

Всеукраїнська газета  
для психологів, вихователів



За сприяння Національної  
академії педагогічних  
наук України

[www.osvitaua.com](http://www.osvitaua.com)

# Психолог ДОШКІЛЛЯ

№ 8 (97), серпень 2017

Видається із серпня 2009 року 1 раз на місяць



Інноваційні технології  
в дитячому садку.  
Проведення дидактичних ігор  
засобами LEGO

Профілактика емоційного  
вигорання педагогів.  
Онлайн-практикум  
за допомогою Skype





**Дорогі друзі!**

Нескінчені проблеми, що накривають нас під час роботи, не дають можливість подумати про себе. Колись моя подруга-колега пожалілася мені, що вона почувається якоюсь ямою, куди всі скидають усе, що їм не потрібно. І справді, напевно, і у вас були випадки, коли батьки на консультації починали обговорювати особисті проблеми або, коли колега-вихователька, зустрівши вас у коридорі та схопивши за коміречко, починала нарікати на свої стосунки з чоловіком, вимагаючи від вас конкретних порад. А адміністрація — не встигли ви зайти до кабінету, як тут чули: «А як там така-то..?», «А що казали ті батьки..?». А ми через виховання соромимося сказати, що це професійна таємниця, що ми не маємо права доповідати адміністрації про бесіди з батьками, якщо це не стосується здоров'я та безпеки дітей. Це все відволікає нас від основної роботи, псує нам нервову систему, дратує, викликає обурення... Тому хочу ще раз нагадати вам, а особливо молодим психологам: не піддавайтеся бажанню поговорити з вами «по душам», не давайте конкретних порад, якщо до вас не надійшов запит, дозуйте час на консультацію, дотримуйтеся графіку своєї роботи. Не перетворюйте себе на «паличку-виручалочку». Що чіткішою буде ваша робота, то більше ви будете викликати повагу до себе та своєї праці.

Щастя вам!  
Ваша — **Тетяна ШАПОВАЛ**  
Newspaper-pdg@osvita.ua.com

І наостанок моя улюблена притча.

**Думку на Серце**

— Дідусю, що ти шепочеш? — запитав я, помітивши, що він перед сном щось про себе бурмоче.  
— Я кладу думку на Серце, синку, — відповів він.

Я здивувався:

— Що це означає?

Мудрий дідусь сказав мені:

— Не хочу посваритися з сусідом, який підвів мене, а як бути, не знаю. Ось і покладу думку на Серце, і засну, а вранці Серце підкаже, що робити... Серце все знає, синку, я все життя вчуся у нього. І тобі раджу: коли шукаєш відповідь на складне питання, коли щось буває незрозуміло, поклади перед сном думку на Серце, а на ранок відкриються тобі відповіді... Лише роби це з вірою...

Так сказав дідусь, коли мені було дев'ять років. І я пізнав у житті дуже багато про власне педагогічне мистецтво, кладучи думку на Серце перед сном.

Мені пощастило з дідусем.

Ш. О. Амонашвілі  
«Педагогічні притчі»

**ЗМІСТ**

**3 Слово редактора**

**Методична робота**

**4 Галина ГОНЧАРОВСЬКА.**  
**Лялькотерапія в роботі психолога.**  
*Гармонізація емоційного здоров'я дітей дошкільного віку*

**Психологу-початківцю**

**7 Людмила НЕЧИПОРУК.**  
**Діти з майбутнім. Хто вони?**

**13 Мирослава ХОМЕНКО.**  
**Інноваційні технології в дитячому садку.** *Проведення дидактичних ігор засобами LEGO*

**Робота з педколективом**

**17 Ірина ПАЛАМАРЧУК.**  
**Профілактика емоційного вигорання педагогів.**  
*Онлайн-практикум за допомогою Skype*

**23 Лариса ПОГОРЕЛОВА.**  
**Формування «педагогічного мінімуму» для батьків.** *Ділова гра для педагогів*

**29 Алла ПАВЛЮК.**  
**Збереження психологічного здоров'я.** *Психолого-педагогічне заняття для педагогів*

**Робота з батьками**

**33 Жанна МАЦЕНКО.** **Скоро у школу.** *Поради родині майбутнього першокласника*

**Вкладка**

**Нонна РЕПКО.** **Актуальні питання розвитку сім'ї.** *Тематичні буклети для психологічної освіти батьків*

**У НАСТУПНОМУ НОМЕРІ**

• «Творча кінезіологія». **Фізичний розвиток дитини на корекційно-розвивальних заняттях**

• **Профілактика жорстокого поводження з дітьми**





# ЛЯЛКОТЕРАПІЯ В РОБОТІ ПСИХОЛОГА

## Гармонізація емоційного здоров'я дітей дошкільного віку

У статті розглянуто основні аспекти емоційного благополуччя дитини дошкільного віку; проведено аналіз цієї проблеми, обґрунтовано ефективність використання в діяльності дитячого психолога, психотерапевта лялькотерапії як одного з важливих методів діагностичної, корекційної, терапевтичної роботи.

**Галина ГОНЧАРОВСЬКА**, кандидат психологічних наук, викладач Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, кафедра практичної психології



Проблема емоційного самопочуття дітей у сім'ї та дошкільному закладі є однією з найнагальніших, оскільки позитивний емоційний стан є однією з найважливіших умов розвитку особистості. Висока емоційність дитини, яка забарвлює її психічне життя і сприяє засвоєнню практичного досвіду на емоційному рівні, — характерна особливість дошкільного дитинства.

Емоційний досвід дитини — це досвід її переживань, який може мати як позитивну, так і негативну забарвленість, що безпосередньо впливає на її актуальне самопочуття.

Сучасні дані досліджень науковців-психологів переконливо свідчать, що результатом позитивно спрямованого дитячого досвіду є **довіра до світу, відкритість, готовність до спільної діяльності з дорослими та ровесниками**, що забезпечує основу для позитивної самореалізації юної особистості. Для психічного здоров'я дітей потрібна певна збалансованість позитивних і негативних емоцій, що забезпечує душевну рівновагу, адекватну самооцінку, упевненість тощо.

Порушення емоційного балансу сприяє виникненню емоційних порушень, що призводять до відхилень у розвитку особистості дитини,

порушення взаємин із людьми. Наразі порушення емоційної сфери в дітей дошкільного віку посідають вагоме місце серед інших проблем, які розглядає сучасна дошкільна психологія. Чинниками, що сприяють емоційному дискомфорту, душевному неспокою дітей, часто є емоційна невідповідність дорослих, які оточують дитину, різка зміна їхніх настроїв і вимог, домінування ситуацій примусового виконання дитиною певних дій, фактичне позбавлення дитини права власного вибору, систематичне порівняння її досягнень із досягненнями однолітків, надмірна опіка, авторитарність дорослих, дефіцит нових вражень тощо.

Розвиток практичної психології в системі дошкільної освіти, створення психологічного забезпечення навчально-виховного процесу в роботі з дітьми дошкільного віку пов'язані насамперед із загальними потребами суспільства, необхідністю гуманізації та психологізації змісту освіти. Звернення до особистості дитини, її індивідуальності вимагає від психолога високоорганізованої діяльності, володіння професійними засобами надання допомоги дошкільникам.

Запровадження шкільного навчання з шестирічного віку та скорочення періоду дошкільного дитинства призвело до форсування інтелектуального розвитку дитини й водночас до байдужого ставлення до її внутрішнього світу, який сповнений неповторним змістом та емоційним





досвідом, характерним для дитини саме протягом перших семи років життя. Наслідки цього, на жаль, досить виразно виявляються тепер у збільшенні кількості дітей, які потребують психологічної і психотерапевтичної підтримки внаслідок важкої адаптації до школи; узростанні груп так званих проблемних чи важковиховуваних школярів уже в початковій школі, поширенні агресивності та емоційної нечутливості, цинізму в підлітковому середовищі. Тому психодіагностику, психокорекцію та психопрофілактику проявів порушень емоційної сфери в малят важливо починати з дошкільного віку, поки основні стереотипи поведінки не закріпилися й не стали стійкими звичками.

**Корекційна робота з дітьми дошкільного віку покликана позитивно впливати на становлення особистості дошкільника, його соціально-емоційний розвиток.** Основними та визначальними для роботи з дітьми дошкільного віку є принципи гуманізації навчально-виховного процесу, орієнтація на індивідуальність дитини, принципи системності, активності, розвиток у дошкільників ціннісного ставлення до всіх сфер життя. Тому важливим є вміння фахівця правильно організувати корекційну роботу з дітьми дошкільного віку для того, щоб **створити особистісний комфорт для дитини, вирішити проблему зниження ризику її дезадаптації в соціумі.**

У процесі корекції емоційної сфери дітей дошкільного віку варто звертати увагу на існування різних її методів, технік, форм. Зокрема, **лялькотерапію** як метод дитячої психотерапії та психокорекції розробляли та впроваджували в психолого-педагогічну практику як зарубіжні, так і українські фахівці (Ф. Зімбардо, М. Кембелл, А. Полц, М. Райт, Л. Хокі, І. Боровик, Л. Гребенщикова, М. Григорчук, О. Джафарова, О. Захаров, Н. Зинов'єва, І. Медведєва, Н. Михайлова, Т. Шишова, О. Федій, Н. Хребтова та ін.). За допомогою лялькотерапії можна здійснювати психологічну корекцію різних станів. Використовувати цей метод можна в різних напрямках психотерапії: психодрамі, казкотерапії, арттерапії, ігрової терапії.

О. Тараріна виокремлює такі **функції** лялькотерапії (схема).

Сфера використання лялькотерапії для поліпшення психічного здоров'я дошкільника досить широка:

- формування соціальної адаптації;
- зниження тривожності;
- налагодження відносин із людьми;
- корекція протестної, опозиційної, демонстративної поведінки;
- допомога в подоланні болісних переживань;
- розвиток самосвідомості тощо.

Схема

### ФУНКЦІ ЛЯЛЬКОТЕРАПІЇ

1

Комунікативна (у процесі роботи відбувається формування емоційного контакту дітей у колективі).

2

Релаксаційна (зняття емоційної напруженості).

3

Навчальна (збагачення дитини знаннями про навколишній світ, розширення її світогляду, оволодіння вмінням планувати власну діяльність).

4

Розвивальна (розвиток психічних процесів, моторики).

5

Виховна (завдяки створенню ігрових моделей відбувається корегування деструктивних, конфліктних проявів особистості в життєвих ситуаціях).





## Методична робота

Алан Полц зазначав, що діти-негативісти, з якими складно налагодити взаємини, які не торкаються іграшок, не відповідають на запитання, не дозволяють до себе доторкнутися й навіть відмовляються підвести очі й озирнутися навколо, діти, які панікують, із плачем утікають і закривають обличчя руками, за кілька хвилин можуть розслабитися завдяки лялькам.

Робота з ляльками є **результативною**, оскільки дитина фокусує увагу на яскравих особливостях певного персонажа — на характерних рухах, голосі, зовнішньому вигляді.

Цей метод рекомендовано використовувати як в індивідуальній, так і в груповій формі роботи.

Під час застосування лялькотерапії варто враховувати те, що робота дитини з лялькою вимагає зосередженості, володіння певними навичками, уміння демонструвати в образі ляльки власне «Я». Ефект від використання цього методу виявиться, імовірно, через 5–6 занять.

Діти зазвичай не здатні обговорювати свої проблеми так, як дорослі, або описувати їх словами. Але вони дуже природно виражають свої проблеми в іграх. Тому дитячий психолог вивчає дитину, спостерігаючи за її іграми та інтерпретуючи їх.

### ВИГОТОВЛЕННЯ ЛЯЛКИ

Метод лялькотерапії є досить доступним, особливо коли дитина виготовляє ляльку сама або з допомогою дорослого, оскільки для виготовлення ляльки використовують різний матеріал (нитки, стрічки, намистинки, шнурки, гудзики, клаптики тканини тощо).

У лялькотерапії використовуються такі види ляльок, як:

- ляльки-маріонетки;
- пальчикові ляльки;
- тіньові ляльки;
- мотуз'яні ляльки;
- площинні ляльки;
- ляльки-рукавички;
- ляльки-костюми.

Можна використовувати тіньові фігурки з маленьким складаним картонним екраном. Це буде власний театр дитини. **Вистава — це природна мова дитини.** Про деякі свої проблеми вона може розповісти лише опосередковано, розігруючи вистави. Вона може зобразити свої психологічні травми, страхи або трансформувати їх у здійснювані бажання. Під час виготов-

лення ляльок дітей можна навчити діяти за вказівкою дорослого, виконувати роботу згідно зі словесною інструкцією.

Процедура проведення лялькотерапії за методикою Н. Зінов'євої та Н. Михайлової передбачає такі **етапи**:

- терапевт пропонує ознайомитися з ляльками;
- дитина вибирає ляльок, за допомогою яких вона хотіла б розповісти історію (або про певних людей, яких знає дитина, або про ситуацію);
- терапевт зауважує, які ляльки дитина вибирає, а які — ні;
- терапевт вступає в гру і просить дитину познайомити його з ляльками, допомагає розповісти про ляльок за допомогою відкритих запитань;
- у процесі програвання сюжету терапевт втручається лише в разі потреби або на прохання дитини;
- після закінчення гри терапевт розмовляє з лялькою (ставить запитання відкритого типу про думки, почуття, дії ляльки), а потім поступово переносить свої запитання та інтерпретацію безпосередньо на дитину.

### ВИСНОВКИ

Зміст і система роботи дитячого психолога, психотерапевта зумовлюють низку основних вимог до організації його діяльності з дітьми. Він повинен виявляти професіоналізм у застосуванні специфічних методів і прийомів впливу на особистість дитини та наданні рекомендацій. Увага фахівця в роботі з дітьми дошкільного віку має спрямовуватися на основні лінії розвитку фізичного, психічного та морально-духовного здоров'я, емоційної врівноваженості та індивідуальності дитини. Лялькотерапія є ефективним

засобом діагностико-корекційної, терапевтичної роботи з дітьми. Її застосування сприяє реалізації багатьох важливих аспектів розвитку дитини та формування її як повноцінної, гармонійної та психічно здорової особистості.

#### Використані джерела

1. Зінов'єва Н. О., Михайлова Н. Ф. Психологія і психотерапія насилья. Ребенок в кризисной ситуации. — СПб.: Речь, 2003. — 248 с.
2. Татаринцева А. Ю. Куклотерапія в роботі психолога, педагога і логопеда. — СПб.: Речь, 2006. — 102 с.