

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи
Кафедра спеціальної та інклюзивної освіти

Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

з теми: Розвиток емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального
розвитку

Виконала: здобувач вищої освіти
2 курсу, групи SoO1-M24z
спеціальності 016 Спеціальна освіта
спеціалізації 016.02 Корекційна
психопедагогіка
Анатолій МИЛОКОСТЕНКО

Керівник:
Наталія ДІДИК, кандидат психологічних
наук, доцент

Керівник:
Оксана ЛОГВИНА, кандидат психологічних
наук, доцент

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧНІВ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ.....	6
1.1. Особливості емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку.....	6
1.2. Методи і форми розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями.....	14
Висновки до розділу 1.....	24
РОЗДІЛ 2 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧНІВ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ.....	26
2.1. Методика вивчення емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку	26
2.2. Результати діагностики емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку.....	32
2.3. Програма розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями та її результати.....	37
Висновки до розділу 2.....	45
ВИСНОВКИ.....	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	50
ДОДАТКИ.....	59

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасна спеціальна освіта України орієнтована на всебічний розвиток особистості дитини з особливими освітніми потребами, у тому числі учнів із порушеннями інтелектуального розвитку. Одним із важливих аспектів цього процесу є розвиток емоційної сфери, яка безпосередньо впливає на формування соціальної компетентності, здатність до саморегуляції, комунікації та адаптації в суспільстві. В умовах інклюзивної освіти формування адекватного емоційного реагування, емпатії та позитивної самооцінки в таких дітей стає важливим завданням педагогів і психологів.

Емоційна сфера особистості є важливим психологічним феноменом, оскільки забезпечує контакт із зовнішнім світом та емоційне відреагування на нього. Емоції дозволяють відображати роль об'єктів дійсності у житті людини у формі переживань та почуттів. Емоції є ставленням людини до оточуючого світу, до явищ дійсності, що виникає у відповідний момент через можливість задоволення певних життєво важливих потреб.

Сьогодні актуальною є проблема вивчення розвитку емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку, оскільки від емоційного розвитку учнів залежить успіх їх соціальної адаптації, інтеграції в суспільство та здійснення відповідної корекційної роботи.

Ю. Дакал довела, що врахування особливостей розвитку емоційної сфери в учнів з порушенням інтелектуального розвитку, зокрема, часті образи, імпульсивність, злість є обов'язковим в освітньому процесу [3, с. 98]. Незрілість емоційної сфери у дитини з порушеннями інтелектуального розвитку виявляється в період навчання в початковій школі, коли у неї змінюється соціальна ситуація у розвитку, змінюється провідний вид діяльності. Тому на молодших школярів з порушенням інтелектуального розвитку повинна звертатися особлива увага.

Питання емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку вивчали: О. Бабяк, Н. Гриньова, Ю. Дакал, І. Лисенкова, Л. Прохоренко,

Т. Федорова, Г. Соколова, Н. Ткачук, А. Черній, С. Яковлева та ін. Разом з тим, це питання у спеціальній педагогіці та психології вивчено ще недостатньо.

Зважаючи на актуальність проблеми та її недостатнє вивчення обрано **тему дослідження** «Розвиток емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку».

Об'єкт дослідження – емоційна сфера учнів з порушеннями інтелектуального розвитку.

Предмет дослідження – форми і методи розвитку емоційної сфери молодших школярів з інтелектуальними порушеннями.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність форм і методів розвитку емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати особливості емоційної сфери учнів із порушеннями інтелектуального розвитку.
2. Описати методи і форми розвитку емоційної сфери учнів із порушеннями інтелектуального розвитку.
3. Провести експериментальне дослідження рівня розвитку емоційної сфери учнів із порушеннями інтелектуального розвитку.
4. Розробити та апробувати програму вдосконалення емоційної сфери учнів із порушеннями інтелектуального розвитку.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, узагальнення, систематизація), емпіричні («Визначення емоційного стану за картинками», тест «Моє обличчя», методика «Дерево почуттів», опитувальник «Як я поведжусь, коли злюся», методика «Дзеркало»), педагогічний експеримент, статистична обробка даних.

Теоретичне значення дослідження: результати теоретичного вивчення проблеми можуть бути застосовані для написання наукових праць з питання розвитку емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку.

Практичне значення дослідження: результати дослідження можуть бути використані в діяльності корекційних педагогів, асистентів учителя, практичних психологів в закладах спеціальної та інклюзивної освіти.

Апробація результатів дослідження: взято участь у двох конференціях (регіональній та з міжнародною участю) і надруковано 1 наукову працю.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота магістра складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (65 найменувань) і додатків. Основний обсяг роботи становить 58 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧНІВ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

1.1. Особливості емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку

Емоційна сфера – це комплексне психічне утворення, яке передбачає почуття, емоції, стани, емоційні властивості і настрої особистості, що регулюють життя людини і мотивують її до дії, надаючи інформацію про ставлення до оточуючого.

Емоційну сферу складають емоції, почуття, прояви, з якими вони пов'язані. Роль емоцій полягає у впливі на пізнавальну діяльність і поведінку учня.

За визначенням О.В. Скрипченка, емоції є психічним відображенням у вигляді безпосереднього переживання людиною життєвих сенсів, явищ і ситуацій, які обумовлені їх ставленням до об'єктивних характеристик людини [55].

Емоційна сфера є сукупністю емоційних переживань, емоційних станів, процесу їх виникнення, вираження, саморегуляції та усвідомлення. Як зауважує Ю. Шевченко, емоційна сфера – це невід'ємний компонент психічного та особистісного розвитку людини, що є основою для розвитку інших пізнавальних процесів (когнітивних, мотиваційних, вольових) і соціалізації [51].

Емоції мають такі функції: інформаційно-оцінна (реакція на значимі події), регуляційна (вплив на мотивацію і поведінку), комунікативна (вербалізація внутрішнього стану, вплив на стосунки з оточуючими), стимулююча (сприяють навчальній діяльності) [43].

В учнів з порушеннями інтелектуального розвитку функції емоцій є порушеними: емоційна реакція є надмірною або недостатньо диференційованою, невербальною, що негативно впливає на освітній процес. Дослідження Н.В. Гриньової і А.Л. Черній довели, що у молодших школярів з порушеннями

інтелектуального розвитку присутній підвищений рівень тривожності, низький емоційний тонус, проблеми в ідентифікації своїх емоцій.

У спеціальній педагогіці емоційна сфера є важливим компонентом психолого-педагогічного супроводу учнів з особливими освітніми потребами, оскільки її недорозвиток негативно впливає на здібність вчитися, адаптуватися і соціально взаємодіяти.

Існує тісний взаємозв'язок емоційної сфери із мовленнєвими, пізнавальними та соціальними процесами, оскільки емоційна сфера не ізольована, вона пов'язана з іншими сферами особистості. В учнів з порушеннями інтелектуального розвитку вона тісно переплетена з когнітивними процесами, мовленням і соціальними вміннями. Емоційний недорозвиток знижує здібність в учнів до навчання, тому що емоції мають вплив на навчальну мотивацію, пам'ять, увагу. Порушення мовлення в учнів з порушеннями інтелектуального розвитку часто порушують вербалізацію емоцій, що призводить до труднощів в емоційній сфері. На соціальну адаптацію в учнів впливає здатність взаємодіяти та усвідомлювати емоції оточуючих, вступати з ними у позитивно емоційні зв'язки, будувати оптимальні відносини. У цих показниках учні з порушеннями інтелектуального розвитку мають значні труднощі через особливості психофізичних порушень. В інклюзивній освіті недорозвиток емоційної сфери є перешкодою для якісної соціальної інтеграції учня з особливими освітніми потребами в клас, перешкоджає дружнім взаєминам та руповій роботі.

Емоційна сфера – це основна складова психічного розвитку учня, яка визначає його ставлення до оточуючого світу, до себе і інших. За словами Г.Соколової, І.П. Лисенкової, в учнів з порушеннями інтелектуального розвитку емоційна сфера характеризується низкою особливостей, обумовлених органічними ураженнями центральної нервової системи і вторинними соціально-психологічними чинниками [52].

Ю. Дакал зауважила, що емоційна сфера дітей молодшого шкільного віку з порушенням інтелектуального розвитку розвивається з відхиленням від норми.

емоції характеризуються незрілістю і недорозвитком. Їх емоції є поверхневими, нестійкими, схильними до різких та швидких змін, непропорційні та неадекватні, впливам оточуючого світу за своєю динамікою. Тому в інклюзивній і спеціальній освіті варто враховувати особливості розвитку емоційної сфери учнів з порушенням інтелектуального розвитку [7, с. 100].

Дослідження С. Д. Яковлевої та Т. М. Федорової пов'язане з вивченням емоційної сфери молодших школярів з інтелектуальними порушеннями, порівнюючи специфіку її формування учнями з нормативним розвитком. Вони зазначили, що учні з інтелектуальними порушеннями часто виявляють труднощі у розумінні емоцій, саморегуляції і вираженні почуттів, що може бути пов'язано з особливостями розвитку вищих психічних функцій [61].

Як зазначає І.Ю. Ужченко, учні з інтелектуальними порушеннями не контролюють свої емоційні стани [59]. Слабкість саморегуляції емоцій передбачає, що учні нічим не виправляють власних переживань відповідно ситуацій, не знаходять задоволення у будь-якій своїй потребі в іншій дії, що замінює початково задумане.

О. Бабяк вивчала особливості розвитку емоційного інтелекту в учнів з інтелектуальними порушеннями [1]. І. Лисенкова у своєму дисертаційному дослідженні «Детермінанти емоційного розвитку дітей з когнітивними порушеннями» довела, що для дітей з когнітивними порушеннями мисленнєвої групи особливості емоційного розвитку виявляються у низькій здатності до емоційної вербалізації, домінуванні модальності негативних емоційних станів, уповільненим формуванням стійких емоційних установок, низькій тривкості простих когнітивно-емоційних комплексів та складних когнітивно-емоційних комплексів [4, с. 346-347].

Н. Гриньова та А. Черній довели, що емоційна сфера дітей з інтелектуальними порушеннями є слабодиференційованою, незрілою і ригідною. Це гальмує пізнавальну діяльність, тому що негативні емоційні стани (страх, тривога), зменшують здібність до навчання [2]. Н. Ткачук,

С. Яковлева зауважують, що інтелектуальні порушення сильно впливають на емоційний розвиток, і це ускладнює соціальну адаптацію [7].

Варто зауважити, що особливості емоційних проявів залежать від ступеня інтелектуальних порушень учня, особливостей соціалізації і сімейного оточення. Залежно від рівня інтелектуальних порушень міра недорозвитку емоційної сфери змінюється: учні з більш вираженими порушеннями мають меншу ініціативу при вираженні емоцій, вони менше здатні на емоційну саморегуляцію і диференціацію.

Розвиток емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку потребує системної корекційної роботи, тому що в учнів є незрілість емоцій, підвищення імпульсивності і труднощі із розпізнаванням та регулюванням емоцій. Основною метою є навчити учнів адекватно реагувати на ситуації, емоційно приймати свої та чужі емоції, формувати самоконтроль і емпатію, що підвищить їх соціальну адаптацію.

Загальними особливостями емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку є [4; 18; 27]:

1. Незрілість та примітивність. Емоційні реакції є поверхневими, не досить яскравими і недиференційованими.
2. Імпульсивність. Часто в учнів є підвищена чутливість та імпульсивні реакції.
3. Труднощі із саморегуляцією. Учні відчувають труднощі із контролем своїх емоцій і почуттів.
4. Недостатня здатність до диференціації емоцій. Сум та тривога розмежовуються нечітко, що ускладнює адекватні емоційні реакції.
5. Зниження мотивації. Це пов'язано із проблемами в емоційно-вольовій сфері.
6. Негативні переживання. Часто виявляється тривожність, гнів, страх, невпевненість.
7. Низький рівень диференціації емоцій, коли учні часто виявляють лише головні емоції (сум, гнів, радість) без уточнення переживань.

8. Труднощі вербалізувати емоційний стан, учневі важко точно описати, що він відчуває, щоб обґрунтувати причини емоційного стану, труднощі у розпізнаванні власних та чужих емоцій. Наприклад, учні з порушеннями інтелектуального розвитку володіють середнім рівнем розвитку емоційного компонента у структурі емоційного інтелекту: вони здатні розпізнати кілька основних емоцій, проте не можуть точно вербалізувати або аналізувати їх.

9. Здібність до імпульсивності чи емоційної лабільності, коли емоції є непропорційними або неадекватними ситуації.

10. Зниження емоційного тону або пригніченості, яке виявляється у зниженні емоційної активності, у відсутності бажання виявляти свої емоції чи у емоційній пасивності, зниження емоційної виразності.

11. Емоційна незрілість, що проявляється у підвищеній тривожності і агресивності учнів, їх емоційній нестійкості.

12. Труднощі у саморегуляції емоційних станів: недостатній контроль над проявом емоції, труднощі в гальмуванні імпульсивних реакцій, виявляється у низькій здатності до ініціативи, самоконтролю та планування емоційної поведінки.

13. Емоційна депривація. Незадоволена потреба в емоційному спілкуванні, учні володіють обмеженим досвідом позитивних емоцій у зв'язку з низьким рівнем соціалізації або недостатньою стимуляцією.

Отже, особливості емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку є системного характеру, охоплюють різноманітні психічні компоненти від переживання та вираження емоцій до їх розпізнавання, емоційної регуляції і застосування учнями у соціальних ситуаціях, впливаючи на загальний процес особистісного розвитку.

І.Ю. Ужченко основними причинами незрілості емоційної сфери в учнів з неускладненою олігофренією вважає «недостатність інтелекту, ускладнене формування соціальних потреб і несприятливі умови виховання» [59]. Недорозвиток інтелекту, на її думку, призводить до неадекватності емоційної

реакції на ситуації, що недоступні для розумінню учня з порушеннями інтелектуального розвитку; до неспроможності усвідомити учнем свої емоційні стани та здійснювати контроль над ними. Несформованість чи поверховість соціальних потреб, що властиві учням з порушеннями інтелектуального розвитку, ускладнюють прояв емоцій.

Н.М. Гончарук [4], Н.В. Гриньова [5], А.Л. Черній [5] зауважують, що в учнів з порушеннями інтелектуального розвитку емоційні реакції є нестійкими, імпульсивними і недостатньо диференційованими. У молодшому шкільному віці це виявляється в перевазі ситуативних мимовільних емоційних реакцій над довільними емоціями. Емоції в учнів часто полярного характеру від швидкого переходу від радості до суму, від інтересу до байдужості.

В. Погребняк зауважує, що для дітей з інтелектуальними порушеннями властиві труднощі розпізнавання і називання власних емоцій та оточуючих [41]. Це знижує рівень прояву емпатії, ускладнює соціальну взаємодію і навчання.

І.Ю. Ужченко описує, що емоційна сфера учнів з інтелектуальними порушеннями, молодших школярів, є незрілою [58]. Учні мають недостатньо диференційовані, позбавлені відтінків, емоції, вони нагадують малюків, їх переживання є примітивними, полюсними, а відчують лише задоволення чи незадоволення, диференційовані тонкі емоції в них майже не проявляються. Емоції у них поверхові та нестійкі, присутня інертність та реактивність емоційних реакцій виразного егоцентричного характеру. Інколи емоції є неадекватними та непропорційними зовнішнім впливам, деякі учні мають надмірну поверховість переживань серйозних подій у житті, швидкі зміни настрою від одного до іншого, а інші учні (їх більшість) мають надмірну силу і інертність емоцій, які виникають через несуттєві причини.

На думку О.А. Вовченко, проблема ускладнюється, оскільки емоційний самоконтроль в учнів з інтелектуальними порушеннями розвивається повільніше, ніж в учнів з типовим розвитком [9]. Діти здатні до зовнішніх форм вираження емоційного стану (жести, міміка, рухи), проте менше виражають

усвідомлене емоційне переживання, що є підґрунтям у формуванні самоконтролю поведінки.

Взаємозв'язок когнітивного та емоційного розвитку в учнів з інтелектуальними порушеннями двостороннього характеру: недорозвиток інтелекту заважає усвідомленню своїх почуттів, а емоційна незрілість впливає на навчальну мотивацію. За результатами Н.М. Гончарук, емоційна сфера учнів з інтелектуальними порушеннями має знижену саморегуляцію, вузький спектр позитивних емоцій і переважання емоційної реактивності над рефлексивністю [11].

Дослідження Н.В. Гриньової та А.Л. Черній доводять, що учні з інтелектуальними порушеннями мають спотворене усвідомлення соціально прийнятних емоцій, пов'язаних з недостатнім досвідом соціальної взаємодії і проблемами в засвоєнні норм поведінки [12]. С.Д. Яковлева зауважує, що вони здатні на емоційні вибухи, агресивні чи демонстративні реакції в незрозумілих ситуаціях [59].

Дослідження В. Leal, M.Hudson [], О. Vovchenko [60] констатують, що емоційна незрілість – це типова характеристика дітей з інтелектуальними порушеннями. В них присутнє відставання емоційного віку від хронологічного у середньому на 2-4 роки.

Емпатія формується в дітей з інтелектуальними порушеннями із запізненням, що пов'язано зі зниженою можливістю розпізнавання невербальних сигналів і недостатнім соціальним досвідом. Учні часто не розуміють відтінки емоцій, не відрізняють сум від розчарування або страх від здивування.

І.Ю. Ужченко зауважує, що труднощами для учнів з інтелектуальними порушеннями, особливо молодших школярів, є розуміння емоційного стану персонажу, зображеного на картинці [58]. Учні недостатньо співвідносять пантоміміку персонажів з їх внутрішнім станом, що відображається цими рухами. Учні допускають неточності, інколи спотворюють пояснення міміки персонажів, невірно розуміють складні переживання, коли зводять їх до

простіших переживань. Складні соціальні емоції, тонкі почуття є недоступні для прийняття старшокласниками з інтелектуальними порушеннями.

І. Сухіна описує, що емоційна чутливість дітей з інтелектуальними порушеннями є підвищеною (дитина реагує досить яскраво) чи зниженою (дитина виявляє байдужість, навіть до подій, що відіграють емоційне значення) [51].

І.Ю. Ужченко виявом емоційної незрілості учнів з інтелектуальними порушеннями називає значний вплив егоцентричних емоцій на оцінку подій [58]. Найбільше цінує учень тих, хто є їй приємним, або найближчим до неї. Так він оцінює не лише людей, але і події. Найвищу емоційну оцінку учні ставлять тому, кому це приємно.

За словами І.П. Лисенкової, позитивні емоції в учнів з інтелектуальними порушеннями виникають через прості сенсорні приємні відчуття (рух, ігри, їжа, музика) та рідше через соціальні успіхи. І.П. Лисенкова зауважує, що негативні емоції в дітей пов'язані із незрозумілими до них вимогами, проблемами у навчанні чи відчуттям неудачі [42].

Г. Соколова важливою рисою називає зниження рівня емоційної пам'яті учнів з інтелектуальними порушеннями, вони швидко забувають позитивні та негативні переживання, що ускладнює формування стійких моральних установок [51].

В. Кобильченко, І. Омельченко вважають, що емоційна сфера молодших школярів з інтелектуальними порушеннями є незрілою та недорозвиненою, вони здатні до амбівалентних емоцій, без тонких відтінків [39, с. 132]. Емоції дітей є нестійкими та поверховими, різко та швидко змінюються. В учнів присутні інертні емоційні реакції, слабкий самоконтроль емоційних проявів. За словами В. Кобильченко та І. Омельченко, агресивна поведінка підлітків з помірними та легкими інтелектуальними порушеннями представлена підвищеною реактивністю емоційних та поведінкових проявів, що спрямовується на об'єкти агресії. Їх агресивна поведінка є засобом досягнення мети або задоволення потреб [39, с. 137]. При помірних інтелектуальних порушеннях агресивна

поведінка є реактивно стійка, що призводить до стійких, нестабільних емоційних проявів [39, с. 138].

І.Ю. Ужченко описує, що в учнів, які отримали травму головного мозку, хворі на епілепсію, гідроцефалію, шизофренію, спостерігаються дисфорії – епізодичні розлади настрою. Вони виникають незалежно від реальних обставин [58]. Дисфорія – це раптова пригніченість настрою, озлобленість, перед нею часто виникає невмотивований збуджений настрій – ейфорія. Дисфорії в учнів з порушеннями інтелектуального розвитку виявляються так: учень, який був спокійним та доброзичливо до усіх ставився, раптом приходить в клас з пригніченим настроєм та озлоблено реагує на зауваження педагога та жарти однокласників. Через день таке порушення зникає саме по собі. У дисфорії учня краще педагогу не чіпати і не запитувати щодо причин поганого настрою.

Інколи розлади настрою виявляються як невмотивований підвищений настрій – ейфорія. При ейфорії учні є нечутливими до реальності, продовжують веселитися навіть після поганої оцінки. Інколи може спостерігатися апатія – байдужість, втрата інтересу до життя. У деяких загальмованих учнів з інтелектуальними порушеннями апатія стає властивістю особистості. Учні байдужі до життя і людей, не хочуть рухатись, втрачають дитячі інтереси.

Отже, для учнів з інтелектуальними порушеннями властиві такі особливості емоційної сфери: незрілість та примітивність, імпульсивність, труднощі з емоційною саморегуляцією, недостатня здатність до диференціації емоцій, зниження мотивації, негативні переживання, низький рівень диференціації емоцій, труднощі вербалізувати емоційний стан, неадекватність емоцій, зниження емоційного тону або пригніченості, емоційна незрілість, труднощі у саморегуляції емоційних станів, емоційна депривація.

1.2. Методи і форми розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями

Розуміння особливостей емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку відіграє значну роль в організації освітнього процесу.

В. Погребняк [40] та І.П. Лисенкова [33] висловлюють думку, що емоційне благополуччя учнів є умовою їх пізнавального розвитку. Успішне навчання учнів з інтелектуальними порушеннями є можливим тільки при умові створення емоційно комфортного та безпечного освітнього середовища, де педагог підтримує учня, допомагає розпізнавати, вербалізувати та регулювати свої емоції.

Сучасні корекційно-розвивальні програми О. Vovchenko довели, що розвиток емоційного інтелекту в учнів з порушеннями інтелектуального розвитку можливе при умові застосування спеціальних вправ з артпедагогіки, ігрових технологій, психогімнастичних вправ [61].

Н.П. Ткачук висловлює думку, що важливою є рання діагностика емоційних порушень і вчасне надання психолого-педагогічної підтримки, що дають можливість компенсувати порушення та попередити виникнення вторинних порушень (дезадаптивна поведінка, тривожна розлади, соціальна ізоляція) [56].

Розвиток емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями – це один з основних напрямів корекційної роботи, оскільки саме емоції є підґрунтям у формуванні соціальних, комунікативних та пізнавальних навичок. М. Синьов зауважив, що розвиток емоційної сфери – це цілеспрямований педагогічний процес, що спрямований на формування умінь усвідомлювати, виражати та регулювати власні емоції, розуміти емоції оточуючих [54].

У спеціальній педагогіці існують декілька напрямів роботи з розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями:

1. Когнітивно-емоційний підхід (Л. Виготський) передбачає, що розвиток емоційної сфери відбувається з допомогою пізнавальної діяльності, що підкріплена позитивними емоціями. Емоції тут не тільки відображають стан учня, а є рушійною силою у навчанні.

2. Соціально-інтерактивний підхід (І. Бондар, Н. Стадник) відображає розвиток емоцій у взаємодії з ровесниками і дорослими. Соціальне середовище – основний чинник емоційного навчання.

3. Терапевтично-розвивальний підхід, що передбачає застосування корекційних технологій (казкотерапія, арт-терапія, музикотерапія), які сприяють зменшенню емоційної напруги та формують позитивний емоційний досвід (О. Єфименко).

Основними методами розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є:

1. Ігрові методи. Гра є провідним видом діяльності для формування емоційного досвіду дитини. З допомогою сюжетно-рольових, театралізованих, рухливих ігор учні вчаться виражати свої емоції, співчувати, реагувати на ситуації. Г. Гриньова зауважує, що застосування рольових ігор в спеціальних та інклюзивних класах допомагає розвитку емоційної виразності і емпатії [4]. З допомогою ігор «Впізнай емоцію», «Дзеркало», «Як почувається герой?» можна сформувати навички розпізнавання емоцій за інтонацією, мімікою і поведінкою.

2. Арт-терапія. Малювання, аплікація, ліплення та інші види творчої діяльності є ефективним засобом для вираження емоцій, особливо в учнів з інтелектуальними порушеннями. О.Б. Карушева [43], І.П. Лисенкова [49] зауважують, що арт-терапія допомагає відчувати емоції в безпечний спосіб, зменшити тривожність та навчитися розрізняти емоційні стани. Арттерапевтичні техніки: малювання емоцій («Мій настрій»), «Дерево почуттів», робота з кольором («Який колір твого настрою?»).

3. Музикотерапія. Музика має вплив на емоційний стан учня, стимулює розвиток його емоційного слуху, здібність до співпереживання та саморегуляції. О. Бондаренко доводить, що прослуховування музичних творів допомагає учням з інтелектуальними порушеннями зрозуміти зв'язок між звуком та почуттям [1]. Заняття повинні включати вправи на розпізнавання емоцій в музиці, музичну імпровізацію, рух під певний ритм.

4. Казкотерапія. А.В. Руденко зауважує, що робота з казками допомагає розвивати увагу, емпатію, емоційний досвід [52]. З допомогою героїв казок дитина розуміє переживання інших, відчуває добро та зло, страх та радість.

Застосовуються казки-метафори чи спеціально адаптовані казки, спрямовані на вирішення емоційних проблем учнів (агресивність, тривожність).

5. Тренінгові вправи і соціально-емоційне навчання (SEL). Н.В. Білик вважає, що на практиці спеціальних педагогів широко застосовується методика соціально-емоційного навчання (Social and Emotional Learning), що адаптована для учнів з інтелектуальними порушеннями. Методика передбачає тренінги із розвитку емпатії, самоусвідомлення, саморегуляції, спілкування. Застосовуються вправи «Як допомогти другові», «Мое тіло говорить», «Спокійний подих», що розвивають навички емоційного контролю та конструктивної поведінки [2].

6. Психогімнастика. Метод передбачає міміко-пантомімічні рухи, які тренують емоційну виразність та саморегуляцію. Наприклад, психогімнастичні вправи «Злюся без образ», «Покажи радість», «Здивування». Вони допомагають усвідомити та виразити власні емоції через тіло та слово [17].

Форми роботи залежать від рівня інтелектуального розвитку, віку і індивідуальних особливостей учня з інтелектуальними порушеннями.

Основними формами організації роботи з розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є:

1. Індивідуальні заняття (з корекційним педагогом та психологом) – з метою формування емоційних реакцій та розвитку саморегуляції.
2. Групові заняття – з метою формування соціальних та емоційних навичок, взаємодії, емпатії.
3. Інтегровані уроки (образотворчого мистецтва, музики, фізкультури) – з метою засвоєння емоційних станів через діяльність.
4. Розвивальні години спілкування в класі – з метою формування позитивного соціально-психологічного клімату в класі та відкритого спілкування [27].

З учнями підліткового та юнацького віку можна застосувати такі форми роботи для розвитку емоційної сфери:

1. Міні-тренінги з емоційної грамотності – серія 10-12 занять за темами: «Що таке емоція», «Як розпізнати емоцію в іншому», «Як я відчуваю», «Як я можу впливати на свої емоції» та ін.

2. Рольові ігри і драматизація – моделювання ситуацій з життя (радість, розчарування), обговорення емоцій, навчання емоційному реагуванню.

3. Групова дискусія за підтримкою педагога – після ігор учні дають відповіді «Як би я вчинив по-іншому?», «Що я відчував?», «Як почувався мій товариш?».

4. Карти емоцій, відео-ситуації, мультимедійні ресурси – з метою підтримки розуміння і виразності емоційного стану, особливо в учнів із інтелектуальними порушеннями.

5. Індивідуальні заняття з педагогом – робота зі щоденником емоцій, індивідуальні вправи на саморегуляцію, застосування візуальних підказок [31].

Дослідження О. Єфименко та О. Мельник обґрунтували такі педагогічні умови для ефективного розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями:

1. Позитивне освітнє середовище – доброзичливість, прийняття, підтримка.

2. Системність та послідовність – формування в учнів емоційних навичок від простих до складних.

3. Індивідуалізація впливу – врахування рівня психофізичного розвитку, темпераменту, особистісного досвіду учня.

4. Співпраця педагогів та батьків – перенесення позитивного емоційного досвіду у сімейне оточення.

5. Використання мультисенсорного підходу – залучення слуху, зору, руху, дотику для повного вираження емоцій [12].

Для розвитку емоційної сфери з учнями з інтелектуальними порушеннями значну роль відіграють корекційно-розвивальні методи, зорієнтовані на

когнітивну та емоційну сферу і які передбачають розвиток емпатії, емоційну саморегуляцію, емоційну компетентність.

Напрямами розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є:

1. Розвиток самопізнання. Допомога учням при розпізнаванні і прийнятті своїх емоцій.
2. Розвиток саморегуляції. Навчитися контролю своїх емоційних реакцій.
3. Формування емпатії. Формувати здатність розуміти почуття оточуючих, ставити себе на їх місце.
4. Розвиток соціальних навичок. Навчання ефективно спілкуватися, знаходити емоційний контакт з іншими.
5. Використання емоцій в користь. Допомога учням спрямовувати свої емоції на корисні дії.
6. Адекватне реагування: Навчання спокійно та адекватно реагувати в будь-яких ситуаціях, перетворюючи негативні емоції на позитивні [48].

Важливими аспектами у роботі з учнями з інтелектуальними порушеннями є:

1. Індивідуальний підхід. Врахування індивідуальних особливостей кожного учня.
2. Спеціальні методики. Застосування спеціальних методик та вправ для корекції і розвитку емоційної сфери учнів.
3. Поєднання із іншими порушеннями. Усвідомлення, що порушення інтелектуального розвитку поєднується із проблемами моторної сфери, мовлення, уваги і пам'яті.
4. Системна робота. Потрібно постійно працювати над розвитком емоційної сфери, щоб допомогти учневі адаптуватися до соціального життя [24].

Основними підходами і методами у розвитку емоційної сфери учнів є:

1. Когнітивно-прикладна терапія (КПТ) та когнітивно-поведінкові методи. Групові заняття для учнів з інтелектуальними порушеннями, що

передбачають моделювання взаємодії, вираз емоційного стану та відпрацювання діалогу, призводять до зростання показників емоційної стабільності, саморегуляції та здатності до прийняття рішень. Методами є: бесіда, рольова гра, моделювання ситуацій, вправи на вираження емоцій [21].

2. Диференційовані та мультисенсорні підходи. Адаптація дидактичних методик для учнів з інтелектуальними порушеннями передбачає застосування візуальних і тактильних матеріалів, інтерактивних методів, що покращують емоційний стан.

3. Застосування карт-емоцій (тобто піктограм), відео-моделювання ситуацій, мультисенсорних вправ (рух-емоція, тактильний контакт) для формування розуміння своїх емоцій і емоцій оточуючих [43].

4. Розвиток емпатії і соціально-емоційних умінь та навичок. Учні з порушеннями інтелектуального розвитку мають відстаючий розвиток емпатії порівняно з учнями з типовим розвитком, що вимагає цілеспрямованих втручань. Методи повинні включати вправи для розпізнавання інших емоцій, отримання ролі, обговорення ситуацій з емоціями. Наприклад, групова дискусія з допомогою педагога «Як би я відчував себе» тощо [16].

5. Інтеграція емоційної діяльності з допомогою ігрових і групових форм. Групові заняття, театральна діяльність, рольові ігри, моделювання ситуацій є ефективними формами розвитку емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку. Ці форми роботи створюють безпечне освітнє середовище, де учні програють та аналізують ситуації, виявляють емоції, вчаться взаємодіяти. Важливо сформувати невеликі групи (2-4 учні), чітку структуру заняття (вступ – рольова гра – рефлексія), застосування допоміжних матеріалів (відео, емоційні картки, фото-ситуації) [46].

6. Індивідуалізований підхід з врахуванням рівня інтелектуальних порушень і ресурсів учнів. Ефективність методики залежить від її адаптації до рівня інтелектуальних порушень, пізнавальних ресурсів та віку учня. Наприклад, для учнів з помірним ступенем інтелектуальних порушень варто застосовувати прості ситуації, більше наочних засобів, графічну підтримку, позитивні

підкріплення. Потрібно оцінювати емоційний компонент (розпізнавання, регулювання, вираження) перед вправою і після, щоб скоригувати методику.

Методичними умовами ефективності проведення занять з розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є [16]:

1. Систематичність і регулярність занять, коли ефект досягнуто за регулярної роботи (2–3 рази в тиждень).
2. Поступове ускладнення від простих вправ («Я відчуваю радість/сум») до складних («Я бачу, що товариш сумує – що я роблю?»).
3. Співпраця педагогів, психологів і батьків, тобто створення цілісної системи, що включає практичні завдання.
4. Моніторинг змін, де проводиться систематичне оцінювання емоційної компетентності учнів (з допомогою спостережень, анкет, самозвітів) для корегування програми розвитку емоційної сфери.
5. Врахування ресурсів учня, тобто адаптація матеріалу, врахування комунікативних навичок, забезпечення сенсорних стимулів.

Проаналізуємо на основі досліджень [2; 19; 34; 58] форми групової та інтерактивної роботи з розвитку емоційної сфери

1. Групові форми роботи

Тренінгові заняття:

Емоційні тренінги («Я і мої емоції», «Управління настроєм»).

Тренінги комунікативної компетентності.

Тренінги емоційної саморегуляції.

Перевагами є: формування довірливих стосунків, розвиток навичок вираження та розуміння емоцій, підвищення самооцінки.

Групові бесіди і кола:

«Коло настрою».

«Коло довіри».

«Коло підтримки».

Перевагами є: розвиток навичок слухання, емпатії, вміння говорити про власні переживання.

Парна і мікрогрупова робота:

Парні вправи («дзеркало», «запитай – відповідай»).

Робота у мікрогрупах над спільними творчими завданнями.

Перевагами є: зменшення емоційної напруги, формування позитивного досвіду взаємодії.

Рольові та сюжетно-рольові ігри:

«Емоційний театр».

«Перевтілення» (учні грають різні емоційні стани).

«Соціальні історії» (відтворення життєвих ситуацій).

Переваги: природний спосіб пропрацювання страхів, агресії, тривожності; моделювання соціальних сценаріїв.

2. Інтерактивні форми роботи

Ігрові інтерактивні методи:

«Мозковий штурм» на емоційну тематику («Що мене радує?», «Як заспокоїти друга?»).

Ігри на розвиток емоційного інтелекту (класифікація емоцій, вибір способів реагування).

Інтерактивний плакат «Дерево емоцій» (діти розміщують листочки з власними емоціями).

Арт-терапевтичні форми:

Малювання емоцій (кольоротерапія).

Пісочна терапія у групах.

Колективні колажі «Мій настрій сьогодні».

Ліплення та аплікація як спосіб висловлення почуттів.

Перевагами є: ненасильницьке вираження емоцій, розвиток самопізнання, зниження тривожності.

Музично-ритмічні та рухові форми:

Танцювально-рухові вправи.

Рухливі ігри із емоційними завданнями («замри з емоцією», «емоційна зарядка»).

Музикотерапевтичні хвилинки.

Технології кооперативного навчання:

«Акваріум» - діти спостерігають за емоційно забарвленою ситуацією та обговорюють її.

«Карусель» - швидка зміна партнерів для коротких емоційних завдань.

«Спільний проект» - створення групового плаката, театральної постановки, соціальної сцени.

Інтерактивні вправи на розвиток емпатії:

«Емоційні окуляри» (дивлюсь на ситуацію очима іншого).

«Якби я був...» (рольове розуміння переживань однолітка).

«Допоможи другові» (пошук способів підтримки).

3. Соціально-психологічні методи

Соціодрама:

Розігрування конфліктних або емоційно значущих сценаріїв з подальшою рефлексією.

Психогімнастика:

Вправи на міміку, жести, інтонацію:

«Емоційні маски»

«Заморожена емоція»

«Покажи настрій без слів»

4. Техніки групової рефлексії:

«Щоденник настрою» у груповому форматі.

«Термометр емоцій».

«Відкритий мікрофон» – обмін враженнями після вправи.

Смужка або коло рефлексії (кожен висловлює враження одним словом чи кольором).

5. Цифрові інтерактивні форми:

Використання інтерактивних дошок для роботи з емоційними картками.

Онлайн-симуляції емоційних ситуацій.

Гейміфіковані платформи (із завданнями на розпізнавання та регуляцію емоцій).

У структурі заняття виділяють: вступ, рольову частину, рефлексію.

Частота занять: 1-2 рази на тиждень протягом 8–12 занять,

Розмір групи: 2-5 учнів з подібним рівнем інтелектуального розвитку, адаптація до віку та рівня порушень.

Є певні особливості проведення занять для учнів з інтелектуальними порушеннями:

- використання менш складних комунікативних завдань;
- більше невербальної підтримки;
- чіткі інструкції;
- короткі інтервали уваги;
- часті підкріплення [21].

Очікувані результати від занять:

- розвиток навичок розпізнавання своїх емоцій
- розуміння емоцій оточуючих;
- формування емоційної саморегуляції;
- покращення соціальної взаємодії.

Отже, формами розвитку емоційної сфери є індивідуальні заняття, групові заняття, інтегровані уроки, розвивальні години спілкування в класі. Основними методами розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є: ігрові методи, арт-терапія, музикотерапія, казкотерапія, тренінгові вправи і соціально-емоційне навчання, психогімнастика.

Висновки до розділу 1

Аналіз наукових джерел дозволяє зробити висновок, що емоційна сфера учнів з порушеннями інтелектуального розвитку характеризується недостатньою диференційованістю емоцій, труднощами їх розпізнавання та регуляції, зниженим емоційним тоном і обмеженим досвідом позитивних переживань. Розвиток цієї сфери потребує системного психолого-педагогічного супроводу з

використанням інтерактивних, творчих і психологічних методів, спрямованих на стимуляцію емоційної активності, формування емпатії та саморегуляції.

До форм розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями належать: індивідуальні заняття, групові заняття, інтегровані уроки та розвивальні години спілкування у класі. До основних методів розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями належать: ігрові методи, арт-терапія, музикотерапія, казкотерапія, тренінгові вправи і соціально-емоційне навчання, психогімнастика.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧНІВ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

2.1. Методика вивчення емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку

Оцінювання ефективності корекційно-розвивальної роботи з розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями ґрунтується на комплексному підході, який охоплює когнітивний, емоційно-регуляторний, поведінковий та соціально-комунікативний компоненти.

1. Критерії оцінювання ефективності

Когнітивний критерій (розуміння емоцій) відображає здатність дитини:

- розпізнавати базові емоції за мімікою, жестами, інтонацією;
- диференціювати емоційні стани;
- називати власні та чужі почуття;
- розуміти причини та наслідки емоційних реакцій.

Емоційно-регуляторний критерій характеризує уміння:

- контролювати інтенсивність емоцій;
- використовувати прийоми самозаспокоєння;
- долати тривожність, фрустрацію, імпульсивність;
- обирати адаптивні способи реагування.

Поведінковий критерій відображає:

- прояви агресії, тривоги, замкненості, дезадаптивних реакцій;
- наявність конструктивної поведінки;
- здатність діяти відповідно до соціальних норм;
- дотримання правил групової взаємодії.

Соціально-комунікативний критерій показує:

- уміння взаємодіяти з однолітками;
- прояв емпатії та підтримки;
- навички співпраці в групі;

- готовність брати участь у спільній діяльності.

Мотиваційний критерій відображає:

- інтерес до занять;
- бажання висловлювати емоції;
- позитивне ставлення до роботи в групі;
- готовність ініціювати взаємодію.

2. Індикатори (показники) за кожним критерієм

Когнітивний критерій

- правильно називає базові емоції (радість, сум, страх, гнів, здивування);
- розпізнає емоції на сюжетних картинках;
- розрізняє схожі емоційні стани (наприклад: здивування – переляк);
- встановлює зв'язок «ситуація - емоція».

Емоційно-регуляторний критерій

- використовує техніки саморегуляції (дихання, пауза, прохання про допомогу);
- зменшення частоти афективних реакцій;
- контроль сили емоційного прояву;
- здатність описати свій стан перед тим, як діяти.

Поведінковий критерій

- зниження частоти агресивних чи дезорганізуючих дій;
- дотримання правил під час групових занять;
- збільшення випадків соціально прийнятної поведінки;
- здатність чекати, домовлятися, поступатися.

Соціально-комунікативний критерій

- бере участь у спільних іграх;
- проявляє емпатійні реакції («підтримати», «запитати, що сталося»);
- реагує на невербальні сигнали інших;
- покращення якості контактів з однолітками.

Мотиваційний критерій

- охоче включається у справи;
- виявляє ініціативу у виборі ролей;
- емоційно позитивно реагує на інтерактивні форми роботи;
- демонструє впевненість у своїх можливостях.

3. Методики та інструменти оцінювання

Наведемо методики, які підходять для учнів з інтелектуальними порушеннями.

Діагностика емоційної сфери учнів відбувається найчастіше за такими методиками:

Розуміння емоцій:

Тест розпізнавання емоцій за піктограмами та фотографіями (Г. Кіп, А. Ізард, адаптації українських авторів).

Методика «Емоційні карти» (розпізнавання емоцій за сюжетами).

«Ситуаційні завдання на визначення емоцій» – авторські матеріали корекційних педагогів.

Оцінювання емоційної регуляції

Методика «Кольоровий тест Люшера» (адаптований короткий варіант) – рівень напруги, тривожності.

Шкала «Емоційна саморегуляція» (адаптації українських дефектологів).

Спостереження за поведінкою у фрустраційних ситуаціях (аналіз реакцій).

Оцінювання поведінкових проявів емоцій:

Карта спостереження за поведінкою (показники: агресія, тривожність, імпульсивність, соціальна залученість).

Методика Басса-Даркі (модифікована для дітей) – визначення агресивних тенденцій.

Соціометрія (варіант для дітей з ООП).

Діагностика емпатії й соціальної взаємодії:

Методика «Визначення рівня емпатії» (А. Меграбян, Н. Епштейн) – дитяча спрощена версія.

Методика «Добрий друг» (оцінка соціальної чутливості).

Аналіз взаємодії в мікрогрупах – спостереження за кооперацією, ініціативністю.

Оцінювання мотивації:

- Опитувальник «Що мені подобається робити на заняттях?» (кольорово-пиктограмний варіант).
- Смайлик-шкала настрою перед/після заняття.
- Щоденник емоцій (спрощений пиктографічний варіант).

Комплексні методи оцінювання:

Педагогічне спостереження (систематизоване).

Експертна оцінка педагогів та психолога.

Порівняльний аналіз результатів до та після формувального етапу експерименту.

Аналіз продуктів діяльності дітей (малюнків, творчих робіт, виконання вправ).

У таблиці 2.1 подано узагальнену схему оцінювання емоційного розвитку учнів з інтелектуальними порушеннями.

Таблиця 2.1

**Узагальнена схема оцінювання емоційного розвитку
учнів з інтелектуальними порушеннями**

Критерій	Індикатори	Методики	Очікувані зміни
Когнітивний	Називання емоцій, розпізнавання станів	Тест емоцій, карти, ситуаційні завдання	Точніше визначає емоції
Емоційно-регуляторний	Самоконтроль, зниження афектів	Тест Люшера, шкали регуляції	Спокійніші реакції, використання технік
Поведінковий	Агресія, дезадаптація	Спостереження, Басса-Даркі	Зменшення негативних проявів

Критерій	Індикатори	Методики	Очікувані зміни
Соціальний	Емпатія, взаємодія	Емпатія-тест, соціометрія	Покращення контактів, більше співпраці
Мотиваційний	Інтерес, ініціативність	смайлик-шкала, анкета	Позитивні установки

Нами проведено діагностику емоційної сфери молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку.

Мета експериментального дослідження – виявити рівень розвитку емоційної сфери молодших школярів із порушеннями інтелектуального розвитку та визначити ефективність програми її розвитку.

База дослідження: спеціальний заклад загальної середньої освіти для дітей з інтелектуальними порушеннями.

Вибірка: 30 учнів 2–4 класів, віком 8–10 років з порушеннями інтелектуального розвитку.

Групи:

- експериментальна група (ЕГ) - 15 учнів, з якими проводилася розвивальна програма;
- контрольна група (КГ) - 15 учнів, які навчалися за звичайною програмою.

Завдання констатувального етапу:

1. Визначити початковий рівень розвитку емоційної сфери молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку.
2. Виявити домінуючі емоційні реакції, рівень емоційної саморегуляції та емпатії молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку.

Методики, використані в дослідженні: «Визначення емоційного стану за картинками», тест «Мое обличчя», методика «Дерево почуттів», опитувальник «Як я поведжусь, коли злюся», методика «Дзеркало».

Загальну методику діагностику представлено у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

**Загальна методика діагностики емоційної сфери молодших школярів
із порушеннями інтелектуального розвитку**

№	Назва методики	Автор / модифікація	Мета діагностики	Короткий опис
1	«Визначення емоційного стану за картинками»	М. Панфілова	Розпізнавання емоцій	Дитині пропонуються 10 зображень облич з різними емоціями. Завдання — назвати емоцію.
2	Тест «Моє обличчя»	О. Белкіна	Вираження емоцій	Учень малює своє обличчя у трьох емоційних станах (радість, сум, злість).
3	Методика «Дерево почуттів»	Н. Стадник	Усвідомлення емоцій	Дитина позначає на дереві кольоровими листочками різні почуття (червоний — радість, синій — смуток, зелений — спокій тощо).
4	Опитувальник «Як я поведжусь, коли злюся»	адапт. Л. Лебедевої	Емоційна саморегуляція	Виявляє, як дитина контролює негативні емоції.
5	Гра «Дзеркало»	авторська модифікація	Емпатія, емоційна виразність	У парі діти повторюють міміку і рухи одне одного. Педагог оцінює емоційну точність.

Отже, на початку констатувального етапу здійснено підбір діагностичних методик відповідно мети дослідження із врахуванням особливостей психофізичного розвитку молодших школярів із порушеннями інтелектуального розвитку.

2.2. Результати діагностики емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку

Нами проведено методики діагностики емоційної сфери з молодшими школярами з порушеннями інтелектуального розвитку. Результати та їх аналіз подано нижче.

1. Методика «Визначення емоційного стану за картинками»

Мета методики – оцінити рівень розпізнавання базових емоцій за зображеннями (радість, сум, страх, гнів, здивування).

У експериментальній групі більшість учнів продемонстрували середній рівень розпізнавання емоцій. Діти краще визначали радість і гнів, проте суттєві труднощі виникали під час розпізнавання страху та здивування. Також спостерігалось недостатнє розуміння того, чому герой переживає певну емоцію.

У контрольній групі результати були подібними, але вищий відсоток дітей з низьким рівнем. Учні частіше помилялися під час визначення суму й страху, змішуючи їх між собою. Результати подано у таблиці 2.3

Таблиця 2.3.

Результати методики «Визначення емоційного стану за картинками»

Рівень	ЕГ (n=15)	КГ (n=15)
Високий	2 (13%)	1 (7%)
Середній	7 (47%)	5 (33%)
Низький	6 (40%)	9 (60%)

Отже, проблеми в розпізнаванні емоцій є типовими для молодших школярів з інтелектуальними порушеннями. Початковий рівень двох груп був приблизно однаковим, що дозволяє коректно порівнювати подальшу динаміку.

2. Тест «Моє обличчя»

Мета – з'ясувати, наскільки дитина здатна власними мімічними засобами відтворювати різні емоційні стани.

У експериментальній групі більшість дітей відтворювали емоції шаблонно й недостатньо виразно. Виражені труднощі в демонстрації страху, сором'язливості, здивування. Частина учнів не розуміла словесних інструкцій і потребувала моделювання з боку дорослого.

У контрольній групі присутній нижчий рівень мімічної виразності. Часті випадки плутанини та відсутності диференціації між позитивними й негативними станами. Деякі учні виконували завдання механічно, не розуміючи його суті. Результати подано у таблиці 2.4

Таблиця 2.4

Результати тесту «Моє обличчя»

Рівень	ЕГ (n=15)	КГ (n=15)
Високий	1 (7%)	0 (0%)
Середній	6 (40%)	4 (27%)
Низький	8 (53%)	11 (73%)

Отже, обидві групи показали низьку сформованість мімічної експресії та слабку здатність до емоційної ідентифікації у власному вираженні.

3. Методика «Дерево почуттів»

Мета – оцінити емоційний фон, вміння розрізняти власні переживання та обирати стани, які учень здатний усвідомити.

У експериментальній групі молодші школярі частіше обирали нейтральні або прості позитивні емоції (радість, спокій). Значна частина учнів не змогла пояснити причину свого вибору. Негативні стани (сум, образа, страх) називали переважно діти з підвищеною тривожністю.

У контрольній групі у дітей присутнє переважання нестабільного емоційного фону: сум, тривожність, розгубленість. Більше випадків відсутності

відповідей або випадкових виборів. Діти гірше усвідомлювали власні переживання. Результати подано у таблиці 2.5

Таблиця 2.5

Результати за методикою «Дерево почуттів»

Показник	ЕГ (n=15)	КГ (n=15)
Переважно позитивний емоційний фон	7 (47%)	4 (27%)
Нейтральний фон	5 (33%)	3 (20%)
Переважно негативний емоційний фон	3 (20%)	8 (53%)

Отже, у молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку переважає низький рівень емоційної саморефлексії. У експериментальній групі помітніші позитивні та стабільні стани навіть до формувальної роботи, у контрольній групі більше негативних.

4. Опитувальник «Як я поведжусь, коли злюся»

Мета – визначити стратегії поведінки молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку під час гніву: конструктивні, імпульсивні, агресивні, унікальні.

У експериментальній групі більшість учнів описували імпульсивні реакції: крик, плач, відмова від діяльності. Невеликий відсоток дітей показав елементи конструктивних способів («йду в інший клас», «говорю вчителю»), але вони були нестійкими.

У контрольній групі домінували агресивні або хаотичні реакції: штовхання, кидання предметів, втеча. Конструктивні способи майже не називалися. Частина учнів не могла відповісти на питання взагалі. Результати подано у таблиці 2.6.

Таблиця 2. 6

Результати за опитувальником «Як я поведжусь, коли злюся»

Тип реакції	ЕГ (n=15)	КГ (n=15)
Конструктивні реакції	3 (20%)	1 (7%)

Тип реакції	ЕГ (n=15)	КГ (n=15)
Імпульсивні реакції	9 (60%)	7 (47%)
Агресивні реакції	3 (20%)	7 (46%)

Отже, обидві групи мають низьку культуру емоційної регуляції, однак у контрольній групі прояви дезадаптивної поведінки виражені сильніше.

5. Методика «Дзеркало»

Мета – оцінити здатність емпатійного відображення у молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку: повторення міміки, жестів, емоцій інших.

У експериментальній групі молодші школярі з порушеннями інтелектуального розвитку краще відтворювали просту міміку (усмішка, здивування). Є часткова здатність наслідувати емоційну позу. Важко підтримувати тривалий візуальний контакт, але реактивність у межах норми для дітей з порушеннями інтелектуального розвитку.

У контрольній групі в учнів слабка концентрація уваги, часте відволікання, неможливість точно повторити навіть базові емоційні жести, низький рівень чутливості до невербальних сигналів. Результати подано у таблиці 2.7.

Таблиця 2.7

Результати за методикою «Дзеркало»

Рівень	ЕГ (n=15)	КГ (n=15)
Високий	2 (13%)	1 (7%)
Середній	8 (53%)	4 (27%)
Низький	5 (34%)	10 (66%)

Отже, учні експериментальної групи мають дещо вищий рівень емпатійного наслідування, але загальний рівень залишається недостатнім у всіх учасників вибірки.

Отже, за загальними результатами за всіма методиками:

1. Рівень емоційної компетентності у більшості дітей – низький або нижче середнього, що характерно для дітей з інтелектуальними порушеннями.
2. ЕГ і КГ на початку не мали суттєвих відмінностей, що дозволяє коректно оцінювати ефективність формувальної програми.
3. В усіх учнів спостерігається:
 - недостатнє розуміння власних і чужих почуттів;
 - труднощі у розпізнаванні негативних емоцій;
 - низька виразність мімічних реакцій;
 - нечіткі або дезадаптивні стратегії регуляції гніву;
 - недостатній рівень емпатійного реагування.
4. У контрольній групі прояви емоційно-поведінкових порушень були вираженіші, ніж у експериментальній групі.

У таблиці 2.8 подано загальні результати діагностики за всіма досліджуваними компонентами методик.

Таблиця 2.8

Загальні результати діагностики за методиками

Компонент	ЕГ (середній рівень)	КГ (середній рівень)
Розпізнавання емоцій	середній	нижче середнього
Мімічна виразність	низький-середній	низький
Усвідомлення власних почуттів	середній	низький
Реакції на гнів	імпульсивні	імпульсивно-агресивні
Емпатійне відображення	середній	низький

Оцінювання результатів здійснювалось за трьома основними показниками:

1. Розпізнавання емоцій (когнітивний компонент).

2. Емоційна виразність і комунікативність (поведінковий компонент).
3. Емоційна саморегуляція (вольовий компонент).

У таблиці 2.9 подано загальні результати діагностики за трьома основними компонентами.

Таблиця 2.9

Рівні розвитку емоційної сфери учнів (констатувальний етап)

Рівень	Критерії	ЕГ (%)	КГ (%)
Високий	Розпізнає ≥ 8 емоцій, виражає їх адекватно	13,3	13,3
Середній	Розпізнає 4–7 емоцій, має труднощі у вербалізації	40,0	46,7
Низький	Розпізнає ≤ 3 емоцій, емоційно пасивний	46,7	40,0

Отже, більшість учнів обох груп мають середній або низький рівень розвитку емоційної сфери, що вказує на недостатню сформованість емоційного досвіду. Учні часто плутали емоції «страх» і «сум», «радість» і «здивування». Під час гри «Дзеркало» 50% дітей не могли точно відтворити міміку партнера. На запитання «Що тебе радує?» більшість відповідали коротко («цукерка», «мама»), не пояснюючи емоцій.

2.3. Програма розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями та її результати

На основі результатів діагностики нами складена програма «Мої почуття» розроблена з урахуванням вікових та інтелектуальних особливостей молодших школярів з інтелектуальними порушеннями і ґрунтується на принципах гуманістичної педагогіки: емоційної безпеки, позитивного підкріплення, ігрової активності та творчості.

Мета програми:

Формування в учнів умінь розпізнавати, виражати та регулювати власні емоції, розуміти почуття інших, розвивати емоційну компетентність.

Структура програми подана у таблиці 2.10

Таблиця 2.10

Структура програми

Етап	Завдання	Методи / Форми роботи
1. Орієнтаційний	Формування базових уявлень про емоції	Бесіди “Що таке радість?”, гра “Емоційне коло”, вправи “Знайди свій настрій”
2. Розпізнавання емоцій	Визначення емоцій у себе та інших	Ігри “Впізнай емоцію”, “Дзеркало”, “Фотоемоції”, картки настрою
3. Вираження емоцій	Розвиток емоційної виразності	Психогімнастика, малювання емоцій, музичні імпровізації
4. Саморегуляція	Контроль і керування емоціями	Вправи “Світлофор емоцій”, “Спокійний подих”, релаксація “Хмаринка”
5. Соціально-емоційна взаємодія	Формування емпатії, взаємопідтримки	Казкотерапія, рольові ігри “Як допомогти другові”, обговорення ситуацій “У класі стало сумно”

Програма розвитку емоційної сфери молодших школярів із інтелектуальними порушеннями

Назва програми: «Мої почуття»

Загальна характеристика програми

Мета програми: Розвиток емоційної сфери дітей з інтелектуальними порушеннями шляхом формування в них умінь розпізнавати, виражати, регулювати власні емоції та розуміти почуття інших людей.

Завдання програми:

1. Формувати в учнів уявлення про базові емоції (радість, сум, злість, страх, здивування, спокій).
2. Розвивати в учнів уміння розпізнавати емоції за мімікою, жестами, інтонацією.

3. Навчати учнів адекватного вираження власних емоцій.
4. Розвивати в учнів навички емоційної саморегуляції.
5. Формувати в учнів емпатію, співпереживання, взаємопідтримку.

Цільова група: учні 2–4 класів спеціального закладу загальної середньої освіти (віком 8–10 років), 15 осіб у групі.

Тривалість: 3 місяці (24 заняття, по 30–35 хвилин, 2 рази на тиждень).

Форми роботи: психогімнастика, ігри, арттерапія, казкотерапія, музикотерапія, вправи на релаксацію, колективне малювання. Послідовність занять і їх мета подана у таблиці 2.11.

Таблиця 2.11

Структура занять

Етап	Кількість занять	Основна мета
1. Орієнтаційно-мотиваційний	1–4	Ознайомлення з поняттям емоцій, створення доброзичливої атмосфери
2. Розпізнавання емоцій	5–10	Навчання розпізнаванню базових емоцій
3. Вираження емоцій	11–16	Розвиток емоційної виразності
4. Саморегуляція	17–20	Формування навичок керування емоціями
5. Соціально-емоційна взаємодія	21–24	Формування емпатії, навичок спілкування

Програма занять “Мої почуття”

Етап 1. Орієнтаційно-мотиваційний

Заняття 1. “Знайомство з почуттями”

Мета: формувати розуміння, що таке емоції, навчити дітей називати свої почуття.

Матеріали: картки з емоціями, м’яка іграшка.

Хід заняття:

1. Вступне коло: діти передають іграшку, називаючи, що вони зараз відчують.
2. Бесіда: «Що таке емоції? Коли ми радіємо? Коли сумуємо?»
3. Вправа “Покажи обличчям” — діти імітують різні емоції.
4. Малювання: «Мій настрій сьогодні» (діти малюють свій настрій кольорами).

Очікуваний результат: діти усвідомлюють поняття “емоції”, починають диференціювати основні почуття.

Заняття 2. “Кольори настрою”

Мета: пов’язати емоції з кольорами, розвивати емоційне самовираження.

Матеріали: кольорові олівці, картки з кольорами, аркуші.

Інструкція: педагог пропонує дітям обрати колір, який відповідає їхньому настрою, і пояснити чому. Потім створюється спільний «плакат настрою класу».

Результат: діти вчаться описувати свої почуття через колір.

Заняття 3. “Дзеркало емоцій”

Мета: розвиток емоційної виразності та емпатії.

Матеріали: дзеркала, картки з мімікою.

Інструкція: у парі один учень показує емоцію, інший — відображає її, як дзеркало.

Результат: формування навички розпізнавання емоцій за невербальними ознаками.

Заняття 4. “Подаруй посмішку”

Мета: стимулювання позитивних емоцій, розвиток доброзичливості.

Інструкція: діти ходять класом і “дарують посмішку” одне одному. Після цього обговорюють, що вони відчули.

Результат: формування позитивного емоційного клімату.

Етап 2. Розпізнавання емоцій

Заняття 5. “Впізнай емоцію”

Мета: навчити розпізнавати емоції за зображенням обличчя.

Матеріали: картки з фотографіями дітей, які виражають різні емоції.

Інструкція: педагог показує картки, діти називають емоцію та ситуацію, у якій вона може виникати.

Результат: діти правильно ідентифікують базові емоції.

Заняття 6. “Емоційне лото”

Мета: закріпити знання про емоції.

Матеріали: ігрові картки з обличчями і назвами емоцій.

Інструкція: діти добирають відповідну пару “емоція – назва”.

Результат: підвищення точності розпізнавання емоцій.

Заняття 7. “Ситуації настрою”

Мета: розвиток вміння розпізнавати емоції в контексті ситуації.

Матеріали: сюжетні картинки.

Інструкція: педагог показує сценки (“дівчинка розбила чашку”, “хлопчик отримав подарунок”) — діти називають, що відчують персонажі.

Результат: діти вчаться аналізувати емоційні стани інших.

Заняття 8. “Музика і почуття”

Мета: розвивати чутливість до емоцій через музику.

Матеріали: музичні уривки різного темпу (весела, сумна, спокійна).

Інструкція: діти слухають музику й обирають колір або картинку, що відповідає її настрою.

Результат: розвиток емоційної чутливості.

Заняття 9–10. “Емоції навколо нас”

Мета: узагальнення матеріалу етапу.

Форми: гра “Хто я?” (вгадування емоції), колективна аплікація “Наш настрій”.

Результат: діти розрізняють та адекватно описують емоції.

Етап 3. Вираження емоцій

Заняття 11. “Моє обличчя”

Мета: формування навичок емоційного самовираження.

Матеріали: шаблон обличчя, фломастери.

Інструкція: діти малюють своє обличчя, коли вони раді, зляться, сумують.

Результат: розвиток усвідомлення власних емоцій.

Заняття 12. “Розкажи про свій настрій”

Мета: розвиток емоційного мовлення.

Інструкція: педагог ставить запитання “Що тебе сьогодні розвеселило?”, “Коли ти востаннє злився?” — діти відповідають короткими реченнями.

Результат: формування вербального опису емоцій.

Заняття 13–14. “Малюємо емоції”

Мета: розвиток емоцій через арттерапію.

Інструкція: діти малюють емоцію фарбами (без сюжету). Після – обговорюють свої малюнки.

Результат: вираження внутрішніх почуттів у безпечній формі.

Заняття 15. “Емоційний театр”

Мета: розвиток міміки та жестів.

Інструкція: інсценізація коротких емоційних ситуацій (“загубилась іграшка”, “знайшов цукерку”).

Результат: розвиток емоційної виразності.

Заняття 16. “Обійми доброти”

Мета: розвиток позитивних почуттів і підтримки.

Інструкція: гра «Передай добро» — діти говорять комплімент сусідові.

Результат: формування доброзичливості й емпатії.

Етап 4. Саморегуляція

Заняття 17. “Світлофор емоцій”

Мета: навчити дітей контролювати емоції.

Матеріали: картки зеленого, жовтого, червоного кольору.

Інструкція:

- зелений — спокійний стан,
- жовтий — настороженість,
- червоний — злість/страх.

Діти сигналізують картою, коли відчувають певний стан, і обговорюють, що робити, щоб перейти до “зеленого”.

Результат: засвоєння механізму емоційного самоконтролю.

Заняття 18. “Дихаємо спокійно”

Мета: розвиток навичок релаксації.

Інструкція: вправи “Подих квітки” (вдих через ніс, видих через рот), “Свічка” (видуваємо уявне полум’я).

Результат: зниження емоційної напруги.

Заняття 19. “Камінчик спокою”

Мета: розвиток самозаспокоєння через концентрацію.

Матеріали: гладенькі камінці.

Інструкція: діти тримають камінчик у руках, гладять його, уявляючи, що з ним “йде злість”.

Результат: формування технік самозаспокоєння.

Заняття 20. “Коли я злюся...”

Мета: навчити безпечних способів вираження гніву.

Інструкція: обговорення, потім гра “Подушка злості” (удари по м’якій подушці).

Результат: запобігання агресивним реакціям.

Етап 5. Соціально-емоційна взаємодія

Заняття 21. “Як допомогти другові”

Мета: розвиток емпатії.

Інструкція: педагог описує ситуації (“друг упав”, “у когось зламалась іграшка”), діти пропонують, як допомогти.

Результат: формування співпереживання.

Заняття 22. “Коло підтримки”

Мета: формування довіри й позитивного спілкування.

Інструкція: діти стоять у колі, кожен говорить сусідові приємні слова.

Результат: зміцнення міжособистісних зв’язків.

Заняття 23. “Казка про добрі серця”

Мета: розвиток морально-емоційних якостей через казкотерапію.

Інструкція: педагог читає авторську казку “Добре серце їжачка”, після чого діти малюють, що найбільше запам’яталось.

Результат: усвідомлення значення доброти.

Заняття 24. “Свято емоцій”

Мета: узагальнення результатів програми.

Форма: гра, пісні, виставка малюнків “Мої почуття”.

Результат: діти демонструють здатність розпізнавати, висловлювати й регулювати емоції.

Очікувані результати програми

1. Підвищення емоційної чутливості та виразності.
2. Зменшення імпульсивності та тривожності.
3. Зростання емпатійності та рівня саморегуляції.
4. Формування позитивного ставлення до себе й інших.

Формувальний етап

Упродовж 3 місяців в експериментальній групі реалізовувалась програма розвитку емоційної сфери “Мої почуття”, яка включала 24 заняття.

Основні напрями роботи у програмі:

- 1) розвиток емоційної виразності (психогімнастика, ігри з мімікою);
- 2) формування емпатії (казкотерапія, обговорення ситуацій);
- 3) розвиток саморегуляції (вправи на дихання, релаксацію, “світлофор емоцій”);
- 4) стимулювання позитивних емоцій через творчість (арттерапія і музикотерапія).

Після програми «Мої почуття» проведено повторну діагностику у двох групах (ЕГ та КГ) за 5 методиками констатувального експерименту.

Динаміка рівнів розвитку емоційної сфери до та після формувального експерименту подано у таблиці 2.12

Таблиця 2.12

Динаміка рівнів розвитку емоційної сфери

Рівень	ЕГ (до)	ЕГ (після)	КГ (до)	КГ (після)
Високий	13,3%	46,7%	13,3%	20,0%
Середній	40,0%	46,6%	46,7%	53,3%
Низький	46,7%	6,7%	40,0%	26,7%

Отже, після впровадження програми в експериментальній групі спостерігається зростання кількості молодших школярів із високим рівнем емоційного розвитку майже вчетверо, а кількість дітей з низьким рівнем — зменшилась утричі. У контрольній групі таких змін не відбулося. Це свідчить про ефективність проведеного формувального експерименту.

Пропонуємо такі методичні рекомендації щодо оптимізації емоційного розвитку учнів з інтелектуальними порушеннями:

1. Створювати на уроках доброзичливу атмосферу без страху помилки.
2. Використовувати емоційні паузи (музичні, рухові, релаксаційні).
3. Залучати батьків до участі в емоційних іграх (ігри “Емоційна сімейка”, “Наш день у кольорах”).
4. Проводити регулярну діагностику емоційної динаміки (раз на семестр).

Отже, програма розвитку емоційної сфери довела свою ефективність. Запропоновані рекомендації щодо оптимізації емоційного розвитку учнів з інтелектуальними порушеннями, які можуть бути застосовані педагогами і батьками.

Висновки до розділу 2

Метою експериментального дослідження визначено виявлення рівня розвитку емоційної сфери молодших школярів із порушеннями інтелектуального розвитку та визначити ефективність програми її розвитку. Завданнями констатувального етапу було: визначити початковий рівень розвитку емоційної сфери молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку; виявити

домінуючі емоційні реакції, рівень емоційної саморегуляції та емпатії молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку.

За результатами діагностики в усіх учнів спостерігалось: недостатнє розуміння власних і чужих почуттів, труднощі у розпізнаванні негативних емоцій, низька виразність мимічних реакцій, нечіткі або дезадаптивні стратегії регуляції гніву, недостатній рівень емпатійного реагування.

Метою програми розвитку емоційної сфери молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку визначено формування в учнів умінь розпізнавати, виражати та регулювати власні емоції, розуміти почуття інших, розвивати емоційну компетентність.

Проведений формувальний експеримент підтвердив, що цілеспрямована педагогічна програма суттєво підвищує рівень розвитку емоційної сфери дітей із порушеннями інтелектуального розвитку. Найбільш ефективними методами виявилися ігрові, арттерапевтичні і психогімнастичні методи роботи, які активізують пізнавально-емоційну діяльність, формують позитивний досвід спілкування й сприяють емоційній стабілізації.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретико-експериментальне дослідження розвитку емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку дозволило зробити такі висновки:

1. Емоційна сфера – це комплексне психічне утворення, яке передбачає почуття, емоції, стани, емоційні властивості і настрої особистості, що регулюють життя людини і мотивують її до дії, надаючи інформацію про ставлення до оточуючого. Емоції мають такі функції: інформаційно-оцінна, регуляційна, комунікативна, стимулююча.

В учнів з порушеннями інтелектуального розвитку функції емоцій є порушеними: емоційна реакція є надмірною або недостатньо диференційованою, невербальною, що негативно впливає на освітній процес. Емоційна сфера дітей молодшого шкільного віку з порушенням інтелектуального розвитку розвивається з відхиленням від норми. Емоції характеризуються незрілістю і недорозвитком. Їх емоції поверхневі, нестійкі, схильні до різких і швидких змін, непропорційні та неадекватні.

Для учнів з інтелектуальними порушеннями властиві такі особливості емоційної сфери: незрілість та примітивність, імпульсивність, труднощі з емоційною саморегуляцією, недостатня здатність до диференціації емоцій, зниження мотивації, негативні переживання, низький рівень диференціації емоцій, труднощі вербалізувати емоційний стан, неадекватність емоцій, зниження емоційного тону або пригніченості, емоційна незрілість, труднощі у саморегуляції емоційних станів, емоційна депривація.

2. Розвиток емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями – це один з основних напрямів корекційної роботи, оскільки саме емоції є підґрунтям у формуванні соціальних, комунікативних та пізнавальних навичок.

Педагогічними умовами для ефективного розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є: позитивне освітнє середовище, системність та послідовність, індивідуалізація впливу, співпраця педагогів та батьків.

Формами розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є: індивідуальні заняття, групові заняття, інтегровані уроки, розвивальні години спілкування в класі. Основними методами розвитку емоційної сфери учнів з інтелектуальними порушеннями є: ігрові методи, арт-терапія, музикотерапія, казкотерапія, тренінгові вправи і соціально-емоційне навчання, психогімнастика.

3. Важливою є рання діагностика емоційних порушень і вчасне надання психолого-педагогічної підтримки, що дають можливість компенсувати порушення та попередити виникнення вторинних порушень. За результатами дослідження 43,4% учнів мають низький рівень розвитку емоційної сфери, 43,4%- середній, 13,2% - високий.

Усі досліджувані мали проблеми в розпізнаванні емоцій, низьку сформованість мімічної експресії та слабку здатність до емоційної ідентифікації у власному вираженні, у них переважає низький рівень емоційної саморефлексії, низька культура емоційної регуляції та недостатнє емпатійне наслідування.

4. Завданнями програми формувального експерименту «Мої почуття» визначено: формувати в учнів уявлення про базові емоції; розвивати уміння розпізнавати емоції за мімікою, жестами, інтонацією; навчати учнів адекватно виражати свої емоції; розвивати навички емоційної саморегуляції; формувати в учнів емпатію, співпереживання, взаємопідтримку.

5. Після реалізації програми, яка включала ігрові, арт-терапевтичні, казкотерапевтичні, музикотерапевтичні та психогімнастичні вправи, показники учнів експериментальної групи значно покращились: частка дітей із високим рівнем розвитку емоційної сфери зросла майже вчетверо, а кількість учнів із низьким рівнем зменшилась утричі.

Розвиток емоційної сфери учнів з порушеннями інтелектуального розвитку є не лише важливою умовою особистісного становлення, а й запорукою їх успішної соціальної адаптації та інклюзії. Розроблена програма може бути використана у практиці корекційних педагогів, асистентів учителя, практичних психологів спеціальних і інклюзивних закладів освіти.

Перспективами подальших досліджень є співпраця з батьками та командою психолого-педагогічного супроводу щодо оптимізації емоційного розвитку учнів з порушеннями інтелектуального розвитку.