)
високий	18% (4 дітей)	10% ( 2 дитини)

Згідно з методикою Ю. Щербатих, в експериментальній групі відзначається зменшення високої тривожності та збільшення кількості дітей з низьким рівнем тривожності, якщо порівняти з контрольною групою. Це вказує на позитивний вплив експерименту на емоційний стан дітей. Наочно результати представлено на рисунку 3.7



**Рис. 3.7. Результати виявлення рівня стресу ( за Ю. Щербатих)**

За результатами методики Ю. Щербатих теж бачимо позитивну динаміку. В експериментальній групі кількість учасників з низьким рівнем стресу збільшилася до 60%, що є помітно вищим показником, ніж у контрольній групі. Кількість учасників з високим рівнем стресу знизилася до 10%, що теж доводить позитивний вплив програми.

Таким чином, результати таблиці підтверджують ефективність програми.

В експериментальній групі спостерігається значне покращення показників: зростання кількості учасників з низьким рівнем тривожності та зменшення кількості учасників з високим рівнем тривожності. Це свідчить про позитивний вплив програми на емоційний стан батьків та їхню здатність долати тривогу.

В таблиці відобразимо зміни у рівнях тривожності до та після впровадження програми.

Таблиця 3.8

**Загальні результати після реалізації програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями**

Методика/ Рівень тривожності	До програми	Після програми
Опитувальник Н.Артюхіної, А. Щетиніної		
Низький	25%	50%
Середній	60%	35%
Високий	15%	15%
Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен «Вибери потрібне обличчя»		
Низький	40%	65%
Середній	40%	25%
Високий	20%	10%
Проективний тест «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА»		
Низький	40%	50%
Середній	35%	35%
Високий	25%	15%
Методика Р. Сірса		
Низький	55%	65%
Середній	30%	20%
Високий	15%	15%
Опитувальник батьківського ставлення А. Варги, В. Століна (рівень тривожності батьків)		
Низький	40%	50%
Середній	35%	35%

Продовження таблиці 3.8

Високий	25%	15%
Методика PARI, Е. Шиффера та Р. Белла (рівень тривожності в сім'ї)		
Низький	60%	70%
Середній	30%	20%
Високий	10%	10%
Тест на визначення рівня стресу за Ю. Щербатих		
Низький	50%	60%
Середній	25%	30%
Високий	25%	10%

Дані таблиці 3.8 чітко засвідчують позитивну зміну в експериментальній групі після впровадження програми. Спостерігаємо: збільшення відсотка дітей з низьким рівнем тривожності за усіма методиками, крім опитувальника Н.Артюхіної, А. Щетиніної, де зростання було найбільшим. Зменшення відсотку дітей з високим рівнем тривожності за переважною більшістю методик. Особливо помітне зниження за методиками Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен, проективним тестом «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА», опитувальником батьківського ставлення А. Варги, В. Століна та тестом на визначення рівня стресу за Ю. Щербатих. Тенденція до зменшення відсотку дітей із середнім рівнем тривожності, що вказує на перехід частини дітей до групи з низьким рівнем тривожності.

Загалом, порівняльний аналіз показників до та після формульованого етапу експерименту засвідчує ефективність розробленої і впровадженої програми для зменшення рівня тривожності у дітей з неблагополучних родин.

### **Практичні рекомендації для соціальної роботи з неблагополучними сім'ями**

#### **1. Встановлення контакту та довіри:**

Бути емпатичними та безсторонніми: показати, що ви розумієте їхні проблеми і готові надати допомогу.

Активно слухати: дайте родині змогу висловитись, не перебиваючи та не засуджуючи.

Встановити чіткі рамки: пояснити, що ви можете і чого не можете зробити, і будьте послідовними у своїх діях.

Бути терплячими: зміни не трапляються швидко, сім'ї може знадобитися час, аби довіритись вам.

## 2. Оцінка потреб та розробка плану:

Провести ретельну оцінку: визначте головні проблеми родини, їх сильні та слабкі сторони.

Розробити індивідуальний план: скласти план дій, який враховує унікальні потреби сім'ї та їх цілі.

Залучати родину до процесу: переконатися, що вони беруть активну участь у розробці та реалізації плану.

## 3. Надання підтримки та ресурсів:

Надати практичну допомогу: допомогти сім'ї отримати доступ до необхідних ресурсів, таких як от житло, харчування, медична допомога та освіта.

Надати емоційну підтримку: бути поруч, щоб підтримати сім'ю в скрутні часи та допомогти їм розвинути навички подолання труднощів.

Навчити батьків навичкам виховання: допомогти їм розвинути позитивні навички виховання та покращити взаємини з дітьми.

Надати психологічну допомогу: направити родину до психолога або психотерапевта, якщо це потрібно.

## 4. Моніторинг та оцінка:

Регулярно відстежувати прогрес: переконатися, що план дій виконується, та оцінити його ефективність.

Вносити корективи: бути готовими вносити зміни до плану, якщо це необхідно.

Святкувати успіхи: визнавати та відзначати досягнення родини, щоб підтримувати їх мотивацію.

## 5. Співпраця з іншими організаціями:

Встановити партнерські відносини: співпрацювати з іншими організаціями, котрі можуть надати додаткову підтримку родині.

Координувати зусилля: переконуватися, що всі залучені організації працюють разом, аби забезпечити родині комплексну допомогу [40].

## Висновок до третього розділу

У цьому розділі представлено опис і аналіз програми соціальної роботи з неблагополучними родинами, з метою зменшення рівня тривожності у дітей дошкільного віку.

Метою програми є зниження рівня тривожності у дітей дошкільного віку з неблагополучних сімей, розвиток навичок саморегуляції емоційних станів та комунікативних умінь.

Завдання програми :

- набуття та закріплення позитивної вербальної та невербальної комунікації;
- розвиток навичок експресивної виразності;
- розвиток уміння щиро ділитися своїми почуттями та розуміти почуття інших;
- розвиток взаємної підтримки та довіри;
- оволодіння навичками саморегуляції власного емоційного стану.

Етапами програми є: підготовчий етап (визначення індивідуальних потреб). Основний етап (проведення 10 занять по 30–35 хвилин з використанням різноманітних методів і форм роботи). Заключний етап (аналіз змін в емоційному стані дітей).

Методи і форми роботи: ігри (розвивальні, рольові, рухливі); вправи (на розвиток комунікативних навичок, саморегуляцію, емоційну виразність); арт-терапія малювання); релаксаційні вправи (дихальні вправи, аутотренінг).

Під час реалізації формувального етапу експерименту застосовувалися методи: ігри (рольові, рухливі), вправи (на розвиток емоційного інтелекту, саморегуляції, комунікативних навичок), арт-терапія (малювання), релаксаційні вправи, а також діагностичні методики для визначення емоційного стану дітей.

На контрольному етапі експерименту проведений за розробленими на констатувальному етапі експерименту комплексом критеріїв і показників ефективності програми, надав змогу оцінити дієвість програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.

Динаміка змін у показниках рівня сформованості емоційного стану та комунікативних навичок дітей в експериментальній групі свідчить про суттєве покращення порівняно з контрольною групою. Результати теоретико-експериментального дослідження підтвердили, що розроблена програма є дієвим інструментом для зниження рівня тривожності у дітей з неблагополучних родин та покращення їхнього емоційного стану.

## ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дослідження дає підстави для формулювання наступних висновків.

1. Теоретичний розгляд проблеми засвідчує, що соціальна робота з сім'єю визначає систему фахової діяльності, спрямованої на підтримку, відновлення та розвиток функцій родини як соціального інституту. Вона містить допомогу у подоланні кризових ситуацій, зміцнення внутрішніх ресурсів родини, сприяння вихованню дітей, профілактику соціального сирітства та соціальну адаптацію всіх членів сім'ї. Соціальна робота з неблагополучними сім'ями охоплює комплекс спеціалізованих заходів, спрямованих на надання допомоги родинам, які опинилися в складних життєвих обставинах, мають порушення в структурі чи функціонуванні (наприклад, алкоголізм, насильство, хронічне безробіття, психічні розлади у членів сім'ї тощо), та не здатні самотійно подолати труднощі без сторонньої підтримки.

Виявлено найпоширеніші проблеми, з якими зіштовхуються неблагополучні сім'ї: економічна нестабільність; соціальна ізоляція; психологічні труднощі; шкідливі звички; домашнє насильство; порушення батьківських функцій; психічні та фізичні розлади; втрата соціальних ролей або кризові зміни (міграція, війна, смерть члена родини); втрата одного чи обох батьків, вимушене переселення, розлучення.

Окреслено головні напрями соціальної роботи з неблагополучними сім'ями, зокрема: індивідуальне консультування; сімейна терапія; групові зустрічі; соціальна підтримка; педагогічна корекція. Така робота спрямована на покращення психологічного стану, соціальної адаптації, розвиток комунікативних навичок та емоційної стійкості у дітей з неблагополучних сімей.

2. На констатувальному етапі експерименту було підібрано та обґрунтовано комплекс діагностичних методик, спрямованих на виявлення рівня тривожності та емоційного стану дітей з неблагополучних сімей. Для

досягнення поставлених задач було уточнено критерії: поведінковий, емоційний, фізіологічний, показники та рівні тривожності. Діагностика проводилась за такими методиками, як опитувальник Н. Артюхіної, А. Щетиніної, опитувальник батьківського ставлення А. Варга, В. Століна, методика: «Вибори потрібне обличчя», методика проєктивний тест «ДІМ – ДЕРЕВО – ЛЮДИНА», методика для діагностики тривожності Р. Сірса, методика PARI Е. Шиффера і Р. Белла, а також тест на виявлення рівня стресу за Ю. Щербатих що дало змогу отримати всебічну картину емоційного стану дітей з неблагополучних сімей.

Результати дослідження свідчать про високий рівень тривожності серед дітей з неблагополучних сімей. Ця тривожність виявляється на емоційному, поведінковому та фізіологічному рівнях. Результати діагностики підкреслили необхідність розробки програми соціальної роботи з неблагополучними сім'ями.

3. На формульовальному етапі дослідження було розроблено та впроваджено програму соціальної роботи з неблагополучними сім'ями, спрямовану на зниження рівня тривожності та покращення емоційного стану дітей із цих сімей, розвиток навичок саморегуляції та комунікативних умінь. Програма включала такі етапи: підготовчий, основний та заключний етап із застосуванням методів і форм соціальної роботи: ігри (розвивальні, рольові, рухливі); вправи (на розвиток комунікативних навичок, саморегуляцію, емоційну виразність); арт– терапія (малювання); релаксаційні вправи (дихальні вправи, аутотренінг).

Експериментальна перевірка ефективності програми виявила позитивні наслідки у зниженні рівня тривожності та поліпшенні соціальної адаптації дітей. Результати повторного тестування показали значне поліпшення в експериментальній групі. Відтак, програма довела свою ефективність.

4. Розроблено практичні поради для втілення програми соціальної роботи з неблагополучними родинами. Поради містять конкретні стратегії, як – от індивідуальні консультації, сімейні сесії, групи підтримки для батьків, програми розвитку навичок спілкування та методи, наприклад, ігрова терапія

для зменшення тривожності, тренінги емоційної регуляції, що спрямовані на зниження рівня тривожності, поліпшення комунікативних навичок та розвиток емоційної витримки у дітей. Ці рекомендації можуть бути використані для розробки та впровадження дієвих програм соціальної підтримки неблагополучним сім'ям.

Подальшу наукову працю вбачаємо у розробленні програм соціальної підтримки батьків та дітей різних вікових груп із неблагополучних сімей.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамова Ю. (2021, 4 листопада). Тест «Дім-дерево-людина» визначить вашу особистість. *TCH.ua*. URL: <https://tsn.ua/zdorovya/korysni-statti/cey-test-dim-derevo-lyudina-viznachit-vashu-osobistist-1901521.html> (дата звернення: 20.03.2025).
2. Апаршина Н. О. Особливості соціально-педагогічної роботи з неблагополучними сім'ями в загальноосвітніх закладах. URL: <https://naurok.com.ua/osoblivosti-socialno-pedagogichno-roboti-z-neblagopoluchnimi-sim-yami-v-zagalnoosvitnih-zakladah-220791.html> (дата звернення: 20.03.2025).
3. Байда С. П. (2022). Дитячі страхи та невротичний розвиток особистості. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського*, 33(72), 58–63.
4. Белкіна-Ковальчук О. (2021). Сімейне неблагополуччя та його наслідки: соціально-педагогічний аспект. *Ввічливість*, 3, 17-24. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/humit\\_2021\\_3\\_5](http://nbuv.gov.ua/UJRN/humit_2021_3_5) (дата звернення: 20.03.2025).
5. Бік О. Я. (2020). Компетентнісний підхід у підготовці соціальних працівників до роботи з дітьми із сімей, що опинилися в складних життєвих обставинах. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія Педагогічні науки*, 2, с. 177-182.
6. Болотна А. В. (2020). *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*, 1(46), 13–17. URL: <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2020.46.13-17>
7. Борщова Т. О. Психологічні особливості проявів страхів дітей дошкільного та молодшого шкільного віку з неповних родин (дата звернення: 20.03.2023).
8. Варга О. Я., Столін В. В. Опитувальник батьківського ставлення. *Методика діагностики батьківських відносин*. Преса. (дата звернення: 20.06.2024).

9. Варпахович А. А. Соціальна робота з дітьми із неблагополучних сімей. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/17990;jsessionid=4F2542493F5A5984AF3CA811B844BC87> (дата звернення: 20.10.2024)

10. Власенко Т., Горецька О. Вплив батьківського ставлення на виникнення страхів у дітей дошкільного віку. URL: <https://bdpu.org.ua/wp-content/uploads/2019/05/89.pdf> (дата звернення: 20.012.2024).

11. Вольнова Л., Дьоміна Г. Чинники виникнення та посилення проявів тривоги у дітей дошкільного віку. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2020. Вип. 9 (54).

12. Волкова, В., Глушкова, К. Соціально – педагогічна робота з сім'ями, що опинилися у складних життєвих обставинах. *Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького*.

13. Гуцуляк Л. І. Соціально-педагогічні умови реінтеграції дітей із неблагополучних сімей в умовах школи-інтернату. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5: Педагогічні науки: реалії та перспективи*, 83. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu\\_5\\_2021\\_83\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_5_2021_83_12) (дата звернення: 20.01.2025).

14. Ісаєва Є.С. Дослідження страхів у дітей старшого дошкільного віку. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v7/i6/25.pdf> (дата звернення: 10.02.2025).

15. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020.

16. Каменчук Т. Технологія соціального педагога з неблагополучною сім'єю. *Всеосвіта*.

URL: <https://vseosvita.ua/library/tehnologia-roboti-socialnogo-pedagoga-z-neblagopoluchnou-simeu-167731.html> (дата звернення: 10.11.2024)

17. Каряка І., Хорощак Ю. Пісочна терапія як засіб зниження тривожності у дітей старшого дошкільного віку. *Збірник наукових праць РДГУ*, 16. (дата звернення: 19.03.2025)

18. Кіріченко Д.І. Причини та ознаки тривожності у дітей молодшого шкільного віку. URL: [http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10581/%D0%9A%D1%96%D1%80%D1%96%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE\\_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2](http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10581/%D0%9A%D1%96%D1%80%D1%96%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2) (дата звернення: 20.03.2025).
19. Константинова Л. М. Консультативно-методичні поради для педагогів «Критерії визначення тривожності в дитини. Як допомогти тривожній дитині» [Електронний ресурс]. URL: <https://naurok.com.ua/konsultativno---metodichni-poradi-dlya-pedagogiv-kriteri-viznachennya-trivozhnosti-v-ditini-yak-dopomogti-trivozhniy-ditini-175698.html> (дата звернення: 20.01.2025).
20. Коротких Л. В. (2017-2025). Техніки арт-терапії для здобувачів освіти початкових класів. ТОВ «Всеосвіта».
21. Кулик Л. М. (2023). Неблагополуччя сім'ї як детермінанта корисливо-насильницької злочинності неповнолітніх та молоді. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/anprop\\_2023\\_6\\_127](http://nbuv.gov.ua/UJRN/anprop_2023_6_127) (дата звернення: 23.12.2024).
22. Кулик Л. М. Неблагополуччя сім'ї як детермінанта корисливо-насильницької злочинності неповнолітніх та молоді. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право*. 2023. Вип. 80(2). С. 51-55. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvuzhpr\\_2023\\_80\(2\)\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvuzhpr_2023_80(2)_9). (дата звернення: 23.12.2024).
23. Лиля Г. Робота з дітьми з неблагополучних сімей. *Освіта. UA*. URL: <https://osvita.ua/school/method/upbring/1168/> (дата звернення: 20.12.2024).
24. Луцик О. В. *Програма з індивідуальної психокорекції по подоланню тривоги та замкнутості*. URL: [https://bnrc-kam-pod.at.ua/Pedagogu/Lutsuk/na\\_sajtkorekcija\\_trivozhnosti\\_molodshikh\\_shkoljari.pdf](https://bnrc-kam-pod.at.ua/Pedagogu/Lutsuk/na_sajtkorekcija_trivozhnosti_molodshikh_shkoljari.pdf) (дата звернення: 10.12.2024).
25. Мамчур І. В. (2023). Соціально – психологічний супровід дітей із сімей, які опинилися у складних життєвих обставинах. *Наукові записки. Серія: Психологія, 1*.

26. Моргай Л. А. (2022). Особливості діяльності соціального працівника у роботі з неблагополучними сім'ями. *The scientific heritage (Budapest. Hungary)*, № 85, с. 38–40.

27. Настільна книга практичного психолога. Робота психолога з дорослими. Шкільний психолог і батьки учнів. Вимірювання батьківських установок і реакцій. 2015. 2025.

28. Основи соціально – педагогічної діяльності. Соціально – педагогічна роботи з неблагополучними сім'ями. Методики роботи соціального педагога з неблагополучними сім'ями. Освітня соціально-педагогічна допомога. URL: [https://pidru4niki.com/1968120743003/pedagogika/osvitnya\\_sotsialn\\_o-pedagogichna\\_dopomoga](https://pidru4niki.com/1968120743003/pedagogika/osvitnya_sotsialn_o-pedagogichna_dopomoga) (дата звернення: 05.12.2024).

29. Павелків Р. В. Вікова психологія. Теорія Р. Сірса [Електронний ресурс]. – URL: <https://www.ukrtextbook.com/vikova-psixologiya-pavelkiv-r-v/vikova-psixologiya-pavelkiv-r-v-teoriya-r-sirsa.html> (дата звернення: 12.10.2024)

30. Павленко М. О., Грищенко І. М. (2023). Проблеми неповних та неблагополучних сімей в Україні: вплив на формування стійкості та відновлення територіальних громад. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»*, (November 3, 2023).

31. Перелік нормативних документів.

URL: <https://kharkivoda.gov.ua/oblasna-derzhavna-administratsiya/struktura-administratsiyi/strukturni-pidrozdili/139/3016/102234> (дата звернення: 11.03.2025)

32. Пихтіна Н. П., О. Кононко (2020). Відхилення в поведінці дітей: характеристика, чинники виникнення та стратегія усунення. (Ред.), Соціально – моральний розвиток і виховання дитини дошкільного віку. Колективна монографія . Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя.

33. Полехіна В. Зарубіжний досвід соціально – педагогічної роботи з сім'єю. *Актуальні проблеми теорії та практики соціальної роботи*.

34. Попова О. (2023). Тренінг дитячо – батьківських відносин «Витривалість батьків і дітей: турбота про себе». URL: <https://naurok.com.ua/trening-dityacho-batkivskih-vidnosin-vitrivalist-batkiv-i->

[ditey-turbota-pro-sebe-dlya-batkiv-ta-zdobuvachiv-osviti-1-4-klasiv-368155.html](http://ditey-turbota-pro-sebe-dlya-batkiv-ta-zdobuvachiv-osviti-1-4-klasiv-368155.html)

(дата звернення: 11.11.2024).

35. Поталова С. В. (2021). Психологічний портрет відповідальної особистості очима підлітків з неблагополучних сімей. *Проблеми сучасної психології*, 2, 65-74. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\\_2021\\_2\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2021_2_10) (дата звернення: 14.12.2024).

36. Портал освітньо-інформаційних послуг «Студентська консультація». URL: <http://studcon.org/> (дата звернення: 20.10.2024).

37. Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю: Закон України від 21.06.2001 № 2558 – III. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2558-14#Text> (дата звернення: 14.12.2024).

38. Психологія – Психологічний освітній сайт [Електронний ресурс] / Авторське право 2025. URL: <https://www.annadomina.com/test-trivozhnist-r-templ-m-dorki-v-amen/> – Електронна адреса: [a.a.demina@gmail.com](mailto:a.a.demina@gmail.com) (дата звернення: 11.02.2025)

39. Ребенок В. Р., Наумкіна О.А. (2021). Проблема соціалізації дітей з неблагополучних сімей. *Міжнародний науковий журнал «Грааль науки»*, 9.

40. Рекомендації в роботі з неблагополучними сім'ями (2021) [Електронний ресурс] / Практичні поради для психологів та соціальних працівників. URL: [vseosvita.ua](http://vseosvita.ua) (дата звернення: 01.12.2024).

41. Рудкевич Н. *Методика соціально-педагогічної роботи*: навчально-методичний посібник. Львів: Растр-7, 2021. С.93 (дата звернення: 10.02.2025)

42. Сергійчук А.Ю. Особливості тривожності у дітей старшого дошкільного віку [Електронний ресурс]. – URL: [http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10679/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D0%B9%D1%87%D1%83%D0%BA\\_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2](http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/10679/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D0%B9%D1%87%D1%83%D0%BA_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=2) (дата звернення: 20.03.2023).

43. Соціальна робота з сім'ями, які перебувають у складних життєвих обставинах: завдання фахівців. *Фонд Ахметова*. 2024. 07 лютого.

URL: <https://akhmetovfoundation.org/news/sotsialna-robota-z-sim-yamy-yaki-perebuvayut-u-skladnyh-zhyttevyyh-obstavynah-zavdannya-fahivtsiv>

44. Спіріна Т., Лях, Т., Клішевич Н. (2022). Соціальна профілактика сімейного неблагополуччя у територіальній громаді. *Social Work and Education*, 9(2). С. 246-252. (дата звернення: 10.12.2024)

45. Спіріна Т., Лях Т., Рогожинська В. (2020). Принципи міждисциплінарної взаємодії у соціальній роботі. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*, 27(3), С. 224–228. (дата звернення: 20.12.2024)

46. Стадник Е.В. Неблагополучні сім'ї. Робота класного керівника з неблагополучними сім'ями. (дата звернення: 20.07.2024).

47. Столярик О. Ю., Семігіна, Т. В., & Зубчик, О. М. (2020). Сімейна соціальна робота: реалії України. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського*, 4, 38–46. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/punpu\\_2020\\_4\\_7](http://nbuv.gov.ua/UJRN/punpu_2020_4_7) (дата звернення: 20.12.2024).

48. Тест на визначення рівня стресу (за В.Ю.Щербатих). URL: <https://santamaria.com.ua/about/blog/test-na-viznachennya-rivnya-stresu-za-v-yu-sherbatih> ( дата звернення: 27.01.2025)

49. Тривалий режим «мені треба наздоганяти» руйнує мотивацію дитини, 2023 «Освіторія». URL: <https://osvitoria.media/experience/tryvalyj-rezhym-meni-treba-nazdoganyaty-rujnuye-motyvatsiyu-dytyny/> ( дата звернення: 25.01.2025)

50. Чепіль М. М., Ревть, А. Б. (2022). Особливості проявів тривожних станів у дітей дошкільного віку. *Інноваційна педагогіка*, 49(1). URL: [http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/49/part\\_1/32.pdf](http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/49/part_1/32.pdf) (дата звернення: 10.12.2024).

51. Черниш О. (2023). *Структура роботи з дітьми, сім'ї яких перебувають у складних життєвих обставинах* [Вебінар]. Всеосвіта. URL: <https://vseosvita.ua/c/pedagogy/post/45031> ( дата звернення: 10.11.2024).

52. Шевченко В. Є. Рекомендації в роботі з неблагополучними сім'ями. *Всеосвіта*. URL:<https://vseosvita.ua/library/rekomendacii-v-roboti-z-neblagopolucnimi-simami-123423.html> (дата звернення:27.01.2025)
53. Шестопап І. А. (2020). Казкотерапія як ефективний метод роботи психотерапевта з дітьми. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія», (10)*. С. 143-147. ( дата звернення: 15.12.2024)
54. Щербакова Т. (2020). Зняття тривожності і страхів у дошкільників. *Психолог, 16*, С. 21–27. (дата звернення: 22.12.2024)
55. Швидка А. (2024, 20 вересня). Тривожні розлади: визначення та симптоми. *mh4u.in.ua*. URL:<https://www.mh4u.in.ua/shukayu-dopomogu/tryvozhni-rozlady-vyznachennya-ta-symptomy/> (дата звернення: 20.05.2024)
56. Юринець О., Хавура М. (2023). Робота вчителя-класовода з неблагополучними сім'ями. *Теоретична і дидактична філологія. Серія: Педагогіка. Філологія, 36*. С. 121–129. (дата звернення: 20.05.2024)  
URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tidf\\_2023\\_36\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tidf_2023_36_13) (дата звернення: 20.02.2025)
57. Як подолати стрес та попередити батьківське вигорання. На урок. URL: <https://naurok.com.ua/yak-podolati-stres-ta-poperediti-batkivske-vigorannya-372325.html> (дата звернення:27.01.2025).

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Опитувальний лист для виявлення особливостей емоційного стану дитини (Н.Артюхіна, А.М.Щетініна).

Опитувальний лист призначений для виявлення особливостей емоційного стану дитини. Він також дозволить визначити, благополучність або не благополучність дитини в емоційному плані.

Прочитайте уважно питання, із запропонованих нижче варіантів відповіді виберіть потрібний (підкресліть його).

1. Який загальний емоційний стан дитини спостерігається найчастіше:
  - а) життєрадісний;
  - б) спокійний.
  - в) похмурий, пригнічений.
2. Як дитина адаптується до нових умов:
  - а) легко;
  - б) з труднощами;
  - в) важко.
3. Як часто проявляє дитина агресивні форми поведінки (кусається, б'ється, жорстоко поводить з іграшками та ін.):
  - а) рідко;
  - б) іноді;
  - в) часто.
4. Чи проявляє дитина емоції в неадекватних ситуаціях (сміється, коли розповідають сумну історію і ін.):
  - а) ніколи;
  - б) рідко;
  - в) часто.
5. Чи проявляє дитина співчуття, співпереживання до однолітків, героїв казок та ін.:
  - а) завжди;
  - б) рідко;
  - в) ніколи.
6. Як дитина спілкується з однолітками:
  - а) активний, ініціативний, спілкується із задоволенням, велике коло спілкування;
  - б) спілкується невпевнено, коло спілкування вузьке;
  - в) майже не спілкується, замкнутий в собі.
1. Як спілкується дитина з вихователями та іншими дорослими:
  - а) вільно, розкуто;
  - б) стримано, невпевнено;
  - в) скуто, пасивно.
2. Чи характерно для дитини боятися безпечних предметів, надмірна обережність:

- а) ніколи;
- б) іноді;
- в) часто.

3. Як часто дитина проявляє капризи, упертість:

- а) рідко;
- б) іноді;
- в) часто.

4. Чи характерні для дитини такі прояви: замкнутість, тривожність:

- а) немає;
- б) в незначній мірі;
- в) так.

5. Чи здатна дитина керувати своїми емоціями (стримувати сміх в ситуації, де вона недоречна і ін.): а) майже завжди;

- б) рідко;
- в) ніколи.

6. Чи характерні для дитини такі вегетативні прояви: почервоніння шкіри, пітливість, поганий сон і апетит, енурез (нетримання сечі), скутість рухів і ін.:

- а) ніколи або дуже рідко;
- б) іноді;
- в) часто, майже завжди.

Обробка результатів. За кожну відповідь відповідну букві А, нараховується 0 балів, букві Б - 1 бал, букві В - 2 бали. Потім підраховується сума балів.

Інтерпретація даних. Якщо вийшло в сумі від 0 до 12 балів, то можна констатувати, що дитина емоційно благополучна. Якщо ж сума дорівнює 13-18 балам, то можна вважати, що дитина не цілком емоційно благополучна. Показники від 19 до 24 балів свідчать про емоційне неблагополуччя.

Примітка. Даний опитувальник може бути запропонований для заповнення вихователям, які працюють з дитиною, і батькам або іншим дорослим, які добре знають дитину.

## Методика «Вибери потрібне обличчя»

(Р.Теммл, М. Доркі, В. Амен)

**Вік дітей:** від 5 до 7 років.

**Обладнання:** експериментальний матеріал – 14 малюнків, кожний з яких відображає певну типову для життя молодшого школяра ситуацію. Методика виявляє рівень тривожності дитини. Ця методика являє собою дитячий тест тривожності, розроблений американськими психологами Р.Теммл, М. Доркі і В. Амен.

Завдання полягає в тому, щоб дослідити і оцінити тривожність дитини в типових для неї життєвих ситуаціях, де відповідну якість особистості виявляється найбільшою мірою. При цьому сама тривожність розглядається як риса особистості, функція якої полягає у забезпеченні безпеки людини на психологічному рівні і яка водночас має негативні наслідки. Вони полягають, зокрема, у гальмуванні активності дитини, спрямованої на досягнення успіхів. Висока тривожність супроводжується зазвичай високо-розвинутою потребою уникнення невдач, що істотно перешкоджає прагненню до досягнення успіхів.

Тривожність, досліджувана людиною по відношенню до конкретної ситуації, не обов'язково буде точно так само проявлятися в іншій соціальній ситуації, і це залежить від від'ємного емоційного досвіду, набутого дитиною в даній або інших життєвих ситуаціях. Саме негативний емоційний досвід підвищує і породжує тривожність як рису особистості і тривожну, неспокійну поведінку дитини.

Підвищений рівень особистісної тривожності свідчить про недостатньо хорошу емоційну пристосованість, адаптованості дитини до життєвих ситуацій, викликаючи занепокоєння. Психодіагностика тривожності оцінює внутрішнє ставлення даної дитини до певних соціальних ситуацій, дає корисну інформацію про характер взаємин, що склалися у даної дитини з навколишніми людьми, зокрема в сім'ї, в дитячому садку.

Психодіагностичний образотворчий матеріал в цій методиці представлений серією малюнків розміром 8,5 x 11 см (мал. 1-14). Кожен малюнок сюжетно представляє собою де яку типову для життя дитини-дошкільника ситуацію.

Кожен з описаних малюнків виконаний у двох варіантах: для хлопчиків (на малюнку зображений хлопчик) і для дівчаток (на малюнку представлена дівчинка). У процесі тестування досліджуваний ідентифікує себе з дитиною тієї ж статі, що і він. Особа цієї дитини не промальовано повністю, даний лише загальний контур його голови.

Кожен малюнок забезпечений двома додатковими зображеннями дитячої голови, за розмірами точно відповідними контуру обличчя дитини на малюнку. На одному з додаткових зображень представлено усміхнене обличчя дитини, а на другому - сумне.

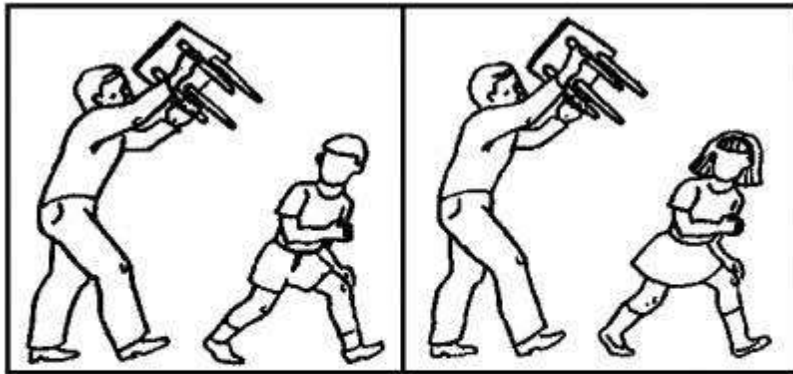
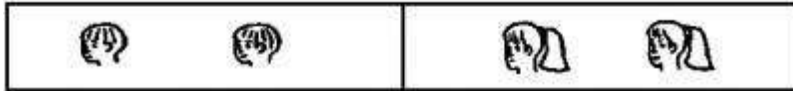
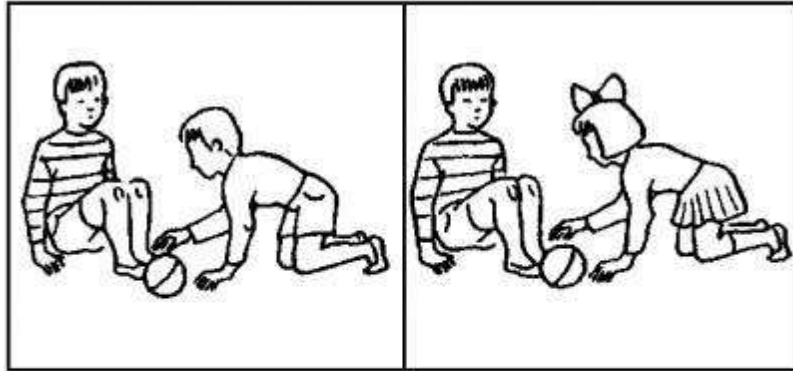
## Протокол

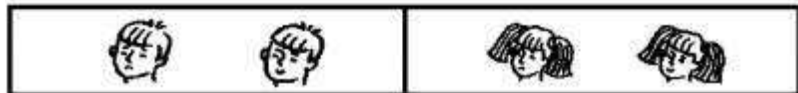
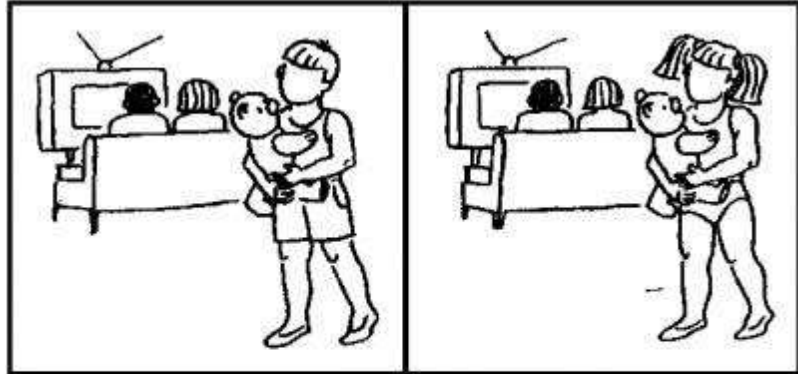
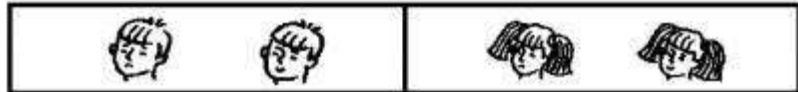
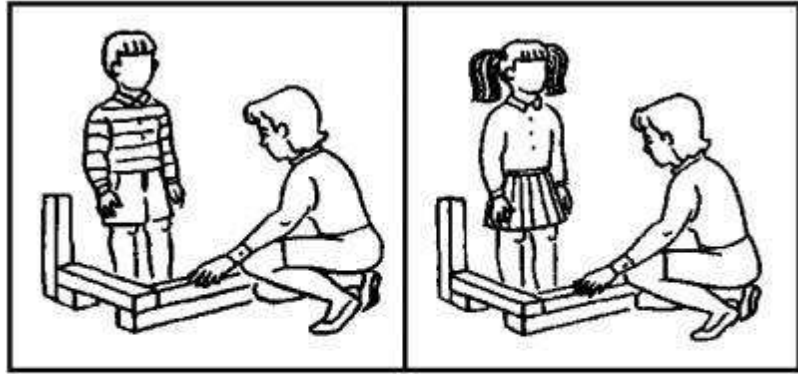
Ім'я дитини

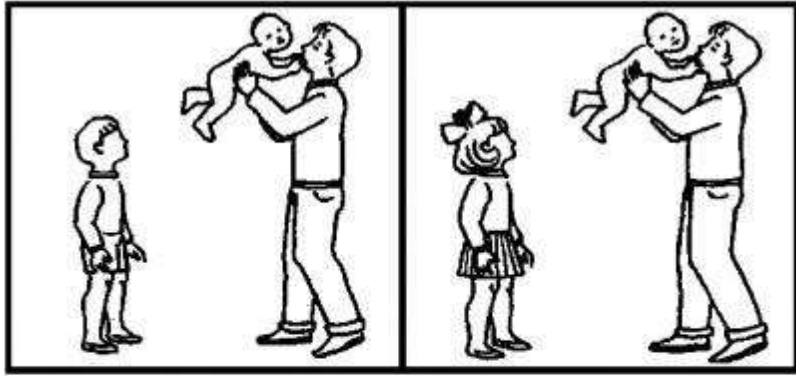
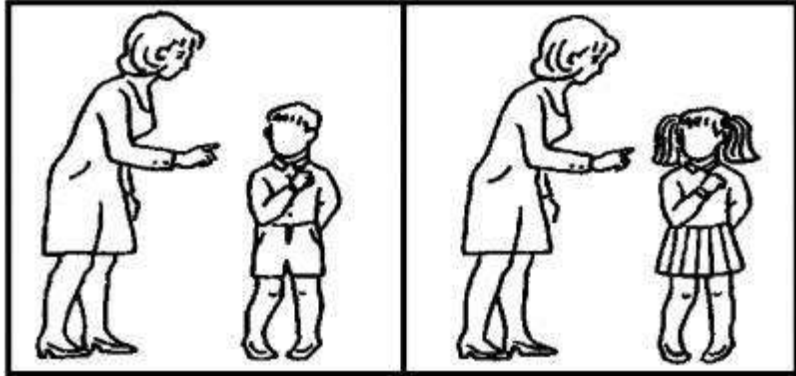
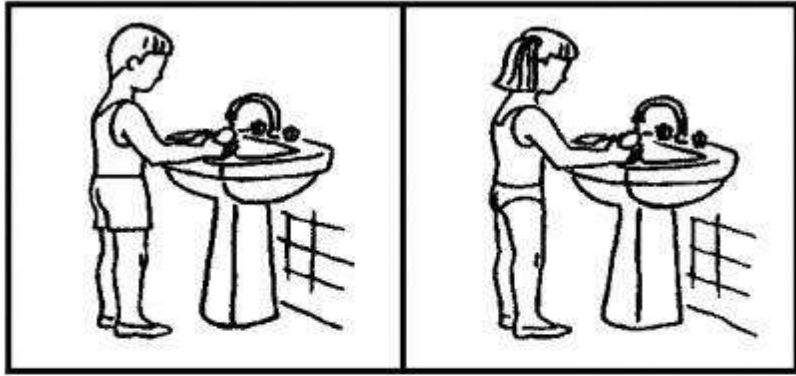
Вік дитини

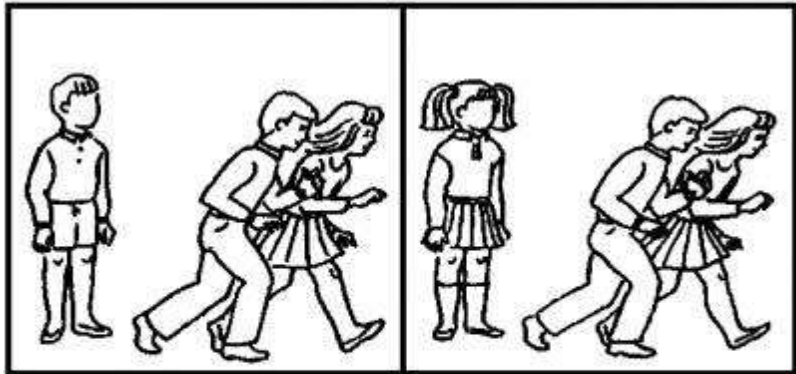
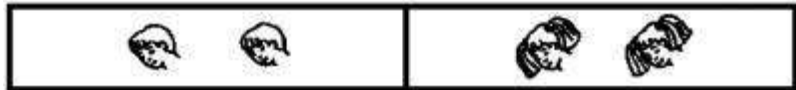
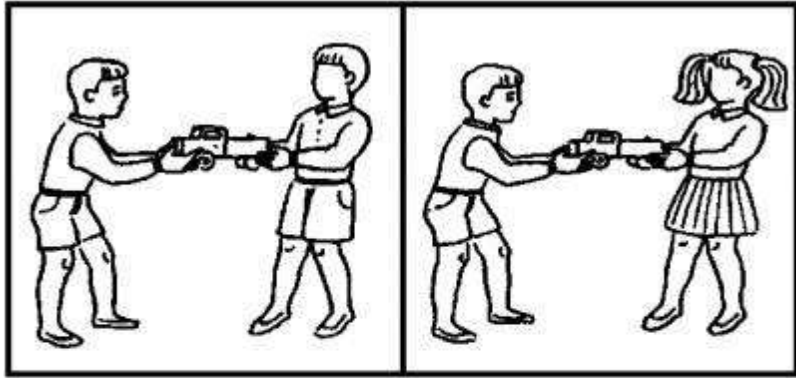
Номер і зміст малюнка	Висловлювання дитини	Вибір дитини	
		Веселе обличчя	Сумне обличчя
1. Гра з молодшими дітьми			
2. Дитина і мати з дитиною			
3. Об'єкт агресії			
4. Одягання			
5. Гра зі старшими дітьми			
6. Укладання спати на самоті			
7. Умивання			
8. Догана			
9. Ігнорування			
10. Агресивний напад			
11. Збирання іграшок			
12. Ізоляція			
13. Дитина з батьками			
14. Іжа на самоті			

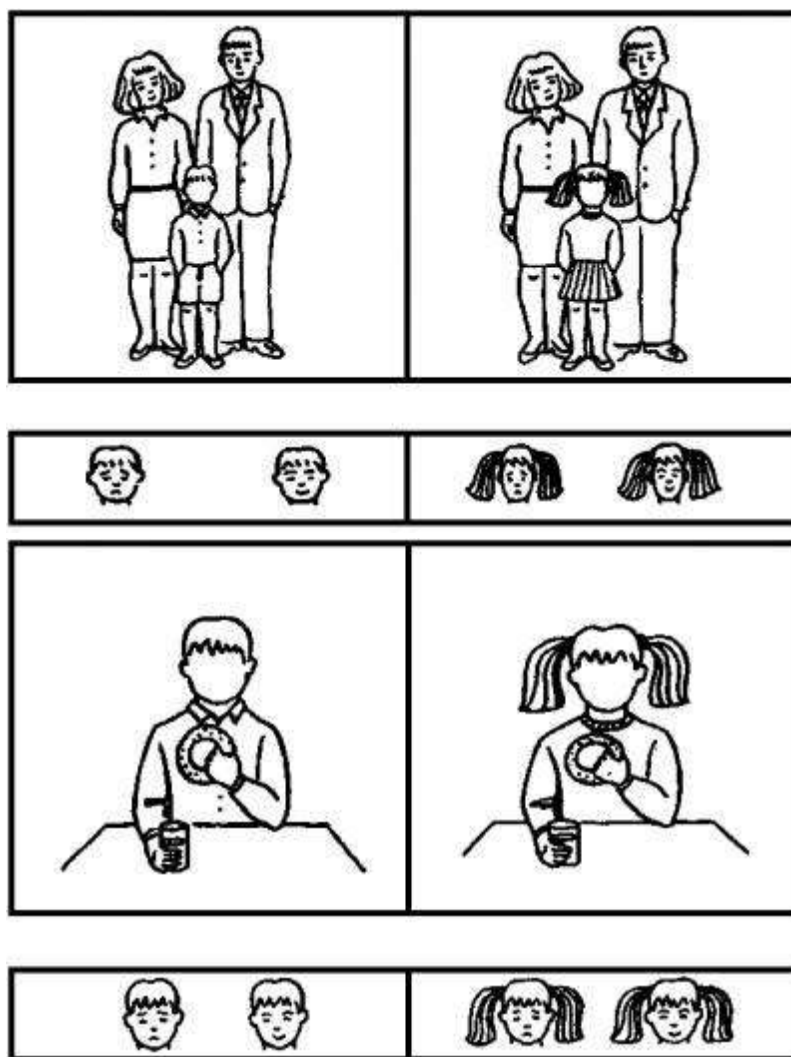
Картки для діагностики рівня тривожності











За індексом тривожності (ІТ) діти віком умовно можуть бути розділені на три групи:

**Високий рівень** тривожності. ІТ за величиною більше 50%.

**Середній рівень** тривожності. ІТ знаходиться в межах від 20% до 50%.

**Низький рівень** тривожності. ІТ розташовується в інтервалі від 0% до 20%.

У ході **якісного аналізу** кожну відповідь дитини (другий стовпець протоколу) аналізується окремо. На основі такого аналізу робляться висновки щодо емоційного досвіду спілкування дитини з оточуючими людьми і того сліду, який цей досвід залишив у душі дитини. Особливо високим проєктивним значенням у цьому зв'язку мають мал. 4 (одягання), 6 (укладання в ліжку на самоті), 14 (їжа на самоті). Діти, в цих ситуаціях роблять негативні емоціональні вибори, з високим ступенем ймовірності будуть мати високий ІТ. Діти, що роблять негативні емоційні вибори в ситуаціях, зображених на мал. 1 (дитина і мати з немовлям), мал. 7 (умивання), мал. 9 (ігнорування) і мал. 11 (збирання іграшок), з великою ймовірністю отримують високий або середній індекс ІТ.

## Додаток В

## Тест "Дім. Дерево. Людина"

Ця проєктивна методика дослідження особи була запропонована Дж. Буком в 1948 р. Тест призначений як для дорослих, так і для дітей, можливе групове обстеження.

Суть методики полягає в наступному. Пропонується намалювати будинок, дерево і людину. Потім проводиться опитування по розробленому плану.

Р. Бернс при використуванні тесту ДДЛ просить зобразити дерево, будинок і людину, в одному малюнку, в одній сцені, що відбувається. Вважається, що взаємодія між будинком, деревом і людиною, представляє собою зорову метафору. Якщо привести весь малюнок в дію, то цілком можливо помітити те, що дійсно відбувається в нашому житті.

Особливим способом інтерпретації може бути порядок, в якому виконується малюнок будинку, дерева і людини. Якщо першим намальовано дерево, значить, основне для людини життєва енергія. Якщо першим малюється будинок, то на першому місці - безпека, успіх або, навпаки, зневага цими поняттями.

Намалювати будинок, дерево і людину і дізнатися, що малюнок розповість про вашу особистість.

Що будемо аналізувати на вашому малюнку?

- розміри малюнка відображають рівень вашої самооцінки та впевненості;

- штрихи і лінії (їхній натиск і твердість) вказують на рівень рішучості і те, наскільки комфортно ви відчуваєте себе під час процесу прийняття рішень;

Наприклад, якщо ви маєте тенденцію провести ту саму лінію двічі, це свідчить про невпевненість, незадоволеність і неконтрольований перфекціонізм;

- ясність символізує гармонію і гнучкість.



### Образ будинку

Будинок уособлює сімейні взаємини - те, як ви бачите і інтерпретуєте дім і сімейне життя. Це багато говорить про те, як ви ставитеся до сімейних цінностей загалом і вашої родини зокрема.

Дах: уособлює інтелектуальне, фантазійне та духовне життя;

Димар : емоційне життя. Дим, що виходить з димоходу, символізує внутрішню напругу.

Стіни: сильні сторони особистості.

Двері та вікна: стосунки з навколишнім світом. Наприклад, дуже великі двері вказують, що дуже залежні.

Тротуар : відкритість.

Основа : стабільність і контакт з реальністю.



### **Образ дерева**

Дерево символізує найглибші та найбільш несвідомі аспекти вашої особистості. Воно представляє ті речі, які ви зазвичай тримаєте при собі.

Крона : ідеї, думки, Я – концепція.

Гілки: соціальні контакти, прагнення та рівень задоволеності чи розчарування.

Стовбур: представляє ваше відчуття себе, неушкодженість вашої особистості. Якщо він вигнутий, це означає, що ви гнучкі та легко адаптуєтесь.

Коріння: пов'язані з вашим несвідомим та інстинктивним внутрішнім світом, перевіркою реальності та орієнтацією.

Основа: контакт з реальністю і стабільність. Наприклад, його відсутність означає труднощі впоратися з реальністю.

### **Образ людини**

Людина представляє Я-концепцію, ваше ідеальне Я. Це показує ваше ставлення до цього світу, як співіснують ваше соціальне життя і внутрішній світ.

Голова: кмітливість, комунікабельність, уява. Наприклад, якщо голова більша за тіло, це означає, що у вас вражаючі інтелектуальні здібності.

Волосся: мужність і чуттєвість.

Очі: соціальне спілкування та ваше сприйняття навколишнього світу.

Рот: чуттєвість, вербальне спілкування. Якщо рот на вашій картинці - просто пряма лінія, це означає, що ви вербально агресивні.

Ніс: фалічний символ.

Руки: агресивність.

Шия: імпульсний контроль.

Ноги: контакт з реальністю, опора, стабільність і безпека.

## Додаток Г

**(Методика Сірса, включає спостереження)**

Діти оцінюються у відповідності з наступними ознаками за шкалою Сірса:

1. Часто напружений, скутий.
2. Часто гризе нігті. Смокче палець.
3. Легко лякається.
4. Чутливий.
5. Плаксивий
6. Часто агресивний.
7. Уразливий.
8. Нетерплячий, не може чекати.
9. Легко червоніє, блідне.
10. Має труднощі в зосередженні, особливо в екстремальній ситуації.
11. Метушливий, багато зайвих жестів.
12. Потіють руки.
13. При безпосередньому спілкуванні з працею включається в роботу.
14. Надмірно голосно або надмірно тихо відповідає на запитання.

Лист спостережень

Прізвище, ім'я дитини	Номер ознаки

**Обробка результатів**

- 1 – 4 ознаки – низька тривожність(адаптивний)
- 5 – 6 ознак – виражена тривожність(креативний)
- 7 і більше ознак – висока тривожність(дезадаптивний).

### Опитувальник батьківського ставлення А. Варга, В. Століна

Біля кожного питання поставте чи ви згодні з ним чи ні.

1. Я завжди співчуваю своїй дитині.
2. Я рахую своїм обов'язком знати все, що думає моя дитина.
3. Я поважаю свою дитину.
4. Мене здається, що поведінка моєї дитини значно відхиляється від норми.
5. Потрібно довше утримувати дитину від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують.
6. Я відчуваю до дитини почуття позитиву.
7. Хороші батьки захищають дитину від складнощів життя.
8. Моя дитина часто неприємна мені.
9. Я завжди намагаюся допомогти своїй дитині.
10. Бувають випадки, коли знуцання з дитини приносить користь.
11. Я відчуваю злість до своєї дитини.
12. Моя дитина нічого не досягне у житті.
13. Мені здається, що інші діти насміхаються над моєю дитиною.
14. Моя дитина часто робить такі вчинки, які крім засудження нічого неварті.
15. Для свого віку моя дитина дещо незріла.
16. Моя дитина веде себе погано спеціально.
17. Моя дитина вбирає в себе усе погане як «губка».
18. Мою дитину важко навчити хорошим манерам.
19. Дитину варто тримати у жорстких рамках, тоді з нього щось виросте.
20. Я люблю, коли друзі моєї дитини приходять до нас.
21. Я приймаю участь у вихованні своєї дитини.
22. До моєї дитини липне усе дурне.
23. Моя дитина не досягне успіху у житті.
24. Коли у компанії знайомих говорять про дітей, мені трішки соромно, що моя дитина не така розумна і здібна, як мені хотілося б.
25. Я жалію свою дитину.
26. Коли я порівнюю свою дитину з його однолітками, вона мені здається зрілішою.
27. Я із задоволенням проводжу з дитиною свій вільний час.
28. Я часто жалію про те, що моя дитина дорослішає і згадую її маленькою.
29. Я часто ловлю себе на ворожому відношенні до дитини.
30. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла всього, що не вдалося мені.
31. Батьки повинні підлаштовуватися до дитини, а не тільки потребувати це від неї.
32. Я намагаюся виконувати усі прохання моєї дитини.
33. При вирішенні сімейних проблем варто прислухатися до думки дитини.

34. Я дуже цікавлюся життям своєї дитини.
35. У конфлікті з дитиною я часто можу визнати, що вона права.
36. Діти рано дізнаються, що батьки можуть помилятися.
37. Я відчуваю до дитини дружні почуття.
38. Я завжди рахуюся з дитиною.
39. Основна причина прихотів моєї дитини – егоїзм, впертість і лінь.
40. Не можна нормально відпочити, якщо проводити відпустку з дитиною.
41. Саме головне, щоб у дитини було спокійне і безтурботне дитинство.
42. Інколи мені здається, що моя дитина не здатна ні на що хороше.
43. Я розділяю захоплення своєї дитини.
44. Моя дитина може вивести з себе будь-кого.
45. Я розумію незадоволення своєї дитини.
46. Моя дитина часто дратує мене.
47. Виховання дитини – суцільне нервування.
48. Строга дисципліна у дитинстві розвиває сильний характер.
49. Я не довіряю своїй дитині.
50. За суворе виховання діти дякують потім.
51. Інколи мені здається, що я ненавиджу власну дитину.
52. У моєї дитини більше недоліків ніж досягнень.
53. Я розділяю захоплення дитини.
54. Моя дитина не може працювати самостійно, а якщо працює, то не так.
55. Моя дитина виросте не прилаштована до життя.
56. Моя дитина подобається такою, яка є.
57. Я добре слідкую за здоров'ям дитини.
58. Нерідко я захоплююся своєю дитиною.
59. Дитина не повинна мати секретів від своїх батьків.
60. Я невисокої думки про здібності моєї дитини.
61. Бажано, щоб дитина дружила з тими дітьми, які подобаються батькам.

#### **1. прийняття-уникнення:**

3,4,8,10,12,14,15,16,18,20,24,26,27,29,37,38,39,40,43,42,44,45,46,47,49,  
52,53,55,56,60.

**2. образ соціальної бажаності поведінки:** 6,9,21,25,31,34,35,36.

**3. симбіоз:** 1,5,7,28,32,41,58.

**4. авторитарна гіперсоціалізація:** 2,19,30,48,50,57,59.

**5. маленък «неудачник»:** 9,11,13,17,22,28,54,61.

#### **Аналіз**

#### **«Прийняття-відштовхування»**

Шкала показує інтегральне емоційне ставлення до дитини. На одній шкалі батькам подобається дитина такою якою вона є. Батьки поважають індивідуальність дитини, симпатизують їй. Батьки багато часу проводять з дитиною, поважають її інтереси і плани. На іншій шкалі: батьки виховують свою дитину погано, непристосованою до життя, їм здається, що дитина не

досягне успіху. Батьки відчують до дитини смуток, злість, тощо. Вони не довіряють дитині та не поважають її.

#### **«Кооперація»**

Шкала показує соціально бажаний облік батьківського ставлення. Зміст шкали розкривається так: батьки зацікавлені в планах дитини, намагаються допомогти, співчують їй. Батьки високо цінують інтелектуальні та творчі здібності дитини, відчують гордість за неї. Вони задовольняють ініціативу і самостійність дитини. Батьки довіряють дитині, намагаються стати на його бік з будь яких питань.

#### **«Симбіоз»**

Шкала відображає міжособистісний бар'єр у спілкуванні з дитиною. Батьки відчують себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі потреби дитини, огородити її від труднощів, неприємностей в житті. Батьки постійно відчують неспокій за життя дитини, котра здається їм маленькою та беззахисною.

#### **«Авторитарна гіперсоціалізація»**

Шкала відображає налагоджену форму керування поведінки дитини. Батьки вимагають від дитини дисципліни та виконання всіх вимог. За вияв своєї думки дитину буде покарано. Батьки слідкують за досягненнями дитини, його індивідуальними особливостями, думками, тощо.

#### **«Маленький невдаха»**

Шкала відображає особливості виховання і розуміння дитини батьками. Батьки вважають дитину маленькою. Інтереси, думки, почуття здаються батькам дитячими. Дитину вважають непристосованою, не успішною та відкритою для поганих справ. Батьки не довіряють своїй дитині. У зв'язку з цим батьки намагаються відгородити дитину від труднощів життя, вимогливо контролюють її дії.

## Додаток Є

**Методика PARI Е. Шеффера і Р. Белла**

Методика PARI (parental attitude research instrument) - призначена для вивчення ставлення батьків (насамперед матерів) до різних сторін сімейного життя (сімейної ролі).

У методиці виділені 23 аспекту-ознаки, що стосуються різних сторін ставлення батьків до дитини і життя в сім'ї. З них - 8 ознак описують ставлення до сімейної ролі і 15 - стосуються батьківсько-дитячих відносин. Ці 15 ознак діляться на три групи: I - оптимальний емоційний контакт, II - зайва емоційна дистанція з дитиною, III - зайва концентрація на дитині. Шкали ці виглядають наступним чином.

Ставлення до сімейної ролі.

Описується за допомогою 8 ознак, їх номери в опитувальному аркуші 3, 5, 7, 11, 13, 17, 19,

23:

- Обмеженість інтересів жінки рамками сім'ї, турботами виключно про сім'ю (3);
- Відчуття самопожертви в ролі матері (5);
- Сімейні конфлікти (7);
- Сверхавторитет батьків (11);
- Незадоволеність роллю господині будинку (13);
- «Байдужість» чоловіка, його невключенність у справи сім'ї (17);
- Домінування матері (19);
- Залежність і несамостійність матері (23).

**Ставлення батьків до дитини**

I. Оптимальний емоційний контакт (складається з 4 ознак, їх номери по опитувального листа 1, 14, 15, 21):

- Спонування словесних проявів, вербалізацій (1);
- Партнерські відносини (14);
- Розвиток активності дитини (15);
- Зрівняльні відносини між батьками і дитиною (21).

II. Зайва емоційна дистанція з дитиною (складається з 3 ознак, їх номери по опитувального листа 8, 9,

16):

- Дратівливість, запальність (8);
- Суворість, надмірна суворість (9);
- Ухилення від контакту з дитиною (16).

III. Надмірна концентрація на дитині (описується 8 ознаками, їх номери по опитувального листа 2, 4, 6, 10, 12, 18, 20,

22):

- Надмірна турбота, встановлення відносин залежності (2);
- Подолання опору, придушення волі (4);
- Створення безпеки, побоювання образити (6);
- Виключення позасімейних впливів (10);
- Придушення агресивності (12);

- Придушення сексуальності (18);
- Надмірне втручання у світ дитини (20);
- Прагнення прискорити розвиток дитини (22).

Кожна ознака вимірюється за допомогою 5 суджень, врівноважених з погляду вимірює здібності і смислового змісту. Вся методика складається з 115 суджень. Судження розташовані в певній послідовності, і відповідає повинен висловити до них ставлення у вигляді активного або часткового згоди або незгоди. Схема перерахунку відповідей у бали міститься в «ключі» методики. Сума цифровий значущості визначає вираженість ознаки. Таким чином, максимальна вираженість ознаки 20, мінімальна 5; 18,19, 20 - високі оцінки, відповідно - 8, 7, 6, 5 - низькі. Опитувальник і лист відповідей додаються. Має сенс аналізувати саме високі і низькі оцінки.

Інструкція. Перед Вами питання, які допоможуть з'ясувати, що батьки думають про виховання дітей. Тут немає відповідей правильних і неправильних, оскільки кожен прав по відношенню до власних поглядів. Намагайтеся відповідати точно і правдиво. Деякі питання можуть здатися Вам однаковими. Однак це не так. Є запитання подібні, але не однакові.

Зроблено це для того, щоб вловити можливі, навіть невеликі відмінності в поглядах на виховання дітей. На заповнення запитальника буде потрібно приблизно 20 хв. Чи не обмірковуюйте відповідь довго, відповідайте швидко, намагайтеся дати першу відповідь, який прийде Вам в голову. Поруч з кожним становищем знаходяться літери «А а б Б», їх потрібно вибрати залежно від свого переконання у правильності даного положення:

А - якщо з даним положенням згодні повністю; а - якщо з даним положенням скоріше згодні, ніж не згодні; б - якщо з даним положенням скоріше не згодні, ніж згодні;

Б - якщо з даним положенням повністю не згодні.

#### **Текст опитувальника:**

1. Якщо діти вважають свої погляди правильними, вони можуть не погоджуватися з поглядами батьків.

А а б Б

2. Хороша мати повинна оберегати своїх дітей навіть від маленьких труднощів і образ. А а б Б

3. Для хорошої матері дім і сім'я - найважливіше в житті. А а б Б

4. Деякі діти настільки погані, що заради їхнього ж блага потрібно навчити їх боятися дорослих. А а б Б

5. Діти повинні віддавати собі звіт в тому, що батьки роблять для них дуже багато. А а б Б

6. Маленьку дитину завжди слід міцно тримати під час миття, щоб він не впав. А а б Б

7. Люди, які думають, що в хорошій сім'ї не може бути непорозумінь, не знають життя. А а б Б

8. Дитина, коли подорослішає, буде дякувати батьків за суворе виховання. А а б Б

9. Перебування з дитиною цілий день може довести до нервового виснаження. А а б Б
10. Краще, якщо дитина не замислюється над тим, чи правильні погляди його батьків. А а б Б
11. Батьки повинні виховувати в дітях повну довіру до себе. А а б Б
12. Дитину слід вчити уникати бійок, незалежно від обставин. А а б Б
13. Найгірше для матері, що займається господарством, почуття, що їй нелегко звільнитися від своїх обов'язків. А а б Б
14. Батькам легше пристосуватися до дітей, ніж навпаки. А а б Б
15. Дитина повинна навчитися в життя багатьом потрібним речам, і тому йому не можна дозволяти втрачати цінний час. А а б Б
16. Якщо один раз погодитися з тим, що дитина с'ябеднічал, він буде це робити постійно А а б Б
17. Якби батьки не заважали у вихованні дітей, матері б краще справлялися з дітьми А а б Б
18. У присутності дитини не треба розмовляти про питання статі. А а б Б
19. Якби мати не керувала будинком, чоловіком і дітьми, все відбувалося б менш організовано. А а б Б
20. Мати повинна робити все, щоб знати, про що думають діти. А а б Б
21. Якби батьки більше цікавилися справами своїх дітей, діти були б краще і щасливіше. А а б Б
22. Більшість дітей повинні самостійно справлятися з фізіологічними потребами вже з 15 місяців. А а б Б
23. Найважче для молодшої матері - залишатися однієї у перші роки виховання дитини А а б Б
24. Треба сприяти тому, щоб діти висловлювали свою думку про життя в сім'ї, навіть якщо вони вважають, що життя в сім'ї неправильна. А а б Б
25. Мати повинна робити все, щоб уберегти свою дитину від розчарувань, які несе життя. А а б Б
26. Жінки, які ведуть безтурботне життя, не дуже гарні матері. А а б Б
27. Треба обов'язково викорінювати у дітей прояви народжуваної ехидна. А а б Б
28. Мати повинна жертвувати своїм щастям заради щастя дитини. А а б Б
29. Всі молоді матері бояться своєї недосвідченості у поводженні з дитиною. А а б Б
30. Подружжя повинні час від часу лаятися, щоб довести свої права. А а б Б
31. Суворі дисципліна по відношенню до дитини розвиває в ньому сильний характер. А а б Б
32. Матері часто настільки бувають замучені присутністю своїх дітей, що їм здається, ніби вони не можуть з ними бути ні хвилини більше. А а б Б
33. Батьки не повинні поставати перед дітьми в поганому світлі. А а б Б
34. Дитина повинна поважати своїх батьків більше за інших. А а б Б
35. Дитина повинна завжди звертатися за допомогою до батьків або вчителів замість того щоб вирішувати свої непорозуміння в бійці. А а б Б

36. Постійне перебування з дітьми переконує мати те, що її виховні можливості менше вмінь і здібностей (могла б, але ...). А а б Б

37. Батьки своїми вчинками повинні завоювати прихильність дітей. А а б Б  
38. Діти, котрі не пробують своїх сил в досягненні успіхів, повинні знати, що потім у житті можуть зустрітися з невдачами. А а б Б

39. Батьки, які розмовляють з дитиною про його проблеми, повинні знати, що краще дитину залишити в спокої і не вникати в його справи. А а б Б

40. Чоловіки, якщо не хочуть бути егоїстами, повинні брати участь у сімейному житті. А а б Б  
41. Не можна допускати, щоб дівчатка і хлопчики бачили один одного голими. А а б Б

42. Якщо дружина достатньо підготовлена до самостійного вирішення проблем, то це краще і для дітей і для чоловіка. А а б Б

43. У дитини не повинно бути таємниць від своїх батьків. А а б Б

44. Якщо у вас прийнято, що діти розповідають Вам анекдоти, а Ви - їм, то багато питань можна вирішити спокійно і без конфліктів. А а б Б

45. Якщо рано навчити дитину ходити, це благотворно впливає на його розвиток. А а б Б

46. Недобре, коли мати одна долає всі труднощі, пов'язані з доглядом за дитиною та її вихованням. А а б Б

47. У дитини повинні бути свої погляди і можливість їх вільно висловлювати. А а б Б

48. Треба берегти дитину від важкої роботи. А а б Б

49. Жінка повинна вибирати між домашнім господарством і розвагами. А а б Б

50. Розумний батько повинен навчити дитину поважати начальство. А а б Б  
51. Дуже мало жінок отримують подяку дітей за працю, витрачену на їхнє виховання. А а б Б

52. Якщо дитина потрапила в біду, в будь-якому випадку мати завжди відчуває себе винною. А а б Б

53. У молодого подружжя, незважаючи на силу почуттів, завжди є розбіжності, які викликають роздратування. А а б Б

54. Діти, яким вселили повагу до норм поведінки, стають хорошими, стійкими й шановними людьми. А а б Б

55. Рідко буває, щоб мати, яка цілий день займається з дитиною, зуміла бути ласкавою і спокійною. А а б Б

56. Діти не повинні поза домом вчитися тому, що суперечить поглядам їхніх батьків. А а б Б

57. Діти повинні знати, що немає людей більш мудрих, ніж їхні батьки. А а б Б

58. Немає виправдання дитині, яка б'є іншу дитину. А а б Б

59. Молоді матері страждають з приводу свого ув'язнення будинку більше, ніж по-небудь іншої причини. А а б Б

60. Змушувати дітей відмовлятися і пристосовуватися - поганий метод виховання. А а б Б

61. Батьки повинні навчити дітей знайти заняття і не втрачати вільного часу. А а б Б
62. Діти мучать своїх батьків дрібними проблемами, якщо з самого початку до цього звикнуть. А а б Б
63. Коли мати погано виконує свої обов'язки по відношенню до дітей, це, мабуть, означає, що батько не виконує своїх обов'язків по утриманню родини. А а б Б
64. Дитячі ігри з сексуальним змістом можуть привести дітей до сексуальних злочинів. А а б Б
65. Планувати повинна тільки мати, так як тільки вона знає, як належить вести господарство. А а б Б
66. Уважна мати повинна знати, про що думає її дитина. А а б Б
67. Батьки, які вислуховують зі схваленням відверті висловлювання дітей про їхні переживання на побаченнях, товариських зустрічах, танцях і т. П., Допомагають їм у більш швидкому соціальному розвитку. А а б Б
68. Чим швидше слабшає зв'язок дітей з родиною, тим швидше діти навчаться вирішувати свої проблеми. А а б Б
69. Розумна мати робить все можливе, щоб дитина до і після народження знаходився в хороших умовах. А а б Б
70. Діти повинні брати участь у вирішенні важливих сімейних питань. А а б Б
71. Батьки повинні знати, як потрібно поступати, щоб їхні діти не потрапили у важкі ситуації. А а б Б
72. Занадто багато жінок забувають про те, що їх належним місцем є будинок. А а б Б
73. Діти потребують материнської турботи, якої їм іноді не вистачає. А а б Б
74. Діти повинні бути більш дбайливі і вдячні своїй матері за працю, вкладену в них. А а б Б
75. Більшість матерів побоюються мучити дитину, даючи йому дрібні доручення. А а б Б
76. У сімейному житті існує багато питань, які не можна вирішити шляхом спокійного обговорення. А а б Б
77. Більшість дітей повинні виховуватися більш строго, ніж це відбувається насправді. А а б Б
78. Виховання дітей - це важка нервова робота. А а б Б
79. Діти не повинні сумніватися в способі мислення їхніх батьків. А а б Б
80. Більше всіх інших діти повинні поважати батьків. А а б Б
81. Не треба сприяти тому, щоб діти займалися боксом і боротьбою, так як це може призвести до серйозних порушень тіла та іншим проблемам. А а б Б
82. Одне з поганих явищ полягає в тому, що у матері, як правило, немає вільного часу для улюблених занять. А а б Б
83. Батьки повинні вважати дітей рівноправними по відношенню до себе у всіх питаннях життя. А а б Б
84. Коли дитина робить те, що зобов'язаний, він знаходиться на правильному шляху і буде щасливий. А а б Б

85. Треба залишити дитину, якій сумно, у спокої і не займатися ним. А а б Б
86. Найбільше бажання будь-якої матері - бути зрозумілою чоловіком. А а б Б
87. Одним з найскладніших моментів у вихованні дітей є сексуальні проблеми. А а б Б
88. Якщо мати керує будинком і піклується про все, вся сім'я відчуває себе добре. А а б Б
89. Так як дитина - частина матері, вона має право знати все про його життя. А а б Б
90. Діти, яким дозволяється жартувати і сміятися разом з батьками, легше приймають їхні поради. А а б Б
91. Батьки повинні докласти всіх зусиль, щоб якомога раніше навчити дитину справлятися з фізіологічними потребами. А а б Б
92. Більшість жінок потребують більшої кількості часу для відпочинку після народження дитини, ніж їм дається насправді. А а б Б
93. У дитини повинна бути впевненість в тому, що його не покарають, якщо він довірить батькам свої проблеми. А а б Б
94. Дитину не потрібно привчати до важкої роботи вдома, щоб він не втратив охоту до будь-якої роботи. А а б Б
95. Для хорошої матері досить спілкування з власною сім'єю. А а б Б
96. Часом батьки змушені поступати проти волі дитини. А а б Б
97. Матері жертвують всім заради блага власних дітей. А а б Б
98. Найголовніша турбота матері - благополуччя і безпека дитини. А а б Б
99. Природно, що двоє людей з протилежними поглядами в подружжі сваряться. А а б Б
100. Виховання дітей у строгій дисципліні робить їх більш щасливими. А а б Б
101. Природно, що мати «божеволіє», якщо у неї діти егоїсти і дуже вимогливі. А а б Б
102. Дитина ніколи не повинна слухати критичні зауваження про своїх батьків. А а б Б
103. Перший обов'язок дітей - довіра по відношенню до батьків. А а б Б
104. Батьки, як правило, воліють спокійних дітей забіякам. А а б Б
105. Молода мати відчуває себе нещасною, бо знає, що багато речей, які їй хотілося б мати, для неї недоступні. А а б Б
106. Немає жодних підстав, щоб у батьків було більше прав і привілеїв, ніж у дітей. А а б Б
107. Чим раніше дитина зрозуміє, що немає сенсу втрачати час, тим краще для нього. А а б Б
108. Діти роблять все можливе, щоб зацікавити батьків своїми проблемами. А а б Б
109. Небагато чоловіків розуміють, що матері їхньої дитини теж потрібна радість у житті. А а б Б
110. З дитиною щось не в порядку, якщо він багато розпитує про сексуальних питаннях. А а б Б

111. Виходячи заміж, жінка повинна віддавати собі звіт в тому, що буде змушена керувати сімейними справами. А а б Б

112. Обов'язком матері є знання таємних думок дитини. А а б Б

113. Якщо включати дитину в домашні роботи, він стає більш пов'язаний з батьками і легше довіряє їм свої проблеми. А а б Б

114. Треба якомога раніше припинити годувати дитину грудьми і з пляшечки (привчити дитину «самостійно» харчуватися). А а б Б

115. Не можна вимагати від матері занадто великого почуття відповідальності по відношенню до дітей. А а б Б

Ключ: А – 4 бали; а – 3 бали; б – 2 бали; Б – 1 бал.

#### Ознаки:

1. Вербалізація.
2. Надмірна турбота.
3. Залежність від сім'ї.
4. Придушення волі.
5. Відчуття самопожертви.
6. Побоювання образити.
7. Сімейні конфлікти.
8. Дратівливість.
9. Зайва строгість.
10. Виняток позасімейних впливів.
11. Сверхавторитет батьків.
12. Придушення агресивності.
13. Незадоволеність роллю господині.
14. Партнерські відносини.
15. Розвиток активності дитини.
16. Ухилення від конфлікту.
17. Байдужість чоловіка.
18. Придушення сексуальності.
19. Домінування матері.
20. Надзвичайна втручання у світ дитини.
21. Рівняння відносини.
22. Прагнення прискорити розвиток дитини.
23. Несамостійність матері.

Методика дозволяє оцінити специфіку внутрішньосімейних відносин, особливості організації сімейного життя. У сім'ї можна вичленувати окремі аспекти відносин:

- Господарсько-побутові, організація побуту сім'ї (в методиці це шкали 3, 13, 19, 23);

- Межусупружескіє, пов'язані з моральною, емоційною підтримкою, організацією дозвілля, створенням середовища для розвитку особистості, власної та партнера (в методиці це шкала 17);

- Відносини, що забезпечують виховання дітей, «педагогічні» (в методиці шкали 5, 11).

Подивившись на цифрові дані, можна скласти «попередній портрет» сім'ї. Дуже важлива шкала 7 (сімейні конфлікти). Високі показники за цією шкалою можуть свідчити про конфліктності, перенесення сімейного конфлікту на виробничі відносини. Високі оцінки за шкалою 3 свідчать про пріоритет сімейних проблем над виробничими, про вторинність інтересів «справи», зворотне можна сказати за шкалою 13. Для осіб, які мають високі оцінки за цією ознакою, характерна залежність від сім'ї, низька узгодженість у розподілі господарських функцій. Про погано інтегрованої родині свідчать високі оцінки за шкалами 17, 19, 23. Аналіз ставлення до сімейної ролі допоможе психологу краще зрозуміти специфіку сімейних відносин обстежуваного, надати йому психологічну допомогу. Батьківсько-дитячі відносини є основним предметом аналізу в методиці.

Основний висновок, який можна зробити відразу, - це оцінити батьківсько-дитячий контакт з погляду його оптимальності. Для цього порівнюються середні оцінки за першими трьома групами шкал: оптимальний контакт, емоційна дистанція, концентрація. Спеціальний інтерес представляє аналіз окремих шкал, що часто є ключем до розуміння особливостей невдалих відносин між батьками і дитиною, зони напружень в цих відносинах.

**Тест на визначення рівня стресу за Ю.Щербатих**  
**Фізіологічні симптоми**

1. Болі в різних частинах тіла невизначеного характеру, головні болі
2. Підвищення або зниження артеріального тиску
3. Прискорений або неритмічний пульс
4. Порушення процесів травлення (запор, діарея, підвищене газоутворення)
5. Порушення свободи дихання
6. Відчуття напруги в м'язах
7. Підвищена стомлюваність
8. Тремтіння в руках, судоми
9. Поява алергії чи інших шкірних висипань
10. Підвищена пітливість
11. Швидке збільшення або втрата ваги тіла
12. Зниження імунітету, часті нездужання

## **Приклади конспектів занять за експериментальною програмою, зокрема соціальної роботи з дітьми дошкільного віку із неблагополучних сімей**

### **Заняття 2.**

#### **Вправа «Малюнок людини»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям розпізнавати та аналізувати емоції. Діти отримали аркуші паперу та олівці й із захопленням взялися до малювання. На їхніх малюнках з'являлися різні постаті людей. Після того як малюнки були готові, дітям ставили запитання про їхніх персонажів: що вони відчують, який у них настрій. Діти уважно розглядали свої малюнки та ділилися своїми думками. Хтось вважав, що його людина радісна, бо в неї намальована велика усмішка, а хтось бачив сум на обличчі через опущені куточки губ. Дітям сподобалася можливість проявити свою фантазію в малюванні та поміркувати про емоційний стан створених ними персонажів. Вони уважно розглядали деталі своїх малюнків, намагаючись зрозуміти, які саме елементи вказують на ту чи іншу емоцію.

Малюнок людини є своєрідним проєктивним методом, який дозволяє дитині несвідомо відобразити свої емоції, переживання та ставлення до себе та інших людей.

#### **Вправа «Закінчи речення»**

Метою цієї вправи був розвиток у дітей вміння усвідомлювати та висловлювати власні емоції. Діти отримали аркуші паперу та ручки й уважно слухали початок фраз. Вони записували свої продовження до таких речень: «Більше всього я боюсь...», «Я злюсь, коли...», «Мені сумно, коли...». Діти задумувалися над своїми почуттями та чесно завершували кожне речення. Дітям сподобалася можливість замислитися над тим, що викликає в них різні емоції. Деякі діти ділилися своїми відповідями, а дехто залишав їх особистими. Ця вправа допомогла їм краще зрозуміти свої страхи, причини гніву та моменти, коли вони відчують сум.

Ця вправа допомагає дитині вербалізувати свої емоції, страхи, агресію та переживання. Закінчуючи речення, дитина виражає свої почуття, що дає змогу зрозуміти її емоційний стан та можливі проблеми [20].

#### **Рухлива гра «Хто рухається»**

Метою цієї гри було зняти емоційну напругу та створити веселий настрій. Під звуки спокійної музики діти почали наслідувати рухи різних тварин. Хтось ходив як ведмедик, хтось стрибав як зайчик, хтось літав як пташка, а хтось повзав як змія. До гри приєдналися й дорослі, що зробило процес ще більш веселим та невимушеним. Діти сміялися, спостерігаючи одне за одним та копіюючи різноманітні рухи. Дітям дуже сподобалося перевтілюватися у різних тварин та вільно рухатися під музику.

Ця гра допомогла їм розслабитися, виплеснути енергію та отримати багато позитивних емоцій.

Імітація рухів тварин сприяє розвитку уяви, творчого мислення та емоційної експресії дитини. Рухливі ігри допомагають зняти емоційне напруження, розслабитися та отримати позитивні емоції.

### **Вправа «Наші емоції»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям розпізнавати, називати та розрізняти різні емоції. Дітям показали картки із зображеннями різних емоцій: радості, суму, гніву, здивування. Спочатку вони називали емоції, зображені на кожній картці. Потім діти розділили свої аркуші паперу на дві частини. В одній частині вони перемалювали схематичні зображення емоцій, які їм подобаються, а в іншій – ті, які не подобаються. Після цього кожна дитина по черзі називала обрані емоції та пояснювала свій вибір. Наприкінці діти визначали свій власний настрій на даний момент, схематично зображували його у своїх "щоденниках" та коротко пояснювали причину свого емоційного стану. Дітям сподобалося розглядати картки з різними емоціями та ділитися своїми думками щодо того, які емоції їм приємні, а які ні. Вони уважно слухали пояснення одне одного. Завдання зобразити свій власний настрій також виявилось цікавим, адже це дало змогу кожній дитині задуматися над своїми поточними відчуттями.

Вправа сприяє розвитку вміння розпізнавати, називати та диференціювати емоції, що є важливим компонентом емоційного інтелекту [24, с.10].

### **Заняття 3.**

#### **Вправа «Сходинок»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям визначити свою самооцінку та уявлення про власні досягнення. Діти уважно розглядали намальовані сходинок. Їм розповіли, що на першій сходинці знаходяться найстаранніші та найрозумніші діти, які добре вчаться та ретельно виконують усі завдання. На другій сходинці розташувалися ті, хто також виконує завдання, але іноді буває неуважним та може допускати помилки. Після цього кожна дитина мала намалювати власні сходинок та подумати, на якій би з них вона себе посадила. Діти зосереджено малювали, обмірковуючи свої старання та успіхи. Дітям сподобалася можливість поміркувати про себе та свої досягнення. Вони уважно порівнювали себе з описом дітей на різних сходинках. Дехто відразу визначився зі своїм місцем, а комусь знадобилося більше часу на роздуми. Після виконання завдання деякі діти ділилися своїми думками, пояснюючи, чому вони обрали саме цю сходинку.

Допомагає дитині усвідомити власну самооцінку, її адекватність та співвідношення з реальними досягненнями. Дозволяє виявити можливі проблеми з самооцінкою, такі як завищена або занижена самооцінка, невпевненість у собі.

#### **Вправа «Скинь втому»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям зняти фізичну та емоційну напругу, відчути приплив енергії. Під спокійну музику діти широко розставили ноги, злегка зігнувши їх у колінах, нахилили корпус вперед, вільно опустили руки та розчепірили пальці, опустивши голови до грудей. Потім вони почали плавно розгойдуватися з боку в бік, вперед і назад. Після цього за сигналом

різко потрясли головою, руками, ногами та всім тілом. Потім запитували у кожної дитини, чи вдалося їй скинути втому та що ще залишилося. За потреби рухи повторювали. Дітям сподобалося активно рухатися та струшувати своїм тілом. Вони із задоволенням виконували всі рухи, відчуваючи, як зникає напруга. Багато хто сміявся під час різких струсів.

Після вправи діти говорили про відчуття легкості та припливу сил.

Вправа активізує кровообіг, що сприяє підвищенню енергії та бадьорості. Відчуття розслаблення та припливу енергії позитивно впливає на загальне самопочуття та настрій [24, с.11].

#### **Етюд «Слухаємо себе» (вправа на ауторелаксацію)**

Метою цього етюд було навчити дітей розслаблятися та знімати емоційну напругу.

Під звуки спокійної музики або звуки природи діти зручно сідали та на кілька хвилин заплющували очі. Вони намагалися розслабити кожну частину свого тіла та прислухатися до своїх внутрішніх відчуттів. Після цього дітям запропонували зобразити свій настрій наприкінці заняття за допомогою малюнка або символу. Дітям сподобалася можливість побути в тиші та спокої, зосередившись на своїх відчуттях. Багато хто відзначив, що під музику їм було легше розслабитися. Малювати свій настрій виявилось цікавим способом виразити свої емоції після заняття.

Цей етюд допомагає дитині зняти емоційне та фізичне напруження, розслабитися та відновити сили. Сприяє покращенню настрою, зменшенню тривожності та емоційної збудженості.

#### **Заняття 4.**

##### **Гра «Вгадай емоцію»**

Метою цієї гри було допомогти дітям краще розуміти та розрізняти емоції, а також збагатити їхній словниковий запас. Дітям показували картки із схематичними зображеннями різних емоцій. Кожна дитина отримувала картку та намагалася відтворити зображену емоцію за допомогою міміки та жестів. Інші діти уважно спостерігали та намагалися вгадати, яку емоцію показує їхній товариш. Після вгадування дитина, яка показувала емоцію, називала її. Дітям дуже сподобалося показувати різні емоції та вгадувати їх у інших. Вони із задоволенням кривлялися, зображуючи радість, сум, гнів, страх, здивування та спокій. Гра проходила весело та активно, викликаючи багато сміху та позитивних емоцій.

Ця гра покращує здатність дитини розуміти та розрізняти емоції. Сприяє розвитку емпатії та соціальної взаємодії.

##### **Бесіда «Наші жахи»**

Метою цієї бесіди було допомогти дітям усвідомити та назвати свої страхи.

Дітям показали картки з різними емоціями та попросили обрати серед них ті, які вони вважають найнеприємнішими. Особливу увагу приділили емоціям жаху та страху. Потім кожна дитина мала можливість поділитися своїми особистими переживаннями та розповісти про те, чого вона боїться. Дітям було важливо почути, що відчувати страх – це нормально, і що кожен чогось боїться.

Деякі діти охоче розповідали про свої страхи, а дехто слухав більш мовчки. Бесіда пройшла в атмосфері довіри та підтримки.

Ця бесіда допомагає дитині зрозуміти, що відчувати страх – це нормально.

### **Малювання на тему «Мій жах»**

Метою цієї вправи було надати дітям можливість виразити свої страхи через творчість. Діти отримали окремі аркуші паперу та різноманітні матеріали для малювання. Їм запропонували намалювати свій страх так, як вони його собі уявляють. Це міг бути як конкретний образ, так і абстрактна композиція, що відображає відчуття тривоги. Після завершення малюнків кожній дитині запропонували розірвати свій малюнок на дрібні шматочки. Дорослі підбадьорювали дітей, говорячи, що, розриваючи малюнок, вони перемагають свій страх, який тепер зникне назавжди. Дітям сподобалася можливість виразити свої почуття через малюнок. Процес малювання став для них способом безпечно зустрітися зі своїми страхами. Особливо емоційним був момент розривання малюнків, який багато хто сприйняв як справжнє звільнення від неприємних відчуттів.

Надає дитині можливість безпечно виразити свій страх, і розвиває творчість та уяву [24, с.12].

### **Вправа «Я – чарівник»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям краще зрозуміти свої цінності, бажання та прагнення. Діти заплющили очі та уявили себе в чарівній країні, де виконуються всі мрії. Кожен уявив себе могутнім чарівником, здатним здійснити будь-яке бажання. Діти подумали про те, що б вони зробили, якби мали таку силу. Свої думки вони спочатку коротко записали у своїх "щоденниках", щоб не повторювати ідеї інших. Потім кожна дитина по черзі озвучила свої бажання. Дітям сподобалася можливість помріяти та відчути себе всемогутніми чарівниками. Вони із захопленням розповідали про свої фантазії та бажання. Аналіз їхніх відповідей допоміг краще зрозуміти, що є для них дійсно важливим.

Вправа сприяє розвитку уяви, фантазії та креативного мислення, допомагає дитині краще зрозуміти себе, свої бажання та прагнення.

### **Малювання на тему «В кого я б перетворився в чарівній країні?».**

Метою цієї вправи було надати дітям можливість виразити свої емоції та переживання через образи тварин. Після вправи «Я – чарівник» дітям запропонували подумати, в яку тварину вони б перетворилися, якби були чарівниками. Більшість дітей обирали різних тварин. Ті, хто відповідав, що хотіли б залишитися собою, демонстрували задоволеність собою та самоприйняття. Діти намалювали обраних тварин та коротко записали, де б вони жили, що б їли та чим би їм подобалося займатися у вигляді цієї тварини. Наприкінці дітям запропонували показати свою тварину за допомогою рухів та звуків. Дітям сподобалося фантазувати та уявляти себе різними тваринами. Процес малювання та розповіді про свою обрану тварину став для них цікавим способом самовираження. Зображення тварин та їхні характеристики допомогли краще зрозуміти, з якими якостями діти себе асоціюють.

Допомагає зрозуміти, з якими якостями дитина себе асоціює, надає можливість для творчого самовираження та емоційного звільнення [15].

### **Вправа «Дерево» (на саморегуляцію)**

Метою цієї вправи було допомогти дітям зміцнити почуття впевненості у власних силах.

Під спокійну музику діти сильно натиснули п'ятами на підлогу, стиснули руки в кулаки та міцно стиснули зуби. Дорослі зверталися до кожної дитини, називаючи її могутнім та міцним деревом із сильним корінням, якому не страшні жодні вітри. Їм говорили, що в складних ситуаціях вони можуть уявити себе таким деревом, сказати собі, що вони сильні, і все в них вийде. Наприкінці діти піднімали руки вгору. Дітям сподобалося уявляти себе сильними та могутніми деревами. Фізична напруга, а потім розслаблення допомогли їм відчувати силу та впевненість. Образ дерева став для них символом стійкості та незламності.

Вправа вчить дитину використовувати образ «дерева» як інструмент для самозаспокоєння та подолання складних ситуацій [24, с.13,14].

### **Заняття 5.**

#### **Вправа «Шикуйся в ряд»**

Метою цієї вправи було дослідити групові відносини, виявити лідерів та дітей з низькою самооцінкою. Під спокійну музику дітям запропонували стати в ряд зліва. Ніяких додаткових вказівок не давали, відповідаючи на запитання: «Робіть так, як вам хочеться». Діти почали самостійно визначати своє місце в шерензі. Деякі швидко займали перші позиції, інші ставали в середині, а дехто вагався та опинявся в кінці ряду. Після того як діти вишикувалися, їм запропонували рухливу гру та етюд «Слухаємо себе». Дітям сподобалася самостійність у прийнятті рішення щодо свого місця в ряду. Вони спостерігали за діями одне одного, намагаючись зрозуміти, чому хтось обрав саме цю позицію.

Ця вправа допомагає зрозуміти динаміку в групі, виявити лідерів та аутсайдерів, а також визначити дітей, які потребують особливої уваги.

#### **Вправа «З ким я дружу, а з ким ні»**

Метою цієї вправи було виявити симпатії та антипатії між дітьми та визначити їхній соціальний статус у групі. Діти розділили свої аркуші паперу навпіл. У лівій частині вони написали імена дітей, з якими дружать, та коротко пояснили чому. У правій частині вони записали імена тих, з ким не дружать, також вказавши причини. Дорослий запевнив дітей, що їхні вибори не будуть обговорюватися, але причини симпатій та антипатій будуть розглянуті. Діти серйозно поставилися до цього завдання, замислившись над своїми стосунками з іншими. Вони писали імена своїх друзів та тих, з ким їм складно спілкуватися, намагаючись чесно пояснити свої почуття. Обговорення причин їхніх симпатій та антипатій допомогло краще зрозуміти особливості спілкування в групі.

Допомагає отримати уявлення про структуру міжособистісних відносин в групі, виявити дітей, які мають проблеми у спілкуванні, а також зрозуміти причини симпатій та антипатій між дітьми [24, с.15].

#### **Розігрування в ролях ситуації «Капелюх»**

Метою цієї вправи був розвиток у дітей навичок самоконтролю в конфліктних ситуаціях. Діти об'єдналися в пари та по черзі розігрували знайому ситуацію: одна дитина сидить на лавці та кладе поруч капелюх, інша сідає поряд прямо на капелюх. Діти показували свою реакцію на цю несподівану та неприємну ситуацію. Після кожної сценки відбувалося обговорення: як почувався той, чий капелюх зім'яли, та як реагував той, хто випадково сів на нього. Дорослий звертав увагу на різноманітність реакцій та пропонував тим дітям, чия реакція була надто агресивною, спробувати розіграти ситуацію ще раз, але вже з більш спокійним варіантом поведінки. Дітям сподобалося розігрувати цю сценку та спостерігати за реакціями одне одного. Обговорення допомогло їм зрозуміти, що люди по-різному реагують на конфлікти, і навчитися шукати більш конструктивні способи поведінки.

Діти вчаться аналізувати свої відчуття та поведінку в ситуації, коли їхні інтереси порушені.

### **Вправа «Візьми себе в руки»**

Метою цієї вправи був розвиток у дітей навичок самоконтролю та саморегуляції. Продовжуючи розмову про самоконтроль, дорослий навчив дітей простого прийому. Коли дитина відчуває хвилювання, роздратування або бажання зробити щось імпульсивне, їй пропонується обхопити себе руками за лікті та сильно притиснути їх до грудей, уявляючи себе сильною та спокійною людиною. Дітям сподобалася ця проста, але дієва техніка. Вони спробували її на практиці, обіймаючи себе та відчуваючи, як емоції стають менш інтенсивними. Багато хто відзначив, що така поза допомагає їм заспокоїтися та зібратися з думками.

Вміння «брати себе в руки» допомагає дітям зосереджуватися на завданні та не відволікатися на зовнішні подразники або власні емоції.

Вправа сприяє розвитку емоційного інтелекту, допомагаючи дітям усвідомлювати та керувати своїми емоціями, зокрема негативними [24, с.16].

### **Заняття 6.**

#### **Рухлива гра «Злюка»**

Метою цієї гри було дати дітям безпечний спосіб вивільнити агресивні емоції та навчитися витримці. Одна дитина сідала на стілець, тримаючи в руках хустку або рушник, і ставала «злюкою». Інші діти бігали навколо, намагаючись її роздратувати: дражнили, показували смішні обличчя, намагалися лоскотати. Дорослі слідкували, щоб діти не ображали одне одного та не завдавали болю. «Злюка» терпіла якомога довше, але коли її терпіння закінчувалося, вона починала бігати за дітьми, намагаючись легко шльопнути їх рушником по спині. Дітям сподобалася можливість побешкетувати та подразнити «злюку», а потім тікати від неї. Ті, хто грав роль «злюки», вчилися терпінню та контролю своїх емоцій. Гра проходила дуже жваво та емоційно.

Гра дає можливість безпечно виплеснути накопичену агресію, не завдаючи шкоди іншим. Діти вчаться контролювати свої емоції та терпляче ставитися до провокацій. Гра сприяє розвитку навичок самоконтролю та вміння адекватно реагувати на стресові ситуації.

#### **Бесіда «Мій девіз»**

Метою цієї бесіди було спонукати дітей до творчого мислення та вміння висловлювати свої життєві принципи. Під спокійну музику діти розмірковували над тим, яким би міг бути їхній особистий девіз. Кожен намагався придумати коротке та влучне висловлювання, яке б відображало його важливі цінності та прагнення. Після того як усі поділилися своїми девізами, дорослий звернув увагу на те, що жоден з девізів не містив негативних намірів. Відбулася розмова про те, як би виглядала людина з поганим девізом та яке враження вона справляла б на інших. Дорослий підтримав позитивні девізи дітей та висловив надію, що вони будуть керуватися ними в житті. Дітям сподобалося придумувати свої девізи та ділитися ними. Вони уважно слухали девізи інших та розмірковували над їхнім змістом.

Вигадування девізу сприяє розвитку вміння слухати, висловлювати свою думку та аргументувати її [24, с.18].

### **Вправа «Гора з плечей» (на ауторелаксацію та саморегуляцію)**

Метою цієї вправи було допомогти дітям зняти фізичне та емоційне напруження. Дорослий пояснив, що коли людина відчуває втому та важкість, їй може допомогти проста вправа «Гора з плечей». Для цього потрібно опустити плечі, ніби скидаючи з них важку гору. Діти кілька разів повторили цей рух. Дорослий порадив використовувати цю вправу частіше, особливо коли відчувається велика втома. Дітям сподобалася ця проста вправа. Вони відчули, як після опускання плечей зникає деяка напруга.

Вправа допомагає зменшити відчуття стресу та емоційного перенапруження.

### **Заняття 7.**

#### **Гра «Казки навпаки»**

Метою цієї гри був розвиток творчого мислення та уяви дітей. Дітям запропонували скласти казку, починаючи з кінця. Перша дитина говорила: «І жили вони довго та щасливо». Наступна продовжувала, наприклад: «Нарешті вони помирилися». Той, хто порушував логіку та послідовність, вибував з гри. Гру повторили двічі, причому в другому колі брали участь і ті, хто помилився в першому. Дітям було дуже весело складати незвичайні казки, починаючи з кінцівки. Це вимагало уважності та вміння нестандартно мислити.

Гра сприяє розширенню словникового запасу та вдосконаленню мовлення [24, с.19;53].

#### **Гра «Компліменти»**

Метою цієї гри був розвиток комунікативних навичок та вміння виражати позитивні почуття. Діти стали в коло. Ведучий кидав м'яч одному з учасників, говорячи: «Мені подобається в тобі те, що ти...». Той, хто отримував м'яч, мав закінчити фразу, назвавши якусь позитивну якість цієї людини, а потім кинути м'яч іншому учаснику з тими ж словами. Дітям сподобалося говорити приємні слова одне одному. Вони із задоволенням придумували компліменти та раділи, коли отримували їх самі.

Гра вчить дітей висловлювати свої позитивні враження про інших людей.

### **Заняття 8.**

#### **Вправа «Долоня»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям усвідомити свої позитивні якості та підвищити впевненість у собі. Діти обвели свої долоні на папері. В центрі кожної долоні вони написали своє ім'я, а в кожному пальці – по одній своїй хорошій якості. Якщо комусь було складно пригадати свої позитивні риси, йому допомагали дорослий та інші діти. Після цього діти розфарбували свої долоньки та представили їх групі, розповідаючи про свої хороші якості. Всі малюнки склали на виставку. Дітям сподобалося малювати свої долоньки та думати про свої позитивні сторони. Вони із задоволенням ділилися своїми якостями та раділи підтримці інших.

Діти часто зосереджуються на своїх недоліках, забуваючи про свої позитивні якості. Вправа допомагає їм побачити свої сильні сторони та відчути себе більш впевнено [24, с.20].

#### **Вправа «Обличчя на сонці» (на ауторелаксацію)**

Метою цієї вправи було допомогти дітям розслабитися та зняти напруження. Діти зручно сіли та заплющили очі. Їм запропонували уявити себе на теплому пляжі, де ласкаве сонце ніжно торкається їхнього обличчя, розгладжуючи лоб, очі, зігріваючи щоки, губи та підборіддя. Діти уявляли ці приємні відчуття, а деякі навіть повторювали шлях сонячних променів кінчиками пальців, ніжно погладжуючи своє обличчя. Дітям сподобалося уявляти себе на сонячному пляжі та відчувати тепло. Ця вправа допомогла їм розслабитися та відчути спокій.

Вправа допомагає зменшити відчуття стресу та емоційного перенапруження.

#### **Заняття 9.**

##### **Бесіда «Моє улюблене св'ято»**

Метою цієї бесіди було сприяти розвитку вміння ділитися своїми почуттями та емоціями. Дорослий запропонував дітям згадати своє улюблене свято – день народження. Заплющивши очі, діти уявили себе іменинниками, згадали свої відчуття під час зустрічі гостей, отримання подарунків та привітань. Після цього їм запропонували намалювати свій день народження у своїх "щоденниках", зобразивши себе в оточенні гостей. Дітям сподобалося згадувати свій день народження та свої радісні емоції. Процес малювання допоміг їм ще раз пережити ці приємні моменти.

Розповідь про улюблене свято дає дітям можливість поділитися своїми почуттями та емоціями з іншими.

#### **Заняття 10.**

##### **Вправа «Корабель успіхів»**

Метою цієї вправи було допомогти дітям усвідомити свої позитивні якості та відчути себе більш впевнено. Дітям запропонували разом намалювати великий корабель. Кожна проведена лінія мала символізувати одну позитивну якість дитини. Діти по черзі підходили до великого аркуша паперу, малювали одну лінію та називали свою хорошу якість. Таким чином, спільними зусиллями на папері з'явився «Корабель успіхів». Дітям сподобалося малювати разом та дізнаватися про позитивні якості одне одного.

Вправа спонукає дітей до самоаналізу та рефлексії над власними якостями [24, с.21].