

Бердянський державний педагогічний університет

Факультет дошкільної, спеціальної та соціальної освіти

Кафедра соціальної роботи та інклюзивної освіти

**Пояснювальна записка**

до кваліфікаційної роботи

бакалавр

(освітній ступінь)

на тему

**«Відновлення ментального здоров'я дітей  
у кризовій ситуації»**

Виконала: здобувачка вищої освіти першого

(бакалаврського) рівня вищої освіти

IV курсу, групи 404 СР

Галузь знань 23 Соціальна робота

спеціальності 231 Соціальна робота

ОПП «Соціальна робота та соціальна педагогіка»

**ЛИПОСАВИЦЬКА Яна Анатоліївна**

Керівник:

к.пед.н., доцент Наталя ЗАХАРОВА

Рецензент:

к.пед.н., доцент Анастасія ТУРГЕНЄВА

2024 р.

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ТА ЙОГО ЗБЕРЕЖЕННЯ В УМОВАХ КРИЗОВОЇ СИТУАЦІЇ .....	7
1.1. Ментальне здоров'я як важлива складова повноцінного здоров'я особистості .....	7
1.2. Соціально-педагогічні та психологічні особливості збереження ментального здоров'я в умовах кризової ситуації .....	11
1.3. Методи арт-терапії в соціально-педагогічній роботі з відновлення ментального здоров'я учнів.....	16
Висновки до першого розділу .....	21
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ТА ЙОГО ВІДНОВЛЕННЯ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ .....	23
2.1. Діагностика стану ментального здоров'я учнів; аналіз результатів дослідження .....	23
2.2. Корекційно-розвивальна програма як інструмент відновлення ментального здоров'я дітей .....	38
Висновки до другого розділу .....	46
ВИСНОВКИ .....	48
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....	50
ДОДАТКИ .....	55

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** На сьогоднішній день, в умовах повномасштабної війни, в житті більшості українських родин відбулися кардинальні зміни: воно стало екстремальним та непрогнозованим. Постійні загострення станів тривожності, страху й невизначеної ситуації та невпевненості у завтрашньому дні зумовлює гостру необхідність відповідної професійної підтримки у збереженні та відновленні ментального здоров'я у різних соціальних групах, а особливо у дітей.

За визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я характеризує стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, за умов якого особа може реалізувати власні здібності, протистояти життєвим стресам, працювати, планувати, мотивуватися і бути активною у соціальному житті

Ментально здорова особистість здатна розуміти власні емоційні стани та керувати ними, спроможна успішно соціалізуватися, завжди прагне до розвитку, позитивно ставиться до себе та оточуючих, усвідомлює та несе відповідальність за всі свої складні рішення, може долати виклики та вміє отримувати задоволення від життя.

Найбільш вразливими в умовах сучасних реалій є діти, адже вони ще не отримали того життєвого досвіду та психологічних ресурсів, які допомогли б самостійно подолати складні кризові ситуації, через що може підвищуватися небезпека дитячої невротизації, соціальної дезадаптованості, в тому числі є імовірність прояву різних форм захисної поведінки.

Організм та свідомість дитини чутливо реагує на події, що наразі відбуваються у нашій державі: відчуття тривоги та постійних переживань, проблеми зі сном, симптоми депресії та інші негативні вияви є типовою реакцією на кризову ситуацію періоду військових подій. Найчастіше, у дітей, які відчули дії довготривалого стресового фактору під час кризової ситуації, можуть спостерігатися розлади у вигляді порушення та регресії в розвитку, невпевненості та розчарування у собі, агресії та сприйняття навколишнього.

Різні відхилення в поведінці дітей можуть свідчити про їх індивідуальну реакцію на певну кризову ситуацію та неможливості її уникнути чи самостійно впоратися з нею.

Оскільки такі реакції негативно впливають на ментальне здоров'я та є надзвичайно несприятливими для розвитку особистості дитини для попередження ризиків відхилень та відновлення ментального здоров'я спеціалісти все частіше звертаються до використання у практиці арт-терапевтичних методів, технік для вирішення соціально-педагогічних та соціально-психологічних завдань. Арт-терапія є одним із найбільш м'яких, але ефективних методів соціальної роботи з дітьми.

Ментальне здоров'я є невід'ємною складовою загального здоров'я і самопочуття, запорукою функціонування особистості, як дорослої людини так і дитини зазначено в дослідженнях Я. Кандзюби, Н. Марути, М. Маркової, О. Рогової, Т. Костєвої, В. Лефтерова, О. Вовченко, О. Сечейко, Л. Помиткіної.

Вивченню соціально-педагогічних та психологічних особливостей збереження ментального здоров'я в умовах кризової ситуації присвятили свої праці М. Оксютівич, Д. Мельничук, Н. Рудкевич, В. Зливков, О. Буковська, О. Рибалка, Г. Почепцов, С. Чукут, Г. Кісарчук, Я. Омельченко.

Вивченням методів арт-терапії в соціально-педагогічній роботі з відновлення ментального здоров'я дітей займалися О. Сорока, О. Тіунова, О. Брюховецька, О. Вознесенська, І. Головатюк, Я. Віхляєва, С. Чагарна, М. Мушкевич, Л. Терлецька, І. Данилюк, Н. Буркало, Н. Калька, З. Ковальчук, О. Колпакчи, І. Шкіль, С. Соловійов,

Теоретичний аналіз джерельної бази засвідчив, що більшість досліджень зосереджені на детальному вивченні особливостей переживання кризових ситуацій у молоді та підлітків, але бракує досліджень щодо превенції та відновлення ментального здоров'я дітей після кризового травмування. Означені суперечності, актуальність та практична доцільність розробки здоров'язберезувального напрямку соціальної та соціально-педагогічної

роботи й зумовили вибір теми нашого дослідження: **«Відновлення ментального здоров'я дітей у кризовій ситуації»**.

**Об'єкт дослідження** – процес відновлення ментального здоров'я дітей.

**Предмет дослідження** – соціально-педагогічні умови, які сприяють відновленню ментального здоров'я дітей.

**Мета дослідження** полягає у теоретичному вивченні ментального здоров'я дітей та його збереження в умовах кризової ситуації, а також емпіричному дослідженні стану ментального здоров'я дітей та його відновлення за допомогою корекційно-розвивальної програми засобами арт-терапії.

**Гіпотеза дослідження** полягає у припущенні про те, що позитивних результатів у процесі відновлення ментального здоров'я дітей через кризову ситуацію можна досягти завдяки впровадженню соціально-педагогічної програми, побудованої на засадах арт-терапії.

Мета роботи передбачає виконання таких **завдань**:

1. Проаналізувати наукові джерела з проблеми ментального здоров'я; схарактеризувати як важливу складову повноцінного здоров'я особистості.
2. Дослідити стан ментального здоров'я дітей у кризовій ситуації та соціально-педагогічні умови відновлення засобами арт-терапії.
3. Розробити корекційно-розвивальну програму для відновлення ментального здоров'я дітей з використанням методів арт-терапії.

Для досягнення і вирішення поставлених завдань використано комплекс *теоретичних методів*: аналіз науково-теоретичних джерел, систематизація та узагальнення наукових доробок, теоретичних матеріалів за обраною темою дослідження; *емпіричні методи*: спостереження, експеримент, емпіричний опис, оформлення діаграм.

Для вирішення поставлених завдань ми використали у своєму дослідженні наступні діагностичні методики, а саме: Методика виявлення страхів і тривожності (Є. Рогова); Методика «Шкала тривожності»

Дж. Тейлор; (адаптація Т. Немчинова); Проектна методика «Мої страхи»  
О. Захарова; Методика дослідження соціальної адаптованості; Методика  
«Шкала позитивного ментального здоров'я» (адаптація Л. Карамушки,  
О. Креденцер, К. Терещенко) та опитувальник для батьків учнів.

**Елементи наукової новизни одержаних результатів** полягають у тому, що ми зосередили увагу на процесі відновлення ментального здоров'я дітей, що можна досягти завдяки впровадженню корекційно-розвивальної програми засобами арт-терапії.

**Теоретичне та практичне значення роботи.** Матеріали кваліфікаційного дослідження можуть бути використані в роботі соціальних працівників, педагогів соціальних при реалізації завдань з пропедевтики та відновлення ментального здоров'я дітей у кризовій ситуації.

**Структура роботи.** Кваліфікаційна робота складається із вступу, 2 розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Список використаної літератури налічує 44 джерела. Робота містить 6 рисунків. Загальна кількість сторінок роботи без додатків – 54.

## ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз наукової літератури свідчить про те, що ментальне здоров'я є важливою складовою повноцінного здоров'я, а будь-які порушення ментального здоров'я в майбутньому можуть стати серйозною причиною порушень у процесі становлення особистості, її розвитку та соціалізації. Ментальне здоров'я поєднує емоційне благополуччя, психологічне благополуччя та соціальне благополуччя.

2. Проаналізовано соціально-педагогічні та психологічні особливості збереження ментального здоров'я в умовах кризової ситуації, та встановлено, що для зменшення негативного впливу кризових обставин та відновлення ментального здоров'я дитини важливим чинником є злагоджена соціально-педагогічна та психологічна робота фахівців: інформування, консультування, профілактика, різні форми допомоги й підтримки.

3. Доведено, що відновлення ментального здоров'я дітей у кризовій ситуації має включати відповідний до ситуації діагностичний інструментарій, його детальний аналіз та корекційно-розвивальну програму, які б реалізувалися з урахуванням віку, особливостей та обставин в яких перебували діти;

4. З'ясовано, що однією з найрезультативніших методів відновлення ментального здоров'я вважається арт-терапія – психотерапевтичний метод, який можна використовувати для лікування та психокорекції особистості, що зазнала травмівних переживань та подій застосовуючи різноманітні творчі способи й засоби.

5. Спрогнозовано, що впровадження корекційно-розвивальної програми позитивно впливатиме на процес відновлення ментального здоров'я дітей, які пережили кризову ситуацію, зменшить рівень тривожності й відчуття страху, позитивно вплине на показники соціальної адаптованості та покращить рівень позитивного ментального здоров'я;

6. Виконане дослідження може слугувати основою для продовження експериментальних досліджень із вивчення відновлення ментального здоров'я дітей у кризовій ситуації.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арт-терапія. Інноваційні психологічні технології / за ред. О. Тіунової. Київ–Львів–Тернопіль : ЕЕАТА, 2019. 224 с.
2. Брюховецька О. В. Арт-терапевтичні технології у процесі особистісно орієнтованої підготовки майбутніх психологів, які отримують другу вищу освіту. Післядипломна освіта в Україні. 2014. № 1. С. 25–30.
3. Буковська О. О. Кризова життєва ситуація в реабілітаційній діяльності психолога. Актуальні проблеми психології. 2017. № 44. С.21–30.
4. Віхляєва Я. Є. Особливості використання методів арт-терапії в соціальній роботі. Запоріжжя. С.62 – 64. URL:<http://ir.stu.cn.ua/bitstream/handle/123456789/24732/62-64.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
5. Вовченко О. А. Емоційно-поведінкові реакції старшокласників з особливими освітніми потребами в умовах стресу. Науковий вісник МДУ. Сер. Педагогіка та психологія. 2022. Вип. 3. С. 23–32.
6. Вознесенська О. Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. Київ, 2015. № 4. URL:  
[https://core.ac.uk/display/229857491?utm\\_source=pdf&utm\\_medium=banner&utm\\_campaign=pdf-decoration-v1](https://core.ac.uk/display/229857491?utm_source=pdf&utm_medium=banner&utm_campaign=pdf-decoration-v1)
7. Вознесенська О. Л., Сидоркіна М. Ю. Арт-терапія у подоланні психічної травми : практич. Посіб. Київ : Золоті ворота, 2015. 198 с.
8. Вознесенська О., Мова Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога. Використання арт-технологій в освіті. Київ : Шкільний світ, 2002. 125 с.
9. Головатюк І. Г. Теоретичні основи застосування арт-терапії у процесі професійної підготовки фахівців. Молодий вчений. Тернопіль, 2017. Вип. 7. С. 276–279.

10. Гребінь Л. О. Феномен поваги / неповаги як соціокультурний чинник надання психотерапевтичної допомоги в структурно-психодинамічному підході. Методичні рекомендації щодо врахування соціокультурних чинників в теорії та практиці психотерапевтичної допомоги особистості / за ред. З. Г. Кісарчук. Кіровоград, 2013. С. 117–137.
11. Данилюк І. В., Буркало Н. І. Особливості застосування арт-терапії в роботі з дітьми. Психологічний часопис. 2021. № 9. С. 85–98.
12. Донецький обласний навчально-методичний центр психологічної служби системи освіти. Діагностичні методики. Методика дослідження соціальної адаптованості. URL : <https://dnmcp.com.ua/diagnostichni-metodiki>
13. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях : навч. посіб. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
14. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії : навч.-метод. посіб. Львів : Львів ДУВС, 2020. 232 с.
15. Кандзюба Я. Підтримка дитини з особливими освітніми потребами в умовах емоційного напруження : навч.-метод. посіб. Київ : КВІЦ, 2022. 179 с.
16. Карамушка Л., Креденцер О., Терещенко К. Методики для дослідження «Mental Health» персоналу організацій. Актуальні проблеми психології. № 54. С. 15–22. URL : [https://lib.iitta.gov.ua/719062/1/Karamushka\\_Kredentser\\_Teresch.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/719062/1/Karamushka_Kredentser_Teresch.pdf)
17. Карпенко Є. В. Методи сучасної психотерапії: навч. посіб. Дрогобич : Посвіт, 2015. 116 с.
18. Колпакчи О. С. Арт-терапія: навч. посіб. Бердянськ : БДПУ, 2018. 327 с.
19. Костєва Т. Б. Вплив ментального здоров'я на життєдіяльність особистості. URL: <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/naukpraci/pedagogika/2018/311-299-6.pdf>

20. Лефтеров В. О. Проблеми психологічного здоров'я та надання психологічних послуг населенню. Інтегративна антропологія. 2013. № 2. С. 47–50. URL : [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ia\\_2013\\_2\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ia_2013_2_10)
21. Марута Н. О. Маркова М. В. Інформаційно-психологічна війна як новий виклик сучасності : стан проблеми та напрямки її подолання. Український вісник психоневрології. 2015. Вип. 3 (84). 2015. С. 21–28.
22. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії: навч. посіб. / за ред. М. І. Мушкевич. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
23. Оксютрович М., Мельничук Д. Конструктивні стратегії поведінки особистості у психогенних кризових ситуаціях. Вчені записки Університету «КРОК» 2023. Вип. 1 (69). С. 253–260.
24. Омельченко Я. М., Кісарчук З. Г. Психологічна допомога дітям з тривожними станами. Київ : Шкільний світ, 2008. 112 с.
25. Освіта України в умовах воєнного стану. Інноваційна та проєктна діяльність : наук-метод. зб. / за ред. С. М. Шкарлета. Київ-Чернівці : Букрек, 2022. 140 с.
26. Помиткіна Л. Психодинамічна неконгруентність особистості : діагностика, корекція та консультування. Київ : НАУ, 2007. 180 с.
27. Почепцов Г. Г., Чукут С. А. Інформаційна політика : навч. посіб. Київ : Знання, 2006. 663 с.
28. Про затвердження Концепції щодо удосконалення надання психіатричної допомоги дітям : наказ Міністерства охорони здоров'я України від 30.08.2012 р. № 668. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0668282-12#Text>
29. Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 р. : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 27.12. 2017 р. №1018-р. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#Text>

30. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях : методики і техніки : метод. посіб / за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : Національна Академія педагогічних наук України, 2015. 232 с.
31. Психологу для роботи. Діагностичні методики / упоряд. М. Лемак, В. Петрище. Ужгород : Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. 615 с.
32. Рибалка О., Яланська С. Забезпечення психічного здоров'я особистості в умовах кризи. Витоки педагогічної майстерності. 2023. № 32. С. 199–203.
33. Рогова О. Г. Духовність як підґрунтя ментального здоров'я. Філософія і культура в мінливості сьогодення : мат. всеукр. філософ. чит. Дніпро, 2020. С. 24–26.
34. Рудкевич Н. І. Методика соціально-педагогічної роботи : навч. метод. посіб. Львів : Растр-7, 2021. 324 с.
35. Сечейко О. В. Диференціальна психологія : підр. для студ. Київ : НАУ, 2014. 300 с.
36. Соловйов С. А. Арт-терапія в системі комплексної психологічної реабілітації сім'ї, яка постраждала в локальному конфлікті. Педагогічні науки. 2012. № 4. С. 111–130.
37. Сорока О. В. Арт-терапевтична компетенція як складова професійної компетентності фахівців соціальної сфери. Вісник Дніпропетровського Університету імені Альфреда Нобеля. Сер. Педагогіка і психологія. 2016. Вип. 2. С. 301–306.
38. Сорока О. В. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх учителів початкової школи до використання арт-терапевтичних технологій: дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Тернопіль, 2016. 534 с.
39. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навч.-метод. посіб. / Андрєєнкова В. Л. та ін. ; за ред. К. Б. Левченко, В. Г. Панок, І. М. Трубавіна. Київ : Агенство Україна, 2015. 424 с.

40. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод. рек. / Н. П. Бочкор, Є. В. Дубровська, О. В. Залеська та ін. Київ : Ла Страда-Україна, 2014. 84 с.

41. Терлецька Л. Г. Психологія здоров'я : арт-терапевтичні технології : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Слово, 2016. 128 с.

42. Шкіль І. Є. Застосування арт-технологій як засобу розвитку комунікативної компетентності особистості. Актуальні проблеми психологічного знання. 2013. № 3. С. 99–111.

43. Яценко Т. С. По той бік символіки психомалюнків. Практична психологія та соціальна робота. 2009. №7. С.25–29.

44. Stelmach J. The Nature and Character of the Psychological Crisis in the Aspect of Police Activities. Security Dimensions. 2018. Vol. 26, P. 130–142. DOI: [https://www.researchgate.net/publication/328845418\\_The\\_Nature\\_and\\_Character\\_of\\_the\\_Psychological\\_Crisis\\_in\\_the\\_Aspect\\_of\\_Police\\_Activities](https://www.researchgate.net/publication/328845418_The_Nature_and_Character_of_the_Psychological_Crisis_in_the_Aspect_of_Police_Activities)