

## ПОДОЛАННЯ ТРИВОЖНОСТІ У ДОШКІЛЬНИКІВ ІЗ МОВЛЕННЄВИМИ ПОРУШЕННЯМИ

**Стахова Ольга Олександрівна**

к. психол. н., доцент

**Честних Олена Валентинівна**

здобувачка вищої освіти, магістр

Соціально-психологічний факультет

Кафедра психології, логопедії та інклюзивної освіти

Житомирський державний університет

імені Івана Франка, Україна

Тривожність у дітей дошкільного віку з мовленнєвими порушеннями є складним психолого-педагогічним феноменом, що негативно впливає на їх когнітивний розвиток, емоційний стан, комунікативну активність. Вона проявляється у труднощах концентрації уваги при виконанні різних видів діяльності, порушеннях пам'яті, домінуванні нав'язливих думок катастрофічного змісту, підвищеній збудливості, роздратованості, невпевненості, сором'язливості, безпорадності, униканні мовленнєвих ситуацій, труднощах взаємодії з ровесниками та дорослими тощо.

Подолання тривожності виступає важливою умовою гармонійного розвитку особистості дошкільника, основою формування його позитивного досвіду спілкування й успішної соціалізації. Саме тому актуальним є пошук ефективних психолого-педагогічних засобів, прийомів і методик, спрямованих на зниження рівня тривожності та створення підтримуючого середовища для дітей із логопатологією.

Проведення нами констатувального експерименту дало змогу виокремити серед дітей із типовим мовленнєвим розвитком і його порушеннями три групи дошкільників із високим, середнім та низьким рівнями тривожності, при цьому у більшості досліджуваних фіксувався саме середній рівень.

Водночас відсутність низьких проявів тривожності та майже удвічі вищий відсоток високих показників емоційного дискомфорту порівняно з дітьми з нормотиповим розвитком (25% і 12% відповідно) свідчать про специфічний і більш інтенсивний характер внутрішнього занепокоєння у вихованців ЗДО з логопатологією. Це зумовлює необхідність цілеспрямованої корекційної роботи, зокрема у професійній діяльності вчителя-логопеда, спрямованої на зниження емоційного напруження та формування ефективних механізмів соціальної адаптації дітей із ПМР.

З огляду на зазначене, нами було розроблено та апробовано психолого-педагогічну корекційну програму «Гармонія слова й емоцій». Її зміст висвітлено в таблиці 1.

Таблиця 1. План психолого-педагогічної корекційної програми «Гармонія слова й емоцій»

| <b>№ заняття,<br/>його тема та<br/>тривалість</b>                                    | <b>Мета заняття</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Очікувані результати</b>                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Заняття 1.</b><br><b>Тема</b><br><b>«Вітальня»</b><br>(30 хв.)                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>– забезпечити первинне знайомство дітей між собою;</li> <li>– сформувати в учасників експерименту певну думку про себе, вміння вирізняти себе з-поміж інших;</li> <li>– знизити початковий рівень тривожності дітей через вправи на привітання та самопрезентацію;</li> <li>– створити атмосферу психологічної безпеки й довіри;</li> <li>– сформувати позитивне очікування від подальших занять.</li> </ul> | Діти відчують себе прийнятими, включеними у групу, зменшується напруження, з'являється інтерес до взаємодії.                          |
| <b>Заняття 2-3.</b><br><b>Тема</b><br><b>«Веселка емоцій»</b><br>(60 хв.)            | <ul style="list-style-type: none"> <li>навчити дітей розпізнавати та називати власні емоції;</li> <li>розширити емоційний словник і сформувати навички вербалізації почуттів;</li> <li>знизити тривожність через усвідомлення та прийняття власних переживань;</li> <li>розвивати здатність до емпатії та розуміння емоцій інших.</li> </ul>                                                                                                        | Діти краще усвідомлюють свої емоційні стани, вчать їх виражати у прийнятній формі, зменшується внутрішнє напруження.                  |
| <b>Заняття 4-5.</b><br><b>Тема</b><br><b>«Будиночок для страхів»</b><br>(60 хв.)     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– допомогти дітям усвідомити власні страхи й тривожні переживання;</li> <li>– навчити їх символічно «відкладати» страхи у безпечний простір («будиночок»);</li> <li>– знизити інтенсивність тривожності через ігрову діяльність та метафоричні образи;</li> <li>– сформувати відчуття контролю над емоційними станами.</li> </ul>                                                                            | Діти отримують досвід подолання страхів у безпечних умовах, зменшується емоційне напруження, з'являється впевненість у власних силах. |
| <b>Заняття 6-7.</b><br><b>Тема</b><br><b>«Мої бажання та можливості»</b><br>(60 хв.) | <ul style="list-style-type: none"> <li>– сприяти розвитку позитивної самооцінки та впевненості у власних силах;</li> <li>– навчити дітей співвідносити бажання з реальними можливостями;</li> <li>– знизити тривожність, пов'язану з невпевненістю у собі;</li> <li>– розвивати навички самопрезентації та отримання підтримки від групи.</li> </ul>                                                                                                | Діти усвідомлюють свої сильні сторони, відчують підтримку ровесників, зменшується страх невдачі.                                      |
| <b>Заняття 8.</b><br><b>Тема</b><br><b>«Місточок дружби»</b><br>(30 хв.)             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– розвивати комунікативні навички та здатність до співпраці;</li> <li>– формувати позитивний досвід взаємодії з ровесниками;</li> <li>– знижувати соціальну тривожність через вправи на довіру, партнерство й взаємну підтримку;</li> <li>закріпити відчуття групової єдності.</li> </ul>                                                                                                                    | Діти відчують себе частиною дружнього колективу, зменшується страх спілкування, зростає впевненість у взаємодії.                      |

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Заняття 9-10.</b><br><b>Тема</b><br><b>«Ще зустрінемося!»</b><br><b>(60 хв.)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– узагальнити отримані результати та підбити підсумки проведеної розвивальної роботи;</li> <li>– забезпечити емоційно комфортне завершення групової взаємодії, сформувати позитивне ставлення до майбутніх соціальних ситуацій;</li> <li>– надати дітям можливість висловити власні враження, почуття й побажання щодо участі у програмі;</li> <li>– провести повторний діагностичний зріз для визначення динаміки змін у покращенні емоційного благополуччя дошкільнят із логопатологією.</li> </ul> | Діти демонструють зниження рівня тривожності та підвищення впевненості у власних діях, формується позитивне емоційне завершення програми, що зберігає мотивацію до подальшого розвитку; отримані результати діагностики дозволяють об'єктивно оцінити ефективність програми та простежити динаміку змін в емоційному розвитку дошкільників. |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Використання комплексу методичних прийомів (ігрова, казко-, арт-, танцювально-рухова терапія, психогімнастика, комунікативні тренінги, позитивне підкріплення), адаптованих до особливостей розвитку дітей дошкільного віку з вадами мовлення, мало на меті розвиток у них умінь сприймати й розпізнавати емоції, зменшення інтенсивності найбільш розповсюджених у них страхів, зниження рівня дитячої тривожності, формування у досліджуваних впевненості в собі, у своїх силах, підвищення їх самооцінки, стимулювання вихованцями ЗДО власних можливостей для подолання тривожних станів, підвищення рівня розвитку комунікативних навичок, навичок міжособистісної взаємодії дошкільнят з ООП.

Таким чином, проведення контрольного етапу експерименту з повторним психодіагностичним зрізом дозволить оцінити результативність запропонованого психолого-педагогічного супроводу. Наступний етап дослідницької роботи ми пов'язуємо з узагальненням практичних результатів апробації корекційної програми «Гармонія слова й емоцій», спрямованої на зниження тривожності та розвиток емоційної врівноваженості, комунікативної активності й соціальної адаптації дошкільників із мовленнєвими порушеннями.

### Список використаних джерел

1. Дацун О. Особливості корекції тривожності у дітей засобами арттерапії. URL: <https://jrn1.nau.edu.ua/index.php/VisnikPP/article/view/20182/27276> (дата звернення: 01.12.2025).
2. Олійник М.І., Романова Н.Г. Програма корекції та профілактики тривожності у дітей дошкільного віку. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/72fcf7a6-548e-47ce-9234-6730069b3e24/content> (дата звернення: 01.12.2025).
3. Особова тривожність дитини. Корекційна програма «Це я». URL: [https://osvita.ua/school/method/upbring/1869/#google\\_vignette](https://osvita.ua/school/method/upbring/1869/#google_vignette) (дата звернення: 01.12.2025).

4. Пасічніченко А.В. Арт-техніки як засіб корекції тривожності у дітей дошкільного віку. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/22105/1/Арт-техніки%20як%20засіб%20корекції.pdf> (дата звернення: 01.12.2025).
5. Програма занять на подолання нервової напруги, тривожності, страхів дітей з особливими освітніми потребами / авт.-упоряд. Н.І. Шовкопляс. URL: <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2025/03/2-2.pdf> (дата звернення: 01.12.2025).
6. Робота з дитячою тривогою. Алгоритм проведення корекційних занять. URL: <https://vseosvita.ua/c/pedagogy/post/41617> (дата звернення: 01.12.2025).
7. Сторчакова Д.О. Запобігання розвитку мовленнєвої тривожності в дітей молодшого шкільного віку з тяжкими мовленнєвими порушеннями // Формування життєвої компетентності осіб з особливими освітніми потребами в системі позашкільної, спеціальної та інклюзивної освіти: зб. наук. пр. Харків, 2024. С. 178-181. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/e1127257-590b-4e8d-9843-3ba4fc8cc252/content> (дата звернення: 17.11.2025).
8. Танцювальна терапія як засіб корекції тривожності у дітей. URL: [https://iua.waykun.com/articles/statcja-z-psihologii-po-temi-tancjuvalna-terapija.php#google\\_vignette](https://iua.waykun.com/articles/statcja-z-psihologii-po-temi-tancjuvalna-terapija.php#google_vignette) (дата звернення: 12.11.2025).
9. Тривожні діти: методичні та практичні рекомендації / упоряд. А.Р. Шаш. URL: <https://naurok.com.ua/metodichno-praktichniy-posibnik-trivozhni-diti-metodichni-ta-praktichni-rekomendaci-33793.html> (дата звернення: 01.12.2025).