

*Людмила Володимирівна Балла, викладач (ORCID 0000-0001-7225-9001)  
Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»*

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДОШКІЛЬНИКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ ТА ЇХ ГАРМОНІЗАЦІЯ МЕТОДАМИ АРТ- І КАЗКОТЕРАПІЇ

Статтю присвячено теоретико-методологічному та практичному аналізу особливостей емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку які проживають в умовах воєнного стану в Україні. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю мінімізації негативних наслідків хронічного психотравмуючого впливу війни на ментальне здоров'я наймолодших членів суспільства дітей дошкільного віку.

У роботі ґрунтовно проаналізовано деструктивні зміни в емоційній сфері особистості старших дошкільників, зокрема підвищеної тривожності, страхів, агресивності та емоційної лабільності (нестабільності), зумовлених хронічним стресом війни. Виявлено та систематизовано специфіку прояву таких негативних емоційних станів, як підвищена ситуативна та особистісна тривожність, дитячі страхи, фрустраційна агресивність та виражена емоційна лабільність. Доведено, що ці прояви є прямим наслідком тривалого перебування дітей у стресогенному середовищі викликаним військовими діями зі сторони агресора.

Науково обґрунтовано психотерапевтичний, розвивальний та корекційно-відновлювальний потенціал методів арттерапії (малювання) та казкотерапії (робота з авторськими та терапевтичними казками). Визначено, що інтеграція цих підходів виступає екологічним, м'яким та нетравмуючим інструментом стабілізації дитячої психіки, який дозволяє дитині безпечно вербалізувати та проєціювати внутрішні переживання.

У результаті дослідження представлено модель комплексної програми психологічної гармонізації емоційної сфери дошкільників, трансформацію тривожних станів, відновлення базового почуття безпеки, довіри до світу та суттєве посилення індивідуальних та розвиток адаптаційних ресурсів дошкільників.

Матеріали мають практичну цінність для практичних психологів, фахівців галузі дошкільної освіти, батьків, вихователів закладів дошкільної освіти.

**Ключові слова:** діти дошкільного віку, емоційний стан, емоційний інтелект, емоційна стабільність, резильєнтність, методи гармонізації, арттерапія, казкотерапія.

**Вступ.** Повномасштабна війна в Україні зумовила кардинальну трансформацію соціального простору життєдіяльності дитини, що призвело до безпрецедентного зростання психотравмуючих чинників. Найбільш вразливою категорією в контексті тривалої дистресової ситуації є діти старшого дошкільного віку, чия емоційна сфера перебуває на етапі інтенсивного становлення та відбудови емоційної сфери. Хронічний стрес, спричинений

повітряними тривогами, вибухами, перебуванням в укриттях, вимушеною міграцією та втратою звичного мікросоціуму, деструктивно впливає на психіку дошкільника. Це проявляється у деформації базового почуття безпеки, виникненні стійких негативних емоційних станів, страхів, розладів сну, регресії поведінкових виявів та зниженні адаптаційного потенціалу.

У зв'язку з цим гостро постає науково-практична задача пошуку та

обґрунтування м'яких, екологічних та нетравмуючих засобів психологічної допомоги постраждалим. Провідне місце серед таких інструментів посідає інтеграція методів арттерапії та казкотерапії. Вони дозволяють дитині у символічній, безпечній для психіки формі винести назовні пригнічені переживання, відреагувати страхи й акумулювати внутрішні ресурси без ризику вторинної ретравматизації.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Вивчення емоційної сфери дітей дошкільного віку в умовах соціальних криз, збройних конфліктів та хронічного стресу спирається на фундаментальні праці вітчизняних та зарубіжних науковців. Теоретико-методологічною основою дослідження стали концепції емоційного розвитку дитини та подолання психічної травми, розроблені у працях таких дослідників, як: Г. Костюк, С. Максименко, В. Роменець – загальнопсихологічні закономірності розвитку психіки та емоційного світу особистості.

Т. Титаренко, Н. Чепелєва, М. Смульсон – особливості переживання особистістю кризових життєвих подій, психологія життєстійкості та відновлення ресурсів в умовах війни.

Питаннями збереження ментального здоров'я дітей під час війни, специфікою прояву дитячої тривожності, страхів та посттравматичних стресових реакцій безпосередньо займаються сучасні українські фахівці: О. Вознесенська, Л. Царенко, І. Сидоренко, Т. Ткачук.

Особливе значення у контексті нашого дослідження мають праці, спрямовані на вивчення безпосереднього впливу близькості бойових дій на психіку населення. Зокрема, у дослідженні В.Є. Христенка та Я.О. Овсянникової (2022) ґрунтовно проаналізовано основні деструктивні психічні стани (гострий

стрес, депресивні прояви, дезорієнтація), що спостерігалися у мешканців міста Харків в умовах активних воєнних дій на його околицях. Автори доводять, що тривале перебування під загрозою обстрілів викликає специфічні кризові стани, які трансформують емоційну сферу особистості та виснажують її адаптаційні ресурси. Зазначені закономірності є екстраполяційними й щодо дитячого населення, оскільки деструктивний психоемоційний фон дорослого оточення безпосередньо репродукується в емоційній архітектурі дитини, посилюючи її власну тривожність та лабільність в аналогічних безпекових умовах [13].

Психотерапевтичний та корекційний потенціал методів експресивних мистецтв (арттерапії) у роботі з дітьми обґрунтовано в роботах О. Бреусенко-Кузнецової, Л. Підлипної, О. Деркач. Розвивальний, діагностичний та трансформаційний аспекти казкотерапії, зокрема використання терапевтичних та авторських казок у кризових станах, ґрунтовно досліджено у працях Н. Сабліної, О. Тараріної, І. Матійків [11].

Попри значну кількість напрацьованих, синергетичний ефект інтеграції арт- та казкотерапевтичних технік як єдиної системи гармонізації емоційного стану старших дошкільників в умовах безпосереднього триваючого воєнного стану потребує додаткового емпіричного вивчення та методичного структурування.

**Мета статті.** Теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити психологічні особливості порушень емоційної сфери дітей дошкільного віку в умовах війни, які постійно перебували на територіях де ведуться бойові дії та визначити дієвість арт- і казкотерапії для їх гармонізації.

**Матеріали та методи дослідження.** Дослідження сучасних психологів психічного стану дітей які знаходились с

початку війни в Україні в кризових умовах, наголошують на наявності в дітей певних психічних моментів які потребують негайної підтримки фахівців. Так, психолог С. Драбинюк, досліджуючи психологічні стратегії підтримки обдарованих дітей в кризових умовах наголошує, що, «у кризових обставинах обдаровані діти часто проявляють особливу чутливість, надчутливість до змін, тривогу, екзистенційну рефлексію й перфекціоністичні тенденції – все це може перешкоджати їхньому розвитку або «заморожувати» творчий потенціал» [7, с. 281]. Тут доречно додати, що такій особливій чутливості до стресу піддаються і звичайні діти, які чують вибухи майже кожного дня, а іноді і надто близько. Тож військові дії, бомбардування, вибухи тощо є моменти до яких практично не реально пристосуватися як дорослій людині, а дитині понині.

Проаналізувавши наявну літературу з проблем допомоги дітям війни ми визначили два основні підходи до психологічної допомоги дітям війни: перший – орієнтований на травму та акцентує на необхідності подолання (лікування) травмівного досвіду, на тому аби діти якнайшвидше позбавилися своїх травмівних спогадів і далі жили своїм природнім дитячим життям; другий – профілактичний, замість того, щоб зосереджуватися на минулому досвіді, інтервенції спрямовані на вирішення актуальних проблем дітей, щоб вони змогли адаптуватися до максимально продуктивного життя у безпечному місці [8, с. 7].

Ми наголошуємо на ролі вчителя як джерела психосоціальної підтримки учнів. У цій книзі не лише описуємо травмівний досвід дітей війни, а й акцентуємо на ресурсах, наявних, але не у всіх дітей актуалізованих. Ми говоримо про війну у реальному часі, тримаючи в пам'яті думку

про мир, коли нам доведеться долати розірваність між минулим, теперішнім і майбутнім, окреслити межі своєї травмованості. Але саме зараз головне завдання всіх – дорослих і дітей – вижити, вціліти, щоб було кому відновлювати відчуття часу, життєвої перспективи і нашої країни в цілому [8, с. 7].

Для глибокого розуміння деструкційного впливу воєнного стресу на психіку дитини доцільно звернутися до психоеволюційної концепції Р. Плутчика (1980). Згідно з його моделлю «колеса емоцій», базові емоційні стани виконують адаптивну та захисну функції. Однак в умовах війни через постійну загрозу життю у дітей старшого дошкільного віку відбувається зміщення від помірних емоційних станів середнього кола до гострих афектів центрального кола (переростання страху у *жах*, а злості – у *лоть*). Хронічний дистрес активує стійкі складні емоції зовнішнього кола, зокрема *агресивність* (як суміш гніву та очікування загрози) або *покірність/загальмованість* (як поєднання довіри до дорослого та тотального страху) [14]. За Р. Плутчиком, рух емоцій визначає поведінкові вектори: «рух до людей», «рух від людей» або «рух проти людей». Впровадження методів арт- та казкотерапії у нашому дослідженні спрямоване саме на зниження інтенсивності цих станів – від афективного центру колеса до периферійного емоційного спокою, що дозволяє дитині повернутися від деструктивного «руху проти людей» (агресія) до гармонійної соціальної взаємодії (рисунки 1) [14].

Тут ми маємо простежити психоеволюційну теорію емоцій Плутчика, адаптовану для розуміння функцій емоційної сфери особистості. Емоції розглядаються не як деструктивний елемент, а як корисне біологічне надбання еволюції.

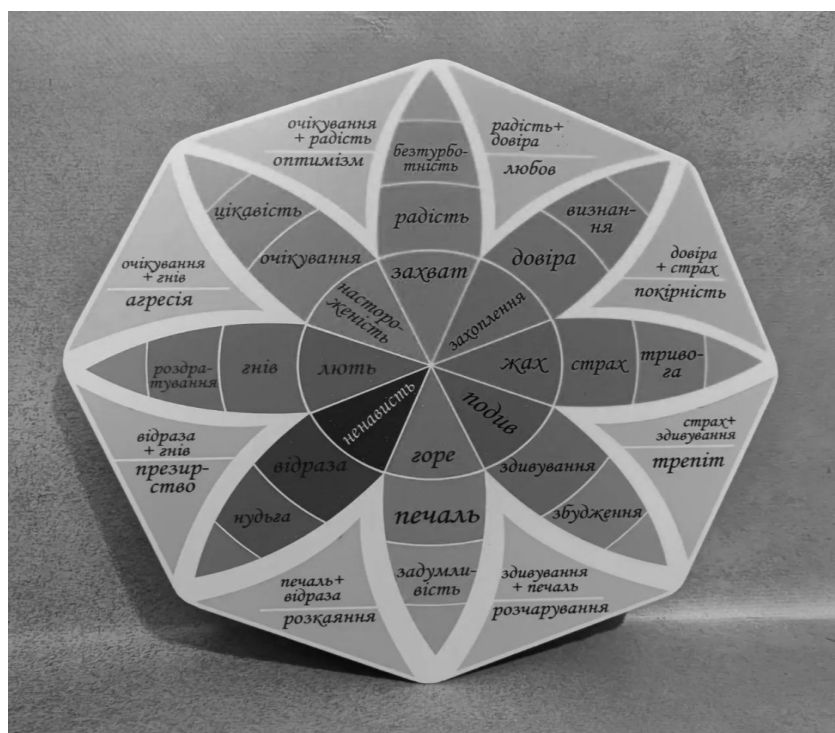


Рис. 1. Модель структури емоцій за Р. Плутчиком

Вони виконують інформаційну (допомагають розуміти інших), сигнальну (попереджають про небезпеку чи сприятливість моменту) та мотиваційну (підсилюють рішучість діяти) функції.

Наслідки несформованості емоційної саморегуляції: Зазначається, що невміння усвідомлювати та контролювати свої переживання веде до внутрішніх конфліктів, труднощів у спілкуванні та «загальної неадекватності поведінки ситуації» (що вкрай актуально для дошкільників у стані стресу).

Структура «Колеса емоцій»: Модель побудована за принципом концентричних кіл, де емоції диференціюються за інтенсивністю та складністю:

Центральне коло (Афекти): Найбільш сильні, короткотривалі емоційні вияви (наприклад, лють, жах, захват). Вони блокують адекватну поведінку, якщо ситуація вже сталася.

Середнє коло (Базові емоції): 8 первинних емоцій, необхідних для

виживання (радість, смуток, страх, довіра, очікування, здивування, злість, огида).

Зовнішнє коло (Складні емоції / Диади): Формуються як комбінація кількох простих (наприклад: оптимізм = очікування + радість; агресивність = гнів + очікування; покірність = довіра + страх).

Вектор інтенсивності: Чим далі від центру, тим менша інтенсивність переживання, аж до «емоційного нуля» (повного спокою) на краях пелюсток.

Слід зазначити, що ще одним з вагомих результатів надання психологічної допомоги постраждалим дітям є механізм роботи через емоційний інтелект. Тож важливим теоретичним підґрунтям для розуміння механізмів стабілізації психіки дитини в кризових умовах є розгляд емоційної сфери через призму концепції емоційного інтелекту. Як зазначають М. П. Андрусенко та Л. В. Балла (2016), розвиток емоційного інтелекту виступає базовим фактором і внутрішнім рушієм духовного виховання дошкільників. Своєчасне формування у

дітей здатності до ідентифікації, розуміння та диференціації власних емоційних станів, а також емпатійного відгуку на переживання інших, закладає міцний фундамент для становлення їхньої ціннісно-сислової сфери. В умовах воєнного дистресу, коли руйнуються звичні зовнішні опори, саме високий рівень емоційного інтелекту стає тим внутрішнім адаптаційним ресурсом, що запобігає афективній деформації особистості. Здатність дошкільника до елементарної саморегуляції, яка актуалізується через інтегровані методи арт- та казкотерапії, безпосередньо корелює з основами емоційної культури, обґрунтованими у наших попередніх дослідженнях, і забезпечує не лише психологічне відновлення, а й подальший духовний розвиток дитини попри деструктивний вплив середовища. Тому наголосимо на вкрай необхідному моменті розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку [1].

У контексті пошуку ефективних засобів мінімізації воєнного стресу особливої актуальності набуває проблема формування та підтримки психологічної резильєнтності (життєстійкості) особистості. Як слушно зазначає Ю. В. Осадько (2024), досліджуючи особливості психічних станів дошкільників у сучасних реаліях, саме казкотерапія володіє потужним потенціалом для актуалізації внутрішніх та зовнішніх ресурсів дитини в умовах воєнного стану. Авторка обґрунтовує, що метафоричний простір казки виступає безпечним майданчиком, де дитина не лише проживає травмуючий досвід через образи персонажів, а й засвоює дієві паттерни адаптивної поведінки та стратегії подолання труднощів. Таким чином, синергетичний ефект інтеграції арттерапевтичних технік та розвивально-корекційних ресурсів казкотерапії, якому присвячено наше дослідження, безпосередньо сприяє

трансформації дитячих страхів та тривожності у стійкі копінг-стратегії, що є базовою основою для становлення психологічної резильєнтності старших дошкільників [11].

Для досягнення поставленої мети було використано комплекс взаємодоповнюючих **методів дослідження**:

Теоретичні методи: системний та порівняльний аналіз психолого-педагогічної, клінічної та методичної літератури; узагальнення та систематизація наукових поглядів на проблему кризових станів у дітей.

Емпіричні методи (діагностичний блок): Тест тривожності (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен) – для визначення загального рівня та специфіки прояву ситуативної тривожності дошкільників у типових життєвих ситуаціях.

Проективна методика «Малюнок несучої існуючої тварини» – для виявлення прихованих страхів, рівня внутрішньої агресивності, депресивних тенденцій та захисних механізмів психіки.

Методика «Будиночок страхів» (за О. Захаровим та М. Панфіловою) – для діагностики, диференціації та локалізації конкретних видів дитячих страхів.

Спостереження за поведінковими реакціями дітей під час ігрової діяльності та в укриттях під час тривоги (оцінка емоційної лабільності).

Методи психологічного впливу (формувальний блок): Впровадження авторської комплексної програми психологічної гармонізації, що інтегрує ізотерапію, пісочну анімацію, пластилінографію та метафоричний простір терапевтичної казки [11]. Комплексна програма складалась з серії казок та поетапним малюванням героїв, уявних ситуацій та настрою дітей після серії прочитань казок.

#### **Обговорення результатів.**

Емпіричний зріз емоційного стану старших дошкільників продемонстрував

чітку кореляцію між хронічним воєнним стресом та деструкцією емоційної сфери. У більшості досліджуваних дітей виявлено високий рівень особистісної та ситуативної тривожності, що виражається у руховому неспокої, порушеннях сну, соматичних скаргах та фіксації на загрозах. Проективні методики зафіксували наявність глибоких страхів (зокрема, страху гучних звуків, втрати батьків, замкнутого простору укриттів). Фрустрація базової потреби в безпеці трансформується у два типи поведінкових реакцій: відкриту агресивність (захисна реакція «напад») або глибоку емоційну лабільність та плаксивість (реакція «замри/втікай»).

Впровадження інтегрованої програми «Арт-Казка» дозволило змінити динаміку цих станів. Обговорення результатів застосування програми доводить:

*Механізм психологічного впливу:* Поєднання казки та арт-практики створює подвійний захисний екран для дитячої психіки. Казковий сюжет забезпечує дистанціювання від реальної травми (дитина проживає стрес не через власне «Я», а через метафоричний образ казкового героя), а подальша візуалізація або ліплення персонажа (арт-компонент) дає можливість матеріалізувати страх, зробити його керованим і трансформувати у безпечний об'єкт.

Для демонстрації роботи з казкотерапією представляємо власні нароби, які були представлені у посібнику Н. Сабліної [11].

Казкотерапія для дітей дошкільного віку під час війни і у повсякчас Казкотерапія у роботі з дітьми – є одним з найефективніших та універсальних методів психологічної допомоги де не травмується психіка малечі. Казка не травмує дитину, вона «лікує» її душу, почуття, її волю і світосприйняття через

занурення у казковий і чарівний світ пригод. Казка виступає як вербальна техніка в просторі арттерапії, і має потужний вплив на дитину через створення казкових історій. Використовуючи казку, ми маємо вплив на усі сфери розвитку дитини: чуттєву, моральну, духовну, ціннісну тощо. Через казку ми даємо дитині впевненість в собі, моральну стійкість, силу, мужність. Досить важливо є те, що казка допомагає дитині перетворити негативні спогади на позитивні, побороти страх і вийти героєм, розгледіти свої вчинки і змінити їх, розбудити любов до свого краю і Батьківщини. Ціль казкотерапії – збагатити душу дитини добром і радістю. Казкотерапія – це той засіб, за допомогою якого ми можемо разом з малюком моделювати казкову дійсність, перетворюючи її на реальність, тим самим допомагаємо ще не встаткованій психіці дитині стабілізуватись і знайти правильні шляхи вирішення психологічних проблем. Казка – це пряме рішення дитячих страхів і проблем, яка дає нам найкращу можливість допомогти дитині і вирішити ці питання разом. Казка – це сила!

Аналіз динаміки змін після завершення програми засвідчив суттєве зниження індексів тривожності, нівелювання гострих фрустраційних станів та відновлення емоційної стабільності дошкільників. Дитина опановує первинні навички саморегуляції через символічні дії в грі та творчості.

**Висновки.** Воєнний стан в Україні виступає одним із головних чинників хронічного дистресу, який має негативний вплив на емоційну сферу дітей старшого дошкільного віку. Постійне перебування в умовах небезпеки, повітряних тривог, вимушеної соціальної ізоляції, переселення та втрати базового відчуття безпеки зумовлює формування стійких негативних емоційних станів, зокрема

підвищеної тривожності, страхів, агресивних реакцій, емоційної лабільності та порушень поведінкової саморегуляції. Отримані результати підтверджують, що хронічний військовий стрес суттєво виснажує адаптаційні ресурси дошкільників та ускладнює процес їхнього емоційного розвитку.

Розроблена комплексна програма психологічної гармонізації, побудована на інтеграції арттерапевтичних технік і казкотерапії, продемонструвала високу результативність у роботі зі старшими дошкільниками в умовах воєнного стану. Її впровадження сприяло зниженню рівня тривожності, послабленню проявів емоційної напруги та агресивності, стабілізації психоемоційного стану дітей і розвитку первинних навичок емоційної саморегуляції.

Поєднання художньої експресії та терапевтичного казкового сюжету забезпечило безпечне відреагування негативних переживань, актуалізацію внутрішніх ресурсів дитини та формування більш адаптивних моделей поведінки.

Але необхідно відмітити, що ефективність казки як психокорекційного засобу безпосередньо залежить від урахування індивідуально-психологічних особливостей та репрезентативних систем дітей старшого дошкільного віку. Діти з розвинутою вербально-когнітивною сферою та високим рівнем уяви успішно рефлексують під час суто метафоричного простору казки (аудіальне сприйняття, аналіз сюжету, вербалізація емоцій героя). Натомість дошкільники з кінестетичною та візуальною спрямованістю, високим рівнем рухової активності або глибоко блокованими емоційними станами потребують обов'язкового розширення казки через предметно-практичну діяльність. Для цієї категорії вихованців провідним чинником стабілізації психіки виступає художня експресія – малювання,

ліплення, пластилінографія або виготовлення терапевтичної іграшки своїми руками. Такий інтегрований підхід дозволяє перевести абстрактний образ внутрішнього страху чи агресії у тактильну, матеріальну форму, роблячи його керованим для дитини та забезпечуючи максимальний терапевтичний ефект у межах комплексної програми гармонізації.

Отримані результати дають підстави рекомендувати запропоновану програму для впровадження у практичну діяльність психологів і педагогів закладів дошкільної освіти в умовах воєнного сьогодення.

### Література

1. Андрусенко М. П., Балла Л. В. Розвиток емоційного інтелекту як фактор духовного виховання дошкільників. Духовність особистості: методологія, теорія і практика : зб. наук. пр. / Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля, Каф. ЮНЕСКО «Духов.-культ. цінності вихов. та освіти». Київ, 2016. Вип. 4. С. 6–11. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/domtp\\_2016\\_4\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/domtp_2016_4_3).

2. Андрусик О. Казкотерапія як метод розвитку емоційної сфери дошкільників // Теорія та практика психокорекції особистості. Електронний збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (м. Умань, 7 листопада 2024 р.) / МОН України, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, кафедра психології; голов. ред. О. А. Дудник; редкол.: І. О. Вахоцька, І. П. Якимчук. Умань, 2024. С. 34–36.

2. Арттерапія в роботі з дітьми: світовий та вітчизняний досвід : монографія / за ред. О. В. Вознесенської. Київ : Слово, 2022. 248 с.

3. Балла Л. Арт-терапія як метод виховання духовно-моральних почуттів у дітей старшого дошкільного віку в умовах ЗДО. Матеріали IV Міжнародної науково-практичної

конференції «Як вижити дитині у світі, де дорослі “з’їхали з глузду?”», 04–05 червня 2022 року. Тернопіль, 2022. С. 138 – 141.

5. Брежнєва О. Г. Емоційний інтелект дитини-дошкільника: теорія і практика формування : навч.-метод. посіб. Бердянськ : БДПУ, 2021. 186 с.

7. Драбинюк С. Ю. Психологічні стратегії підтримки обдарованості в кризових умовах. Матеріали VI Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції Обдаровані діти – скарб нації! : матеріали VI Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції (Київ, 22–28 жовтня 2025 року) / Упоряд.: М. С. Гальченко, В. М. Шульга. – Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2025. 1338 с.

8. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федодан О. В. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: арттерапевтичні та казкотерапевтичні методи : методичні рекомендації. Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 132 с.

9. Зливков В., Ліпінська С., Лукомська С. Сучасні тренінгові технології: інтегративний підхід. Київ.- Ніжин: Видавець Лисенко М.М., 2020. 210 с.

10. Кононенко О., Кононенко А., Крошка К., Базика Є. Життєстійкість та ціннісні орієнтації особистості як психологічні ресурси її психологічного здоров’я. Наукові перспективи. 2023. № 9(39). [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-9\(39\)-565-575](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-9(39)-565-575)

11. Сабліна Н.В. «АРТтерапія у війні. Техніки зцілення для дітей, підлітків та дорослих». Вінниця : ТВОРИ, 2024. 228 с.

12. Бялонович, С. Психологічні стратегії внутрішньої стабілізації українців в умовах щоденного стресу війни. Вчені записки Університету "КРОК". 2025. № 2(78). С. 520-529. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-78-520-529>

13. Христенко В. Є., Овсянникова Я. О. Основні психічні стани, які спостерігались у мешканців міста, на околицях якого відбуваються воєнні дії (на прикладі міста Харків). Проблеми екстремальної та кризової психології. 2022. 1(3). С. 109-130. <https://doi.org/10.52363/dcpp-2022.3.9>

14. Plutchik, R. (2001). The Nature of Emotions. *American Scientist*, 89(4), P. 344–350

*Lyudmila Balla, Lecturer*

*Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy» of Kharkiv Regional Council, Kharkiv (Ukraine)*

## PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE EMOTIONAL SPHERE OF PRESCHOOL CHILDREN DURING THE WAR AND ITS HARMONIZATION BY MEANS OF ART THERAPY AND FAIRY TALE THERAPY

The article is devoted to the theoretical, methodological, and practical analysis of the emotional sphere characteristics of older preschool children living under martial law conditions in Ukraine. The relevance of the study is determined by the need to minimize the negative consequences of the chronic psychotraumatic impact of war on the mental health of the youngest members of society – preschool children.

The paper thoroughly analyzes destructive changes in the emotional sphere of older preschool children, including increased anxiety, fears, aggressiveness, and emotional lability (instability) caused by chronic wartime stress. The study identifies and systematizes the specific

manifestations of such negative emotional states as heightened situational and personal anxiety, childhood fears, frustration-related aggression, and pronounced emotional instability. It is proven that these manifestations are a direct consequence of children's prolonged stay in a stressogenic environment caused by military actions carried out by the aggressor state.

The psychotherapeutic, developmental, corrective, and restorative potential of art therapy methods (drawing) and fairy tale therapy (working with authorial and therapeutic fairy tales) has been scientifically substantiated. It has been determined that the integration of these approaches serves as an ecological, gentle, and non-traumatizing tool for stabilizing children's psyche, enabling children to safely verbalize and project their inner experiences.

As a result of the study, a model of a comprehensive psychological harmonization program for the emotional sphere of preschool children is presented. The program is aimed at transforming anxiety states, restoring the basic sense of safety and trust in the world, as well as significantly strengthening the individual adaptive resources and resilience of preschool children.

The results of the study have practical value for practicing psychologists, preschool education specialists, parents, and preschool educators.

**Keywords:** preschool children, emotional state, emotional intelligence, emotional stability, resilience, harmonization methods, art therapy, fairy tale therapy.

### References

1. Andrusenko, M. P., & Balla, L. V. (2016). Rozvytok emotsiinoho intelektu yak faktor dukhovnoho vykhovannia doshkilnykiv [Development of emotional intelligence as a factor of spiritual education of preschool children]. *Dukhovnist osobystosti: metodolohiia, teoriia i praktyka*, 4, 6–11. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/domtp\\_2016\\_4\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/domtp_2016_4_3) [in Ukrainian].
2. Andrusyk, O. (2024). Kazkoterapiia yak metod rozvytku emotsiinoi sfery doshkilnykiv [Fairy tale therapy as a method of developing the emotional sphere of preschool children]. In *Teoriia ta praktyka psykholohicheskoi osobystosti: materialy IV Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii* (Uman, November 7, 2024) (pp. 34–36). Uman [in Ukrainian].
3. Voznesenska, O. V. (Ed.). (2022). *Artterapiia v roboti z ditmy: svitovi ta vitchyzniani dosvid* [Art therapy in work with children: world and domestic experience]. Kyiv: Slovo [in Ukrainian].
4. Balla, L. (2022). Art-terapiia yak metod vykhovannia dukhovno-moralnykh pochuttiv u ditei starshoho doshkilnogo viku v umovakh ZDO [Art therapy as a method of developing spiritual and moral feelings in older preschool children in preschool education institutions]. In *Materialy IV Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii «Yak vyzhyty dytyni u sviti, de dorosli “z'ikhaly z hluzdu?”»* (pp. 138–141). Ternopil [in Ukrainian].
5. Brezhnieva, O. H. (2021). *Emotsiinyi intelekt dytyny-doshkilnyka: teoriia i praktyka formuvannia* [Emotional intelligence of a preschool child: theory and practice of formation]. Berdiansk: BDPU [in Ukrainian].
6. Drabyniuk, S. Yu. (2025). *Psykholohichni stratehii pidtrymky obdarovanosti v kryzovykh umovakh* [Psychological strategies for supporting giftedness in crisis conditions]. In *Obdarovani dity – skarb natsii!: materialy VI Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi onlain-konferentsii* (Kyiv, October 22–28, 2025) (pp. 281–285). Kyiv: Instytut obdarovanoi dytyny NAPN Ukrainy [in Ukrainian].
7. Zlyvkov, V. L., Lukomska, S. O., & Fedodan, O. V. (2023). *Psykholohichna dopomoha ditiam u kryzovykh sytuatsiakh: artterapevtychni ta kazkoterapevtychni metody* [Psychological assistance to children in crisis situations: art therapy and fairy tale therapy methods]. Kyiv: Instytut

psykholohii im. H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy [in Ukrainian].

8. Zlyvkov, V., Lipinska, S., & Lukomska, S. (2020). Suchasni treninhovi tekhnolohii: intehratyvnyi pidkhid [Modern training technologies: an integrative approach]. Kyiv–Nizhyn: Vydavets PP Lysenko M. M. [in Ukrainian].

9. Kononenko, O., Kononenko, A., Kroshka, K., & Bazyka, Ye. (2023). Zhyttiistikiist ta tsinnisni oriiantatsii osobystosti yak psykholohichni resursy yii psykholohichnoho zdorovia [Resilience and value orientations of personality as psychological resources of mental health]. *Naukovi perspektyvy*, 9(39). [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-9\(39\)-565-575](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-9(39)-565-575) [in Ukrainian].

10. Sablina, N. V. (2024). ARTterapiia u viini. Tekhniky ztsilennia dlia ditei, pidlitkiv ta doroslykh [Art therapy in war. Healing techniques for children, adolescents and adults]. Vinnytsia: TVORY [in Ukrainian].

11. Skliarova, H., & Surnina, Ye. (2025). Psykholohichni stratehii vnutrishnoi stabilizatsii ukraintsiv v umovakh shchodennoho stresu viiny [Psychological strategies of internal stabilization of Ukrainians under conditions of daily war stress]. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK»*, 2(78), 512–519. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-78-512-519> [in Ukrainian].

12. Khrystenko, V. Ye., & Ovsiannikova, Ya. O. (2022). Osnovni psykhični stany, yaki sposterihalys u meshkantsiv mista, na okolytsiakh yakoho vidbuvaiutsia voiennoi dii (na prykladi mista Kharkiv) [Main mental states observed in residents of a city near combat zones (on the example of Kharkiv)]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, 1(3), 109–130. <https://doi.org/10.52363/dcpp-2022.3.9> [in Ukrainian].

13. Plutchik, R. (2001). The Nature of Emotions. *American Scientist*, 89(4), 344–350 [in English].

Дата першого надходження статті до видання: 24.04.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 18.05.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 31.05.2026