

**ЛЕБ'ЯЗЬКИЙ ЗАКЛАД ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ (ЯСЛА-САДОК)
«СОНЕЧКО» ЗАЧЕПИЛІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ
БЕРЕСТИНСЬКОГО РАЙОНУ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ**

Емоційна стійкість та ментальне благополуччя в закладі дошкільної освіти: сучасні психолого-педагогічні інструменти підтримки та розвитку

Анастасія ГАРКУШЕНКО, в.о. директора,
вихователь; **Яна КРУТЬКО**, практичний
психолог Леб'язького закладу дошкільної
освіти (ясла-садок) «Сонечко» Зачепилівської
селищної ради Берестинського району
Харківської області

с.Леб'яже – 2026



ПЕРСОНАЛІЇ



1. **Прізвище, ім'я, по батькові:** Гаркушенко Анастасія Олександрівна

2. **Число, місяць, рік народження:** 14 червня 2001 року

3. **Повна назва закладу освіти, який закінчив, рік закінчення:** Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, 2023

4. **Стаж педагогічної роботи:** 3 роки

5. **Основні етапи педагогічної діяльності:**

➤ 2019 р. – вихователь Балаклійського навчально-виховного комплексу «загальноосвітній навчальний заклад I-III ступенів – дошкільний навчальний заклад» Балаклійської районної ради Харківської області;

➤ 2021 р. – вихователь Зачепилівського дошкільного навчального закладу (ясел-садка) «Ромашка» Зачепилівської селищної ради Зачепилівського району Харківської області;

➤ березень 2024 р. – вихователь Леб'язького закладу дошкільної освіти (ясел-садка) «Сонечко» Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області (з липня 2024р. – в.о. директора).

6. Місце роботи, посада, яку обіймає: Леб'язький заклад дошкільної освіти (ясла-садок) «Сонечко» Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області, вихователь (в.о. директора).

7. **Педагогічні відзнаки та визнання:**

- Подяка Комунальної установи «Зачепилівський центр професійного розвитку педагогічних працівників» Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області, 2025 рік.

- Подяка відділу освіти, молоді та спорту Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області, 2025 рік.

8. **Сутність досвіду:** створення цілісної моделі дистанційного психолого-педагогічного супроводу, де технології стають інструментом емоційної стійкості дошкільника.

9. **Методологічна основа педагогічного досвіду.** В основі досвіду лежить принцип емоційної пріоритетності. Методологія базується на філософії дитиноцентризму, де ментальне благополуччя вихованця та його відчуття безпеки є вищими за формальну навчальну сітку.

10. **Наявність друкованих робіт:**

➤ Гаркушенко А. О. Інтеграція цифрових систем та інноваційних застосунків у дистанційне навчання: виклики та перспективи. *Імперативи розвитку Нової української школи: сучасні реалії*: матеріали IV Всеукр. наук.-практ. очно-дистанційної конф. (9 липня 2025 р.). С. 27.

➤ Гаркушенко А. О., Крутько Я. М. Психолого-педагогічний супровід дитини дошкільного віку в умовах сучасних викликів. *Paris Science and Education Forum*: proceedings of the International Scientific and Practical Conference (March 2-4, 2026; Paris, France). Paris: SPC «Progress», 2026. С. 186. URL: <https://naukainfo.com/conference?id=102>



1. Прізвище, ім'я, по батькові: Крутько Яна Миколаївна

2. Число, місяць, рік народження: 06 листопада 1992 року

3. Повна назва закладу освіти, який закінчив, рік закінчення:

➤ Харківський національний університет внутрішніх справ, 2014 р.

➤ Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, 2025р.

4. Стаж педагогічної роботи: 8 років

5. Основні етапи педагогічної діяльності:

➤ 2017 р. – практичний психолог Леб'язького закладу дошкільної освіти (ясел-садка) «Сонечко» Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області;

➤ 2019 р. – музичний керівник Леб'язького закладу дошкільної освіти (ясел-садка) «Сонечко» Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області

6. Місце роботи, посада, яку обіймає: Леб'язький заклад дошкільної освіти (ясла-садок) «Сонечко» Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області, практичний психолог, музичний керівник.

7. Педагогічні відзнаки та визнання:

•Грамота відділу освіти, молоді та спорту Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області, 2024 рік;

•Подяка Зачепилівської селищної ради Берестинського району Харківської області, 2025 рік.

8. Сутність досвіду: створення цілісної моделі дистанційного психолого-педагогічного супроводу, де технології стають інструментом емоційної стійкості дошкільника.

9. Методологічна основа педагогічного досвіду. В основі досвіду лежить принцип емоційної пріоритетності. Методологія базується на філософії дитиноцентризму, де ментальне благополуччя вихованця та його відчуття безпеки є вищими за формальну навчальну сітку.

10. Наявність друкованих робіт:

➤ Гаркушенко А. О., Крутько Я. М. Психолого-педагогічний супровід дитини дошкільного віку в умовах сучасних викликів. *Paris Science and Education*

Forum: proceedings of the International Scientific and Practical Conference (March 2-4, 2026; Paris, France). Paris: SPC «Progress», 2026. С. 186. URL: <https://naukainfo.com/conference?id=102>

➤ Крутько Я. М. Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення : матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 13 травня 2025 р.). Київ : ДНУ «ІМЗО», 2025. С. 137. URL: <https://drive.google.com/file/d/1yYdlQSYbGTclg4xE5AtZyCbVZqLonl3l/view>

➤ Крутько Я. М. Дошкільна освіта в Україні: тенденції, виклики, перспективи розвитку : зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Вінниця, 23 листоп. 2025 р.). Вінниця : Центр прогресивної освіти «Генезум», 2025. С. 323. URL: <https://genezum.org/files/vinnytsia-23112025-zbirnyk.pdf>

➤ Крутько Я. С. Саногенне мислення як чинник подолання професійного вигорання психологів-початківців : кваліфікац. робота на здобуття освіт. ступеня магістр : спец. 053 Психологія / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди, каф. психології. Харків, 2025. 92 с. : іл., табл.

URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/21578>

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
ОПИС ДОСВІДУ. КВАДРАТ ПЕДАГОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ	
Розділ I. Освітня організованість.....	9
Розділ II. Стабілізація.....	11
Розділ III. Синергія.....	14
Розділ IV. Інноваційний розвиток.....	16
ВИСНОВОК.....	19
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	21
ДОДАТКИ	
Додаток 1. Модель «Квадрат педагогічної стійкості»	22
Додаток 2. Зразок опитувальника для педагогічного моніторингу дітей «Емоційний стан та соціальна адаптація дітей»	23
Додаток 3. Тренінгове заняття для батьків	24
Додаток 4. Анкета для батьків «Комфорт дитини під час онлайн-навчання в ЗДО»	29
Додаток 5. Створення безпечного та підтримувального середовища для дошкільників: досвід взаємодії вихователя і психолога	31
Додаток 6. Доповідь «Психолого-педагогічний супровід дитини дошкільного віку в умовах сучасних викликів»	35
Додаток 7. Корисні посилання	39

ВСТУП

У представленому досвіді розкривається модель адаптації дошкільної освіти до сучасних викликів через пріоритет ментального благополуччя. Робота базується на впровадженні інноваційних інструментів командної взаємодії, що дозволяють перетворити дистанційний формат на безпечний та емоційно наповнений простір для розвитку дитини.

Актуальність досвіду. Сучасна дошкільна освіта України перебуває на етапі докорінної трансформації, зумовленої як прийняттям нового Закону України «Про дошкільну освіту» (№3788-IX від 06.06.2024), так і безпрецедентними безпековими викликами. Для Харківщини, що функціонує в умовах воєнного стану, питання ментального здоров'я учасників освітнього процесу є не просто актуальним, а життєво необхідним. Дитиноцентризм сьогодні — це не лише декларація, а щоденна робота над створенням «островів безпеки» всередині цифрового освітнього простору. Необхідність пошуку дієвих психолого-педагогічних інструментів для підтримки емоційної стійкості дітей, які перебувають у стані постійного стресу та ізоляції, визначила вибір теми нашого досвіду.

Науково-теоретичне підґрунтя. Досвід базується на синергії вітчизняних та світових наукових здобутків: концепції «ресурсності» та практиках саморегуляції Світлани Ройз; інноваційних підходах Катерини Крутій щодо організації дистанційного середовища в ЗДО; дослідженнях Людмили Лохвицької у сфері соціально-емоційного розвитку. Теоретичний базис розширено за рахунок ідей особистісно орієнтованого виховання Івана Беха, концепції життєвої компетентності Олени Кононко, а також методик інтегрованого розвитку мовлення Наталії Гавриш. Важливе значення мають напрацювання Тамари Піроженко щодо комунікативно-мовленнєвого розвитку як чинника соціалізації дитини в цифровому просторі.

Об'єкт досвіду — процес психолого-педагогічного супроводу емоційного розвитку та ментального благополуччя дітей дошкільного віку в умовах дистанційної освіти.

Предмет досвіду — сукупність сучасних психолого-педагогічних інструментів та модель командної взаємодії «вихователь — психолог», спрямовані на розвиток емоційної стійкості вихованців.

Мета досвіду полягає в обґрунтуванні та представленні цілісної екосистеми дистанційного супроводу, що базується на інтеграції міжнародних стандартів, авторських цифрових кейсів та тріадному підході (взаємодія дитини, батьків та педагогів) для збереження ментального здоров'я дошкільників.

Завдання досвіду:

1. Реалізувати модель «подвійного супроводу» в онлайн-просторі, забезпечивши синхронну взаємодію вихователя та психолога.
2. Розробити та апробувати систему авторських занять на основі арттерапії та терапевтичних казок для стабілізації психоемоційного стану дітей вразливих категорій.
3. Сформувати механізм підтримки професійної ресурсності педагогів та навичок позитивного батьківства через тренінгову роботу та техніки стресостійкості.

Наукова новизна досвіду полягає у розробці алгоритму синхронної командної роботи в дистанційному форматі, де цифрові технології поєднуються з нейропсихологічними методами моніторингу стану дитини в реальному часі. Новим є підхід до використання корекційно-мовленнєвих вправ як засобів природного заземлення та саморегуляції, а також у створенні та практичному впровадженні авторської моделі «Квадрат педагогічної стійкості» (*Додаток 1*), спрямованої на адаптацію освітнього процесу в умовах сучасних соціальних викликів.

Практична значущість досвіду полягає у можливості використання розробленої системи психолого-педагогічного супроводу в діяльності ЗДО для створення емоційно безпечного освітнього середовища та підвищення якості освітнього процесу.

ОПИС ДОСВІДУ. КВАДРАТ ПЕДАГОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ

Розділ I. Освітня організованість

Трансформація освітнього процесу в закладі зумовлена необхідністю адаптації до вимог Закону України «Про дошкільну освіту» №3788-IX. Цей документ став не просто юридичною основою, а ціннісним орієнтиром, що вимагає відмови від застарілих репродуктивних методів навчання на користь гнучких моделей підтримки дитини. Ключовим положенням, на якому базується досвід, є утвердження дитиноцентризму. В умовах дистанційної роботи це поняття трансформується у створенні «островів безпеки» — віртуального простору, де ментальне здоров'я та емоційний комфорт вихованця визнаються вищою цінністю, ніж засвоєння академічних знань.

Такий підхід стає можливим лише за умови реалізації педагогічної свободи, яку закон гарантує вихователю. Саме право на самостійний вибір методів і засобів дозволило колективу інтегрувати в щоденну практику елементи арттерапії та цифрові технології. Проте автономія педагога не є самоціллю; вона є інструментом для побудови педагогіки партнерства. Родина позиціонується як активний учасник освітньої тріади «Педагог — Дитина — Батьки», а не сторонній спостерігач процесу, що підсилює результативність дистанційного навчання. Це особливо важливо в умовах воєнного стану, коли батьки стають головними фасилітаторами дитини під час онлайн-занять, що потребує від нас постійної методичної підтримки сімей.

Платформа Google Meet виступає не лише як інструмент відеозв'язку, а як віртуальна групова кімната, де реалізується методика «Цифровий дотик»:

- Ранкові кола: щоденні зустрічі розпочинаються з ритуалів привітання. Використання прийому «Передай сонечко через екран» дозволяє дітям відчути просторову єдність. Дитина «бере» умовний предмет (іграшку або світловий відблиск) з одного краю монітора і «передає» його в інший, створюючи ілюзію фізичного ланцюжка. Це нівелює відчуття ізоляції, що є вкрай важливим для дітей вразливих категорій (ВПО та тих, хто перебуває в зоні постійних тривог).

- Синхронна взаємодія: відмова від формату «лекційного» подання матеріалу. Кожне онлайн-заняття будується на принципі активного суб'єкта: дитина постійно залучена до діалогу, виконання рухових вправ перед камерою та інтерактивних ігор.

Реалізація цих законодавчих новацій відбувається через призму Базового компонента дошкільної освіти. Оновлений державний стандарт робить акцент на соціально-емоційній компетентності, яка є наскрізною лінією всього досвіду. Психологічна підтримка не виокремлюється в спеціальні уроки, а інтегруємо її в усі освітні напрями: від логіко-математичного розвитку до художньо-естетичної

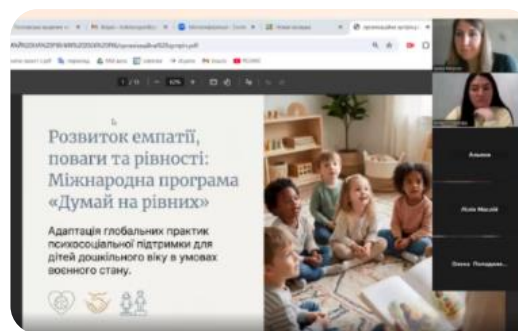
діяльності. Для наукового обґрунтування цієї інтеграції використовується концепція «ресурсності» Світлани Ройз. Її підхід до психологічної стійкості став базою для наших щоденних ритуалів — технік «заземлення» та «п'ятихвилинки спокою», які допомагають дитині відчути зв'язок із тілом та емоціями навіть через екран монітора.

Логічним продовженням психологічної стабілізації в освітньому процесі стає фундаментальна організація самого навчального середовища. У цьому питанні команда педагогів спирається на ґрунтовні дослідження Катерини Крутій, чії наукові розробки стали основою для переосмислення дистанційного навчання.

Впровадження концепції «цифрового дитячого садка» дозволило трансформувати звичний формат онлайн-зустрічей. Завдяки такому підходу платформу Google Meet вдалося перетворити з простого інструменту відеозв'язку на повноцінний інтерактивний ігровий простір.

Використання принципів «дифузії технологій» забезпечує м'яке вплетення цифрових засобів у традиційну дидактику. Це створює умови для розвитку емоційного інтелекту, теорію якого в українському дошкіллі ґрунтовно розробила Людмила Лохвицька. Її напрацювання допомагають працювати з дітьми вразливих категорій (зокрема ВПО), навчаючи їх ідентифікувати свої почуття та знаходити способи їх конструктивного вираження в межах групи.

Наступним рівнем розвитку теоретичної моделі стала інтеграція міжнародних стандартів, зокрема програми «Think Equal» (Думай на рівних). Опанування теоретичного етапу в січні 2026 року дозволило структурувати роботу з виховання емпатії та соціальної відповідальності. Програма пропонує цілісну рамку соціально-емоційного навчання (SEL),



Інтеграція міжнародних стандартів

яка ідеально доповнює вітчизняні методики. Використовуючи запропоновані програмою цінності, для формування в дітей поваги до особистих кордонів та навичок мирного розв'язання конфліктів, що є критично важливим для соціалізації в цифровому форматі.

Практичним інструментом для впровадження цих міжнародних цінностей став трансформаційний сторітелінг. Поєднуючи класичну казку з сучасними можливостями сервісів Kazka.fun та Vidnoz AI, дозволяє не просто читати твір, а створювати адаптивний контент, де казкові герої звертаються безпосередньо до дітей, пропонуючи їм разом знайти вихід із тривожної ситуації. Такий підхід

робить засвоєння моральних норм природним і ненав'язливим: дитина не просто слухає про емпатію, вона проживає її разом із персонажем.

Реалізована модель підтверджує: синергія державних стандартів, наукових розробок та ІІІ-інструментів дозволяє перетворити онлайн-навчання на територію безпеки. Головним результатом є сталий емоційний зв'язок у тріаді «педагог-дитина-батьки», що гарантує збереження ментального здоров'я вихованців та їхню успішну соціалізацію навіть у дистанційному форматі.

Розділ II. Стабілізація

Дистанційна освіта в закладі, що розрахований на 25 місць (наразі охоплює 22 вихованці у двох різновікових групах), перестала бути вимушеним обмеженням і трансформувалася в цілісну модель «цифрових островів безпеки». Головним завданням цього розділу є обґрунтування того, як технічні засоби стають провідниками емоційного контакту.

Для підтримки пізнавального інтересу та емоційної залученості в освітній процес було інтегровано сучасні сервіси, які дозволяють адаптувати навчання під потреби кожної дитини:

1. Canva (анімовані мнемотаблиці): традиційні методики розвитку мовлення були трансформовані у динамічний контент. Анімовані елементи допомагають дитині краще концентрувати увагу на логічних зв'язках, що полегшує запам'ятовування віршів та переказ казок у дистанційному форматі.

2. Vidnoz AI (оживлення героїв): використання штучного інтелекту дозволяє «персоналізувати» звернення до дитини. Наприклад, правила безпеки або слова підтримки озвучує не вихователь, а улюблений казковий герой, який звертається до дитини на ім'я. Це створює ефект дива та підвищує рівень довіри до того, що відбувається на екрані.

3. Kazka.fun (терапевтичний сторітелінг): за допомогою цього сервісу ми створюємо персоналізовані казки. Дитина стає протагоністом історії, де разом із друзями долає «хмаринку тривоги» або знаходить «кристал спокою». Це дозволяє безпечно проживати травматичний досвід війни та формувати сценарії успішної поведінки в стресових ситуаціях.



<https://drive.google.com/file/d/12PvPxFzVsbBs5HuZBKK1rim7fxzAqrLN/view?usp=sharing>

4. LearningApps та Learning.ua: гейміфікація завдань перетворює перевірку знань на захопливу гру, де дитина отримує миттєвий позитивний зворотний зв'язок (звукові ефекти, віртуальні нагороди).

Використання зазначених сервісів створює підґрунтя для реалізації ключової мети — стабілізації. Вона розглядається як процес зміцнення внутрішніх опор дитини, що забезпечує перехід від стану стресового збудження до емоційної стійкості та готовності до освітнього процесу навіть у складних умовах.

Авторська серія занять «Мій спокійний світ» стала дієвим інструментом психологічного розвантаження. Адаптація традиційних арттехнік для роботи через об'єktiv відеокамери дозволяє дітям створювати власні «осередки безпеки» вдома.

• Метод «Пісочна магія на екрані» (адаптація до круп): оскільки не всі вихованці мають професійні пісочниці, пропонується використовувати підноси з манною або іншою дрібною крупою. Під час трансляції в Google Meet дитина малює пальчиками на крупі, повторюючи рухи за педагогом або створюючи власну картину. Це активує дрібну моторику, що безпосередньо пов'язано з центрами саморегуляції в мозку. Ритмічні рухи допомагають знизити рівень кортизолу (гормону стресу) та повернути дитину в стан «тут і зараз».



Пісочна магія онлайн

• Техніка «Дихання за квадратом» з візуалізацією в Canva: для подолання гострої тривоги під час повітряних тривог або стресових ситуацій використовуються анімовані шаблони. На екрані з'являється привабливий персонаж, який рухається по периметру квадрата:

1. *Вдих (4 секунди)* — персонаж іде вгору.
2. *Затримка (4 секунди)* — персонаж іде вбік.
3. *Видих (4 секунди)* — персонаж іде вниз.
4. *Затримка (4 секунди)* — персонаж повертається на старт.

Візуальний супровід допомагає дитині сконцентруватися на диханні, не відволікаючись на зовнішні подразники.



Кольоротерапія: настрій екрана

- Кольоротерапія «Настрій мого екрана»: використання віртуальних фонів або кольорових фільтрів, де дитина обирає колір свого настрою на початку заняття. Це дозволяє педагогу та психологу миттєво ідентифікувати емоційний стан групи та вчасно скорегувати план діяльності.

Використання цифрових сервісів та авторських арттехнік дозволило перетворити дистанційне навчання на ефективну модель психологічної стабілізації. Поєднання інтерактивного контенту з методами саморегуляції забезпечує не лише

засвоєння знань, а й зниження рівня стресу в дітей, створюючи для них надійний «цифровий острів безпеки».

Для об'єктивної оцінки якості емоційного контакту та рівня психологічної стабілізації вихованців у цифровому середовищі нами було розроблено та впроваджено комплексний інструментарій моніторингу.

Основним інструментом оцінювання став опитувальник для педагогічного моніторингу «Емоційний стан та соціальна адаптація дітей». Оцінювання здійснювалося за двома ключовими векторами:

- емоційна стабільність: прояв позитивних емоцій та впевненість у діяльності;
- соціальна адаптація: активність взаємодії з однолітками, ініціативність у грі та здатність до засвоєння нових видів діяльності.

Методика передбачає бальну систему (від мінімальних 5 до максимальних 15 балів), що дозволяє диференціювати рівні сформованості показників: від низького (потребує посиленого супроводу) до високого (повна адаптація та емоційна стійкість).

Проведений **моніторинг** продемонстрував, що дистанційна освіта успішно трансформувалася в дієвий механізм психологічної підтримки. Порівняльний аналіз даних на початку впровадження моделі та після використання авторських технік стабілізації свідчить про стійку позитивну динаміку:

- високий рівень: зріс із 25% до 45%. Це підтверджує, що переважна частина дітей набула навичок саморегуляції та відчуває себе в безпеці під час цифрової взаємодії;
- достатній рівень: становить 35%, що свідчить про загалом стабільний стан дітей, які потребують лише епізодичної підтримки.
- низький рівень: скоротився з 35% до 20%. Зменшення цього показника майже вдвічі доводить ефективність арттерапевтичних методів та «цифрових технік заземлення» у роботі з тривожними станами.

Порівняльний аналіз результатів (Додаток 2) свідчить про позитивну динаміку розвитку емоційної стійкості дітей, зокрема:

- збільшення частки дітей з високим рівнем;
- зменшення кількості дітей із низьким рівнем;
- покращення соціальної адаптації та активності дітей.

Це підтверджує ефективність впровадження моделі «Квадрат педагогічної стійкості» та доцільність використання психолого-педагогічних інструментів стабілізації освітнього процесу.



Розділ III. Синергія

Ключовою інновацією досвіду є синергія між вихователем та практичним психологом Яною Крутько. Впроваджуючи унікальний формат роботи, де фахівці функціонують як єдиний механізм, використовується алгоритм «Подвійного супроводу»:

- вихователь відповідає за дидактичний контент, реалізацію освітньої програми та залучення дітей до активності;
- практичний психолог під час заняття перебуває в режимі активного спостереження (моніторингу). Вона відстежує міміку, жести та швидкість реакції кожної дитини через вікна конференції.

Якщо психолог помічає ознаки втоми, втрати концентрації або емоційної напруги у вихованців, вона ініціює «нейропсихологічну паузу». У цей момент вихователь передає ініціативу, і психолог проводить коротку нейровправу (наприклад, техніки дихання, пальчикову гімнастику або кінезіологічні вправи «кулак-ребро-долоня»). Така «дифузія» ролей дозволяє уникати перевтоми дітей та забезпечує високу якість засвоєння матеріалу в умовах дистанційного навчання.

Практична реалізація досвіду спрямована на подолання основного бар'єра дистанційного навчання — дефіциту тактильності та безпосереднього емоційного контакту. Для цього розроблена та впроваджена система кейсів, що базуються на методах арттерапії та активному залученні батьків.

Усвідомлюючи, що ресурсний стан дитини безпосередньо залежить від емоційної стабільності дорослих, які її оточують, заклад трансформував підходи до взаємодії з родинами вихованців. Робота з батьками перестала бути лише інформативною і перетворилася на систему взаємної підтримки та психологічного партнерства. Досвід участі у ретриті «Позитивне батьківство» (квітень 2024 р.) дозволив нам змінити формат батьківських зборів на формат дистанційних підтримувальних зустрічей.



Участь у ретриті

Ключові напрями програми:

1. навчальні інтенсиви «Батьківський кейс»: батькам надаються готові алгоритми дій у складних ситуаціях. Це дає відчуття контролю над ситуацією та знижує загальносімейний рівень напруги.



Груповий онлайн-ретрит

2. Групові онлайн-ретрити: щомісячні зустрічі в Google Meet, де використовуються арттерапевтичні вправи для дорослих (нейрографіка, метафоричні карти). Це дозволяє батькам «видихнути», поділитися своїми переживаннями у безпечному колі та отримати підтримку фахівців нашого закладу (Додаток 3).

Аналіз результатів анкетування (Додаток 4) також підтвердив високу терапевтичну цінність пропонуванних технік: 75% дітей після занять часто та з гордістю демонструють свої роботи (малюнки, вироби), що свідчить про глибоку емоційну залученість та відчуття успіху. Оцінка методичного кейса батьками показала, що 75% родин повністю задоволені обсягом та своєчасністю наданих матеріалів для підготовки до занять. Найбільш ефективною формою взаємодії, на думку 100% респондентів, залишаються живі зустрічі в Google Meet, що підкреслює пріоритетність синхронного формату для збереження соціальних зв'язків та емоційної стабілізації вихованців.

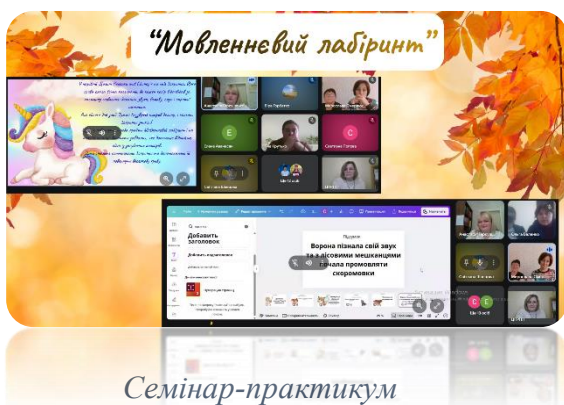
Розділ IV. Інноваційний розвиток

Ефективність впровадженої моделі «Емоційної стійкості та ментального благополуччя» підтверджується не лише внутрішнім моніторингом закладу, а й широкою апробацією на різних рівнях професійної спільноти. Трансляція досвіду стала для колективу потужним інструментом фахового зростання та дієвим засобом підтримки педагогів Харківщини. Важливим етапом цього процесу стала участь у Фестивалі «добрих практик» освітян Харківщини «Майстри педагогічної справи презентують» — 2025 (<https://docs.google.com/document/d/1togSXAeulX9cafXKcOoEfoCESU-Tx5P/edit?usp=sharing&ouid=112946734962060804628&rtpof=true&sd=true>) за результатами якого Гаркушенко Анастасія була нагороджена Дипломом III ступеня. Це визнання підтвердило актуальність обраного нами напряму та стало стимулом для подальшого наукового пошуку.

Розвиваючи цю стратегію, у травні 2025 року було представлено результати роботи на V Міжнародній науково-практичній конференції «Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення» (13.05.2025). Висвітлення теми «Психологічні особливості професійного розвитку» дозволило акцентувати увагу наукової спільноти на важливості самодопомоги педагога як фундаменту для якісної роботи з дітьми в кризових умовах (https://docs.google.com/document/d/1Q1ItaJ696535MY-LPJxmCJ6b_R7x4XQ/edit?usp=sharing&ouid=104901216902462981126&rtpof=true&sd=true). Публікація тез у науковому збірнику зафіксувала підхід як науково обґрунтовану модель, що поєднує турботу про ресурсність вихователя з інтересами вихованця.

Логічним продовженням цієї діяльності стала подальша спільна участь колективу у Фестивалі «добрих практик» освітян Харківщини «Майстри педагогічної справи презентують» із темою «Створення безпечного та підтримувального середовища для дошкільників: досвід взаємодії вихователя і психолога». Презентовані матеріали розкрили механізми командної роботи фахівців закладу (Додаток 5).

Вихід на міжнародну арену став закономірним результатом системної роботи. У березні 2026 року матеріали нашого досвіду були презентовані на PARIS SCIENCE AND EDUCATION FORUM (Франція). У межах доповіді «Психолого-педагогічний супровід дитини дошкільного віку в умовах сучасних викликів» було продемонстровано, як українське дошкілля адаптується до умов війни (Додаток 6). Публікація тез у закордонному електронному збірнику конференції дозволила залучити досвід до міжнародного контексту,



підтвердивши, що методики відповідають глобальним тенденціям гуманізації освіти. Паралельно з науковими форумами активно розвивається методичний напрям на місцевому рівні. У листопаді 2025 року було проведено територіальний семінар-практикум «Мовлення в долонях вихователя: логопедія у грі та спілкуванні»

(<https://www.facebook.com/share/p/18TWpZ29gY/>), де артикуляційні вправи позиціювалися як природні техніки заземлення.

Продовженням цієї ініціативи став семінар-практикум для вихователів ЗДО громади на тему «Розвиток психоемоційної компетентності вихователя: арттерапевтичні методи психологічної підтримки дітей» (<https://www.facebook.com/share/p/1DQkYwvZqA/>), проведений в офлайн-форматі.

Під час практичного блоку цього заходу педагоги мали можливість апробувати ряд технік, які легко інтегруються в освітній процес: «Емоції на фользі», «Танцюємо емоції», «Долоньки підтримки» та «Мандаринка». Окрему увагу було приділено арттерапії як ефективному інструменту зниження тривожності та формування навичок саморегуляції. Учасники семінару отримали не лише готові інструменти для роботи з дітьми, а й ресурси для зміцнення власного ментального здоров'я.



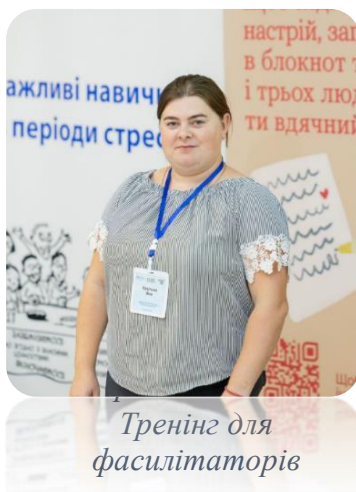
Апробація арттерапевтичних технік

Окремим вектором розвитку професійного потенціалу є безперервне підвищення кваліфікації колективу в КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти». Участь педагогів у різнопланових курсах, тренінгах та воркшопах на базі академії забезпечує постійне оновлення знань, при цьому особливий фокус спрямовано на модулі з психологічної підтримки учасників освітнього процесу. Значна кількість академічних годин, присвячена питанням ментального здоров'я та емоційної стійкості, дозволяє фахівцям закладу інтегрувати найсучасніші науково-методичні підходи у щоденну взаємодію з вихованцями.

Цифрова прозорість та доступність досвіду забезпечується через систему відкритих ресурсів. Нами сформовано базу корисних посилань (Додаток 7), що включає відеозаписи територіальних семінарів-практикумів, інструкції з реєстрації на платформах та методичні рекомендації для батьків щодо розвитку

самостійності дітей. Такий підхід дозволяє колегам-освітянам та родинам вихованців мати цілодобовий доступ до перевірених технік психологічної підтримки та діагностичного інструментарію.

Завершальною ланкою, що забезпечує сталість нашої моделі, є безперервне навчання самої команди.



У вересні 2025 року практичний психолог закладу пройшла тренінг для фасилітаторів за програмою «Важливі навички в період стресу» (м. Київ). Опановані техніки стресостійкості були впроваджені всередині колективу через інтенсиви щодо подолання емоційного вигорання. Реалізація принципу «спочатку маску на себе» дозволила нам зберегти професійну стабільність вихователів, що є обов'язковою умовою для успішної підтримки вихованців та подальшої популяризації нашого досвіду в освітньому просторі.

Успішна презентація досвіду на міжнародних конференціях та перемоги у професійних конкурсах підтвердили наукову обґрунтованість нашої моделі. Завдяки принципу «від ресурсу педагога до стійкості дитини» та активному проведенню практичних семінарів, заклад став осередком поширення інноваційних методів психологічної підтримки, адаптованих до викликів воєнного стану.

Результативність впровадженої моделі підтверджена успішною апробацією на різних рівнях. Отримання Диплома III ступеня на фестивалі «Майстри педагогічної справи» (2025) та презентація досвіду на міжнародних конференціях (2025–2026 рр.) засвідчили наукову обґрунтованість підходів. Поєднання професійних нагород із практичною трансляцією методик «заземлення» та арттерапії дозволило закладу створити дієву систему психологічної підтримки, адаптовану до вимог сьогодення.

ВИСНОВКИ

У сучасних умовах соціальної нестабільності, воєнних викликів та трансформації освітнього середовища особливої актуальності набуває проблема забезпечення психоемоційної безпеки дітей та підтримки стабільності освітнього процесу. Саме тому важливим завданням сучасної дошкільної освіти є формування стійкого освітнього середовища, здатного забезпечити гармонійний розвиток дитини, підтримку її емоційного благополуччя та збереження мотивації до пізнання.

Представлений педагогічний досвід ґрунтується на авторській концепції стабілізації освітнього процесу через інтеграцію психолого-педагогічних інструментів підтримки дитини та створення безпечного емоційного простору у закладі дошкільної освіти. Теоретичним і практичним ядром досвіду виступає авторська модель «Квадрат педагогічної стійкості», яка поєднує чотири взаємопов'язані компоненти стабілізації освітнього середовища: емоційний, педагогічний, соціальний та організаційний.

Реалізація зазначеної моделі забезпечує системне впровадження психолого-педагогічних практик, спрямованих на стабілізацію емоційного стану дітей, підтримку позитивної взаємодії учасників освітнього процесу та створення сприятливого середовища для розвитку особистості дитини. У межах досвіду апробовано комплекс ефективних інструментів стабілізації освітнього процесу, серед яких особливе місце посідають елементи арттерапії, терапевтичного сторітелінгу, дихальні та релаксаційні практики, ігрові методи емоційного розвантаження, а також інтерактивні цифрові інструменти, адаптовані до дистанційного формату навчання.

Практична реалізація досвіду засвідчила, що використання запропонованої моделі сприяє зниженню рівня тривожності дітей, підвищенню їх емоційної стабільності, формуванню довірливої атмосфери у дитячому колективі та активізації партнерської взаємодії між педагогами, психологами та батьками. Важливою складовою реалізації досвіду є інтеграція психолого-педагогічного супроводу у щоденну освітню діяльність, що забезпечує системність та сталість позитивних змін у розвитку дитини.

Наукова новизна представленого досвіду полягає у розробленні та практичному впровадженні моделі «Квадрат педагогічної стійкості», що розглядає стабілізацію освітнього процесу як комплексну систему взаємодії педагогічних, психологічних та соціальних чинників. Запропонована модель дозволяє структурувати психолого-педагогічні інструменти підтримки дитини, інтегрувати їх у освітній процес та адаптувати до різних форматів навчання, зокрема дистанційного.

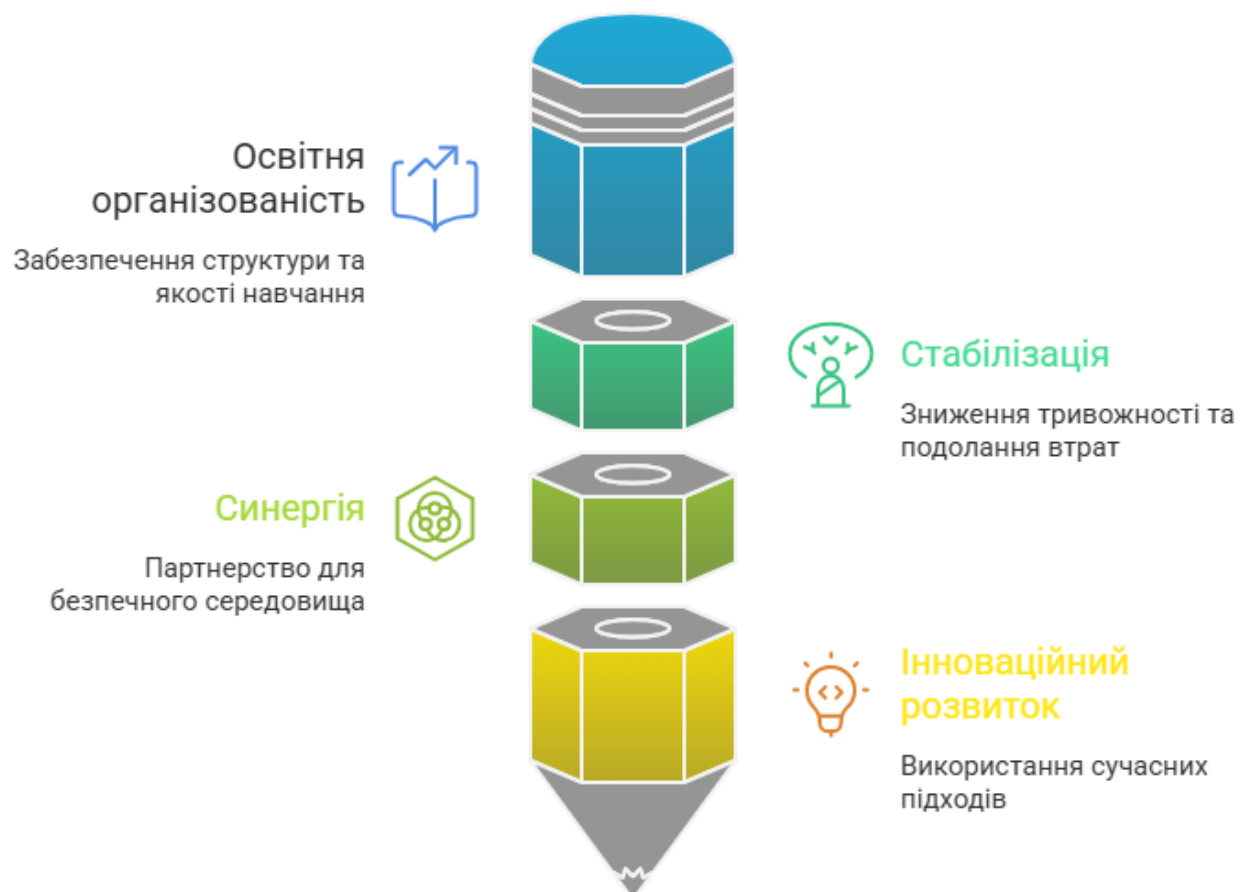
Практична значущість досвіду полягає у можливості його широкого застосування в діяльності закладів дошкільної освіти, а також у використанні запропонованих методичних матеріалів педагогами, психологами та методистами у процесі організації освітньої діяльності. Представлені практики можуть бути ефективно використані як у традиційному освітньому середовищі, так і в умовах дистанційного або змішаного навчання.

Отже, результати впровадження досвіду свідчать про ефективність запропонованої системи психолого-педагогічної підтримки та підтверджують доцільність використання моделі «Квадрат педагогічної стійкості» як інноваційного інструменту стабілізації освітнього процесу в сучасному закладі дошкільної освіти. Подальші перспективи розвитку досвіду пов'язані з удосконаленням методичних підходів до формування стійкого освітнього середовища та розширенням можливостей використання цифрових технологій у психолого-педагогічній підтримці дітей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Про дошкільну освіту: Закон України від 06.06.2024 р. № 3788-IX.
2. Базовий компонент дошкільної освіти (Державний стандарт дошкільної освіти): наказ Міністерства освіти і науки України від 12.01.2021 р. № 33.
3. Бех І. Д. Особистісно орієнтований підхід у вихованні дошкільників. Київ: Либідь, 2018. 331 с.
4. Гавриш Н. В. Розвиток мовлення та мовленнєвого спілкування дошкільників: навчально-методичний посібник. Луганськ: Альма-матер, 2021. 180 с.
5. Кононко О. Л. Психологічні основи гармонізації особистісного розвитку дитини. *Дошкільне виховання*. 2022. № 4. С. 12–18.
6. Крутій К. Л. Цифровий дитячий садок: реалії та перспективи дистанційної освіти в ЗДО. *Інноваційна педагогіка*. 2023. Вип. 45. С. 102–108.
7. Лохвицька Л. В. Соціально-емоційний розвиток дитини: програма та методичні рекомендації. Тернопіль: Мандрівець, 2020. 144 с.
8. Піроженко Т. О. Комунікативно-мовленнєвий розвиток дитини в сучасному освітньому просторі: монографія. Київ: Слово, 2021. 312 с.
9. Ройз С. Хто живе в мені? Практики саморегуляції для дітей та дорослих. Київ: Книголав, 2022. 96 с.
10. Think Equal (Думай на рівних): міжнародна програма соціально-емоційного навчання для закладів дошкільної освіти. URL: <https://thinkequal.org/>
11. Garkushenko A. O., Krutko Y. M. Psychological and pedagogical support of a preschool child in the conditions of modern challenges. *Proceedings of the PARIS SCIENCE AND EDUCATION FORUM* (Paris, March 2–4, 2026). Paris: Scientific Press, 2026. P. 45–49.
12. Крутько Я.М. Психологічні особливості професійного розвитку педагога в кризових умовах. *Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції «Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення»* (13 травня 2025 р.). Київ, 2025. С. 112–115.

Модель «Квадрат педагогічної стійкості»



Зразок опитувальника для педагогічного моніторингу дітей
«Емоційний стан та соціальна адаптація дітей»
<https://forms.gle/sFH7Ft3o69ud92ha7>

Позначте, як часто проявляється кожна ознака:

1 – майже ніколи

2 – іноді

3 – часто

Ознака	1	2	3
дитина проявляє позитивні емоції	☐	☐	☐
дитина активно взаємодіє з однолітками	☐	☐	☐
дитина впевнено бере участь у заняттях	☐	☐	☐
дитина проявляє ініціативу у грі	☐	☐	☐
дитина легко адаптується до нових видів діяльності	☐	☐	☐

Зведена таблиця результатів моніторингу групи
«Емоційний стан та соціальна адаптація дітей»

Рівень сформованості	Кількість дітей	Відсоток (%)
Високий (12–15 балів)	9	45%
Достатній (8–11 балів)	7	35%
Низький (5–7 балів)	4	20%
Разом	20	100%

Висновок за результатами моніторингу

Рівень сформованості	На початку (%)	Після впровадження (%)
Високий	25%	45%
Достатній	40%	35%
Низький	35%	20%

Тренінгове заняття для батьків.

Назва заходу: «Психологічна підтримка дітей під час війни»

Форма проведення – онлайн

Мета – ознайомити батьків із типовими психологічними реакціями дітей на кризові ситуації, допомогти розпізнати сигнали емоційного напруження та потребу в додатковій підтримці, навчити технікам тілесної та емоційної саморегуляції, які допоможуть дітям впоратися зі стресом, ознайомити з дихальними вправами та методами зняття напруги.

Завдання: ознайомити батьків з алгоритмом дій під час надзвичайних ситуацій; опрацювати вправи з подолання емоційного напруження; визначити способи підтримки дітей, які переживають кризові обставини.

Метод роботи – тренінгове заняття.

Тривалість проведення: 45 хвилин

Психологічна підтримка дітей під час війни

Війна — це стрес не тільки для дорослих, які все розуміють, але й для дітей. Відчуття небезпеки, тривоги, переривання звичних рутин, постійні зміни та рух — усе це може злякати дитину, викликати нерозуміння і дискомфорт. Основне, що потрібно пам'ятати — якщо батьки поруч і здорові, вони можуть надати дитині психологічну підтримку.

- Обіймайте, пояснюйте, відволікайте — це основні способи підтримати дитину. Пам'ятайте головне правило: спокійні батьки — спокійні діти.
- Не забувайте піклуватися про себе: сон, їжа та спілкування важливі.
- Якщо ви плачете разом із дитиною, не треба казати, що мамі чи тату щось потрапило в око. Вам потрібно пояснювати свою поведінку відповідно віку дитини. Скажіть: «Мені сумно, я засмучена. Мамі треба зараз трохи посумувати. Якщо хочеш, обійми мене. Якщо ні, іди пограй». Дитині необхідно розуміти, що в мама і тата бувають різні емоції, і це нормально.

5 корисних порад: як допомогти дітям почуватися більш захищеними у надзвичайній ситуації:

- Продовжуйте огортати дитину любов'ю і доглядом.
- Діти молодшого віку відчують захист і батьківську любов через тактильний контакт, коли їх ніжно обіймають, читають разом або допомагають заснути.
- Якомога більше зберігайте щоденну рутину.
- Якщо ваша дитина не слухає, пам'ятайте, що таким чином вона намагається висловити ті почуття, що неспроможна висловити, і спробуйте контролювати своє роздратування.

- Також не забувайте піклуватися про власне фізичне та психічне здоров'я. Ви не можете допомогти своїм дітям, якщо самі почуваетесь погано.

Як батьки можуть підтримати дитину?

1. Складіть із дитиною план дій. Опишіть кілька шляхів до укриття; визначте разом з дитиною послідовність її дій. Говоріть короткими і зрозумілими фразами.

Намалюйте карту укриття, покажіть у ньому потрібні місця, поясніть, що це і де знаходиться, як працює, де вхід і вихід, де ваше місце, де будуть родичі, якщо є (малюйте і пишіть – діти сприймають краще візуально).

2. Спостерігайте за емоційним станом дитини і реагуйте на її потреби. Ставте дитині відкриті запитання, стежте за її емоційною реакцією та рівнем активності. Важливо, щоб дитина говорила, запитувала, показувала свій емоційний стан.

Якщо дитина впала у стан ступору, важливо повернути її до словесної реакції і активності. Поставте три запитання і дочекайтесь відповідей. Це може бути:

- 1). «Тебе звати Наталя, вірно?»
- 2). «Ти зараз стоїш, так?»
- 3). «На тобі червона блуза, так?»

Ви також можете помасажувати дитині кінчики пальців, мочки вух, запропонувати гру або дати завдання щось зробити (принести, подати або ще щось), а також дати води, чаю, поїсти та обійняти.

Реагуйте на потреби дитини, по можливості задовольняйте їх – це поверне дитині відчуття безпеки.

3. Говоріть і показуйте свої емоції. Якщо ваша дитина стурбована або злиться через те, що відбувається навколо неї, слова «не хвилюйся» або «не треба злитись» не заспокоюють дитину.

Скажіть: «Я бачу / я розумію, що ти боїшся / злий». Дитина зрозуміє, що не покинута наодинці зі своїми переживаннями.

Заради підтримки ви не маєте давати обіцянки, які від вас не залежать: «все буде добре», «нічого не станеться», краще скажіть: «що б не сталося, головне, що ми є один в одного».

Якщо діти грають або малюють «війну» - не забороняйте. Емоції треба програти, проволати, озвучити, витягти. Це допоможе дітям впоратися з емоціями і зменшить тривожність і стрес.

4. Обіймайте малюка. Тілесний контакт допоможе дитині зменшити стрес і заспокоїтися. Навчіть дитину заспокоюватися за допомогою однієї з вправ:

– «Обійми метелика» – дитина обіймає плечі обома руками і може поплескати себе по плечах.

– «Кокон» – правою рукою дитина обіймає ліве плече, а лівою рукою – живіт.

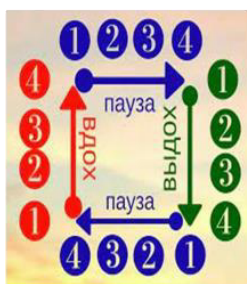
Важливо стежити за тим, як дитина дихає і чи не затримує дихання. Допомогти вийти зі ступору та зменшити стрес – це відновити стабільне дихання. Можна спробувати таку вправу: вдих через ніс і повільний видих через рот, можна зі звуками «А», «О», кілька разів вдихнути животом. Відновлення стабільного дихання та фізичної активності допоможуть зменшити вплив того, що відбувається, та стресу на тіло.

5. Дотримуйтесь розпорядку, наскільки це можливо. У часи невизначеності важливо відтворити послідовність подій протягом дня – це дасть відчуття контролю над власним життям. Описуйте день із ранку до вечора, згинаючи пальці, промовляючи і відтворюючи послідовність подій протягом дня.

6. Піклуйтесь про себе. Ви краще допоможете своїй дитині, якщо будете піклуватися про себе. Дитина бачить, як ви реагуєте на новини, і копіює вашу поведінку. Тому важливо, щоб дитина розуміла, що ви спокійні і маєте план дій. Якщо ви стурбовані або засмучені, приділіть час собі; якщо можливо, поговоріть з друзями та родиною. Важливо чути голос інших – це дасть відчуття зв'язку з іншими і зі світом.

Одним із способів своєчасного подолання емоційного напруження є переключення уваги дітей. Дуже добре тут працює психогімнастика і такі вправи як «Свічка та квітка», «Дихання по квадрату».

Дихальна гімнастика



В умовах військових дій тіло працює на максимальній потужності. У дітей можна спостерігати сильні коливання настрою від тривоги, злості, приливу оптимізму до повного спустошення і виснаження. Важливо усвідомити, що це абсолютно закономірні стани, які з часом змінюють один одного. З кожним із них можна і треба працювати. Саме в таких випадках можуть допомогти психологічні хвилинки та арт-терапевтичні вправи такі як «Парасолька», «Пейзаж сили».

Вправа «Парасолька»

Мета: стабілізувати психоемоційний стан дитини і знизити тривожність. Для роботи підійдуть олівці, фломастери чи гуаш та аркуш паперу. Інструкція. Робота проходить у 4 етапи.

1 етап. Попросіть дітей зверху або в центрі аркуша зобразити парасольку таку, яка могла б захистити від будь-яких зовнішніх негараздів. Нехай діти розфарбують її так, як їм найбільш подобається.

2 етап. Попросіть дітей зобразити фігурку хлопчика або дівчинки (проекцію себе) під парасолькою так, аби фігурка відчувала себе максимально захищеною від впливу навколишнього світу.

3 етап. Нехай діти промалюють кордони захисту парасольки. Тобто виділять той простір, який вона буде закривати собою від зовнішніх негараздів (буває, що діти не хочуть промальовувати ці кордони, і це швидше за все свідчить про їхню довіру до світу. Дітки, які прожили травмуючий досвід зазвичай себе оточують такими кордонами, як додатковим захистом).

4 етап. Попросіть дітей уявити, що крім того, що парасолька захищає, вона ще й має чарівну особливість: коли відкривається, з нею висипаються різні-різні радості і задоволення, які роблять людину під парасолею радіснішою і щасливішою. Нехай дитина промалює в захисному просторі парасольки всі радості, які спадають їй на думку.

Важливо по завершенню техніки проговорити дітям, що ось ці радощі, які вони промалювали, і є тими маленькими рятівними речами, які безпосередньо їм допомагають позбутися від суму, страху і поганого настрою. Варто просто в такі моменти підійти до своєї парасольки і скористатись однією із зазначених нею підказок.

Техніка «Крила метелика»

Мета: зниження рівня тривоги, стабілізація емоційного стану дитини. **Інструкція.** Покладіть долоні під ключиці навхрест. Пальцями правої руки тричі легенько постукайте під лівою ключицею. Потім зробіть це пальцями лівої руки під правою ключицею. Простукуйте ключиці лівою і правою рукою по черзі протягом 3-4 хвилин, поки не відчуєте полегшення. Під кінець вправи зробіть три глибоких вдихи й видихи.

Висновки

Психологічна підтримка дітей під час війни є критично важливою для їхнього емоційного благополуччя та адаптації до складних умов. Дослідження показують, що діти, які отримують своєчасну психологічну допомогу, краще справляються зі стресом, зберігають соціальні навички та мають вищий рівень емоційної стійкості.

Основні аспекти підтримки включають:

• **Психосоціальну допомогу** – створення безпечного середовища для вираження емоцій та переживань.

• **Розвиток навичок саморегуляції** – використання дихальних технік, тілесних практик та арт-терапії.

• **Підтримку сімей** – залучення батьків до процесу стабілізації емоційного стану дітей.

Перелік використаних джерел

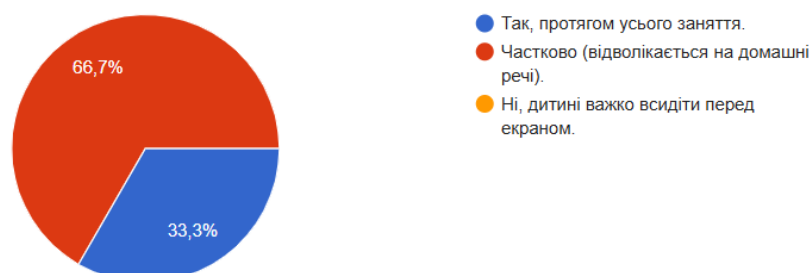
1. UNICEF. «Підтримка батьків та дітей під час війни».
2. Нова українська школа. «Психологічна допомога дітям під час війни».
3. Міністерство культури та інформаційної політики України. «Психологічна підтримка дітей під час воєнного стану».

**Анкета для батьків «Комфорт дитини
під час онлайн-навчання в ЗДО»
(в опитуванні брали участь 12 респондентів)**

1. Чи охоче дитина доєднується до онлайн-занять?



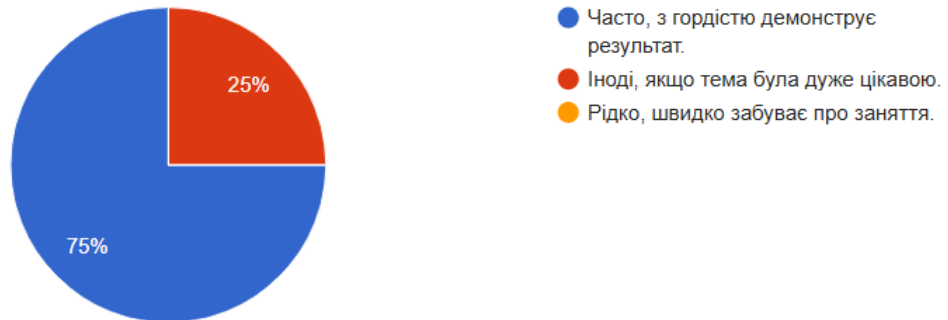
2. Чи вдається дитині зосередити увагу під час дистанційного заняття?



3. Чи відчуває дитина себе «почутою» вихователем через екран (чи реагує педагог на її слова/дії)?



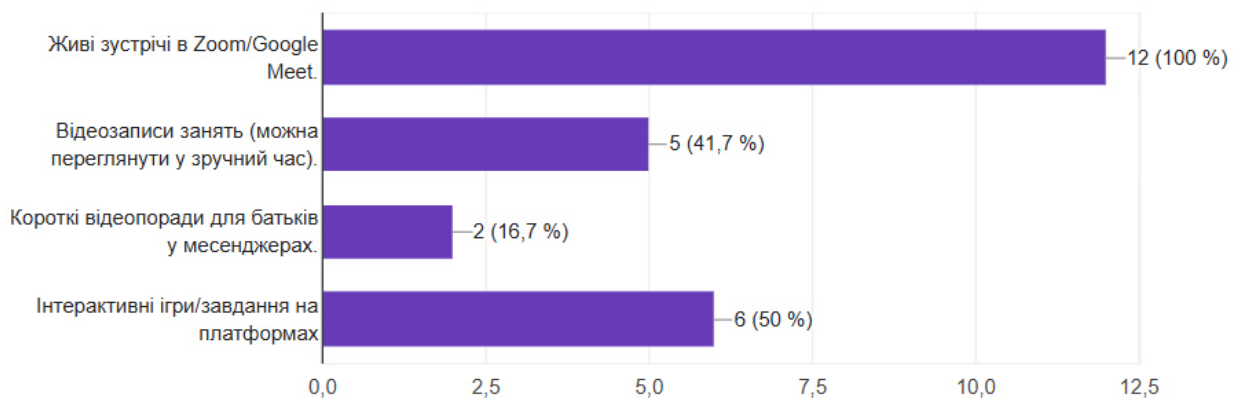
4. Чи ділиться дитина враженнями або результатами роботи (малюнками, виробами) після ефіру?



5. Чи достатньо вам матеріалів від педагогів для підготовки до занять (анонси, перелік матеріалів)?



6. Які форми онлайн-взаємодії є для вас найзручнішими? (Оберіть декілька варіантів)



Створення безпечного та підтримувального середовища для дошкільників: досвід взаємодії вихователя і психолога

*Гаркушенко Анастасія Олександрівна,
вихователь Леб'язького закладу дошкільної
освіти (ясел-садка) «Сонечко»
Зачепилівської селищної ради Берестинського
району Харківської області*
*Крутько Яна Миколаївна, практичний
психолог Леб'язького закладу дошкільної
освіти (ясел-садка) «Сонечко»
Зачепилівської селищної ради Берестинського
району Харківської області*

Сучасні умови розвитку українського суспільства, пов'язані з воєнними подіями, соціальною нестабільністю та інформаційним перевантаженням, суттєво впливають на психоемоційний стан дітей дошкільного віку. Діти все частіше демонструють підвищений рівень тривожності, страхів, емоційної нестійкості та труднощі у спілкуванні. Стресогенні впливи, порушення емоційної стабільності, вимушене переміщення, соціальна ізоляція, зміна звичного способу життя – усі ці чинники знижують рівень базової безпеки дошкільника й ускладнюють його повноцінний розвиток. [1; с.60]

Мета досвіду — створення безпечного, підтримувального та розвивального освітнього середовища в закладі дошкільної освіти шляхом інтеграції зусиль вихователя і практичного психолога для збереження психічного здоров'я, зміцнення життєстійкості та забезпечення гармонійного розвитку вихованців в умовах воєнного стану.

Основні завдання:

- впровадити комплекс інноваційних корекційно-розвиткових методик у повсякденну діяльність;
- забезпечити системний психолого-педагогічний супровід дитини через партнерську взаємодію фахівців;
- підвищити психолого-педагогічну компетентність батьків та сформувати єдиний освітній простір «заклад — родина»;
- апробувати та поширити ефективні освітні практики у професійній спільноті.

Представлений досвід базується на принципах особистісно орієнтованого підходу, дитиноцентризму, педагогіки партнерства та компетентнісної освіти. Важливою умовою є врахування вікових та індивідуальних особливостей дітей, їхнього емоційного стану та життєвого досвіду.

У нормативно-правових актах, що регламентують систему освіти, питання створення безпечного та розвивального середовища визначається як пріоритетний напрямок. Зокрема, Закони України «Про освіту» (2017 р.) та «Про дошкільну освіту» (2024 р.) підкреслюють необхідність забезпечення психологічного комфорту, врахування індивідуальних особливостей дитини, а також створення умов, які сприяють розвиткові її потенціалу [2; 3]. У Професійному стандарті «Вихователь закладу дошкільної освіти» (2021 р.) чітко закріплена відповідальність педагога за участь у формуванні, підтримці та розвитку здорового, безпечного й розвивального освітнього простору [4].

Ключовим компонентом є тісна співпраця вихователя і практичного психолога, яка реалізується через спільне планування освітньої діяльності, проведення інтегрованих занять.

У роботі з дітьми використовується комплекс інтегрованих методик, які взаємодоповнюють одна одну та забезпечують всебічний розвиток особистості. Найбільш ефективними методами ми вважаємо: казкотерапію, лялькотерапію, пісочну терапію та музикотерапію, які допомагають дітям безпечно виражати емоції, знижувати рівень тривожності та формувати позитивні моделі поведінки. Розвиток мовлення та комунікації здійснюється через вправи на мовленнєве дихання, розвиток зв'язного мовлення та діалогічного спілкування. Розвиток дрібної моторики забезпечується пальчиковими іграми, графомоторними вправами, ліпленням та маніпуляціями з дрібними предметами, що сприяє активізації мовленнєвих центрів мозку. Нейропсихологічні вправи (перехресні рухи, вправи на координацію та синхронізацію роботи півкуль мозку) сприяють розвитку уваги, пам'яті та навичок саморегуляції.

<https://drive.google.com/file/d/1084IGlcEBerDtBIH6kQGvdXT3em6lDHm/view?usp=sharing>

Усі зазначені методики інтегруються у повсякденну діяльність дітей та створюють цілісне підтримувальне середовище.

Окремим напрямом роботи є взаємодія з батьками вихованців. Проведено тренінгове заняття «Психологічна підтримка дітей під час війни», під час якого розглянуто особливості емоційних реакцій дітей на стресові події, надано рекомендації щодо підтримки дитини вдома, створення безпечної атмосфери та формування навичок емоційної саморегуляції.

<https://www.facebook.com/share/p/17ufAKYasD/>

У закладі систематично здійснюється консультативна робота з батьками, спрямована на підвищення їхньої психолого-педагогічної компетентності та формування ефективних стратегій взаємодії з дітьми в умовах сьогодення. Консультації проводяться в індивідуальній та груповій формах, у форматі бесід, рекомендацій, інформаційних пам'яток та онлайн-зустрічей.

<https://www.facebook.com/share/p/1DTdfusZY9/>

<https://www.facebook.com/share/p/1NDcXM7ahK/>

Реалізація запропонованої системи сприяє збереженню психічного здоров'я дітей, розвитку їх життєстійкості та забезпеченню гармонійного розвитку особистості навіть в умовах воєнних викликів.

Системна консультативна робота з батьками сприяє формуванню єдиного освітнього простору «заклад — родина», підвищує рівень довіри між учасниками освітнього процесу та забезпечує більш ефективну підтримку дитини в умовах сучасних викликів.

Важливим етапом популяризації напрацювань став обмін досвідом на рівні територіальної громади. Він відбувся у два етапи: у листопаді 2025 року вихователь провів дистанційний захід через Google Meet, залучивши широку аудиторію

колеґ.

<https://drive.google.com/file/d/1Qyw0Y2lM5252AzeLEMkVGA9aKBtpjDij/view?usp=sharing>

А в лютому 2026 року практичний психолог організував очний семінар-практикум для відпрацювання технік психологічної підтримки дошкільників.

<https://drive.google.com/file/d/1qHIPsMdrmPPyAGIvoBdjF5TzGYSoKRAx/view?usp=sharing>

Досвід роботи апробовано через участь у міжнародних науково-практичних конференціях та публікацію тез, у яких представлено систему психолого-педагогічного супроводу дошкільників і результати її впровадження.

https://docs.google.com/document/d/1og0_Z04_nOGR4J50ZYqs8g27SbRFcKtS/edit?usp=sharing&oid=104901216902462981126&rtpof=true&sd=true

https://docs.google.com/document/d/1Q1ItaJ696535MY-LPJxmCJ6b_R7x4XQ/edit?usp=sharing&oid=111629554492661098332&rtpof=true&sd=true

З метою популяризації досвіду роботи та забезпечення відкритості освітнього процесу ми активно висвітлюємо свою діяльність на професійних сторінках платформи Всеосвіта. На ресурсі систематично публікуються авторські методичні розробки, відеоматеріали, презентації та практичні напрацювання, що відображають упровадження сучасних підходів у дошкільній освіті, використання інноваційних технологій, арттерапевтичних і корекційно-

розвиткових методик. Така діяльність сприяє професійному обміну досвідом, поширенню ефективних практик та підвищенню якості освітнього процесу.

<https://vseosvita.ua/user/id433473/library>

<https://vseosvita.ua/user/id563984/library>

Таким чином, досвід створення безпечного та підтримувального освітнього середовища через взаємодію вихователя і практичного психолога доводить ефективність комплексного психолого-педагогічного супроводу дітей дошкільного віку.

Реалізація запропонованої системи сприяє збереженню психічного здоров'я дітей, розвитку їх життєстійкості та забезпеченню гармонійного розвитку особистості навіть в умовах воєнних викликів.

Список використаних джерел:

1. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2025. Випуск 25. С.60-66

2. Закон України «Про дошкільну освіту». URL:
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3788-20#Text>

3. Закон України «Про освіту». URL:
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>

4. Професійний стандарт «Вихователь закладу дошкільної освіти». URL: file:///Users/dreamstore/Downloads/6616923634125654141836.pdf

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

Анотація. У статті висвітлено досвід організації психолого-педагогічного супроводу дітей дошкільного віку в умовах сучасних соціальних викликів. Розкрито систему взаємодії вихователя та практичного психолога, описано напрями роботи, методи та форми діяльності, що сприяють емоційному благополуччю, розвитку комунікативних навичок і формуванню життєстійкості дітей. Представлено результати впровадження системи супроводу.

Ключові слова: психолого-педагогічний супровід, дошкільна освіта, емоційний розвиток, індивідуалізація, арттерапія, безпечне середовище.

Сучасні умови розвитку суспільства суттєво впливають на психоемоційний стан дітей дошкільного віку. Воєнний стан, соціальна нестабільність, інформаційне перевантаження спричиняють зростання тривожності та емоційної нестійкості дітей. Педагогічні впливи забезпечують цілісність особистості, яка проявляється в розвинених емоціях, зростаючій свідомості, керованій поведінці. [1, с. 5]. Саме тому психолого-педагогічний супровід є важливою умовою гармонійного розвитку особистості. Метою нашого досвіду є створення цілісної системи психолого-педагогічного супроводу дошкільників шляхом інтеграції діяльності вихователя та практичного психолога.

Взаємини педагога і вихованців — це один з важливіших факторів, що впливає на ефективність виховного процесу. Цілком очевидно, що без знання закономірностей, що визначають формування, становлення, зміну цих взаємин, успішне керування виховним процесом стає по суті справи неможливим, а педагогічна праця багато в чому втрачає свою продуктивність, різко знижується здатність педагога позитивно впливати на особистість дитини [2, с. 132].

Організація супроводу базується на компетентнісному та особистісно орієнтованому підходах, принципах дитиноцентризму і педагогіки партнерства.

У роботі враховуються вікові та індивідуальні особливості розвитку дитини, її життєвий досвід та емоційний стан. Система супроводу включає діагностичний, корекційно-розвитковий, профілактичний та консультативний напрями. Діагностичний напрям передбачає педагогічні спостереження та психологічне обстеження дітей. Корекційно-розвитковий напрям реалізується через індивідуальні та групові заняття, ігрові та арттерапевтичні методики [3, с. 78]. Профілактичний напрям спрямований на формування навичок саморегуляції, використання релаксаційних вправ і психологічних хвилинок. Консультативна робота забезпечує підтримку батьків і педагогів. Взаємодія вихователя і практичного психолога здійснюється через спільне планування діяльності, інтегровані заняття та педагогічні консиліуми. Така співпраця забезпечує системність і цілісність супроводу. Результати впровадження системи засвідчили зниження рівня тривожності, покращення комунікативних навичок та підвищення пізнавальної активності дітей [4, с. 101].

Практична реалізація психолого-педагогічного супроводу в закладі дошкільної освіти передбачає комплексне поєднання арттерапевтичних, мовленнєвих та нейропсихологічних методик, що взаємодоповнюють одна одну та забезпечують гармонійний розвиток особистості дитини.

У роботі з дітьми використовуються казкотерапія, лялькотерапія, музикотерапія, пісочна арттерапія, вправи на розвиток мовленнєвого дихання, дрібної моторики та нейропсихологічні вправи. Зазначені методи не функціонують ізольовано, а інтегруються у структуру занять та повсякденну діяльність, формуючи цілісне розвивальне середовище.

Казкотерапія сприяє усвідомленню емоційних станів, формуванню конструктивних моделей поведінки та розвитку мовленнєвої активності через обговорення сюжетів і персонажів. Лялькотерапія створює безпечний простір для вираження переживань, водночас стимулюючи діалогічне мовлення та розвиток комунікативних умінь (Рис.1. Лялькотерапія). Музикотерапія поєднує емоційне розвантаження з розвитком ритмічності, слухової уваги та координації рухів, що позитивно впливає на мовленнєву та когнітивну діяльність.



Рис.1. Лялькотерапія

Пісочна арттерапія забезпечує сенсорну інтеграцію та сприяє невербальному самовираженню дитини, а вербалізація створених образів активізує словниковий запас і зв'язне мовлення. Вправи на розвиток мовленнєвого дихання формують правильний мовний видих, чіткість вимови та голосову координацію, що підсилює ефективність комунікативної взаємодії.

Розвиток дрібної моторики через пальчикові ігри, графомоторні вправи, ліплення та маніпуляції з дрібними предметами активізує мовленнєві центри мозку та сприяє вдосконаленню когнітивних процесів. Нейропсихологічні вправи, зокрема перехресні рухи та завдання на синхронізацію роботи обох півкуль, підвищують концентрацію уваги, покращують пам'ять і формують навички саморегуляції (Рис.2. Нейровправи).



Рис.2. Нейровправи

Комплексне використання зазначених технологій забезпечує одночасний вплив на емоційну сферу, мовленнєвий розвиток, пізнавальну активність та поведінкову саморегуляцію дітей. Такий інтегрований підхід підсилює

ефективність психолого-педагогічного супроводу та сприяє створенню безпечного, підтримувального освітнього середовища в умовах сучасних соціальних викликів. Отже, психолого-педагогічний супровід є ефективним засобом підтримки дитини в умовах сучасних викликів та забезпечує її гармонійний розвиток.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Базовий компонент дошкільної освіти. Київ, 2021. С. 5.
2. Бех І. Д. Особистісно орієнтоване виховання. Київ: Либідь, 1998. С. 132.
3. Виготський Л. С. Психологія розвитку дитини. Київ, 1984. С. 78
4. Кононко О. Л. Дитина у сучасному соціопросторі. Київ, 2019. С. 101

Корисні посилання

1. Діагностика агресії у дітей <https://youtu.be/iFobwOKMrI0>
2. Реєстрація на платформі КазкоФан <https://youtu.be/Gl4suvclzeQ>
3. Семінар-практикум для вихователів «Казка як засіб формування національної свідомості дошкільників» <https://youtu.be/P0LFbQYf1QE>
4. Поради для батьків: Як розвивати самостійність у дошкільнят <https://www.facebook.com/share/v/18FJ8PU6FR/>
5. Семінар-практикум для вихователів ЗДО на тему «Розвиток психоемоційної компетентності вихователя: арттерапевтичні методи психологічної підтримки дітей» <https://www.facebook.com/share/p/1aZV6iznjh/>
6. Семінар-практикум для вихователів закладів дошкільної освіти за темою «Мовлення в долонях вихователя: логопедія у грі та спілкуванні» https://youtu.be/dSciH_86Hos?si=WNpkWz18DctAsSLL
7. Знайомство з емоціями. Книга «Клубок кольорових ниток» <https://vseosvita.ua/library/knyha-dlia-doshkilniat-klubok-kolorovykh-nytok-1133954.html>