



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста
средствами арт-терапии**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое консультирование»
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

74,49 % авторского текста

Работа реценз. к защите
рекомендована/не рекомендована

«05» 05 2024 г.

зав. кафедрой ТиПП

[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-210/270-2-1
Агишева Наталья Владимировна [подпись]

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент кафедры ТиПП
Барышникова Елена Викторовна [подпись]

Челябинск
2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ.....	8
1.1 Понятие эмоциональной сферы в психолого-педагогической литературе.....	8
1.2 Особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.....	15
1.3 Модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.....	22
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ.....	30
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	30
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	37
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ.....	45
3.1 Программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.....	45
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	55
3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	72
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	76
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.....	88

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.....	94
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии	98
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.....	116
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику	126

ВВЕДЕНИЕ

Проблема развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста занимает важное место в современной науке. Эмоциональная сфера рассматривается как ядро становления личности, она определяет поведение человека и его место в коллективе. Значимость развития эмоциональной сферы раскрывается в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования. Эмоциональный опыт, способность понимать и выражать эмоции определяют характер общения старшего дошкольника со взрослым и сверстниками.

Проблему эмоциональной сферы рассматривали такие авторы, как А.В. Запорожец, К. Изард, В.В. Лебединский, Л.Ф. Обухова, С.Л. Рубинштейн и др. [54; 22; 34; 48; 56]. Особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста рассматривали такие авторы, как Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Я.Л. Коломинский, М.И. Лисина, Г.А. Урунтаева, А.М. Щетинина и др. [7; 14; 26; 35; 65; 74]. Моделирование в психологии рассматривали различные авторы и подчёркивали значимость его применения в развивающей работе. Можно отметить недостаток исследований, направленных на изучение эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с точки зрения понимания, идентификации и выражения базовых эмоций.

Актуальность темы объясняется тем, что в настоящее время наблюдается увеличение количества детей старшего дошкольного возраста, имеющих недостаточно развитую эмоциональную сферу. В настоящее время существует запрос от общества на развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста и минимизацию эмоциональных нарушений. Отмечается, что в дошкольных учреждениях внимание преимущественно уделяется развитию когнитивной сферы старших дошкольников. Однако важно помнить о значимой роли эмоциональной

сферы в познавательном развитии детей и их адаптации в социуме. В этом заключается противоречие, решение которого заключается в разработке модели и программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии. Это и определило выбор темы выпускной квалификационной работы: «Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии».

Цель исследования – теоретически изучить и опытно-экспериментальным путём проверить эффективность реализации программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

Объектом исследования является эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста.

Предметом исследования является развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

Гипотеза исследования – мы предполагаем, что уровень эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста повысится, если разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, включающую изотерапию, сказкотерапию, песочную терапию и работу с пластилином.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть понятие эмоциональной сферы в психолого-педагогической литературе.
2. Изучить особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.
3. Теоретически обосновать и разработать модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку испытуемых и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику и составить рекомендации родителям и педагогам по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание и моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой, «Изучение понимания эмоционального состояния людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной, «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой.

4. Методы математико-статистической обработки данных: Т-критерий Вилкоксона.

Теоретико-методологическую основу составили:

– сущность эмоций и их роль в жизни человека (П.К. Анохин, К. Изард, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн);

– развитие эмоциональной сферы и личности детей дошкольного возраста (Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, Л.В. Занков, А.В. Запорожец, В.С. Мухина);

– влияние арт-терапии на эмоциональную сферу детей дошкольного возраста (А.В. Гнездилов, Б.Д. Карвасарский, И.М. Никольская).

Теоретическая значимость исследования заключается в описании эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с точки зрения

понимания, идентификации и выражения базовых эмоций и обосновании модели развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

Практическая значимость исследования заключается в разработке и реализации модели и программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, а также составление рекомендаций родителям и педагогам по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

База исследования: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №157 г. Челябинска». В исследовании приняли участие дети старшего дошкольного возраста в количестве 30 человек. Из них 16 девочек и 14 мальчиков. Возраст – 6-7 лет.

Апробация результатов исследования:

1. Результаты исследования обсуждались на заочной международной научно-практической конференции «Инновационные научные исследования», 2024 г., г. Пенза.

2. По результатам исследования была опубликована статья: Агишева Н. В. Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии / Н. В. Агишева // Инновационные научные исследования. – Пенза, 2024. – С. 149–156. – URL: <https://naukaip.ru/wp-content/uploads/2024/01/МК-1919.pdf?ysclid=lwypbk7iz2720072918> (дата обращения: 30.05.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

1.1 Понятие эмоциональной сферы в психолого-педагогической литературе

Эмоциональная сфера играет важную роль во всестороннем развитии личности, она связана с его когнитивной и поведенческой сферами. Хорошее понимание собственных и чужих эмоций, а также контроль над ними обеспечивают возможность создания удовлетворительных межличностных отношений и плодотворной учебной и профессиональной деятельности [19, с. 23].

Эмоциональная сфера человека интересовала людей с давних времён. Ещё в книге Аристотеля «О душе» была упомянута эмоциональная сфера личности в разделе «Чувства». Впоследствии работы многих авторов были посвящены душевной жизни людей. В настоящее время эмоциональная сфера рассматривается как важный компонент психического развития личности. Она рассматривается наравне с когнитивной и поведенческой сферами [47, с. 122].

Т. Рибо полагает, что эмоциональная сфера является врождённой характеристикой личности [55, с. 24]. Впоследствии эмоции уходят на второй план и рассматриваются как инстинктивные реакции. Это объясняется тем, что лобные доли человека развиваются, результатом чего становится повышение способности к самоконтролю и программированию. Человек перестаёт бездумно подчиняться эмоциям, он начинает регулировать их в соответствии с ситуацией. Л.С. Выготский, К. Изард, А.В. Запорожец придерживаются другого мнения. Они считают, что эмоции по мере развития личности обогащаются и приобретают более совершенные формы благодаря воздействию социальных условий. Они не уходят на

второй план, а становятся равноценной частью человеческой личности, как и интеллект [14; 22; 54].

Существует несколько подходов, раскрывающих содержание эмоциональной сферы.

Мотивационный подход. К. Изард полагал, что эмоции лежат в основе всех других процессов психики. Они мотивируют их. Эмоции отвечают за активизацию человека, они мобилизуют энергию, вследствие чего осуществляется физическая и интеллектуальная деятельность. Также эмоции определяют восприятие личности: они регулируют то, что будет им воспринято, а то будет не замечено. По его мнению, «эмоции определяют восприятие, мышление и действия людей» [22, с. 216].

Когнитивный подход. Когнитивная сфера оказывает влияние на эмоциональную и всецело управляет ей. Высшие психические процессы осуществляют обработку эмоциональных реакций и продуцируют новые. Исходя из этого подхода, можно сделать вывод, что человек способен анализировать собственные эмоции и эмоции другого человека, что делает возможным его существование в социуме [24, с. 129].

Поведенческий подход. Существуют различные мнения. Одни учёные придерживаются позиции, что эмоция является реакцией организма на стимул и носит наследственный характер. Другие полагают, что эмоции с течением времени дифференцируются и становятся сложнее. Эмоции могут возникать вследствие активизации ассоциативных связей, которые выстраиваются у каждого человека по-своему: одно и то же событие может вызывать различные реакции у разных представителей общества [44, с. 127].

Интегративный подход. Эмоциональная сфера включает в себя когнитивные, социальные, поведенческие, аффективные и регулятивные способности личности. Также в рамках данного подхода следует рассмотреть деятельностный подход. Согласно ему, эмоции усложняются в процессе онтогенеза личности, при этом основной толчок для этого усложнения заключён в деятельности, которую осуществляет человек. При

этом эмоциональные реакции выполняют регулирующую функцию в контексте выполнения деятельности [47, с. 210].

Отсутствие единой точки зрения по поводу того, как развивается эмоциональная сфера человека, стало причиной того, что определений понятия «эмоции» также существует несколько, причём они значительно отличаются друг от друга.

Н.Е. Миллер подчёркивает, что эмоции – это «любое переживание сильного чувства, которое приводит к соматическим изменениям» [Цит. по: 60, с. 300].

К.Е. Изард считает, что эмоции – это то, что «мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действие» [22, с. 210].

Наиболее полное определений эмоций дала Л. Ф. Обухова, которая рассматривала эмоции как «особый класс субъективных психологических состояний, отражающихся в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности» [48, с. 280].

Эмоциональная сфера человека представляет собой совокупность эмоций, чувств и эмоциональных состояний, которые образуют единую и взаимосвязанную систему. Она отражает значимость чего-то в жизни человека и оказывает влияние на его когнитивную и поведенческую сферы.

С.Л. Рубинштейн полагает, что эмоциональная сфера входит в структуру личности и тесно связана с когнитивными и волевыми процессами, которые формируются в течение детства и являются результатом усвоения человеком культурного опыта, общественных норм и принципов [56, с. 312]. Эмоциональное развитие тесно связано с личностным развитием личности, то есть с процессом адаптации к социуму и творческим самовыражением. При этом он подчёркивал значимую роль целенаправленного педагогического процесса в процессе усвоения ребёнком культуры межличностных отношений и ценностей, существующих в обществе [19, с. 24].

Рассмотрим содержание каждого компонента эмоциональной сферы.

1. Когнитивный компонент. Это выстроенная система знаний и представлений об эмоциональной сфере личности. Включает в себя способность воспринимать и понимать эмоциональные явления, иметь представления об эмоциональной сфере человека и вербализировать эмоции.

Человек может воспринимать и понимать эмоциональные явления с помощью невербальных и вербальных источников информации. Мимика, жесты, поза, интонация, вегетативные изменения и прочее играют важную роль в том, чтобы понять, какие эмоции испытывает человек. Бывает и так, что личность сама говорит о том, какие эмоции она испытывает. А.М. Щетинина провела исследование, в ходе которого выявила, что дети, изучая эмоциональное состояние человека, обращают в первую очередь внимание на глаза и брови, а затем на губы [74, с. 33]. Способность понимать эмоции тесно связана с эмоциональным интеллектом человека. Именно высокое развитие данной способности позволяет принимать правильные решения в соответствии с полученной информацией об эмоциональном состоянии собеседника. Процесс улучшения данной способности происходит в результате обогащения эмоционального опыта и опыта рефлексии. Представления об эмоциональной сфере человека включает в себя память о тех эмоциональных реакциях, которые содержатся в опыте взаимодействия с окружающими людьми. Также предполагается, что человек будет понимать, что вызвало те или иные эмоции у него или у другого человека. Для этого предварительно должен быть осуществлён анализ причин эмоций и последствий их проявлений. Вербализация эмоций – это способность человека описывать своё эмоциональное состояние с помощью слов. Это способствует осознанию того, что испытывает человек. Ведь не зря считается, что вербализация эмоции страха снижает силу её воздействия на человека [71].

2. Эмоциональный компонент. Это совокупность различных эмоциональных переживаний, которые могут быть как положительными и отрицательными. Также они различаются по интенсивности и глубине.

Отрицательные эмоции играют важную роль в жизни человека. Они сигнализируют об опасности для того, чтобы человек смог предпринять необходимые действия для своего спасения и защиты. Подчёркивается и важная роль положительных эмоций: они сигнализируют о состоянии благополучия, тем самым побуждая человека искать способы удовлетворения тех потребностей, которые у него есть. Динамическая характеристика переживаний зависит от индивидуальной чувствительности человека. Она определяет скоростью возникновения эмоций и их силой. Объектная направленность переживаний подразумевает установление социальных связей. Человек, взаимодействуя с окружающими людьми, учится проявлять чуткость, сопереживание и сочувствие [47].

3. Поведенческий компонент. Это совокупность действий, которые отражают реакцию человека на различные события. Они могут носить как произвольный, так и непроизвольный характер.

Постепенно происходит переход от непроизвольного характера воспроизведения эмоций к произвольному. У человека с повышением самоконтроля и произвольности поведения появляется возможность контролировать и тормозить проявления своих эмоциональных реакций. Он может управлять ими, чтобы наиболее эффективно взаимодействовать с людьми и выполнять требования социума. С увеличением возраста у человека появляются более широкие возможности в управлении эмоциями: личность становится мудрее и спокойнее [71].

Существует различные мнения по поводу того, какую роль выполняет эмоциональная сфера в жизни человека.

К.Е. Изард считает, что «эмоции и чувства служат способом выживания и достижения благополучия». Эмоциональная сфера позволяет устанавливать контакты и поддерживать доверительные отношения.

Именно такие эмоции, как вина и стыд, не позволяют человеку совершать преступные действия по отношению к другому. Также именно способность к эмпатии и возможность выразить эмоции словами позволяют людям устанавливать контакты, делиться переживаниями и лучше понимать друг друга. Можно прийти к выводу, что с точки зрения эволюции эмоции повлияли на большую вариативность поведения и обеспечили возможность удовлетворительного взаимодействия человека с сородичами. Всё это способствовало успешной адаптации человека в социуме [22, с. 56].

В.В. Лебединский подчёркивает, что эмоции выполняют регуляционную роль. Эмоции лежат в основе реакций человека на различные внешние раздражители окружающей среды и внутренние процессы, они сигнализируют о том, находится человек в состоянии благополучия или неблагополучия. Также эмоциональная сфера отвечает за активизацию других психических процессов. Например, исследовано, что если человек испытывает искренний интерес к изучаемой теме, то он будет быстрее и точнее запоминать предложенный по ней материал. Значит, положительные эмоции оказывают благотворное воздействие на внимание и память человека. Кроме того, эмоции информируют о том, удовлетворяются ли потребности человека [34, с. 52].

Р. Плутчик выделяет базовые эмоции, которые связаны с мимической мускулатурой человека и чётко осознаются им. В настоящее время базовые эмоции усложнились контекстом социальных факторов. К таким эмоциям относятся следующие:

- страх: выполняет защитную функцию, позволяет оценить опасность и отреагировать на неё, поведенческий импульс – бегство;
- гнев: выполняет разрушающую функцию, позволяет оценить уровень препятствия и распознать врага, поведенческий импульс – нападение;
- радость: выполняет функцию продолжения рода, отражает ценность, поведенческий импульс – сплочение;

- печаль: выполняет депривационную функцию, отражает переживание утраты, поведенческий импульс – плач;
- принятие: выполняет функцию поглощения, позволяет оценить уровень доверия и распознать друга, поведенческий импульс – забота;
- отвращение: выполняет функцию отвержения, позволяет оценить уровень вреда, поведенческий импульс – отвержение;
- надежда: выполняет функцию исследования, позволяет изучать новые территории, удовлетворять потребность в познании, поведенческий импульс – поиск;
- удивление: выполняет функцию ориентировки, позволяет изучать новые объекты, удовлетворять потребность в изучении неизвестного, поведенческий импульс – прерывание деятельности [75, с. 570].

К. Изард дополняет данные эмоции ещё двумя: вина и страдание [22, с. 217].

Выделяют несколько факторов, которые могут оказывать влияние на развитие эмоциональной сферы человека. Среди них есть как биологические (наследственность), так и социальные (опыт взаимодействия с людьми). Основополагающую роль в развитии эмоциональной сферы человека играют родители. Именно на основе их реакций выстраивается данная составляющая личности. Если родитель относится доброжелательно к ребёнку, радуется его успехам и сопереживает при неудаче, то он начинает лучше понимать свои чувства, анализировать их и сохранять положительный настрой. Если родитель не внимателен к ребёнку, то его социальный опыт снижается, его эмоциональное развитие становится неустойчивым: ребёнок может замкнуться в себе, начать реагировать плачем на любые раздражители, проявлять агрессию по отношению к сверстникам. К наносящим вред стилям воспитания относятся эмоциональное отвержение, жестокое отношение, повышенная моральная ответственность, противоречивое воспитание, гипопротекция и гиперпротекция [46].

Таким образом, эмоциональная сфера представляет собой совокупность эмоций, чувств и эмоциональных состояний, которые образуют единую и взаимосвязанную систему. Она отражает значимость чего-то в жизни человека и оказывает влияние на его когнитивную и поведенческую сферы. Существует несколько подходов к рассмотрению специфики возникновения и развития эмоциональной сферы и несколько определений понятия «эмоции». Нами были рассмотрены функции эмоциональной сферы и факторы, влияющие на неё.

1.2 Особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста

Старший дошкольный возраст охватывает период с 5 до 6-7 лет. На данном этапе происходит становление человеческой личности. В ФГОС ДО указывается, что развитие личности является всесторонним и многоступенчатым процессом, которое реализуется в различных направлениях: социально-коммуникативное развитие, развитие социального и эмоционального интеллекта, расширение представлений об окружающем мире. Дошкольник должен усвоить правила и нормы общества, начать выполнять их. Также ему следует уметь слушать собеседника и разделять его чувства, проявлять эмпатию и выражать собственную позицию по тому или иному вопросу, относиться уважительно к собеседнику. Расширение представлений о себе, людях и окружающем мире является значимой частью развития как эмоциональной сферы, так и личности в целом [33].

В дошкольном учреждении реализовываются задачи по развитию эмоциональной сферы детей. К завершению дошкольного образования дети должны уметь проявлять эмоции, быть способными их вербализировать, а также владеть навыками сотрудничества. Старший дошкольник овладевает социально-приемлемыми видами поведения, обучается адекватно выражать свои эмоции в соответствии с ситуацией, он может осуществить оценку

своих поступков и анализ эмоционального состояния человека или персонажа [32, с. 74].

Эмоциональная сфера определяет эффективность общения со сверстниками и взрослыми. Понимание своих и чужих эмоций позволяет управлять ими. Качество коммуникативного процесса во многом зависит от того, насколько развита эмоциональная сфера старших дошкольников. Эмоциональная сфера в данном возрастном периоде имеет огромное значение и оказывает определяющее влияние на взаимодействие дошкольника со взрослыми и сверстниками. Отмечается, что для детей старшего дошкольного возраста характерна импульсивность проявления эмоций. Также различается окрашенность эмоций: дети могут обладать преимущественно негативным эмоциональным фоном, а могут иметь положительный эмоциональный фон большую часть времени. Всё это оказывает влияние на качество взаимодействия детей с другими людьми, а также на развитие их познавательных способностей и личностных черт характера [1].

В данный период появляются новообразования, связанные с эмоциональной сферой личности, а именно: улучшается способность к распознаванию эмоций, происходит эмоциональная децентрация, появляется механизм эмоционального предвосхищения, усложняется содержание переживаний, актуализируются социальные эмоции, появляется возможность корректировать поведение с помощью регуляции эмоций. Данные новообразования напрямую связаны с социальной ситуацией старших дошкольников. Их система отношений усложняется: игровая деятельность обретает сюжетный характер, дети начинают отыгрывать различные ролевые позиции, ставят на себя на место взрослого. Всё это позволяет лучше понимать эмоциональное состояние другого человека и дифференцировать собственное. У старших дошкольников развиваются потребности, появляются новые мотивы и ценности [65].

Немаловажную роль в развитии эмоциональной сферы детей играет взрослый. М.И. Лисина подчёркивает, что «между ребёнком и взрослым возникает внеситуативно-личностное общение». Это значит, что старший дошкольник становится ориентирован на то, чтобы организовывать совместную деятельность с воспитателем и получать от него обратную связь. Для старшего дошкольника важно получать одобрение со стороны взрослого, понимать, что его ценят и любят. Он обращает внимание на себя, людей и окружающий мир. У старшего дошкольника развивается эмпатия, которая служит способом познания людей. Однако стоит отметить, что у сначала у большинства детей старшего дошкольного возраста она имеет эгоцентричный характер. Дети проявляют интерес к эмоциональному состоянию других людей, чтобы получить одобрение со стороны значимых взрослых. Однако постепенно это меняется: для старшего дошкольника становится важно то, что чувствуют окружающие его люди. Он старается сделать так, чтобы улучшить эмоциональное состояние людей, с которыми он взаимодействует. Старший дошкольник учится дружить, у него складываются товарищеские отношения со сверстниками. Это объясняется как возросшей потребностью в общении, так и желанием осуществлять продуктивную совместную деятельность. Всё это оказывает благотворное влияние на внутренний мир личности [35, с. 132].

Также необходимо отметить, что старший дошкольник начинает проявлять больший интерес к оценке взрослого относительно других этапов своей жизни. Как отмечает А.Г. Арушанова, старший дошкольник стремится получить поддержку со стороны сверстников и взрослого. Он склонен к созданию сотрудничества. Старший дошкольник становится инициатором совместной сюжетной игры, ему нравится распределять и исполнять различные социальные опыты. Это вызывает у него положительные эмоции и даёт необходимый социальный опыт [2, с. 21].

Родители оказывают влияние на развитие дифференциации эмоциональных состояний ребёнка. Именно контакт с ними благотворно

воздействует на понимание ребёнком собственных эмоций. Кроме того, именно желание родителей помочь старшему дошкольнику озвучить его чувства и тем самым лучше понять их, способствует тому, что ребёнок начинает обращать больше внимания на то, что он чувствует. Развитие рефлексии влияет на повышение способности к дифференциации эмоций. Старший дошкольник с большей уверенностью может сказать, что испытывает в конкретной ситуации и чем вызвано это чувство [23].

Я.Л. Коломинский подчёркивает, что именно старший дошкольный возраст является сензитивным для нравственных основ личности. Старший дошкольник начинает лучше понимать эмоции людей, их намерения и лучше дифференцирует собственные эмоции, учится выражать их приемлемыми способами и в соответствующей для этого ситуации. Старшие дошкольники, усвоив этические нормы, начинают оценивать не только поступки персонажей и других людей, но и свои собственные. Они учатся разграничивать эмоциональное отношение к кому-либо и этическую оценку его поступков. Это значит, что общение с кем-либо может доставлять радость, но при этом совершение им плохого поступка вызывает чувство неодобрения. Два этих состояния дифференцируются и занимают свои положения в картине мира старшего дошкольника. Также на этом этапе совершенствуется эмоция принятия. Старший дошкольник учится принимать людей, события и даже себя в совокупности их положительных и отрицательных сторон [26, с. 214].

Г.А. Урунтаева подчёркивает, что развитие эмоциональной сферы старших дошкольников проявляется на уровне социальных эмоций и нравственных чувств. Возникновение эмоций подчиняется определённой логике, эпизоды их спонтанного появления становятся значительно реже. Старшие дошкольники становятся чувствительны к мнению окружающих людей. Они начинают сильнее переживать по поводу санкций, которые могут быть наложены на них. Всё это указывает на то, что у них появляются эмоции вины и страдания. Дети хотят получать положительную обратную

связь со стороны взрослых. Поэтому они стараются выполнять нормы морали [65, с. 150].

При этом было выявлено, что неудовлетворённость потребности в общении в старшем дошкольном возрасте приводит к тому, что дети испытывают высокую тревожность, могут проявлять агрессию. Это свидетельствует о том, что у них начинают сильнее выражаться такие эмоции, как страх и гнев. Они могут стать инициаторами конфликта, чтобы почувствовать себя защищёнными. Обратная ситуация, а именно удовлетворённая потребность в общении, приводит к тому, что старший дошкольник начинает принимать сверстников и испытывать к ним интерес. Он не испытывает к ним отвращения, чаще всего события, которые происходят с ним и его товарищами, воспринимаются как положительные и вызывают радость [6].

А.В. Запорожец подчёркивает, что старшие дошкольники обретают способность ставить себя на место другого человека. Это происходит благодаря опыту общения и коллективной деятельности. Старший дошкольник учится переживать чужие радости и огорчения, как собственные. Способность определять состояние окружающих людей лежит в основе развития эмпатии старших дошкольников. Отмечается, что в старшем дошкольном возрасте дети способны проявлять эмпатию особенно при восприятии таких эмоций, как страх, гнев и печаль. Однако у старших дошкольников возникают трудности при восприятии таких эмоций, как интерес, стыд, презрение и отвращение [54, с. 214].

С эмпатией связана ещё одна способность старших дошкольников: у них появляется возможность к эмоциональному предвосхищению. Дети понимают, к каким последствиям приведут их поступки. Не желая быть виновниками отрицательных эмоций других людей, они начинают регулировать своё поведение. Причём руководствуются старшие дошкольники теми ожиданиями, которые имеются у взрослых относительно них. Происходит осознание эмоций и соподчинение мотивов. При этом

важную роль в жизни старших дошкольников начинает играть надежда. Они испытывают надежду, что их ожидания сбудутся. Предвосхитив результат своих слов и поступков, они желают убедиться в его верности. В совокупности эмпатия, способность к предвосхищению и нравственные чувства создают основу для того, чтобы старший дошкольник стал обращать внимание на то, к каким последствиям приводят результаты его деятельности [29].

Дети старшего дошкольного возраста используют различные понятия для описания своего актуального эмоционального состояния. При этом данное понятие может отражать совокупность всех ситуаций, когда определённая эмоция возникала у старшего дошкольника. Значит, старшие дошкольники способны анализировать ситуации, которые произошли в прошлом и в настоящем, соотносить их и выявлять эмоции, которые были испытаны в предыдущий раз. Старшие дошкольники осознают причины, которые вызвали определённые эмоции в той и этой ситуации, а также могут определить их проявления на физическом уровне: мимика, пантомимика, голос, интонация. Стоит обратить внимание на то, что именно в старшем дошкольном возрасте начинает возрастать уровень произвольной регуляции эмоций, в том числе на вербальном уровне. Отмечается лучшее овладение речью на данном возрастном этапе. Значит, старший дошкольник обретает возможность управлять своими эмоциями с помощью слов. Происходит интеллектуализация эмоций, их осознание и обобщение с помощью вербальных средств [58].

Установлено, что уровень когнитивного развития оказывает влияние на развитие эмоциональной сферы старших дошкольников. О.А. Орехова подчёркивает, что «чем выше уровень интеллектуального развития ребёнка, тем лучше он способен дифференцировать и вербализировать возникающие у него и у других представителей общества эмоции» [49, с. 312].

Отдельное внимание необходимо обратить на влияние воображения на эмоциональную сферу старшего дошкольника. Воображение является стимульным толчком возникновения эмоции. Созданный в голове образ способен вызвать страх, причём опасность может быть как потенциальной, так и вовсе не реальной. По этой причине в возрасте 6 лет старший дошкольник может бояться темноты: ему будет казаться, что в ней кто-то прячется, он будет бояться нападения и чувствовать себя в беспомощном положении. При этом с помощью воображения старший дошкольник может преодолеть страх, побороть того, кто скрывается в темноте. Это вызовет противоположные эмоции – радость и удивление [13].

Стоит добавить, что развитие эмоциональной сферы девочек и мальчиков в некоторой степени отличается друг от друга. Для девочек характерно более плавное развитие, они начинают быстрее понимать эмоциональное состояние другого человека, проявляют эмпатию в соответствии с ситуацией. У них гармонируют когнитивный, вербальный и перцептивный компоненты. У мальчиков эмоциональное развитие происходит скачкообразно, это связано с тем, что перечисленные компоненты приходят в состояние гармонии только к 6 годам. Именно в этом возрасте различия по гендеру в эмоциональном развитии становятся малозаметными [4].

Исходя из всего вышесказанного, можно выделить основные показатели эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста:

- дифференциация и распознавание эмоций разной модальности, в том числе сложных: вина, гордость, смущение, сопереживание;
- способность к эмоциональному предвосхищению;
- контроль над эмоциональными проявлениями и способность регулировать силу их выраженности;
- использование эмоций для управления содержанием коммуникативной ситуации.

Таким образом, особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста заключаются в том, что эмоции начинают носить более сложный характер. Старшие дошкольники обретают возможность лучше дифференцировать эмоции, они становятся способны к эмоциональному предвосхищению, их социальные эмоции актуализируются, уровень саморегуляции повышается, вследствие чего управление эмоциями происходит легче и качественнее. Также для данного возрастного периода характерно появление и развитие различных видов переживаний у детей. Они овладевают способностью анализировать эмоциональный опыт, оценивать свои и чужие поступки, выявлять связь между событиями и возникшими из-за них эмоциями. Однако стоит отметить, что эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста преимущественно развита в недостаточной степени.

1.3 Модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии

При рассмотрении процесса развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии важно выделить определенные иерархические уровни.

Дерево целей представляет собой иерархическое визуальное представление достижения целей от общего к частному. Для достижения главной цели достигаются второстепенные и дополнительные цели, которые помогают поэтапно двигаться к достижению желаемого результата. Результат – пошаговый план действий [18, с. 54].

В соответствии с поставленными целями и задачами по проблеме развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии нами было сконструировано дерево целей (рисунок 1).

Генеральная цель: теоретически изучить и опытно-экспериментальным путём проверить эффективность реализации программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии

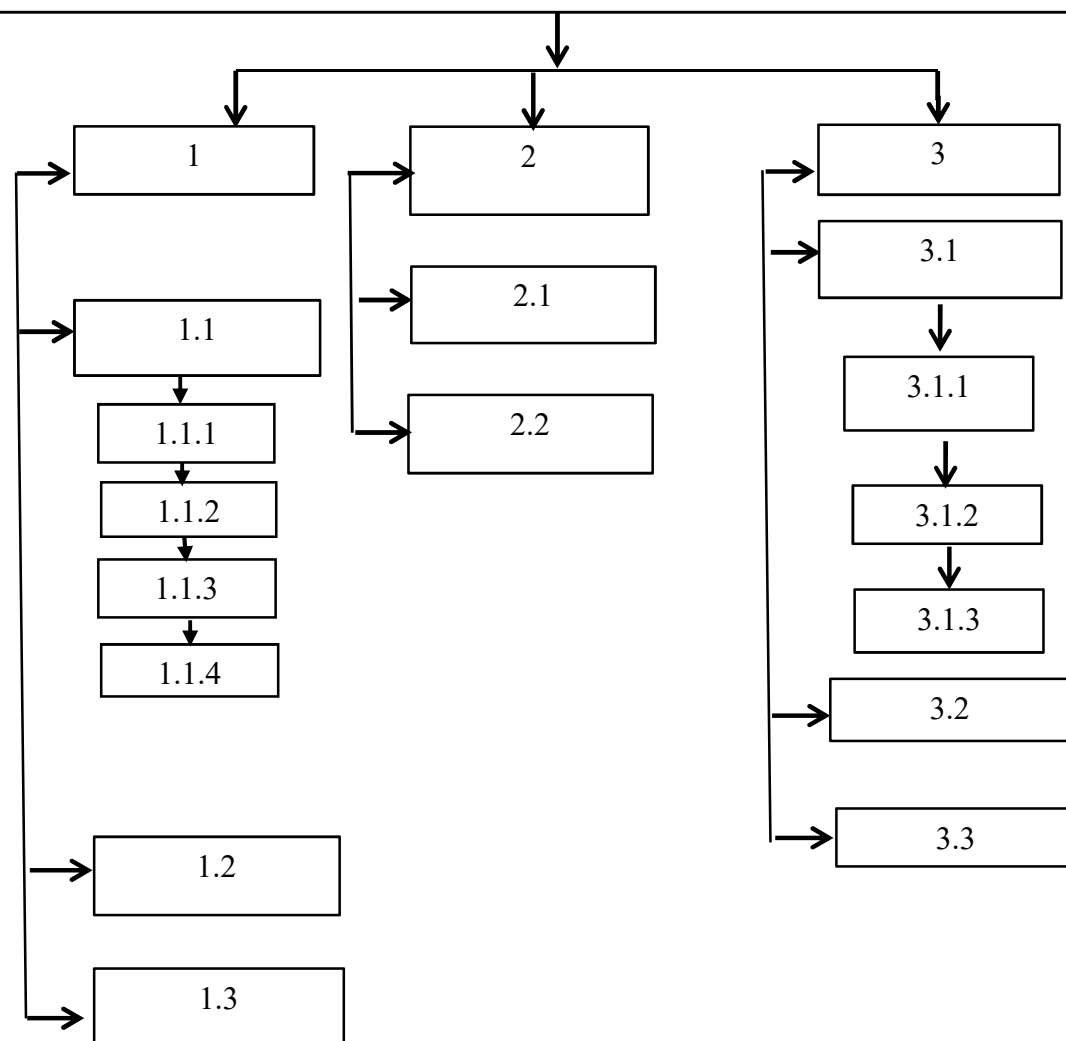


Рисунок 1 – Дерево целей развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии

Генеральная цель: теоретически изучить и опытно-экспериментальным путём проверить эффективность реализации программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

1. Рассмотреть теоретические аспекты развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

1.1. Раскрыть понятие эмоциональной сферы в психолого-педагогической литературе.

1.1.1. Определить специфику возникновения и развития эмоциональной сферы.

1.1.2. Обозначить подходы, раскрывающие содержание эмоциональной сферы.

1.1.3. Определить понятия «эмоции» и «эмоциональная сфера».

1.1.4. Выделить компоненты эмоциональной сферы.

1.2. Изучить особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

1.3. Разработать модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

2. Организовать опытно-экспериментальное исследование развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

3.1. Разработать и апробировать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

3.1.1. Определить цели, задачи и этапы программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

3.1.2. Разработать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

3.1.3. Реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

3.2. Экспериментально проверить эффективность программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

3.3. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику и составить рекомендации родителям и воспитателю по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Дерево целей позволяет детально рассмотреть процесс развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии. Изучая его, становится понятно, какую последовательность действий необходимо осуществить, чтобы достигнуть генеральной цели. В таком случае весь процесс развития эмоциональной сферы становится более понятным и наглядным. Можно спрогнозировать, какие действия будут осуществляться после выполнения тех или иных задач. От уровня «разветвления» дерева зависит то, насколько будет представлена подробная инструкция по реализации задач на каждом из построенных иерархических уровней.

Далее необходимо построить модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, которая отражает основные этапы изучения данной темы и включает в себя теоретический, диагностический, развивающий и аналитический блоки.

Моделирование является значимым методом научного познания, благодаря которому осуществляется замена исследуемого явления на его аналог (модель), которые содержит существенные признаки оригинала и отражает его основные особенности [18].

Модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии представлена на рисунке 2.

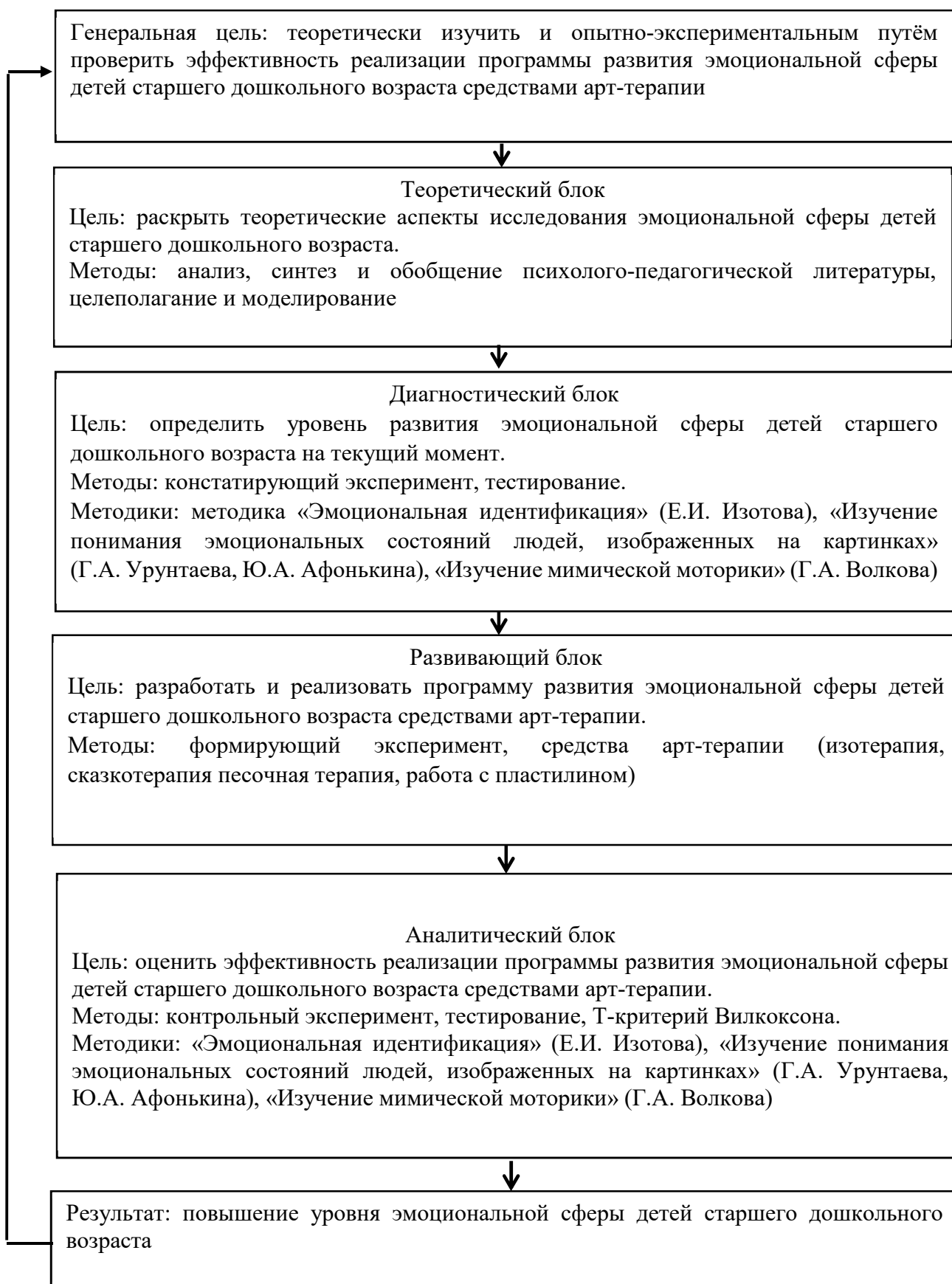


Рисунок 2 – Модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии

Рассмотрим подробнее представленные в модели блоки.

Блок 1. Теоретический. Основная цель данного блока: раскрыть теоретические аспекты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. На этом же этапе происходит конструирование «дерева целей» и разработка модели развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии. Данный блок направлен на выявление существующих фактов в психолого-педагогической литературе для освещения «пробелов» в знании и поиска новых путей решения проблемы. Было определено, что представляет собой эмоциональная сфера, какие компоненты она содержит, какие факторы играют определяющую роль в её становлении и развитии, а также то, что можно отнести к базовым эмоциям, которые являются составляющей частью единой эмоциональной сферы. Также на данном этапе были определены особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста для того, чтобы построить наиболее продуктивную работу с ними. Сконструированное «дерево целей» и модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии позволяет поэтапно рассмотреть данный процесс и визуально представить данную последовательность. Это, в свою очередь, должно способствовать структурированию исследовательского процесса и обозначению генеральной цели и подцелей, достижение которых способствуют продвижению к ней.

Блок 2. Диагностический. Основная цель данного блока: определить уровень развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста на текущий момент. Основная работа в данном блоке заключается в проведении диагностических методик с детьми и оценке полученных результатов. Стоит отметить, что диагностическая работа должна быть направлена на исследование различных компонентов эмоциональной сферы. Выбор методик обусловлен необходимостью комплексного подхода к изучению особенностей эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста: способность идентифицировать эмоции, понимать

эмоции людей, а также выражать их с помощью невербальных средств общения (мимики).

Блок 3. Развивающий. Цель данного блока: разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии. На данном этапе применяются различные средства арт-терапии: изотерапия, сказкотерапия, песочная терапия, работа с пластилином. Средства арт-терапии предназначены для снятия физического и эмоционального напряжения, а также улучшения способности воспринимать, анализировать и выражать эмоции. Выбор данного способа воздействия на эмоциональную сферу детей старшего дошкольного возраста обусловлен его доступностью и «мягкостью» воздействия. Дети старшего дошкольного возраста испытывают интерес к осуществлению творческой деятельности и проявляют радость при появлении возможности заняться ею, что значительно облегчает процесс осуществления развивающих занятий. Также отдельное внимание было уделено тому, чтобы расширить представления родителей и воспитателя об эмоциональной сфере детей старшего дошкольного возраста. С ними проводились групповые и индивидуальные консультации по данной теме.

Блок 4. Аналитический. Цель данного блока: оценить эффективность программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии. Необходимо отследить уровень эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста после проведения развивающих мероприятий и сравнить с теми результатами, которые были получены до их проведения, с применением методов математической статистики (Т-критерий Вилкоксона). Наличие статистически значимых различий будет свидетельствовать о том, что проведённая работа с группой детей оказалась эффективной.

Таким образом, мы считаем, что наши «дерево целей» и модель развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии представляют взаимосвязь всех структурных

компонентов, обеспечивающих развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста и позволяют отследить и оценить последовательность данного процесса.

Выводы по главе 1

Существуют различные взгляды на возникновение и развитие эмоциональной сферы, а также на определения понятия «эмоции». Мы придерживаемся мнения, что эмоциональная сфера представляет собой совокупность эмоций, чувств и эмоциональных состояний, которые образуют единую и взаимосвязанную систему. Она состоит из когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов.

Старший дошкольный возраст охватывает период с 5 до 6-7 лет. Социальная ситуация меняется: усложняется система отношений, развиваются потребности в общении, появляются новые мотивы и ценности, вследствие чего становится возникновение таких новообразований, как способность к дифференциации эмоций, усложнение содержания переживаний, повышение самоконтроля и улучшение управления эмоциями в поведении.

Основные показатели эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста: дифференциация и распознавание эмоций разной модальности, в том числе сложных: вина, гордость, смущение, сопереживание; способность к эмоциональному предвосхищению; контроль над эмоциональными проявлениями и способность регулировать силу их выраженности; использование эмоций для управления содержанием коммуникативной ситуации.

Далее нами было осуществлено обоснование модели развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии и сконструировано «дерево целей» для наглядности поставленных целей.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование проводилось в 3 этапа, выделенные В.И. Долговой.

1. Поисково-подготовительный этап. Была изучена психолого-педагогическая литература по проблеме развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста, сформулированы цель и задачи, определены объект и предмет исследования, гипотеза, подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования. Наличие запроса со стороны научного сообщества и общества определило выбор темы исследования. Внимание было направлено на выявление существующих фактов по проблеме в психолого-педагогической литературе для освещения «пробелов» в знании и поиска новых путей её решения. На основе этого была определена цель и задачи исследования. Было установлено, что представляет собой эмоциональная сфера, какие компоненты она содержит, какие факторы играют определяющую роль в её становлении и развитии, а также то, что можно отнести к базовым эмоциям, которые являются составляющей частью единой эмоциональной сферы. Особое внимание было уделено особенностям эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста и способам её развития, а именно применению средств арт-терапии, включающих в себя изотерапию, сказкотерапию, песочную терапию и работу с пластилином. На основе этого была построена гипотеза о том, что уровень эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста повысится, если разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, включающую изотерапию, сказкотерапию, песочную терапию и работу с пластилином. Для

подтверждения гипотезы необходимо провести экспериментальное исследование, последовательность этапов которого отражена в «дереве целей» и модели развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. Кроме того, происходит выбор диагностического инструментария, который способен наиболее полно и всесторонне раскрыть особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

2. Опытно-экспериментальный. На данном этапе происходит выбор базы исследования, осуществляется знакомство с выборкой, проведение диагностики по выбранным методикам, осуществление обработки данных исследования и оформление результатов (составление диаграмм, таблиц). Диагностика направлена на определения уровня восприятия экспрессии, понимания эмоций, идентификации эмоций, структуры эмоциональных представлений, произвольного выражения эмоций, понимания эмоциональных состояний и способности изображения эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста. Выявление данных особенностей необходимо для понимания, нужна ли этой категории лиц развивающая работа. Если уровень их эмоциональной сферы преимущественно развит на низком и среднем уровнях, то необходимо разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии. После проведения диагностики осуществляется отбор детей старшего дошкольного возраста, с которыми будет проводиться дальнейшая развивающая работа по программе. Осуществляется реализация разработанной программы. Отдельное внимание уделяется работе с воспитателем и родителями по направлению группового и индивидуального консультирования.

3. Контрольно-обобщающий. Проведение повторной диагностики и анализ результатов эксперимента, сравнение результатов до и после реализации программы с использованием методов математической статистики (Т-критерий Вилкоксона). Проверка гипотезы о том, что уровень эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста повысится,

если разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, включающую изотерапию, сказкотерапию, песочную терапию и работу с пластилином. Формулирование выводов. Разработка технологической карты внедрения результатов исследования в практику и составление рекомендаций для родителей и воспитателя по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста [18].

Были использованы методы исследования: теоретические (анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, метод целеполагания и моделирования), эмпирические (констатирующий, формирующий эксперимент, тестирование), психодиагностические, методы математической статистики (Т-критерий Вилкоксона).

Анализ – метод исследования, который включает в себя изучение предмета путем мысленного или практического расчленения его на составные элементы. Синтез – метод исследования, который включает в себя изучение предмета путем мысленного или практического объединения его составных элементов. Обобщение – метод, состоящий в выделении и фиксации относительно устойчивых, инвариантных свойств предметов и их отношений. Целеполагание – метод, включающий в себя постановку генеральной цели и структурирование задач с целью последующего их выполнения. Моделирование – метод, в основе которого лежит создание модели, которая способна замещать предмет в процессе его познания [44].

Констатирующий эксперимент предусматривает выявление существующих психических особенностей или уровней развития соответствующих качеств. Формирующий эксперимент предусматривает оказание влияния на психические особенности и уровни развития качеств с целью их изменения. Тестирование – это метод сбора информации, направленный на установление и измерение индивидуально-психологических особенностей [47].

1. Название психодиагностической методики: «Эмоциональная идентификация».

Автор психодиагностической методики: Е.И. Изотова.

Назначение психодиагностической методики: выявить особенности идентификации эмоций разных модальностей у детей дошкольного возраста.

Диагностическая серия №1, №2 позволяет определить сформированность восприятия и понимания эмоциональных состояний.

Диагностическая серия №2 позволяет определить сформированность идентификации эмоций, структуры эмоциональных представлений, произвольного выражения эмоций.

Структура психодиагностической методики: методика состоит из 2 диагностических серий. В первой 2 этапа, во второй 3 этапа.

Стимульный материал: лист белой бумаги, цветные карандаши, краски 6 карт с изображениями лиц гномов; карта с цветным изображением 6 гномов (лица не прорисованы), набор из 10 фотографий лиц людей с эмоциональными состояниями радости, печали, гнева, страха, отвращения, стыда (вины), набор картинок (4 шт.) с изображениями эмоциональных ситуаций (день рождения, драка, расставание, нападение), набор фотографий, набор пиктограмм с изображениями лиц людей (радость, печаль, гнев, страх, отвращение, презрение), настольное зеркало, набор из 4 фотографий с изображениями лиц людей (радость, печаль, гнев, страх).

Процедура обследования: обследование проводится индивидуально с каждым старшим дошкольником.

Регистрируемые показатели: восприятие экспрессивных признаков (мимических); понимание эмоционального содержания; идентификация эмоций; структура эмоциональных представлений; произвольное выражение эмоций.

Показатели уровня выполнения задания:

1. Восприятие экспрессии.

Низкий уровень (1 балл) – экспрессивные признаки выделяются частично, старший дошкольник испытывает потребность в помощи со стороны взрослого. Средний уровень (2 балла) – нестабильное выделение экспрессивных признаков. Высокий уровень (3 балла) – целостное выделение экспрессивных признаков.

2. Понимание эмоций.

Низкий уровень (1 балл) – неверное или частично верное установление соответствия экспрессивного эталона эмоциональному содержанию, старший дошкольник испытывает потребность в помощи со стороны взрослого. Средний уровень (2 балла) – частично верное установление соответствия экспрессивного эталона эмоциональному содержанию, старший дошкольник испытывает потребность в небольшой помощи со стороны взрослого. Высокий уровень (3 балла) – полностью верное установление соответствия экспрессивного эталона эмоциональному содержанию.

3. Идентификация эмоций.

Низкий уровень (1 балл) – старший дошкольник испытывает трудности при интерпретации эмоциогенных ситуаций, нуждается в помощи со стороны взрослого. Средний уровень (2 балла) – старший дошкольник испытывает незначительные трудности при интерпретации эмоциогенных ситуаций, нуждается в небольшой помощи со стороны взрослого. Высокий уровень (3 балла) – старший дошкольник самостоятельно правильно интерпретирует эмоциогенные ситуации.

4. Структура эмоциональных представлений.

Низкий уровень (1 балл) – отсутствует понимание причин и последствий, представление об эмоциональном процессе ограниченное. Средний уровень (2 балла) – частичное понимание причин и последствий, представление об эмоциональном процессе неполное. Высокий уровень (3 балла) – полное понимание причин и последствий, комплексное представление об эмоциональном процессе.

5. Произвольное выражение эмоций.

Низкий уровень (1 балл) – затруднения произвольной мимической имитации по образцу (фотоэталон) всех модальностей. Средний уровень (2 балла) – адекватность произвольной мимической имитации по образцу (фотоэталон) с частичной локализацией мимических признаков. Высокий уровень (3 балла) – адекватность произвольной мимической имитации по образцу (фотоэталон) с выраженной комплексной локализацией мимических признаков [23].

2. Название психодиагностической методики: «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке»

Автор психодиагностической методики: Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина.

Назначение психодиагностической методики: изучить уровень развития понимания эмоциональных состояний людей у старших дошкольников.

Структура психодиагностической методики: методика состоит из двух серий, в каждой серии задаются вопросы.

Стимульный материал: картинки (фотографии) с изображением детей и взрослых, сюжетные картинки с изображением положительных и отрицательных поступков детей и взрослых.

Процедура обследования: обследование проводится индивидуально с каждым старшим дошкольником.

Показатели уровня выполнения задания:

Низкий уровень (0-16 баллов) – понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников недоступно. Средний уровень (17-21 балл) – понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников частично доступно. Высокий уровень (22-26 баллов) – понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников доступно в полной мере [65].

3. Название психодиагностической методики: «Изучение мимической моторики».

Автор психодиагностической методики: Г.А. Волкова.

Назначение психодиагностической методики: определить уровень развития способности изображения эмоциональных состояний.

Структура психодиагностической методики: методика состоит из 6 заданий (изобразить 6 эмоций: радость, грусть, удивление, гнев, страх, отвращение).

Процедура обследования: обследование проводится индивидуально с каждым старшим дошкольником.

Показатели уровня выполнения задания:

Низкий уровень (0-10 баллов) – старший дошкольник не способен изображать все или большинство эмоциональных состояний, он не понимает особенности мимической моторики. Средний уровень (15-20 баллов) – старший дошкольник способен изображать некоторые эмоциональные состояния, он понимает основные особенности мимической моторики. Высокий уровень (25-30 баллов) – старший дошкольник способен изображать все или подавляющее большинство эмоциональных состояний, он понимает особенности мимической моторики [47].

Стимульный материал по каждой методике представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

Методы математической статистики – это методы, используемые для систематизации и анализа собранных эмпирических данных. Т-критерий Вилкоксона – метод математической статистики, используемый для сопоставления результатов, выраженных количественно, в разных условиях на одной выборке [52].

Таким образом, в исследовании выделяются три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Были определены методы исследования: теоретические (анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, метод целеполагания и моделирования), эмпирические (констатирующий эксперимент, тестирование), психодиагностические и методы математической статистики

(Т-критерий Вилкоксона). Выбранные методики направлены на исследование особенностей идентификации эмоций разных модальностей, понимания эмоциональных состояний и способности изображения эмоциональных состояний.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

В исследовании приняло участие 30 детей старшего дошкольного возраста в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №157 г. Челябинска». Из них 16 девочек и 14 мальчиков. Возраст – 6-7 лет.

Физическое и интеллектуальное развитие детей старшего дошкольного возраста соответствует норме. Между детьми и воспитателем установлены доверительные отношения, атмосфера в детском коллективе преимущественно доброжелательная. Социальное положение: полных семей – 24 (80 %), неполных семей – 6 (20 %), малообеспеченных – 5 (17 %), многодетных – 6 (20 %). По наблюдению воспитателя, детский коллектив сплочённый, однако некоторые дети стремятся проводить время либо в одиночестве, либо в паре с кем-то. Иногда в коллективе случаются конфликты. Только трое детей склонны проявлять агрессивное поведение в случаях, когда их потребности не удовлетворяются. У некоторых детей не развито умение договариваться, есть дети, которые проявляют слабую мотивацию в общении со взрослым и сверстниками.

Представим результаты диагностики по выбранным методикам.

Количественные результаты исследования по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2 (таблица 2.1) и в процентном соотношении на Рисунке 3.



Рисунок 3 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой

Наибольшее количество трудностей у детей старшего дошкольного возраста возникает при понимании и идентификации эмоций: низкий уровень выявлен у 53 % (16 человек). Им сложно понять эмоциональное состояние другого человека. Особенно тяжело выделять основную эмоцию, которую испытывает человек, если отсутствует её вербальное название. При выполнении задания, сутью которого является рисование эмоций гномиков, некоторые старшие дошкольники испытали трудности. Они с лёгкостью нарисовали злость и радость (направления уголков рта, сдвиг бровей), однако испытали сложности при необходимости нарисовать гномикам такие эмоции, как обида, привередливость и т.д. Кроме того, выраженные трудности были обнаружены при необходимости определить коммуникативную ситуацию и описать эмоции, которые испытывают изображённые персонажи. Старшие дошкольники ограничивались поверхностным ответом. Это может свидетельствовать о том, что им сложно поставить себя на место другого человека и проявить эмпатию. Они могут не понимать эмоции, которые испытывает человек, из-за недостаточного собственного опыта. Можно предположить, что они не оказывались в

подобных коммуникативных ситуациях, поэтому не могут в полной мере дать подробный ответ о том, какие эмоции испытывают люди на картинках. Это подтверждается тем, что при более подробном изучении мыслей и эмоций детей было обнаружено, что они не до конца представляют данные коммуникативные ситуации.

Можно заметить, что для старших дошкольников характерна недостаточно развитая структура эмоциональных представлений: по данному показателю наблюдается наибольшее количество детей с низким уровнем – 57 % (17 человек). По этой причине многие дети обращались за помощью к взрослому при выполнении задания. Особенно тяжело им было понять и идентифицировать такие эмоции, как отвращение, стыд. Это позволяет сделать вывод, что идентификация эмоций разных модальностей у детей старшего дошкольного возраста развита недостаточно.

Также следует ответить, что многие дети старшего дошкольного возраста испытывают сложности в восприятии экспрессии (низкий уровень выявлен у 37 % (11 человек), средний – у 47 % (14 человек) и произвольном выражении эмоций (низкий уровень выявлен у 33 % (10 человек), средний – у 43 % (13 человек)). Это значит, что старшим дошкольникам сложно дифференцировать эмоции других людей и определять, что именно они испытывают. Произвольность поведения развита не в полной мере, что приводит к невнимательности к эмоциональному состоянию других людей, неспособности воспринять экспрессию и выразить собственные эмоции.

Результаты исследования эмоциональной сферы по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой позволяют сделать вывод, что эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста развита в недостаточной степени.

Количественные результаты исследования по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2 (таблица 2.2) и в процентном соотношении на Рисунке 4.

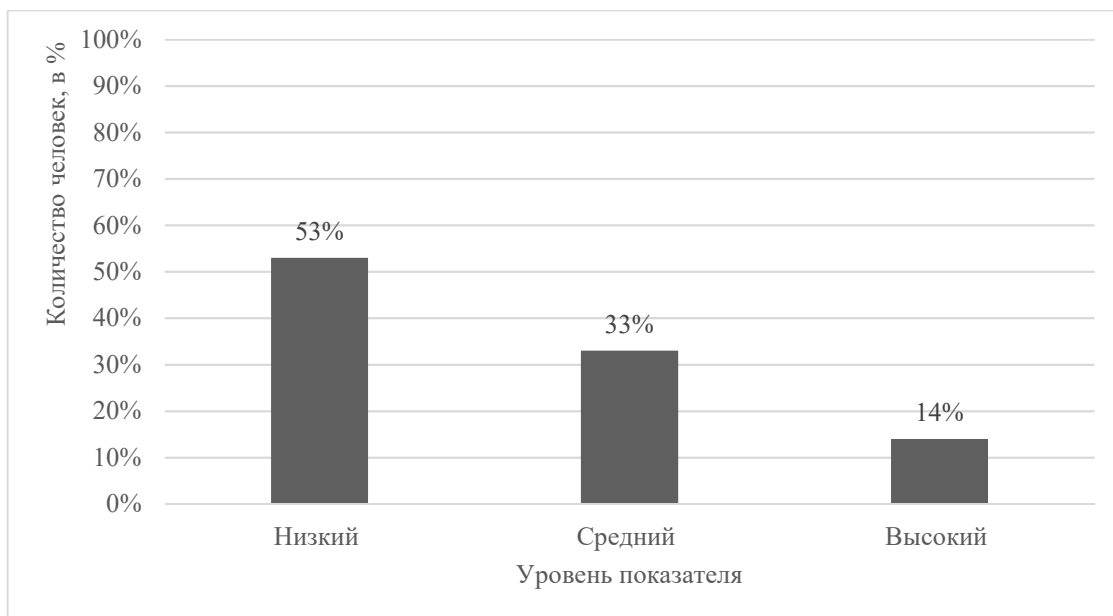


Рисунок 4 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной

Анализируя способность детей старшего дошкольного возраста понимать эмоциональные состояния людей, можно выделить, что больше половины испытуемых обладают низким уровнем показателя – 53 % (16 человек), средним уровнем – 33 % (10 человек), высоким уровнем – 14 % (4 человека). Из этого следует, что большинство детей старшего дошкольного возраста не могут с точностью распознать эмоции людей, изображения которых представлены на картинке. Они не могут в полной мере понять, какое эмоциональное состояние преобладает у человека. Таким детям необходима помощь со стороны взрослого. Это может свидетельствовать о недостаточной дифференциации эмоций при их восприятии. Особенно выраженные трудности вызвали такие эмоции, как интерес и спокойствие. Старшие дошкольники затруднялись с ответом при просмотре изображений и определении этих эмоций. Не у всех испытуемых наблюдалась дифференциация страха и удивления. Это позволяет сделать вывод, что понимание эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке, у детей старшего дошкольного возраста развита недостаточно. Если соотнести полученную в ходе диагностики информацию с той, которая была

получена ранее, то можно обратить внимание на то, что испытуемые испытывают значительные сложности в понимании и идентификации эмоций людей.

Результаты исследования эмоциональной сферы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной позволяют сделать вывод, что эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста развита в недостаточной степени.

Количественные результаты исследования по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2 (таблица 2.3) и в процентном соотношении на Рисунке 5.

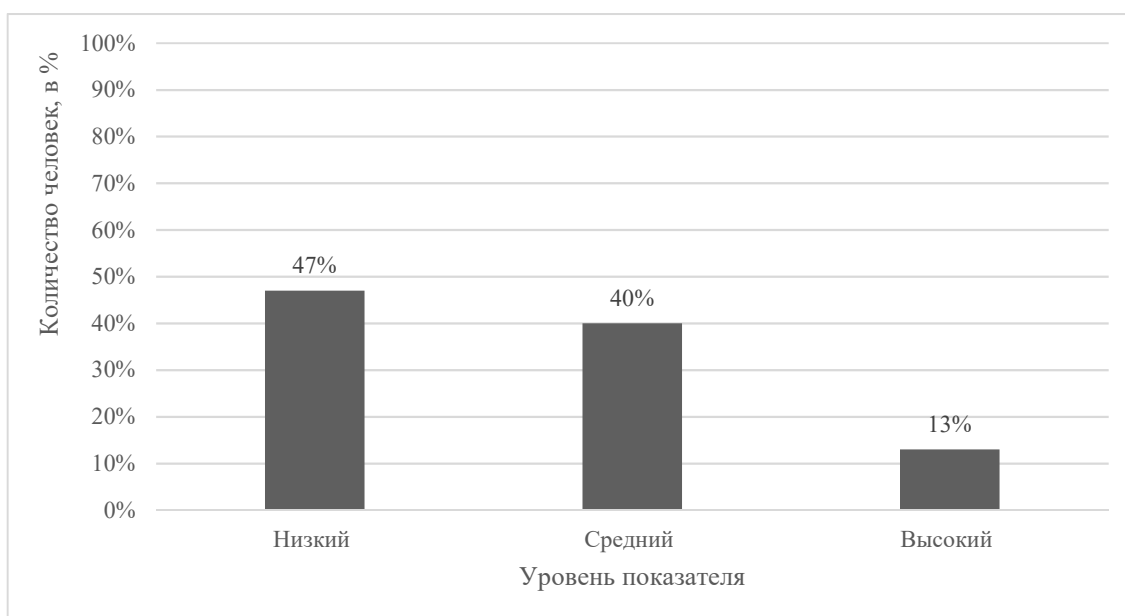


Рисунок 5 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой

Анализируя способность детей старшего дошкольного возраста изображать эмоциональные состояния, можно сделать вывод, что многие испытуемые обладают низким уровнем способности – 47 % (14 человек), средним – 40 % (12 человек), высоким – 13 % (4 человека). Старшие дошкольники способны изображать лишь некоторые эмоциональные состояния, они не понимают особенности мимической моторики или понимают только основные особенности. Это соотносится с теми

результатами, которые были получены в ходе проведения первой диагностики, в которой дети старшего дошкольного возраста испытывали трудности при необходимости нарисовать эмоции гномиков, которые были озвучены ранее. Дети старшего дошкольного возраста не в полной мере представляют широкий спектр эмоций. Они не могут визуально изобразить некоторые эмоции на бумаге, следствием чего становится невозможность произвольного выражения эмоций с помощью невербальных средств общения (мимики). Это позволяет сделать вывод, что способность изображать эмоциональные состояния у детей старшего дошкольного возраста развита недостаточно.

Результаты исследования эмоциональной сферы по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой позволяют сделать вывод, что эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста развита в недостаточной степени.

Можно сделать вывод, что восприятие экспрессии, понимание эмоций, идентификация эмоций, структура эмоциональных представлений, произвольное выражение эмоций, понимание эмоциональных состояний и способность изображения эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста развиты недостаточно. Наиболее выраженные трудности возникли при понимании и идентификации эмоций. Также наблюдается низкий уровень структуры эмоциональных представлений. Относительно лучше старшие дошкольники владеют способностью к произвольному выражению эмоций.

Таким образом, восприятие экспрессии, понимание эмоций, идентификация эмоций, структура эмоциональных представлений, произвольное выражение эмоций, понимание эмоциональных состояний и способность изображения эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста развиты в недостаточной степени (низкий или средний уровни), что требует разработки и реализации модели и программы развития эмоциональной сферы.

Выводы по главе 2

В ходе проведения опытно-экспериментального исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста были определены этапы, методы и методики исследования, была осуществлена диагностика по выбранным методикам и проанализированы полученные результаты.

В исследовании приняло участие 30 детей старшего дошкольного возраста в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №157 г. Челябинска». Из них 16 девочек и 14 мальчиков. Возраст – 6-7 лет.

По методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой было определено, что наибольшее количество трудностей у детей старшего дошкольного возраста возникает при понимании и идентификации эмоций: низкий уровень выявлен у 53 % (16 человек). Им сложно понять эмоциональное состояние другого человека. Особенно тяжело выделять основную эмоцию, которую испытывает человек, если отсутствует её вербальное название. Также можно заметить, что для старших дошкольников характерна недостаточно развитая структура эмоциональных представлений: по данному показателю наблюдается наибольшее количество детей с низким уровнем – 57 % (17 человек).

По методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной было определено, что большинство детей старшего дошкольного возраста испытывают значительные трудности при распознавании эмоций людей, изображённых на картинке. Низкий уровень характерен для 53 % (16 человек), средний – 33 % (10 человек), высокий – 14 % (4 человека).

По методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой было определено, что многие старшие дошкольники способны изображать лишь некоторые эмоциональные состояния, они не понимают особенности

мимической моторики или понимают только основные особенности. Низким уровнем способности обладают 47 % (14 человек), средним – 40 % (12 человек), высоким – 13 % (4 человека).

Полученные результаты позволили подтвердить, что восприятие экспрессии, понимание эмоций, идентификация эмоций, структура эмоциональных представлений, произвольное выражение эмоций, понимание эмоциональных состояний и способность изображения эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста развиты в недостаточной степени (низкий или средний уровни), что требует разработки и реализации модели и программы развития эмоциональной сферы. Исходя из полученных результатов эмпирического исследования, можно сделать вывод, что участниками программы должны стать дети старшего дошкольного возраста (6-7 лет), имеющие недостаточно развитый уровень (низкий или средний) эмоциональной сферы, в количестве 27 человек (14 девочек и 13 мальчиков).

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

3.1 Программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии

Развивающая программа направлена на решение проблемы недостаточного развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. При разработке и реализации программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии необходимо руководствоваться следующими нормативно-правовыми актами: Конституция Российской Федерации; Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»; Этический кодекс педагога-психолога.

Целью программы является развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

Задачи программы:

1. Создать доверительную атмосферу в группе.
2. Расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её.
3. Обучить восприятию, пониманию, идентификации и изображению эмоций.
4. Улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Принципы программы:

- принцип системности и комплексности: каждое занятие включает различные средства арт-терапии и образует единую систему занятий;
- принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей: занятия с детьми старшего дошкольного возраста были построены с учётом их возможностей как по содержанию, так и по длительности;

– принцип деятельности: в основе каждого занятия лежит осуществление продуктивной творческой деятельности;

– принцип обратной связи: проведение в конце каждого занятия рефлексии, включающей обмен мнениями и впечатлениями.

Участниками программы являются дети старшего дошкольного возраста (6-7 лет), имеющие недостаточно развитый уровень (низкий или средний) эмоциональной сферы, в количестве 27 человек (14 девочек и 13 мальчиков). Для удобства работы были созданы три группы по 9 детей в каждой.

Программа разработана на основе следующих работ: А.И. Копытина «Арт-терапия – новые горизонты», А. Воронова «Арт-терапия для дошкольников», Н. Кедрова «Азбука эмоций» [1; 13, 24].

Основные структурные элементы программы:

1. Стартовая диагностика детей старшего дошкольного возраста.
2. Работа по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.
3. Итоговая диагностика дошкольников.

Программу можно представить в виде трёх взаимосвязанных блоков:

– работа по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии;

– групповое и индивидуальное консультирование родителей по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста;

– индивидуальное консультирование воспитателя по запросу.

Рассмотрим средства арт-терапии, которые были использованы в программе развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. Изотерапия – терапия изобразительным творчеством, позволяющая выразить мысли и чувства с помощью рисования, а также расширить представления об эмоциональной сфере. Сказкотерапия – направление практической психологии, в рамках которого сказка используется для решения задач в области воспитания, образования и

коррекции поведения. Песочная терапия – это вид арт-терапии, в основе которого лежит работа с песком для избавления от внутреннего напряжения, преодоления страхов и выражения эмоций. Работа с пластилином – это вид арт-терапии, в основе которого лежит работа с пластилином для выражения эмоций с помощью материала [26].

Далее рассмотрим методы, применяемые в работе с родителями и воспитателем. Мини-лекция – предоставление новой информации в понятной и простой форме на протяжении короткого промежутка времени. Обсуждение – обмен мнениями с целью углубления представлений о той или иной теме и её разъяснения. Домашние задания – это задания, которые помогают клиенту закрепить полученные в ходе консультирования инсайты и применить новые знания на практике. Групповое консультирование – это терапевтическое взаимодействие между консультантом (педагогом-психологом) и группой клиентов (родителями), которые объединены общей целью (улучшение эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста) [46].

Для эффективной реализации программы необходимы следующие ресурсы: научно-методическая база; материально-техническая оснащённость организации (комната в детском саду, игровой уголок в детском саду, песок, пластилин, листы бумаги, канцелярские принадлежности).

Программа была реализована во время занятий педагога-психолога один раз в неделю в утреннее время суток. Разработанная программа рассчитана на 10 групповых встреч с детьми (длительность 25 минут). Также в рамках программы предусмотрено проведение групповых и индивидуальных консультационных встреч с родителями и воспитателем по запросу. Сроки реализации программы: 2,5 месяца.

Занятие 1. «Знакомство с эмоциями»

Цель: создать доверительную атмосферу в группе.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Сказка «Волшебная страна чувств».

Цель: снизить эмоциональное напряжение, повысить доверительную атмосферу в группе.

Краткое описание: необходимо раскрасить домики так, чтобы их цвет соответствовал разным эмоциям.

2. Упражнение «Рисуем эмоции»

Цель: способствовать улучшению понимания собственного эмоционального состояния и расширение возможностей выразить его.

Краткое описание: необходимо изобразить на листе цвет, который отражает актуальное эмоциональное состояние, и описать его.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 2. «Эмоция радости».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, обучить восприятию, пониманию, идентификации и изображению эмоций.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции радости.

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию радости.

2. Упражнение «Рисуем радость».

Цель: научить понимать собственное эмоциональное состояние.

Краткое описание: необходимо вспомнить радостный момент и запомнить эмоциональное состояние, которое возникает при радости.

3. Упражнение «Парное рисование».

Цель: научить командной работе и улучшить творческое воображение.

Краткое описание: необходимо в паре нарисовать образ радости.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 3. «Эмоция злости (гнева)»

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции злости.

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию злости.

2. Упражнение «Злой человек».

Цель: научить изображать эмоцию злости.

Краткое описание: с помощью пипеток и красок нужно нарисовать злое лицо.

3. Упражнение «Я злюсь».

Цель: научить выражать злость приемлемыми способами.

Краткое описание: необходимо с помощью кинестетического песка выразить злость.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 4. «Эмоция страха».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции страха.

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию страха.

2. Упражнение «Весёлый страх».

Цель: научить выражать страх приемлемыми способами и преодолевать его.

Краткое описание: детям предлагается придумать варианты, как превратить страх в то, что будет весёлым и смешным.

3. Упражнение «Страхи».

Цель: выражать страх приемлемыми способами и преодолевать его.

Краткое описание: детям предлагается рассказать о страхе и раскрасить его, приручить или смыть с помощью губки с водой.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 5. «Эмоция печали (грусти)».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, обучить восприятию, пониманию, идентификации и изображению эмоций.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции печали (грусти).

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию печали (грусти).

2. Упражнение «Закончи фразу и изобрази её».

Цель: обучить пониманию своего эмоционального состояния.

Краткое описание: детям предлагается назвать ситуацию и эмоцию, которую они испытывают в ней, а затем раскрасить цветом фигуры для изображения этого эмоционального состояния.

3. Упражнение «Веселим песок».

Цель: научить менять печаль на радость.

Краткое описание: детям предлагается «развеселить» печальный песок (погладить его, пощекотать и т.д.).

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 6. «Эмоция обиды».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции обиды.

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию обиды.

2. Упражнение «Изобрази обиду на бумаге».

Цель: научить изображать обиду.

Краткое описание: с помощью пластилина необходимо выразить чувство обиды.

3. Упражнение «Обидчик больше не обидит».

Цель: научить приемлемым способом справляться с обидой.

Краткое описание: с помощью мокрого песка изобразить фигуру обидчика и выразить негативную эмоцию на ней.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 7. «Эмоция зависти»

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции зависти.

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию зависти.

2. Упражнение «Образ зависти».

Цель: расширить представления о собственном эмоциональном состоянии.

Краткое описание: представить ситуацию, в которой возникает эмоция зависти, и нарисовать эту эмоцию.

3. Упражнение «Цветок-символ».

Цель: научиться приемлемыми способами справляться с завистью.

Краткое описание: дискуссия с детьми о способах противостояния зависти.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 8. «Эмоция вины».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции вины.

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию вины.

2. Упражнение «Когда вам стыдно?»

Цель: научить понимать собственное эмоциональное состояние.

Краткое описание: вспомнить ситуацию, в которой возник стыд, и нарисовать эту эмоцию

3. Упражнение «Измени ситуацию».

Цель: научить справляться с чувством вины.

Краткое описание: нарисовать то, что поможет персонажам загладить их вину.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 9. «Эмоция удивления».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции удивления.

Краткое описание: необходимо обвести маску, чтобы она показала эмоцию удивления.

2. Упражнение «Придумываем и рисуем друга, который всему может удивляться».

Цель: научить изображать эмоцию удивления.

Краткое описание: нарисовать на песочном листе персонажа, который всему удивляется.

3. Упражнение «Чему мы удивляемся?»

Цель: расширить представления о том, что может вызвать удивление.

Краткое описание: дискуссия о том, что вызывает удивление.

4. Упражнение «Чудесные превращения».

Цель: способствовать командной работе и повышать интерес к эмоциям и совместной деятельности.

Краткое описание: дети в паре рисуют дорисовывают «каракули», чтобы получилось что-то интересное.

Заключительная часть: рефлексия.

Занятие 10. «Все эмоции важны».

Цель: закрепить положительное эмоциональное состояние.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Конверты радости и огорчений».

Цель: повысить способность открыто говорить о своих эмоциях.

Краткое описание: собрать в «конверты» (аппликация) ситуации, которые вызвали разные эмоции.

2. Упражнение «Прочитай письмо».

Цель: улучшить способность распознавать и дифференцировать эмоции.

Краткое описание: расшифровать письма, в которых спрятаны эмоции.

3. Упражнение «Волшебный салют».

Цель: улучшить эмоциональное состояние.

Краткое описание: с помощью краски создать «волшебный салют».

Заключительная часть: рефлексия.

Подробное описание каждого занятия программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Ожидаемые результаты программы: количественные: увеличение уровня эмоциональной сферы по методикам; качественные: улучшение способности восприятия экспрессии, понимания эмоций, идентификации эмоций, произвольного выражения эмоций, понимания эмоциональных состояний, изображения эмоциональных состояний и повышение уровня структуры эмоциональных представлений.

Таким образом, была составлена программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, а именно изотерапия, сказкотерапия, песочная терапия, работа с пластилином, состоящая из 10 занятий по 25 минут каждое. Доказательством эффективности программы будет повышение уровня эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста, характеризующегося способностью идентифицировать эмоции разных модальностей, понимать и изображать эмоциональные состояния.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После разработки и реализации программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии была проведена повторная диагностика и сопоставлены результаты до и после проведения развивающей работы с применением методов математической статистики (Т-критерий Вилкоксона).

Участниками повторной диагностики являются дети старшего дошкольного возраста (6-7 лет), имевшие недостаточно развитый уровень (низкий или средний) эмоциональной сферы, в количестве 27 человек (14 девочек и 13 мальчиков).

Количественные результаты исследования до и после реализации программы по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой представлены по «высокому уровню» представлены на рисунке 6 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4 (таблица 4.1).

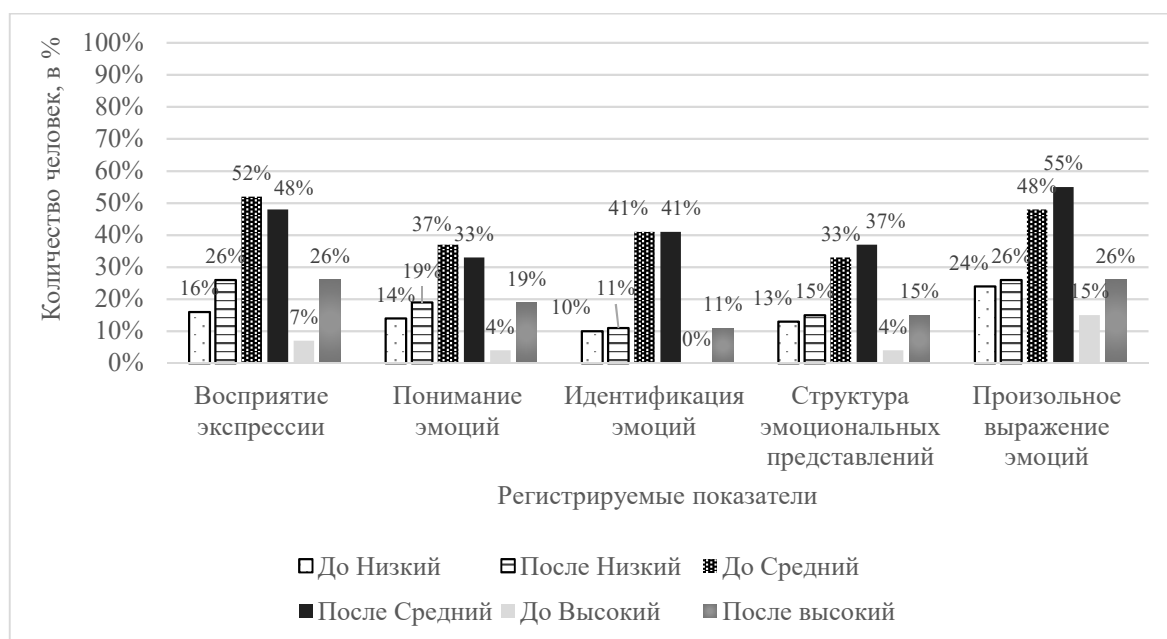


Рисунок 6 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой до и после проведения программы

По результатам повторной диагностики можно сделать вывод, что наиболее выраженные результаты наблюдаются по показателям восприятие экспрессии и произвольного выражения эмоций. Высокий уровень

восприятия экспрессии увеличился на 19 % (было 2 человека, стало 7 человек). Низкий уровень произвольного выражения эмоций снизился на 18 % (было 10 человек, стало 5 человек). Также наблюдаются изменения в понимании эмоций, идентификации эмоций и структуре эмоциональных представлений. Высокий уровень понимания эмоций увеличился на 10 % (было 5 человек, стало 4 человека), идентификации эмоций – на 11 % (было 0 человек, стало 3 человека), структуры эмоциональных представлений – на 11 % (был 1 человек, стало 4 человека). Низкий уровень понимания и идентификации эмоций снизился на 11 % (было 16 человек, стало 13 человек), структуры эмоциональных представлений – на 15 % (было 17 человек, стало 13 человек). Следовательно, дети старшего дошкольного возраста стали лучше определять эмоции, которые испытывают человек при отсутствии их вербального названия. Некоторым детям стала доступна идентификация различных эмоций, в том числе вины и стыда. Экспрессивные признаки стали выделяться более целостно и стабильно. Это свидетельствует об улучшении восприятия экспрессии, понимания и идентификации эмоций, структуры эмоциональных представлений и произвольном выражении эмоций.

Количественные результаты исследования до и после реализации программы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4 (таблица 4.2) и в процентном соотношении на Рисунке 7.

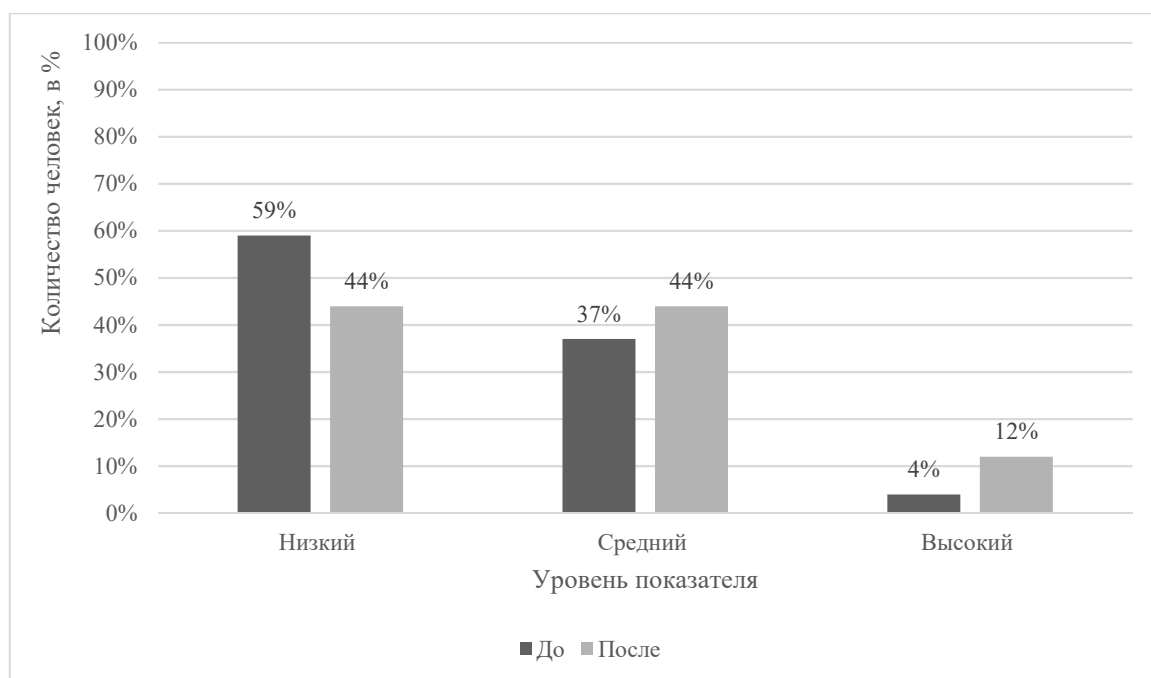


Рисунок 7 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной до и после реализации программы

По результатам повторной диагностики можно сделать вывод, что количество детей старшего дошкольного возраста с низким уровнем понимания эмоциональных состояний, изображённых на картинке, снизилось на 15 % (было 16 человек, стало 12 человек). Количество детей со средним и высоким уровнем возросло: средний уровень на 7 % (было 10 человек, стало 12 человек), высокий уровень на 8 % (был 1 человек, стало 3 человека). Следовательно, многие дети старшего дошкольного возраста стали определять эмоциональные состояния, изображённые на картинке. Им стало доступно распознавание тех эмоций, которые испытывают люди. Некоторым детям требуется помощь со стороны специалиста, одна её характер стал преимущественно содержательным. Многие дети старшего дошкольного возраста стали распознавать такие эмоции, как страх, удивление, интерес. Это свидетельствует об улучшении понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке.

Количественные результаты исследования по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4 (таблица 4.3) и в процентном соотношении на Рисунке 8.

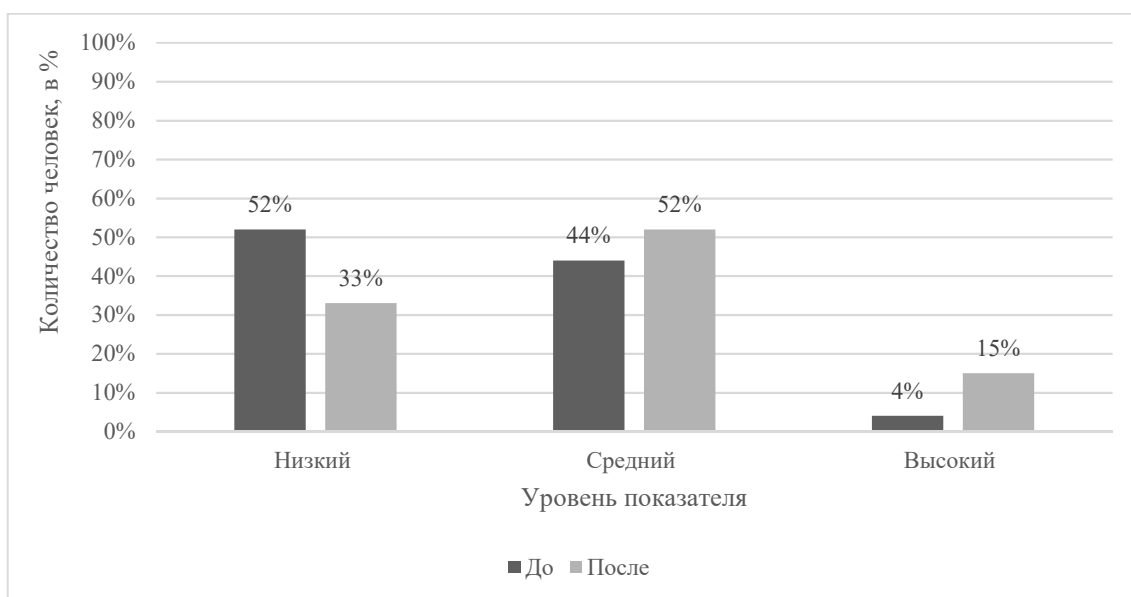


Рисунок 8 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой до и после реализации программы

По результатам повторной диагностики можно сделать вывод, что количество детей старшего дошкольного возраста с низким уровнем мимической моторики, отражающей различные эмоции, снизилось на 19 % (было 14 человек, стало 9 человек). Количество детей со средним и высоким уровнем возросло: средний уровень на 8 % (было 12 человек, стало 14 человек), высокий уровень на 11 % (был 1 человек, стало 4 человека). Из этого следует, что старшие дошкольники стали изображать большее количество эмоциональных состояний, многие научились понимать особенности мимической моторики. Это свидетельствует об улучшении способности изображать эмоциональные состояния.

Для проверки эффективности программы были осуществлены расчёты по Т-критерию Вилкоксона (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблицы 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10).

Сформулируем статистические гипотезы для проверки гипотезы по первой методике:

H1: статистически значимые различия эмоциональной сферы до и после реализации программы по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой существуют.

H0: статистически значимые различия эмоциональной сферы до и после реализации программы по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой отсутствуют.

На рисунке 9 представлена ось значимости по показателю восприятие экспрессии (эмпирическое значение входит в зону значимости (уровень значимости 0,01)).

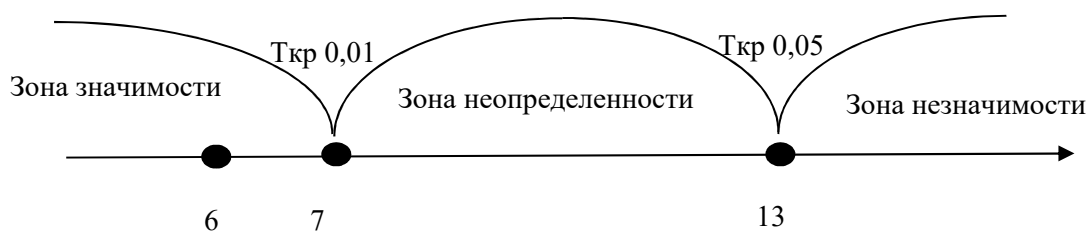


Рисунок 9 – Ось значимости по показателю восприятие экспрессии

На рисунке 10 представлена ось значимости по показателю понимание эмоций (эмпирическое значение входит в зону значимости (уровень значимости 0,05)).

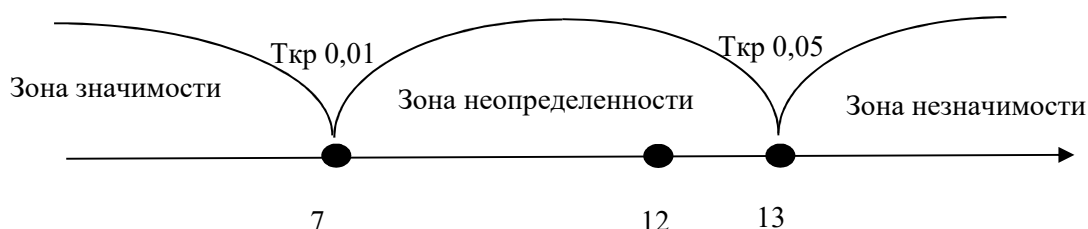


Рисунок 10 – Ось значимости по показателю понимание эмоций

На рисунке 11 представлена ось значимости по показателю идентификация эмоций (эмпирическое значение входит в зону значимости (уровень значимости 0,05)).

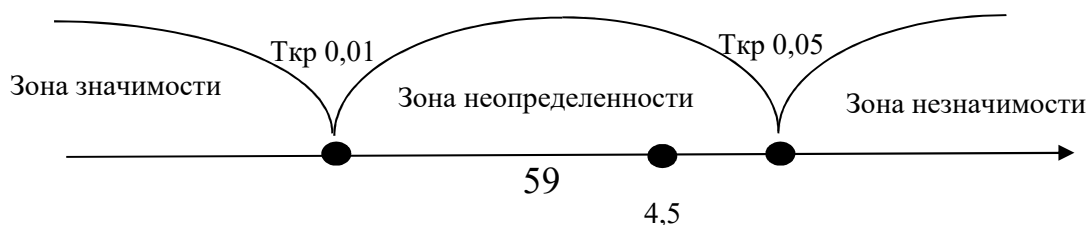


Рисунок 11 – Ось значимости по показателю идентификация эмоций

На рисунке 12 представлена ось значимости по показателю структура эмоциональных представлений (эмпирическое значение входит в зону значимости (уровень значимости 0,05)).

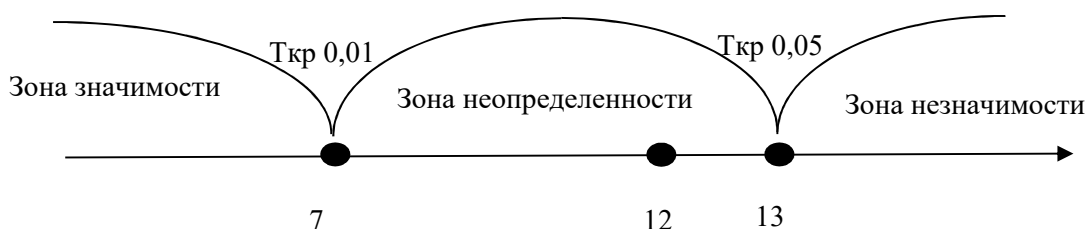


Рисунок 12 – Ось значимости по показателю структура эмоциональных представлений

На рисунке 13 представлена ось значимости по показателю произвольное выражение эмоций (эмпирическое значение входит в зону значимости (уровень значимости 0,05)).

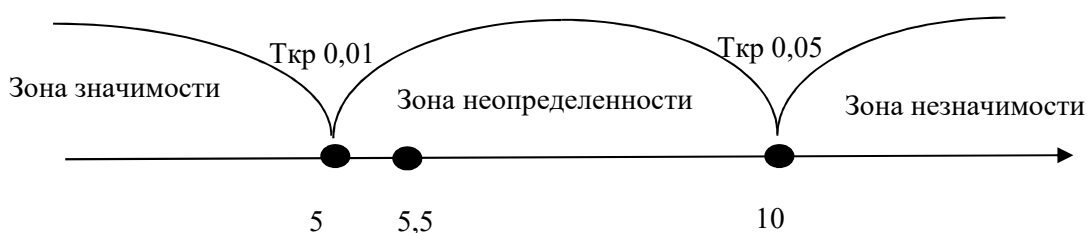


Рисунок 13 – Ось значимости по показателю восприятие экспрессии

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных до и после реализации разработанной программы. По показателям «понимание эмоций», «идентификация эмоций», «структура эмоциональных представлений», «произвольное выражение эмоций» существуют значимые различия на уровне значимости 0,05. По показателю «восприятие экспрессии» существуют значимые различия на уровне значимости 0,01. Это значит, что гипотеза H_1 подтверждена.

Сформулируем статистические гипотезы для проверки гипотезы по второй методике:

H1: статистически значимые различия эмоциональной сферы до и после реализации программы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной существуют.

H0: статистически значимые различия эмоциональной сферы до и после реализации программы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной отсутствуют.

На рисунке 14 представлена ось значимости по показателю понимание эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке (эмпирическое значение входит в зону значимости (уровень значимости 0,01)).

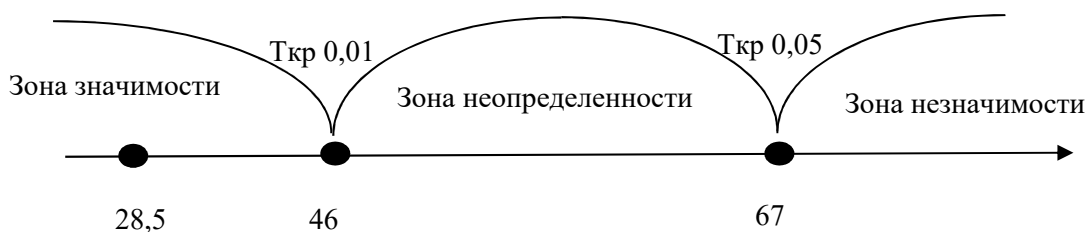


Рисунок 14 – Ось значимости по показателю понимание эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных до и после реализации разработанной программы. По показателю «понимание эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» существуют значимые различия на уровне значимости 0,01. Это значит, что гипотеза H1 подтверждена.

Сформулируем статистические гипотезы для проверки гипотезы по третьей методике:

H1: статистически значимые различия эмоциональной сферы до и после реализации программы по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой существуют.

H_0 : статистически значимые различия эмоциональной сферы до и после реализации программы по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой отсутствуют.

На рисунке 15 представлена ось значимости по показателю мимическая моторика (эмпирическое значение входит в зону значимости (уровень значимости 0,01)).

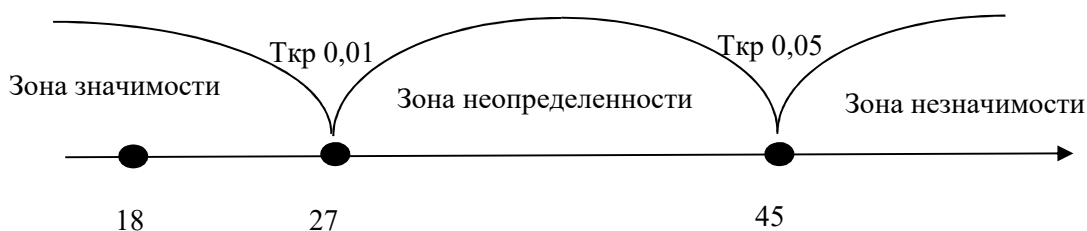


Рисунок 15 – Ось значимости по показателю понимание мимическая моторика

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных до и после реализации разработанной программы. По показателю «мимическая моторика» существуют значимые различия на уровне значимости 0,01. Это значит, что гипотеза H_1 подтверждена.

Таким образом, после реализации разработанной программы по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии была проведена повторная диагностика для оценки эффективности проведённой работы. По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных до и после реализации разработанной программы. Гипотеза о том, что уровень эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста повысится, если разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, включающую изотерапию, сказкотерапию, песочную терапию и работу с пластилином, – подтверждена.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

На основе анализа психолого-педагогической литературы, проведения эмпирического исследования была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику психологической службы образовательного учреждения. Структура технологической карты внедрения представлена 7 этапами, включающими описание целей, содержания деятельности, методов и форм реализации, количества планируемых мероприятий, временных границ и субъектов образовательного процесса, ответственных за каждый этап.

Охарактеризуем этапы внедрения результатов в практику.

1. Целеполагание внедрения программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии. Этап предполагает постановку цели программы, планирование этапов. На данном этапе педагог-психолог обсуждает с администрацией, готова ли организация к внедрению программы в практику. Он изучает психолого-педагогическую литературу и документацию.

2. Формирование положительной установки на внедрение программы. Этап ориентирован на выработку положительной мотивации и психологической готовности к освоению предмета внедрения. На этом этапе происходит работа со всеми участниками образовательного процесса (администрация, воспитатели, родители) для повышения их заинтересованности в плодотворной работе.

3. Исследование предмета внедрения – изучение теоретических положений, методов и методик исследования. На данном этапе происходит конкретизация используемых приёмов и средств работы.

4. Пилотажное освоение предмета внедрения, имеющее своей целью создание инициативной группы, готовой и способной проверить методики

внедрения. На данном этапе происходит поиск инициативной группы, которая будет осуществлять внедрения предмета исследования в практику.

5. Фронтальное освоение предмета внедрения. Этап предполагает освоение предмета исследования всеми субъектами образовательного процесса, привлечённого к внедрению программы.

6. Совершенствование работы над предметом внедрения. Этап представляет собой создание условий для освоения участниками образовательного процесса компетенций, сопровождение образовательного процесса в соответствии с системным подходом, совершенствование применяемых методов работы.

7. Распространение передового опыта освоения предмета внедрения. Этап направлен на освещение полученных знаний, передачу инновационных методов другим субъектом образовательного процесса, популяризацию передового опыта.

Подробно технологическая карта представлена в ПРИЛОЖЕНИИ 5.

Работа, осуществляемая для развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста, должна проводиться комплексно. Она включает три направления работы: со старшими дошкольниками, воспитателем и родителями.

Рассмотрим подробнее каждое из направлений работы.

Старшие дошкольники.

Старшие дошкольники должны понимать свои и чужие эмоции, иметь представления о вербальных и невербальных средствах выражения эмоций, владеть словарём эмоций, контролировать проявления собственных эмоций, сопереживать и выстраивать сотрудничество со сверстниками, проявлять эмпатию.

Направления деятельности:

1. Интегрированное взаимодействие дошкольников компенсирующей группы и группы общего развития.

2. Профилактика по улучшению эмоционального самочувствия детей.

3. Индивидуальные коррекционные занятия.

Нами была разработана программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, которая может быть реализована в рамках данного направления.

Воспитатели.

Воспитатели должны уметь распознавать эмоции (как свои, так и чужие), владеть эмоциональным словарём, вербальными и невербальными средствами общения, контролировать проявления собственных эмоций, быть способным изменить чужое эмоциональное состояние с учётом коммуникативной ситуации, выражать сочувствие и оказывать при необходимости помощь ребёнку, нуждающемуся в ней.

Направления деятельности:

1. Психологическое просвещение об эмоциональном развитии детей.
2. Профилактические мероприятия по улучшению эмоционального состояния воспитателя и психолога.
3. Консультирование (по вопросам развития детей, улучшения взаимоотношений с ними).

Родители.

Родители должны уметь воспринимать эмоции ребёнка и понимать их причины, быть способными проявить сострадание, безусловно принимать ребёнка, оказывать эмоциональную поддержку и выстраивать доверительные отношения с ребёнком, уметь воздействовать на эмоциональное состояние ребёнка.

Направления деятельности:

1. Психологическое просвещение об эмоциональном развитии детей.
2. Развитие эмоционального опыта в детско-родительских отношениях.
3. Консультирование (по вопросам в эмоциональном развитии ребёнка, улучшения взаимоотношений с ним, гармонизации отношений в семье)

Структуру групповых консультационных встреч с родителями можно представить следующим образом:

1. Мини-лекция.
2. Обсуждение.
3. Рефлексия.
4. Домашнее задание [44].

В рамках проведения групповой консультативной работы с родителями нами были предложены мероприятия, представленные в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

При организации занятия воспитатель должен выполнять следующие требования, чтобы создать необходимые условия для развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста: учитывать индивидуальные особенности ребёнка; уметь сотрудничать с ребёнком; устанавливать доверительные отношения с ребёнком; создавать благоприятный психологический климат в группе; способствовать эмоциональному благополучию каждого ребёнка; организовывать эмоционально-привлекательную деятельность, вызывать познавательный интерес у детей; учитывать эмоциональное состояние детей при организации деятельности с ними; планировать занятия с целью нахождения эмоционального отклика у ребёнка; способствовать проявлению инициативы у ребёнка, предоставлять ему возможность выбора в организации деятельности; поощрять стремление к знанию и установлению дружеских отношений [8].

Существуют различные методы, направленные на развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Подчёркивается значимая роль психогимнастики в развитии эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. Психогимнастика помогает справляться с эмоциями и преодолевать барьеры в общении [9, с. 140].

Игры также оказывают положительное влияние на эмоциональную сферу детей старшего дошкольного возраста. Не стоит забывать и о том, что игровая деятельность является ведущей в данном возрастном периоде. Игра «Я радуюсь, когда...» позволяет укрепить связь между причиной и следствием: ребёнок осознаёт, какие поступки способны вызвать у него и у других людей положительные или отрицательные эмоции. Игра «Зеркало» позволяет ознакомить старших дошкольников с разными эмоциями и их мимическими проявлениями. Необходимо комментировать то, что видит ребёнок: при радости уголки губ приподнимаются вверх. «Азбука эмоций» помогает оценить эмоциональное состояние персонажа и помочь ему найти выход из проблемной ситуации. С помощью игры «Без слов» закрепляются невербальные навыки. Ребёнок учится понимать сверстника без слов – по его мимике, жестам и позе. Игра «Художники» учит детей изображать разные эмоциональные состояния на бумаге. «Четвёртый лишний» направлена на развитие дифференциации разных эмоций [34].

Ещё одним эффективным методом развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста является знакомство со сказками и выполнение заданий по ним. Также рекомендуется чтение русских народных сказок и их обсуждение. Перед чтением сказки необходимо проведение подготовительного этапа. Сначала нужно создать словарь: объяснить детям новые слова, в особенности те, которые обозначают эмоциональные состояния. Читать сказку необходимо с выражением. Дети должны видеть лицо воспитателя и слышать особенности его интонации. Далее проводится беседа по содержанию сказки, обсуждаются эмоции персонажей, даётся характеристика их поступков. Также чтение и обсуждение сказки можно сопровождать мультимедийной презентацией. Дополнить работу со сказкой можно элементами драматизации. Дети могут создать театрализованную постановку, чтобы смоделировать события и переживания персонажей. Также можно организовать кукольный или

пальчиковый театр. Это будет способствовать обогащению эмоционального опыта старших дошкольников [26].

Изобразительная деятельность оказывает благотворное воздействие на эмоциональную сферу детей старшего дошкольного возраста. Ребёнок, используя цветовую гамму и изображая эмоции персонажей, учится лучше понимать собственные эмоции. Он может отразить своё настроение, а также распознать, что чувствует персонаж. Во время рисования ребёнок учится быть внимательным к деталям. Он изучает мимику персонажа, раскрашивая его. При работе с песком или крупой ребёнок учится контролировать собственное эмоциональное состояние. Он бессознательно передаёт своё эмоциональное состояние и меняет его [28].

Во время двигательной разминки можно развивать эмоциональную сферу детей старшего дошкольного возраста. Организация пантомимических и танцевальных движений позволит лучше понимать, какие позы способны отразить эмоциональное состояние человека. Необходимо обратить внимание на пантомимические движения (направление взгляда), жесты и пластику (голова, корпус, плечи, спина, руки, ладони, кисть и кулак), пространственные положения и перемещения. Во время двигательной разминки можно включить соответствующую музыку. Музыка углубляет образы и помогает выражать эмоции [17].

Можно выделить рекомендации по воспитанию, соблюдение которых будет положительно сказываться на эмоциональной сфере детей старшего дошкольного возраста: соблюдать единый стиль воспитания (преимущественно демократический); соблюдать последовательность в требованиях; быть готовым к сотрудничеству с ребёнком, способствовать созданию доверительных отношений с ним; использовать технику речевого общения «Я-сообщение» для обсуждения его эмоций и мыслей; обучить техникам расслабления; развивать самоанализ и чувство юмора [12].

Кроме того, необходимо выделить общие рекомендации для воспитателей, психологов и родителей по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста:

- расширять активный словарный запас с помощью слов, обозначающих эмоциональное состояние (придумывание окончания фраз «Мне грустно, когда...», сравнение эмоций «Чем отличаются гнев и радость?», составление рассказов по картинкам с изображением различных эмоциональных ситуаций;

- обсуждать эмоции героев сказок и мультфильмов, анализировать причины их возникновения («Расскажи о настроении», «Подбери картинку», серия дидактических игр «Азбука настроений»);

- обсуждать эмоции: как собственные, так и ребёнка; не делить эмоции на «хорошие» и «плохие», объяснять, что у каждой эмоции есть полезная функция;

- показывать собственным примером, что испытывать можно разные эмоции, но выражать их необходимо приемлемыми способами;

- проводить упражнения на моделирование эмоций (изображение мимических признаков эмоций, рисование персонажей с разными эмоциональными состояниями);

- относиться к эмоциям ребёнка с уважением [21].

Таким образом, была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, состоящая из семи этапов, на каждом из которых решаются определённые задачи с участниками образовательного процесса. Были составлены рекомендации для родителей и воспитателя по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. Существуют различные методы, направленные на развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста: психогимнастика, игры, чтение сказок, драматизация, изобразительная деятельность, пантомимические и танцевальные движения, сопровождаемые соответствующей музыкой.

Выводы по главе 3

Была составлена программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, а именно изотерапия, сказкотерапия, песочная терапия, работа с пластилином, состоящая из 10 занятий по 25 минут каждое.

По результатам повторной диагностики по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой можно сделать вывод, что наиболее выраженные результаты наблюдаются по показателям восприятие экспрессии и произвольного выражения эмоций. Высокий уровень восприятия экспрессии увеличился на 19 % (было 2 человека, стало 7 человек). Низкий уровень произвольного выражения эмоций снизился на 18 % (было 10 человек, стало 5 человек). Дети старшего дошкольного возраста стали лучше определять эмоции, которые испытывают человек при отсутствии их вербального называния.

По результатам повторной диагностики по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной можно сделать вывод, что количество детей старшего дошкольного возраста с низким уровнем понимания эмоциональных состояний, изображённых на картинке, снизилось на 15 % (было 16 человек, стало 12 человек). Многие дети старшего дошкольного возраста стали определять эмоциональные состояния, изображённые на картинке. Им стало доступно распознавание тех эмоций, которые испытывают люди.

По результатам повторной диагностики по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой можно сделать вывод, что количество детей старшего дошкольного возраста с низким уровнем мимической моторики, отражающей различные эмоции, снизился на 19% (было 14 человек, стало 9 человек). Старшие дошкольники стали

изображать большее количество эмоциональных состояний, многие научились понимать особенности мимической моторики.

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных до и после реализации разработанной программы. По показателям «понимание эмоций», «идентификация эмоций», «структура эмоциональных представлений», «произвольное выражение эмоций» существуют значимые различия на уровне значимости 0,05. По показателям «восприятие экспрессии», «понимание эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке», «мимическая моторика» существуют значимые различия на уровне значимости 0,01.

Была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, а также составлены рекомендации для родителей и воспитателя по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмоциональная сфера представляет собой совокупность эмоций, чувств и эмоциональных состояний, которые образуют единую и взаимосвязанную систему. Она состоит из когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов.

Старшие дошкольники обретают возможность лучше дифференцировать эмоции, они становятся способны к эмоциональному предвосхищению, их социальные эмоции актуализируются, уровень саморегуляции повышается, вследствие чего управление эмоциями происходит легче и качественнее. Также для данного возрастного периода характерно появление и развитие различных видов переживаний у детей. Они овладевают способностью анализировать эмоциональный опыт, оценивать свои и чужие поступки, выявлять связь между событиями и возникшими из-за них эмоциями.

Обоснование модели развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста и конструирование «дерева целей» позволили представить взаимосвязь всех структурных компонентов и дали возможность отследить и оценить последовательность данного процесса.

В исследовании приняло участие 30 детей старшего дошкольного возраста в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №157 г. Челябинска». Из них 16 девочек и 14 мальчиков. Возраст – 6-7 лет.

Идентификация эмоций разных модальностей у детей старшего дошкольного возраста развита недостаточно (методика «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой»). Понимание эмоций: низкий – 53 % (16 человек), средний – 33 % (10 человек); идентификация эмоций: низкий – 53 % (16 человек), средний – 37 % (11 человек); структура эмоциональных представлений: низкий – 57 % (17 человек), средний – 30 % (9 человек).

Понимание эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке, у детей старшего дошкольного возраста развито недостаточно (методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной). Низкий – 53 % (16 человек), средний – 33 % (14 человек).

Способность изображать эмоциональные состояния у детей старшего дошкольного возраста развито недостаточно (методика «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой). Низкий – 47 % (14 человек), средний – 40 % (12 человек).

Восприятие экспрессии, понимание эмоций, идентификация эмоций, структура эмоциональных представлений, произвольное выражение эмоций, понимание эмоциональных состояний и способность изображения эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста развиты в недостаточной степени (низкий или средний уровни), что требует разработки и реализации модели и программы развития эмоциональной сферы.

Участниками программы являются дети старшего дошкольного возраста (6-7 лет), имеющие недостаточно развитый уровень (низкий или средний) эмоциональной сферы, в количестве 27 человек (14 девочек и 13 мальчиков). Для удобства работы были созданы три группы по 9 детей в каждой. Программа была реализована во время занятий педагога-психолога один раз в неделю в утреннее время суток. Разработанная программа рассчитана на 10 групповых встреч с детьми (длительность 25 минут).

По методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой» можно сделать вывод, что наиболее выраженные результаты наблюдаются по показателям восприятие экспрессии и произвольного выражения эмоций. Высокий уровень восприятия экспрессии увеличился на 19 % (было 2 человека, стало 7 человек). Низкий уровень произвольного выражения эмоций снизился на 18 % (было 10 человек, стало 5 человек). Также

наблюдаются изменения в понимании эмоций, идентификации эмоций и структуре эмоциональных представлений.

По методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной можно сделать вывод, что количество детей старшего дошкольного возраста с низким уровнем понимания эмоциональных состояний, изображённых на картинке, снизилось на 15 % (было 16 человек, стало 12 человек). Количество детей со средним и высоким уровнем возросло: средний уровень на 7 % (было 10 человек, стало 12 человек), высокий уровень на 8 % (был 1 человек, стало 3 человека).

По методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой можно сделать вывод, что количество детей старшего дошкольного возраста с низким уровнем мимической моторики, отражающей различные эмоции, снизился на 19 % (было 14 человек, стало 9 человек). Количество детей со средним и высоким уровнем возросло: средний уровень на 8% (было 12 человек, стало 14 человек), высокий уровень на 11 % (был 1 человек, стало 4 человека).

По результатам математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о существовании значимых различий данных до и после реализации разработанной программы. По показателям «понимание эмоций», «идентификация эмоций», «структура эмоциональных представлений», «произвольное выражение эмоций» существуют значимые различия на уровне значимости 0,05. По показателям «восприятие экспрессии», «понимание эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке», «мимическая моторика» существуют значимые различия на уровне значимости 0,01.

Гипотеза о том, что уровень эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста повысится, если разработать и реализовать программу развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии, включающую изотерапию,

сказкотерапию, песочную терапию и работу с пластилином, – подтверждена.

Была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, а также составлены рекомендации для родителей и воспитателя по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, цель исследования достигнута, его задачи решены, гипотеза исследования подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Арт-терапия – новые горизонты / под ред. А. И. Копытина. – Москва : Когито-Центр, 2020. – 335 с. – ISBN 5-89353-162-0.
2. Арушанова А. Г. Развитие коммуникативных способностей дошкольника / А. Г. Арушанова. – Москва : Творческий центр «Сфера», 2021. – 78 с. – ISBN 978-5-9949-0417-6.
3. Барышникова Е. В. Предметно-развивающая среда в дошкольной образовательной организации / Е. В. Барышникова. – Челябинск : Изд-во ЮУрГГПУ, 2017. – 182 с. – ISBN 978-5-906-908-67-4.
4. Бегиева Б. М. Развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста / Б. М. Бегиева // Вопросы науки и образования. – 2021. – № 4. – С. 34–36. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9jn778to571205530> (дата обращения: 14.09.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
5. Беженуца Н. П. Развитие эмоциональной отзывчивости старших дошкольников на произведения живописи / Н. П. Беженуца // Аллея науки. – 2021. – № 3 (54). – С. 598–601. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46251899&ysclid=lq9ihjo9f5378817803> (дата обращения: 05.09.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
6. Бокова О. А. Теоретические основы изучения эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста / О. А. Бокова, И. В. Черепанова // Педагогическое образование. – 2020. – № 3. – С. 77–84. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32254982&ysclid=lq9iq71y9227647957> (дата обращения: 18.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
7. Божович Л. И. Избранные психологические труды / Л. И. Божович ; под ред. Д. И. Фельдштейна. – Москва : Междунар. пед. акад., 2015. – 209 с. – ISBN 5-87977-023-0.

8. Брель Е. Ю. Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста в условиях педагогической поддержки / Е. Ю. Брель // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2020. – Т. 4. – С. 95–106. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9ispnpml426388256> (дата обращения: 21.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

9. Бянкина С. М. Развитие эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста посредством восприятия музыки / С. М. Бянкина, Т. И. Горная // Актуальные проблемы воспитания и обучения детей в период детства. – Уфа, 2019. – С. 140–141. – URL: <https://elibrary.ru/hsurjg?ysclid=lq9k2q19ky628241915> (дата обращения: 16.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

10. Вакуленко Ю. О. Особенности эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста с разным типом материнской привязанности / Ю. О. Вакуленко // Избранные вопросы науки XXI века. – Москва, 2019. – С. 71–74. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38539982> (дата обращения: 20.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

11. Васенкина В. В. Особенности развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста / В. В. Васенкина // Молодой исследователь : от идеи к проекту. – Йошкар-Ола, 2019. – С. 136–137. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9j9mb7hl572652041> (дата обращения: 19.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

12. Вахитова Г. Х. Эмоциональное развитие дошкольников: общие закономерности и правила / Г. Х. Вахитова // Преемственность дошкольного и начального образования : художественно-эстетическое и эмоциональное развитие ребенка. – Томск, 2021. – С. 117–121. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44903037&ysclid=lq9ijkmys6850549080> (дата обращения: 17.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

13. Воронова А. А. Арт-терапия для дошкольников / А. А. Воронова. – Москва : ТЦ Сфера, 2018. – 128 с. – ISBN 978-5-9949-2000-8.

14. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва : Юрайт, 2023. – 160 с. – ISBN 978-5-534-06998-3.

15. Высочина Н. О. Развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста / Н. О. Высочина // Вопросы педагогики. – 2020. – № 5-1. – С. 85–89. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9jdtSr7m398562842> (дата обращения: 19.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

16. Гладышева О. А. Развитие эмоционально-волевой сферы у детей старшего дошкольного возраста путем формирования духовно-нравственного сознания / О. А. Гладышева // Философские, социологические и психолого-педагогические проблемы современного образования. – 2019. – № 1. – С. 275–280. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41254532&ysclid=lq9j58mryn665762580> (дата обращения: 03.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

17. Данилина Д. Р. Развитие эмоционального интеллекта дошкольника средствами музыки / Д. Р. Данилина // Педагогическое мастерство. – 2022. – Т. 1028. – С. 16–19. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48297848> (дата обращения: 20.09.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

18. Долгова В. И. Эмоциональная устойчивость личности / В. И. Долгова, Г. Ю. Гольева. – Москва : Перо, 2014. – 170 с. – ISBN 978-5-91940-929-8.

19. Дружинина А. Д. Развитие эмоциональной сферы личности в процессе взросления / А. Д. Дружинина // НаукаПарк. – 2019. – № 3 (64). – С. 23–25. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9iojuf0967196343> (дата обращения: 21.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

20. Жильченко А. Н. Особенности развития эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста / А. Н. Жильченко // Вестник научных конференций. – 2021. – № 11-3 (75). – С. 42–43. – URL:

<https://elibrary.ru/item.asp?id=47955206> (дата обращения: 21.09.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

21. Зенова А. В. К вопросу о развитии эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста / А. В. Зенова, В. А. Монахова, И. Б. Ухобатова, Н. Г. Козлова // Образование: прошлое, настоящее и будущее. – Ростов-на-Дону, 2021. – С. 9–10. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45251045> (дата обращения: 15.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

22. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – Москва : Питер, 2006. – 460 с. – ISBN 5-314-00067-9.

23. Изотова Е. И. Эмоциональная сфера ребенка / К. Э. Изотова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2022. – 164 с. – ISBN 5-325-21026-1.

24. Кедрова Н. Азбука эмоций / Н. Кедрова. – Москва : Редкая птица, 2022. – 112 с. – ISBN 978-5-6042829-0-8.

25. Клевцова А. Е. К проблеме развития эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста / А. Е. Клевцова // Достижения науки и образования. – 2020. – № 10 (64). – С. 69–72. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43069014&ysclid=lq9jkfyt8678013320> (дата обращения: 06.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

26. Коломинский Я. Л. Основы психологии / Я. Л. Коломинский. – Москва : АСТ ; Владимир : ВКТ, 2010. – 351 с. – ISBN 978-5-17-065820-6.

27. Круцкая Л. Н. Особенности эмоциональной сферы старших дошкольников / Л. Н. Круцкая // Студенческий вестник. – 2023. – № 46-2. – С. 5–7. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=59063888> (дата обращения: 17.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

28. Крыжановская А. А. Выражение эмоций детьми дошкольного возраста в рисунках посредством техник педагогической арт-терапии / А. А. Крыжановская // In Situ. – 2020. – № 6. – С. 60–62. – URL:

<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26282761> (дата обращения: 22.12.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

29. Кузнецова А. П. Влияние эмоций на психологическое здоровье дошкольников / А. П. Кузнецова, И. И. Коновалова // Вопросы дошкольной педагогики. – 2022. – № 10 (58). – С. 27–30. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48234045> (дата обращения: 15.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

30. Курдюкова А. Д. Эмоциональная сфера детей дошкольного возраста / А. Д. Курдюкова // Молодые исследователи. – Вологда, 2019. – С. 332–333.

31. Куткужина А. Н. Особенности развития эмоциональной сферы в старшем дошкольном возрасте / А. Н. Куткужина // Столица науки. – 2020. – № 6 (23). – С. 418–426. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43780368> (дата обращения: 24.05.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

32. Кутырева А. И. Особенности развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста / А. И. Кутырева // Научные исследования. – Уфа, 2019. – С. 73–75. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37326571&ysclid=lq9jgshiyс74946959> (дата обращения: 19.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

33. Кутырева А. И. Педагогические условия развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста в процессе общения со сверстниками / А. И. Кутырева // Молодежь и наука. – Уфа, 2019. – С. 79–86. – URL: <https://elibrary.ru/ztrbfz?ysclid=lq9jcp0fjl888332658> (дата обращения: 15.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

34. Лебединский В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте / В. В. Лебединский. – Москва : Академия, 2011. – 140 с. – ISBN 978-5-7695-8071-0.

35. Лисина М. И. Формирование личности ребенка в общении / М. И. Лисина. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 318 с. – ISBN 978-5-388-00493-2.

36. Лобанова Е. В. Проблема изучения аффективно-эмоциональной сферы в психолого-педагогических исследованиях / Е. В. Лобанова, Е. С. Кузьмина, Д. Н. Яшин // Высшее образование сегодня. – 2021. – № 5. – С. 65–70. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46282864> (дата обращения: 25.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

37. Лукина А. К. Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников средствами театрализованных игр / А. К. Лукина, Н. А. Цегельник // Социальная педагогика. – 2020. – № 2. – С. 46–55. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44431850&ysclid=lq9iy81gfo537329908> (дата обращения: 14.09.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

38. Мартынович Е. Ю. Психолого-педагогическое сопровождение развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста / Е. Ю. Мартынович // Вестник науки. – 2023. – Т. 2. – С. 123–129. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=50047925&ysclid=lq9jvhfo3x663136980> (дата обращения: 05.02.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

39. Мацибора О. А. Теории развития эмоциональной сферы / О. А. Мацибора, В. Д. Голикова // Форум молодых ученых. – 2019. – № 8 (36). – С. 154–156. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41122392> (дата обращения: 18.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

40. Медведева О. А. Развитие эмоциональной сферы личности детей старшего дошкольного возраста средствами игротерапии / О. А. Медведева // Образование XXI века. – Москва ; Берлин, 2021. – С. 137–144. – URL: <https://elibrary.ru/qxprzwi?ysclid=lq9jowyby7130439500> (дата обращения: 14.03.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

41. Миничева Е. Ю. Художественная литература как средство развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста / Е. Ю. Миничева // Вопросы дошкольной педагогики. – 2023. – № 1 (60). – С. 10–12.

42. Мурачева С. В. Развитие компетенций эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста / С. В. Мурачева // Молодой ученый. –

2021. – № 21 (363). – С. 401–403. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45801345> (дата обращения: 12.04.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

43. Немцева С. Н. Развитие эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста посредством слушания музыки / С. Н. Немцева // Социальная сфера : барьеры и драйверы. – Москва, 2022. – С. 196–201. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45235321> (дата обращения: 15.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

44. Нигматуллина А. Р. Теоретические подходы к изучению эмоционального развития старших дошкольников в психолого-педагогической литературе / А. Р. Нигматуллина // Вестник науки. – 2023. – № 9 (66) – С. 122–131. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9iuxmtes833133802> (дата обращения: 04.04.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

45. Никитина Н. Г. Настольные психологические игры в развитии эмоционально-волевой сферы у детей старшего дошкольного возраста / Н. Г. Никитина // Интегративные тенденции в медицине и образовании. – Курск, 2022. – С. 100-104. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9jtu2sgk247446378> (дата обращения: 15.03.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

46. Никитина Ю. Б. Взаимосвязь стиля родительского воспитания и эмоциональной сферы дошкольников / Ю. Б. Никитина // Фундаментальные и прикладные аспекты развития современной науки. – Уфа, 2019. – С. 69–73. – URL: <https://elibrary.ru/udsowd?ysclid=lq9in3tajm374310803> (дата обращения: 06.09.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

47. Нуркова В. В. Общая психология / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – Москва : Юрайт, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-534-739-9.

48. Обухова Л. Ф. Возрастная психология / Л. Ф. Обухова. – Москва : Юрайт, 2023. – 460 с. – ISBN 978-5-534-00249-2.

49. Орехова О. А. Цветовая диагностика эмоций ребенка / О. А. Орехова. – Санкт-Петербург : Речь, 2019. – 108 с. – ISBN 5-9268-90-0.

50. Осипова Ю. Н. Развитие эмоционального интеллекта как одно из направлений социально-коммуникативного развития дошкольников / Ю. Н. Осипова // Проблемы и перспективы развития дошкольного образования. – Нижний Новгород, 2023. – С. 231–233. – URL: <https://elibrary.ru/futjxk?ysclid=lq9i1ve7is499759299> (дата обращения: 19.02.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

51. Петрушина С. А. Развиваем эмоциональную сферу дошкольников. Учим различать эмоции / С. А. Петрушина // Дошкольная педагогика. – 2021. – № 8 (173). – С. 56–58. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47270081> (дата обращения: 18.03.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

52. Питякина Т. Ю. Методы формирования социальных эмоций у детей младшего дошкольного возраста / Т. Ю. Питякина, В. В. Савченко, О. В. Хижняк // Молодой ученый. – 2019. – № 6 (244). – С. 231–233. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48258943> (дата обращения: 17.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

53. Полетаева Е. П. Эмоции в развитии ребенка дошкольного возраста / Е. П. Полетаева, Е. В. Мерзлякова // Молодой ученый. – 2018. – № 49 (235). – С. 290–293. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48991042> (дата обращения: 23.12.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

54. Психология действия : избранные психологические труды / А. В. Запорожец. – Москва : МПСИ; Воронеж : МОДЭК, 2000. – 731 с. – ISBN 5-21468-90-023-1.

55. Рибо Т. А. Психология внимания / Т. А. Рибо ; пер. с фр. А. И. Цомакион. – Изд. 4-е. – Москва : URSS : Книжный дом «ЛИБРОКОМ», 2011. – 95 с. – ISBN 978-5-397-02169-2.

56. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн [и др.]. – Москва ; Питер, 2012. – 705 с. – ISBN 978-5-459-01141-8.

57. Стародубцева С. Г. Формирование эмоциональной сферы старших дошкольников с общим недоразвитием речи через самостоятельную творческую деятельность / С. Г. Стародубцева // Молодой ученый. – 2019. – № 9 (89) – С. 1186–1188. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48251947> (дата обращения: 07.02.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

58. Степанова Е. В. Влияние творческих способностей на развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста / Е. В. Степанова // Студенческая наука и XXI век. – 2020. – № 2 (10) – С. 434–436. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28790319&ysclid=lq9jm1kc3f989617483> (дата обращения: 14.03.2024).

59. Тихонова И. М. Роль семьи в развитии эмоционального интеллекта дошкольников / И. М. Тихонова // Актуальные проблемы дошкольного образования. – Челябинск, 2022. – С. 452–455. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9ie0qrox195324823> (дата обращения: 18.03.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

60. Тихонова С. В. Понятие «эмоциональная сфера». Ее структура, содержание и условия развития / С. В. Тихонова // Молодой ученый. – 2019. – № 75 (243) – С. 299–301. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48258048> (дата обращения: 04.02.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

61. Толкова Н. М. Возможности арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста / Н. М. Толкова, Т. Н. Морозова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 74-1. – С. 272–274. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48251048> (дата обращения: 21.12.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

62. Толмачинская Р. В. К вопросу о развитии эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста в театрализованной деятельности /

Р. В. Толмачинская // Молодой ученый. – 2019. – № 15 (149). – С. 642–645. – URL: <https://elibrary.ru/xqclrr?ysclid=lq9687x3u402605304> (дата обращения: 17.02.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

63. Трошина Е. А. Формирование социальных отношений у старших дошкольников с задержкой психического развития посредством театрализованной деятельности / Е. А. Трошина // Молодой ученый. – 2019. – № 46 (284). – С. 318–320. – URL: <https://elibrary.ru/xqclrr?ysclid=lq9jqv7x3u402095304> (дата обращения: 09.10.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

64. Туласынова Н. Ю. Развитие эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста посредством игр-пантомим / Н. Ю. Туласынова, Ю. Р. Протодияконова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2023. – № 10-4 (85). – С. 48–51. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9k01bwin463813250> (дата обращения: 18.04.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

65. Урунтаева Г. А. Дошкольная психология / Г. А. Урунтаева. – 5-е изд., стереотип. – Москва : Издательский центр «Академия», 2001. – 336 с. – ISBN 978-5-129-0121-3.

66. Хаертдинова Р. М. Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста / Р. М. Хаертдинова // Вестник Набережночелнинского государственного педагогического университета. – 2023. – № S2-1 (45) – С. 149–151. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54594037> (дата обращения: 20.04.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

67. Хвостова О. Г. Эмоциональная сфера дошкольников в контексте психологического здоровья / О. Г. Хвостова, М. В. Клейменова, Ю. В. Андропова // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2021. – №10-12 (78). – С. 115–119. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47306405&ysclid=lq9i6vc1cw122956132> (дата обращения: 18.12.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

68. Цегельник Н. А. Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами театрализованных игр / Н. А. Цегельник // NovaUm.Ru. – 2019. – № 19. – С. 367–370. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9j83yb3k732846799> (дата обращения: 15.02.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

69. Шевченко Ю. Г. Важность развития эмоционально-волевой сферы в формировании личности / Ю. Г. Шевченко // Молодой ученый. – 2019. – № 40 (278). – С. 202–205. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41136996> (дата обращения: 18.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

70. Шкуркина О. И. Особенности эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи / О. И. Шкуркина. // Молодой ученый. – 2018. – № 27 (213). – С. 146–148. – URL: <https://elibrary.ru/xqclrr?ysclid=lq9jqv7x9552605304> (дата обращения: 14.02.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

71. Штефа В. Н. Теоретическая модель развития эмоциональной сферы личности ребёнка старшего дошкольного возраста / В. Н. Штефа // Гуманитарный трактат. – 2019. – № 27. – С. 7–9. – URL: <https://elibrary.ru/xqclrr?ysclid=lq9jqv7x3u402605304> (дата обращения: 21.12.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

72. Шуканова Ж. М. Развитие социально-эмоциональной сферы дошкольников посредством графического приложения «Игровизор» / Ж. М. Шуканова, Т. П. Малкова // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2019. – № 3 (43). – С. 229–233. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41035306&ysclid=lq9i5zwqin39456617> (дата обращения: 05.11.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

73. Щебетюк Н. А. Роль игры в развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста / Н. А. Щебетюк // Студенческий форум. – Абакан, 2023. – С. 63–65. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=lq9jy8alt> (дата обращения: 07.03.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

74. Щетинина А. М. Учим дошкольников думать / А. М. Щетинина. – Москва : Сфера, 2021. – 128 с. – ISBN 9785994904244.

75. Plutchik R. Emotions and sociopathy / R. Plutchik // Behavioral and Brain Sciences. – 2004. Vol. 18. – P. 570–571. – URL: https://www.researchgate.net/publication/231770056_Emotions_and_sociopathy (дата обращения: 03.05.2024).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста

Методика «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой

Общая цель – выявление особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальных особенностей эмоционального развития

Диагностическая серия №1, №2 позволяет определить сформированность восприятия и понимания эмоциональных состояний.

Диагностическая серия №2 позволяет определить сформированность идентификации эмоций, структуры эмоциональных представлений, произвольного выражения эмоций.

Методика состоит из 2 диагностических серий. В первой 2 этапа, во второй 3 этапа.

Регистрируемые показатели:

- восприятие экспрессивных признаков (мимических);
- понимание эмоционального содержания;
- идентификация эмоций;
- структура эмоциональных представлений;
- произвольное выражение эмоций.

Диагностическая серия № 1

Этап 1

Стимульный материал: лист белой бумаги, цветные карандаши, 6 карт с изображениями лиц гномов (Рисунок 1)

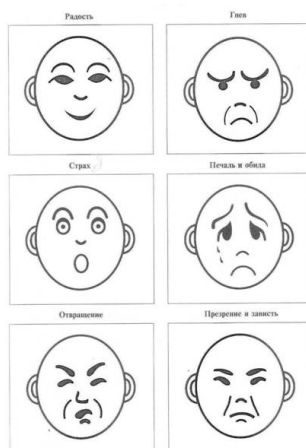


Рисунок 1.1 – Карты с изображениями лиц гномов

Инструкция 1: Хочешь, я расскажу тебе сказку о гномиках? Жили-были неразлучные друзья гномы: весельчак ЭХ, злюка УХ, плакса ОХ, бояка ОЙ, привереда ФУ, завидя (ябеда) АГА. Гномы всегда играли вместе, хотя иногда ссорились.

В процессе инструкции осуществляется показ мимикой, при необходимости проанализировать соответствие имени каждого гнома определенному эмоциональному состоянию. Далее показать поочередно 6 карт с лицами гномов.

Инструкция 2: Посмотри, здесь нарисованы все гномики. Попробуй отгадай, кто из них весельчак, злюка, плакса, бояка, завидя (ябеда), привереда. Как ты догадался?

При затруднениях у ребенка обращать внимание на брови, рот, глаза изображения. Использовать показ мимикой. В процессе выполнения задания фиксировать выбор, номер попытки с правильным выбором, вид помощи.

Инструкция 3: А какой гномик тебе нравится больше? Почему? Расскажи о нем. А какой гномик тебе нравится меньше всех? Почему? Расскажи о нем.

Этап 2

Стимульный материал: карта с цветным изображением 6 гномов (лица не прорисованы), цветные карандаши (Рисунок 2).

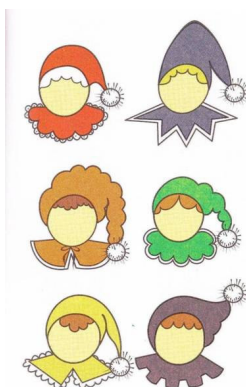


Рисунок 1.2 – Карта с цветным изображением 6 гномов (лица не прорисованы)

Инструкция: Однажды гномики попросили художника нарисовать их всех вместе на одном портрете. А художник забыл (не успел) нарисовать им лица. Может быть, ты закончишь портреты, ты же знаешь, как гномики выглядят? С кого начнешь? Выбери! У каждого гнома свой любимый цвет, поэтому все колпачки должны быть разноцветные. Как ты думаешь, какой колпачок подходит каждому гному?

При затруднениях использовать показ мимикой, показ карточек с лицами гномов. В процессе выполнения задания фиксировать очередность выбора при прорисовке лиц, цвет колпачка, вербальное сопровождение, вид помощи.

Диагностическая серия № 2

Этап 1

Стимульный материал: набор картинок (4 шт.) с изображениями эмоциональных ситуаций (день рождения, драка, расставание, нападение) (Рисунок 3).



Рисунок 1.3 – Картинки с изображениями эмоциональных ситуаций

Инструкция 1: Я буду тебе показывать картинки с разными историями, а ты будешь рассказывать про людей на этих картинках.

Картинки показывать ребенку по одной, к следующей переходить только после анализа и использования всех видов помощи. Первой лучше использовать картинку с легко идентифицирующейся эмоциональной ситуацией (праздник).

Инструкция 2 (после каждого предъявления): Как ты думаешь, что произошло (случилось) с этими людьми? Почему у них такие лица? Что они чувствуют? Как называется такое чувство (настроение)?

Анализ результатов.

Восприятие экспрессии.

Низкий уровень (1 балл) – выделение отдельных экспрессивных признаков (рот, глаза) по всем модальностям с использованием двух видов помощи.

Средний уровень (2 балла) – нестабильное выделение комплекса экспрессивных признаков по 4-6 модальностям.

Высокий уровень (3 балла) – выделение комплекса экспрессивных признаков по 4-6 модальностям.

Понимание эмоций.

Низкий уровень (1 балл) – затруднения в установлении соответствия экспрессивного эталона эмоциональному содержанию по 4 модальностям с использованием двух видов помощи.

Средний уровень (2 балла) – соответствие экспрессивного эталона эмоциональному содержанию по 4-6 модальностям с определением характерных особенностей поведения с использованием одного вида помощи.

Высокий уровень (3 балла) – соответствие экспрессивного эталона эмоциональному содержанию по 6 модальностям с определением характерных особенностей поведения.

Идентификация эмоций.

Низкий уровень (1 балл) – затруднения в комплексной интерпретации эмоциогенных ситуаций всех модальностей при отсутствии или частичной схематизации экспрессивного эталона с использованием двух видов помощи.

Средний уровень (2 балла) – комплексная интерпретация эмоциогенных ситуаций 4 основных и 2-4 дополнительных модальностей в сочетании с частичной схематизацией экспрессивного эталона при использовании одного вида помощи.

Высокий уровень (3 балла) – комплексная интерпретация эмоциогенных ситуаций 4 основных и 4 дополнительных модальностей в сочетании со схематизацией экспрессивного эталона.

Структура эмоциональных представлений.

Низкий уровень (1 балл) – отсутствует понимание причин и последствий, представление об эмоциональном процессе ограниченное.

Средний уровень (2 балла) – частичное понимание причин и последствий, представление об эмоциональном процессе неполное.

Высокий уровень (3 балла) – полное понимание причин и последствий, комплексное представление об эмоциональном процессе.

Уровень произвольного выражения эмоций.

Низкий уровень (1 балл) – затруднения произвольной мимической имитации по образцу (фотоэталон) всех модальностей в сочетании со слабой активизацией нижнего и верхнего паттерна.

Средний уровень (2 балла) – адекватность произвольной мимической имитации по образцу (фотоэталон) 4 основных и 2-4 дополнительных модальностей с частичной локализацией мимических признаков.

Высокий уровень (3 балла) – адекватность произвольной мимической имитации по образцу (фотоэталон) 4 основных и 4 дополнительных модальностей с выраженной комплексной локализацией мимических признаков.

Методика «Изучение понимания эмоционального состояния людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной

Цель диагностики: изучить уровень развития понимания эмоциональных состояний людей у ребенка старшего дошкольного возраста.

Описание методики: Подготовка исследования. Подобрать картинки (фотографии) с изображением детей и взрослых, у которых ярко выражено эмоциональное состояние как основных эмоций (радость, страх, гнев, горе), так и их оттенков, сюжетные картинки с изображением; положительных и отрицательных поступков детей и взрослых (Рисунок 4).



Рисунок 1.4 – Картинки с изображениями детей и взрослых

Проведение исследования. Индивидуально с детьми 5-7 лет проводится 2 серии.

Первая серия. Ребенку последовательно показывают картинки детей и взрослых и спрашивают: «Кто изображен на картинке? Что он делает? Как он себя чувствует? Как ты догадался об этом? Опиши картинку».

Вторая серия. Ребенку последовательно показывают сюжетные картинки и задают вопросы: «Что делают дети (взрослые)? Как они это делают (дружно, ссорятся, не обращают внимания друг на друга и т.д.)? Как ты догадался? Кому из них хорошо, а кому плохо? Как ты догадался?»

Низкий уровень (0-16 баллов) – понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников недоступно.

Средний уровень (17-21 балл) – понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников частично доступно.

Высокий уровень (22-26 баллов) – понимание эмоциональных состояний взрослых и сверстников доступно в полной мере.

Методика «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой

Цель: определить уровень развития способности изображения эмоциональных состояний.

Структура психодиагностической методики: методика состоит из 6 заданий (изобразить 6 эмоций: радость, грусть, удивление, гнев, страх, отвращение).

Процедура обследования: обследование проводится индивидуально с каждым старшим дошкольником.

Анализ результатов.

Низкий уровень (0-10 баллов) – старший дошкольник не способен изображать все или большинство эмоциональных состояний, он не понимает особенности мимической моторики.

Средний уровень (15-20 баллов) – старший дошкольник способен изображать некоторые эмоциональные состояния, он понимает основные особенности мимической моторики.

Высокий уровень (25-30 баллов) – старший дошкольник способен изображать все или подавляющее большинство эмоциональных состояний, он понимает особенности мимической моторики.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста

Таблица 2.1 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой

№	Баллы				
	Восприятие экспрессии	Понимание эмоций	Идентификация эмоций	Структура эмоциональных представлений	Произвольное выражение эмоций
1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1
3	2	1	2	1	2
4	1	1	1	1	1
5	2	1	1	1	2
6	1	1	1	1	1
7	2	2	2	1	2
8	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1
10	1	1	1	1	1
11	2	2	1	1	2
12	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1
15	2	1	1	1	2
16	1	1	1	1	2
17	2	1	1	2	2
18	2	2	2	2	2
19	2	1	1	1	2
20	2	2	2	2	2
21	2	2	2	2	2
22	2	2	2	2	2
23	2	2	2	2	3
24	2	3	2	2	3
25	2	2	2	2	2
26	3	2	2	3	3
27	3	2	2	2	3
28	3	3	3	3	3
29	3	3	3	3	3
30	3	3	3	3	3

Итого:

Восприятие экспрессии:

- высокий уровень: 16 % (5 человек);
- средний уровень: 47 % (14 человек);

– низкий уровень: 37 % (11 человек).

Понимание эмоций:

– высокий уровень: 14 % (4 человека);

– средний уровень: 33 % (10 человек);

– низкий уровень: 53 % (16 человек).

Идентификация эмоций:

– высокий уровень: 10 % (3 человека);

– средний уровень: 37 % (11 человек);

– низкий уровень: 53 % (16 человек).

Структура эмоциональных представлений:

– высокий уровень: 13 % (4 человека);

– средний уровень: 30 % (9 человек);

– низкий уровень: 57 % (17 человек).

Произвольное выражение эмоций:

– высокий уровень: 24 % (7 человек);

– средний уровень: 43 % (13 человек);

– низкий уровень: 33 % (10 человек).

Таблица 2.2 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке»

Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной

№	Баллы	Уровень
1	12	Низкий
2	13	Низкий
3	14	Низкий
4	11	Низкий
5	15	Низкий
6	14	Низкий
7	16	Средний
8	10	Низкий
9	11	Низкий
10	12	Низкий
11	17	Средний
12	12	Низкий
13	14	Низкий
14	11	Низкий
15	16	Низкий
16	16	Средний
17	19	Средний
18	16	Средний

Продолжение таблицы 2.2

19	18	Средний
20	17	Средний
21	19	Средний
22	19	Средний
23	20	Средний
24	19	Средний
25	21	Средний
26	20	Высокий
27	22	Высокий
28	24	Высокий
29	23	Высокий
30	24	Высокий

Итого:

- высокий уровень: 14 % (3 человека);
- средний уровень: 33 % (10 человек);
- низкий уровень: 53 % (16 человек).

Таблица 2.3 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой

№	Баллы	Уровень
1	5	Низкий
2	5	Низкий
3	10	Низкий
4	5	Низкий
5	10	Низкий
6	10	Низкий
7	10	Средний
8	10	Низкий
9	5	Низкий
10	10	Низкий
11	10	Средний
12	10	Низкий
13	10	Средний
14	10	Низкий
15	15	Средний
16	15	Средний
17	15	Средний
18	15	Средний
19	15	Средний
20	20	Средний
21	15	Средний
22	20	Средний
23	20	Средний
24	20	Высокий
25	20	Средний

Продолжение таблицы 2.3

26	20	Высокий
27	25	Высокий
28	25	Высокий
29	30	Высокий
30	30	Высокий

Итого:

- высокий уровень: 13 % (4 человека);
- средний уровень: 40 % (12 человек);
- низкий уровень: 47 % (14 человек).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии

Развивающая программа направлена на решение проблемы недостаточного развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста, характеризующегося сниженной способностью восприятия экспрессии, понимания эмоций, идентификации эмоций, произвольного выражения эмоций, понимания эмоциональных состояний, изображения эмоциональных состояний и низким уровнем структуры эмоциональных представлений.

Целью программы является развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

Задачи программы:

1. Создать доверительную атмосферу в группе.
2. Расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её.
3. Обучить восприятию, пониманию, идентификации и изображению эмоций.
4. Улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Принципы программы:

- принцип системности и комплексности: каждое занятие включает различные средства арт-терапии и образует единую систему занятий;
- принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей: занятия с детьми старшего дошкольного возраста были построены с учётом их возможностей как по содержанию, так и по длительности;
- принцип деятельности: в основе каждого занятия лежит осуществление продуктивной творческой деятельности;
- принцип обратной связи: проведение в конце каждого занятия рефлексии, включающей обмен мнениями и впечатлениями.

Участниками программы являются дети старшего дошкольного возраста (6-7 лет), имеющие недостаточно развитый уровень (низкий или средний) эмоциональной сферы, в количестве 27 человек (14 девочек и 13 мальчиков). Для удобства работы были созданы три группы по 9 детей в каждой.

Программа разработана на основе следующих работ: А.И. Копытина «Арт-терапия – новые горизонты», А. Воронова «Арт-терапия для дошкольников», Н. Кедрова «Азбука эмоций» [1; 13, 24].

Основные структурные элементы программы:

1. Стартовая диагностика детей старшего дошкольного возраста.
2. Работа по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.
3. Итоговая диагностика дошкольников.

Программу можно представить в виде трёх взаимосвязанных блоков:

- работа по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии;
- групповое и индивидуальное консультирование родителей по развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста;
- индивидуальное консультирование воспитателя по запросу.

Для эффективной реализации программы необходимы следующие ресурсы: научно-методическая база; материально-техническая оснащённость организации (комната в детском саду, игровой уголок в детском саду, песок, пластилин, листы бумаги, канцелярские принадлежности).

Программа была реализована во время занятий педагога-психолога один раз в неделю в утреннее время суток. Разработанная программа рассчитана на 10 групповых встреч с детьми (длительность 25 минут). Также в рамках программы предусмотрено проведение групповых и индивидуальных консультационных встреч с родителями и воспитателем по запросу. Сроки реализации программы: 2,5 месяца.

Содержание программы.

Занятие 1. «Знакомство с эмоциями».

Цель: создать доверительную атмосферу в группе.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Сказка «Волшебная страна чувств».

Цель: снизить эмоциональное напряжение, повысить доверительную атмосферу в группе.

Далеко - далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней эмоции: радость, гнев, страх, печаль, обида, зависть, удивление, презрение, вина и интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причём каждая эмоция живёт в домике определённого цвета. Кто - то живёт в красном домике, кто - то в синем, кто - то

в чёрном, кто - то в зелёном ... Каждый день, как только встаёт солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда - всю краску унёс ветер.

У вас есть цветные карандаши. Пожалуйста, помогите жителям раскрасить домики. А теперь напишите, какие жители живут домики: эмоция должна соответствовать цвету домика.

2. Упражнение «Рисуем эмоции».

Цель: способствовать улучшению понимания собственного эмоционального состояния и расширение возможностей выразить его.

В начале работы попросите ребенка выбрать цвет, который соответствует его настроению и изобразить его на листе (оставить след). Это может быть клякса, прямая или ломаная линии, разнообразные штрихи и т.д. Вопросы для размышления: Как можно назвать это состояние? На что оно похоже? Данная работа может выполняться в виде несвязанных между собой линий, штрихов, символов, а может объединиться в целую картину.

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Установление правил группы: конфиденциальность, открытость, «Я-послание».

2. Мини-лекция «Эмоции»

Эмоции – процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме переживаний.

Функции эмоций

1. Оценочная функция: эмоции позволяют быстро и надежно ориентироваться в многообразии жизненных событий и ситуаций, в людях, самом себе, в предметах и явлениях. Эмоциональные оценки представляются нам более значимыми и достоверными, чем интеллектуальные: человек больше доверяет им (курильщик знает о вреде курения, но продолжает курить. Для изменения отношения человека к курению необходимо, чтобы он эмоционально пережил его вред для себя). Результат оценочной

деятельности эмоции – переживания или эмоциональные обобщения. Эмоции – более древнее, чем мышление, образование, эмоции первобытного человека являлись предформой мышления, или предмышлением.

2. Сигнальная функция: эмоции сигнализируют человеку о состоянии его потребностей. При актуализации нужды в чем-либо возникают соответствующие эмоциональные переживания (голода, жажды, интереса и т.д.), которые называют потребностями.

4. Функция побуждения: эмоции выступают как мощные источники активности. Чем сильнее эмоция, тем большими побудительными возможностями она обладает (сильная и слабая боль, страх, стыд и др. эмоции).

4. Облегчение филогенетических адаптивных реакций: когда человек не способен найти для себя выход на уровне рациональности (в состоянии ревности, обиды, гордости, аффекта), именно эмоции навязывают ему определенный, закрепившийся в эволюции способ разрешения проблем: бегство, оцепенение, нападение и т.д.;

5. Дезорганизационная функция состоит в способности эмоций нарушать целенаправленную деятельность человека. Сильная эмоция (например, аффект) дезорганизует нормальное протекание обычной деятельности с тем, чтобы привлечь все силы и внимание к какой-то другой, возможно жизненно важной именно в этот момент деятельности или поведению.

6. Функция воздействия на физиологические процессы: эмоции всегда сопровождаются большими или меньшими изменениями функций организма (на эмоциональной основе возникает большинство болезней и преждевременное старение или омоложение).

7. Экспрессивная функция осуществляется посредством мимики, пантомимики, голосовых реакций. Эти сигналы оповещают окружающих об эмоциональном состоянии индивида, о его отношении к происходящему. Они играют значительную роль в коммуникации, являясь основой невербального общения.

3. Обсуждение выполненных упражнений (сравнение домиков детей и родителей)

– есть ли отличия?

– с чем эти отличия могут быть связаны?

4. Рефлексия (обратить внимание родителей на то, что каждый человек по-своему видит мир: у одних людей жёлтый ассоциируется с радостью, у других – с печалью. Нужно уточнять эмоции детей, говорить о них с ними).

Домашнее задание: иногда выполнять с детьми упражнение «Нарисуй эмоцию» (особенно полезно при возникновении отрицательных эмоций у детей и необходимости их «проработать»)

Занятие 2. «Эмоция радости».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, обучить восприятию, пониманию, идентификации и изображению эмоций.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции радости.

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки радости и сам рисует: небольшие морщинки в уголках около глаз, уголки губ приподняты.

2. Упражнение «Рисуем радость».

Цель: научить понимать собственное эмоциональное состояние.

Сядь удобно, расслабься, закрой глаза. Дыши спокойно и глубоко. Представь или вспомни такой момент, когда тебе было очень радостно. Обрати внимание на свои ощущения. Тебе тепло или холодно? Возможно ты ощутил какой-то вкус, почувствовали запах или необычный звук. Перед глазами появилась яркая картинка. Постарайся разглядеть цвета, которые возникают в твоём воображении, возможно это какие-то формы, линии или пятна. А теперь медленно открой глаза и изобрази то, что ты увидел.

3. Упражнение «Парное рисование».

Цель: научить командной работе и улучшить творческое воображение.

Сейчас мы будем рисовать в парах. Двое рисуют на одном листе бумаги какую-то единую композицию или образ. При этом есть очень важное условие: нельзя заранее договариваться о том, что это будет за рисунок, нельзя разговаривать в процессе работы. Кроме красок и карандашей разрешается дополнять образ цветной бумагой, использовать готовые образы из журналов, вырезая и приклеивая их в дополнение к композиции. Начинаем по сигналу.

После того, как рисунки будут готовы, проводится обсуждение и выставка работ. Можно выбрать самую гармоничную, самую необычную или самую конфликтную работу и задать вопросы авторам, что им помогало, как они действовали, как договаривались на невербальном уровне, что именно будут рисовать и т.д.

Рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Эмоция радости»

Радость - это позитивная эмоция, которая приносит множество положительных чувств и благоприятно влияет на наше физическое и эмоциональное состояние.

Функции радости:

– Улучшение настроения: Радость способствует повышению настроения и создает ощущение счастья и удовлетворения. Это может помочь вам чувствовать себя более довольным в повседневной жизни.

– Укрепление здоровья: Радость может способствовать улучшению физического здоровья. Она может повышать уровень эндорфинов и укреплять иммунную систему.

– Улучшение отношений: Радостные люди обычно более привлекательны для окружающих, и эта позитивная энергия может способствовать улучшению отношений с друзьями, семьей и коллегами.

– Повышение продуктивности: Радость может улучшить вашу концентрацию и креативность, что может привести к увеличению производительности в работе и повседневных задачах.

– Снижение стресса: Радость действует как натуральный антидепрессант и может помочь снизить уровень стресса и тревожности.

– Повышение самооценки: Ощущение радости может укрепить ваше чувство собственной ценности и самоуважения.

– Создание позитивных воспоминаний: Моменты радости могут стать частью ваших позитивных воспоминаний и обогатить вашу жизнь.

– Социальная связь: Радость часто связана с социальными событиями и взаимодействием с другими людьми, что способствует укреплению социальной связи.

2. Обсуждение с родителями темы «Когда мой ребёнок радостен?»

– легко ли детям выражать эмоцию радости?

– что вызывает эмоцию радости?

– бывает ли так, что ребёнок выражает радость не так, как вы хотели бы?

– бывает ли вам стыдно из-за того, что дети выражают радость?

Рефлексия.

Домашнее задание: родителям следует обращать внимание на то, когда ребёнок испытывает радость (вести список «То, что радует»).

Занятие 3. «Эмоция злости (гнева)».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции злости.

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки радости и сам рисует: брови опущены или сведены вместе, рот закрыт, губы сужены.

2. Упражнение «Злой человек».

Цель: научить изображать эмоцию злости.

Специалист: «Ребята, нарисуйте человечков со злым, сердитым выражением лица, с помощью пипеток». Психолог показывает детям, как использовать пипетки. Дети рисуют под музыку. После рисования демонстрируют друг другу свои работы.

3. Упражнение «Я злюсь».

Цель: научить выражать злость приемлемыми способами.

Нужно сформировать пять равных шариков из кинетического песка. Каждый шарик будет выражать негативную эмоцию. Например, злость, обиду, раздражение, гнев, грусть. После этого нужно расплющить каждый шарик, чтобы выразить эти негативные эмоции. Можно давить, жать, мять эту массу до тех пор, пока не почувствуете, что злость ушла.

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Эмоция злости».

Злость — чувство сильного раздражения и враждебности, направленное на определённый объект или ситуацию.

Функции злости:

- защита своей территории, своей целостности, своих интересов, идей, мыслей;
- обеспечение безопасности: когда на меня нападают, то я обеспечиваю свою безопасность;

- проявление себя: когда я расширяюсь и захватываю больше территорий;

- регуляция взаимоотношений и установление своих границ.

2. Обсуждение с родителями темы «Когда мой ребёнок злится?»

- легко ли детям выражать эмоцию злости?

- что вызывает эмоцию злости?
- бывает ли так, что ребёнок выражает злость не так, как вы хотели бы?
- бывает ли вам стыдно из-за того, что дети выражают злость?

Рефлексия.

Домашнее задание: заполнять вместе с ребёнком дневник «Что вызвало злость – как ребёнок выразил чувство злости – как его следовало выразить».

Занятие 4. «Эмоция страха».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции страха.

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки страха и рисует сам: брови приподняты и вытянуты, верхние веки приподняты, губы немного вытянуты или рот открыт.

2. Упражнение «Веселый страх».

Цель: научить выражать страх приемлемыми способами и преодолевать его.

Специалист рассказывает сказку: «Жил – был Страх. Все его боялись, и никто не хотел с ним играть. Грустно и скучно стало страху одному, и решил он пойти поискать себе друзей, но никого не нашел, потому что все его боялись и прятались от него. Надоело Страху всех пугать, и решил он стать веселым и смешным. Что сделать Страху, чтобы детям стало весело?». Дети предлагают свои варианты.

3. Упражнение «Страхи».

Цель: выражать страх приемлемыми способами и преодолевать его.

Педагог-психолог предлагает ребенку изобразить свои страхи, объясняя тем, что если вдруг захочется что-то исправить, то это можно сделать легким касанием губки. Ребенок рассказывает о своем страхе, а затем можно:

- подрисовать что-нибудь, чтобы образ стал смешным;
- угостить вкусным, нарисовав конфеты, печенье, колбасу и т.д.;
- заштриховать его;
- избавиться от страха, смыв губкой с водой (клеенка останется чистой);
- приручить его.

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Страх»

Страх — это эмоция, которая возникает в ситуации угрозы биологическому или социальному существованию человека.

Несмотря на негативную окраску, страх выполняет несколько важных функций:

– сигнальную (предупреждающую) – сообщает о потенциальной угрозе жизни, здоровью, благополучию, помогает избежать неприятностей;

– мобилизующую – помогает моментально собраться в критической ситуации, сгруппироваться, включить на максимум все органы чувств, чтобы оценить, насколько реальна угроза и как ей лучше противостоять;

– организующую – помогает адаптироваться, определяет стратегию поведения, когда недостаточно информации о том, что происходит, и нет времени на раздумья;

– воспитательную – помогает запоминать события, предметы, действия, которые могут представлять опасность, причинять боль, страдания, и учитывать возможный риск, принимая решение, как себя вести.

2. Обсуждение с родителями темы «Преодоление страхов у детей»

– Какие страхи есть у ваших детей?

– Какие способы вы применяете, чтобы преодолеть их страхи?

Рефлексия

Домашнее задание: нарисовать вместе с ребёнком то, чего он боится, а потом превратить рисунок во что-нибудь смешное.

Занятие 5. «Эмоция печали (грусти)».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, обучить восприятию, пониманию, идентификации и изображению эмоций.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции печали (грусти).

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки страха и рисует сам: верхние веки слегка опущены, взгляд рассеянный, уголки рта слегка опущены.

2. Упражнение «Закончи фразу и изобрази её».

Цель: обучить пониманию своего эмоционального состояния.

– Когда мне печально, я (рисование цветом фигуры, которая отражает состояние детей)

– Когда моим родителям печально, я ... (рисование цветом фигуры, которая отражает состояние детей)

3. Упражнение «Веселим песок».

Цель: научить менять печаль на радость.

Специалист: Давайте с ним поздороваемся: «Здравствуй песок!». Послушайте... Он с вами здороваётся. Вы все слышите?.. Плохо слышите, потому что ему грустно и одиноко.

А давайте развеселим песочек! Пощекочем его сначала одной рукой каждым пальчиком, затем другим. А теперь пощекочем двумя руками. Теперь плавными движениями как змейки побежали по песку пальчиками. Вы слышите, как он смеётся? Давайте его погладим между ладонями. Возьмите в руки песок крепко-крепко, потихоньку отпустите. Еще раз давайте его возьмем в руки крепко, чтобы ни одна песчинка не упала с кулачков. Песочек, мы тебе поможем!

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Печаль»

Печаль — это отрицательно окрашенная эмоция, которая возникает в случае значительной неудовлетворённости человека в каких-либо аспектах его жизни.

Функции: грусть приглашает нас к размышлению, приказывает остановиться и обратить внимание на то, что с нами происходит, на то, от чего мы, как правило, бежим, но что требует рассмотрения и трансформации. Функции грусти - это также урок, усвоенный путём ошибок, умение сдерживать себя, осторожность, принятие потери и умение ценить хорошее в жизни.

2. Обсуждение реакций на печаль детей.

– что вызывает печаль у детей?

– как дети выражают эмоцию печали?

– как действуют родители при виде печали ребёнка?

– стоит ли сразу пытаться развеселить ребёнка?

– как необходимо доносить информацию о том, что родителям бывает грустно?

Рефлексия (обратить внимание родителей на то, что нужно принимать эмоции детей, не пытаться их отрицать или сразу менять)

Домашнее задание: «Я грущу, когда...» Родителям следует обсудить с детьми, что вызывает у них грусть, и проявить поддержку.

Занятие 6. «Эмоция обиды».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции обиды.

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки обиды и рисует сам: брови сдвинуты, уголки губ опущены.

2. Упражнение «Изобрази обиду на бумаге».

Цель: научить изображать обиду.

Из пластилина путем растирания на ватмане выразить чувство обиды (ребёнок самостоятельно выбирает цвета). Какая обида на ощупь? Какая обида на вкус?

3. Упражнение «Обидчик больше не обидит».

Цель: научить приемлемым способом справляться с обидой.

Просим ребенка вылепить из мокрого речного песка вылепить своего обидчика, а затем разрушить фигурку и залить водой. Затем взять выбранную фигурку обидчика и закопать в песок (но мы закапываем не обидчика, а свой гнев и озлобленность на него). Все – негативных эмоций и переживаний нет, а значит «обидчик» больше не обидит и бояться нечего. В конце работы ребенок выравнивает поверхность песочницы.

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Эмоция обиды»

Обида — это чувство, которое возникает, когда с нами плохо или несправедливо обошлись.

Функции обиды:

- Обида, как способ сообщить о чем-то (сигнальная функция)
- Обида, как способ достичь или избежать чего-то (защитная функция)
- Обида, как способ общения (коммуникативная функция)

2. Обсуждение с родителями темы «Когда мой ребёнок обижен»

- что вызывает обиду у детей?
- как дети выражают эмоцию обиды?
- как действуют родители при виде обиды ребёнка?

– как самим родителям следует выражать обиду, когда они испытывают её?

Рефлексия

Домашнее задание: обсуждать с детьми, что вызвало у них обиду, какие ожидания у них были и почему они не сбылись, помочь детям научиться принимать тот факт, что не все ожидания могут сбыться.

Занятие 7. «Эмоция зависти»

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции зависти.

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки зависти и рисует сам: прищуренный взгляд, ухмылка.

2. Упражнение «Образ зависти».

Цель: расширить представления о собственном эмоциональном состоянии.

Сегодня я предлагаю вам нарисовать образ своей зависти. Попробуйте сейчас представить ситуацию, когда вы испытывали чувство зависти, и попробуйте увидеть, почувствовать, ощутить, где именно в теле это находится. (Спрашивает каждого ребенка). Какого оно цвета? А какой формы? А теперь закройте глаза и попробуйте представить образы своей зависти, или зависти, которую испытывал кто-то. Нарисуйте (в ходе рисования психолог беседует с каждым ребенком - обсуждает, беседует по ситуации).

3. Упражнение «Цветок-символ».

Цель: научиться приемлемыми способами справляться с завистью.

У зависти три составные части, три «головы-колючки» (обращает внимание на плакат, открывает «колючки») – Превосходство, Обида, Жадность. Это тоже чувства человека. Чтобы справиться с завистью, нужно побороть их все три по отдельности. Мы отправимся с вами в небольшое путешествие и найдем «волшебные камушки», которые нам помогут. Я открою вам секрет – победить «головы-колючки» могут только противоположные чувства. Что может победить Превосходство? (Ответы детей). Правильно, признание того, что другие люди не хуже тебя (находят камушек с картинкой). А под камушком правило – «Развивай уважение к людям, радуйся успехам

других. Помни, что в человеке больше достоинств чем недостатков!» (Цветок-символ прикрепляется к 1 колючке «зависти»). Что может победить Обиду? (Ответы детей) Правильно, прощение (находят камушек с картинкой). А под камушком правило – «Умей прощать окружающих – и они будут прощать тебя!» Давайте найдем в себе обиду и отправим ее в «мешок обид». (Цветок -символ прикрепляется ко 2 колючке «зависти»). Что может победить Жадность? (Ответы детей) Правильно, щедрость (находят камушек с картинкой). А под камушком правило – «Быть щедрым – значит быть богатым. Делись с другими – и они поделятся с тобой!» Давайте поиграем в игру «Раздели поровну». (Цветок -символ прикрепляется к 3 колючке «зависти»).

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Эмоция зависти»

Зависть — это социальная эмоция, основанная на сравнении себя с другими людьми не в свою пользу.

Функции зависти:

Утверждающая функция. Зависть, являясь своего рода органом познания собственных стремлений, выполняет функцию утверждения, признания ценности, значимости предмета зависти.

Защитная функция: защита самооценки и социальной репутации человека.

Функция социального контроля: с одной стороны, социальный контроль оказывается сдерживающим фактором для противозаконных и безнравственных действий членов общества; с другой — возможность его осуществления может спровоцировать завистливого человека «расквитаться» с объектом своей зависти, применяя низменные методы его уничтожения (клевету, наговор, очернительство).

Стимулирующая функция, связанная с побуждением к созидательной активности человека.

2. Обсуждение с родителями темы «Когда мой ребёнок завидует»

- что вызывает зависть у детей?
- как дети выражают эмоцию зависти?
- как действуют родители при виде зависти ребёнка?
- испытывают ли родители зависть?

Рефлексия.

Домашнее задание: осуществлять упражнение «Цветок-символ» в упрощённом варианте при возникновении у детей зависти.

Занятие 8. «Эмоция вины».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции вины.

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки вины и рисует сам: веки смещены вниз, внутренние уголки бровей приподняты вверх, уголки губ направлены вниз.

2. Упражнение «Когда вам стыдно?»

Цель: научить понимать собственное эмоциональное состояние.

Когда я чувствую себя виноватым, у меня ощущение, как будто я становлюсь красным, как помидор, меня бросает в жар, а еще мне кажется, что все-все на меня смотрят и все это замечают. А что вы чувствуете, когда вам стыдно? Дети произносят свои ощущения и изображают их с помощью разных цветов пластилина.

4. Упражнение «Измени ситуацию».

Цель: научить справляться с чувством вины.

Детям предоставляются сюжетные картинки, в которых персонажи в чём-либо виноваты. Специалист говорит, что персонажам следует извиниться и исправить то, что они сделали. Дети могут помочь персонажам сделать это. Они рисуют то, что может загладить вину.



Нарисовать совок.



Нарисовать целое ожерелье.

Рисунок 3.1 – Сюжетные картинки

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Эмоция вины»

Вина — это отрицательно окрашенное чувство, причиной которого является поступок с негативными последствиями для других людей или для самого себя.

Вина выполняет три основные функции:

1) выступает в качестве морального регулятора для поддержания норм просоциального поведения;

2) участвует в формировании самооотношения

3) способствует профилактике психических расстройств.

2. Обсуждение с родителями темы «Когда мой ребёнок чувствует вину»

– что вызывает вину у детей?

– как дети выражают эмоцию вины?

– как действуют родители при виде вины ребёнка?

Рефлексия.

Домашнее задание: практиковать правильные способы реагирования на ошибки (вину) детей.

Занятие 9. «Эмоция удивления».

Цель: расширить представления об эмоциональной сфере и эмоциях, составляющих её, улучшить способность управлять эмоциями и выражать их приемлемыми способами.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Изготовление маски по шаблону».

Цель: изучить изображение эмоции удивления.

Дети по шаблону обводят маску, вырезают её. Далее надо нарисовать глаза, рот, брови. Специалист произносит визуальные признаки обиды и рисует сам: брови приподняты, глаза широко раскрыты, рот приоткрыт.

2. Упражнение «Придумываем и рисуем друга, который умеет всему удивляться».

Цель: научить изображать эмоцию удивления.

Спросите ребенка: «Как ты думаешь, кто удивляется окружающему миру?» Когда ребенок ответит, предложите: «Давай попробуем его (ее) нарисовать на песочном листе или выбрать такого героя в коллекции миниатюрных игрушек».

3. Упражнение «Чему мы удивляемся?»

Цель: расширить представления о том, что может вызвать удивление.

Специалист предлагает нарисовать детям то, что вызывает у них удивление (работа проводится вместе с родителями). Для облегчения работы можно взять мыльные пузыри. Обратить внимание детей на то, какие удивительные цвета принимает мыльный пузырь.

4. Упражнение «Чудесные превращения».

Цель: способствовать командной работе и повышать интерес к эмоциям и совместной деятельности.

Дети садятся напротив друг друга за столы, положив перед собой два карандаша и бумагу. Один ребенок рисует необычную линию, закорючку, зигзаги, беспорядочные значки и просит другого ребенка завершить «чудесное превращение»: превратить его каракули во что-нибудь интересное. Затем дети поочередно дополняют рисунок. По ходу игры участники рассказывают о содержании своих картинок и обо всем, что они думают. Задание выполняется под музыку.

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

1. Мини-лекция «Эмоция удивления»

Удивление – когнитивная эмоция, возникающая при неожиданной ситуации.

Основная функция удивления — сосредоточение внимания, чтобы мы могли наиболее эффективно определить, что происходит, и находимся ли мы в опасности. Функция удивления состоит в том, чтобы подготовить человека к эффективному взаимодействию с новыми внезапным событием и его последствиями.

2. Обсуждение с родителями темы «Когда мой ребёнок удивляется»

- что вызывает удивление у детей?
- как дети выражают эмоцию удивления?
- важно ли уметь удивляться?
- как давно родители удивлялись чему-либо?

Рефлексия.

Домашнее задание: обращать внимание ребёнка на то, что может удивить его.

Занятие 10. «Все эмоции важны».

Цель: закрепить положительное эмоциональное состояние.

Вводная часть: приветствие.

Основная часть:

1. Упражнение «Конверты радости и огорчений».

Цель: повысить способность открыто говорить о своих эмоциях.

Материалы: почтовые конверты, бумага разного формата; цветной/белый картон; краски, набор карандашей/фломастеров/мелков; ножницы, клей. Описание упражнения: «За целый день успевают произойти масса разных событий – что-то нас веселит, что-то нас удивляет, что-то нас радует, а что-то нас и огорчает. Давай с тобой сделаем конвертики, в которых сможем собирать всё то, что запомнилось за день. В один из них мы будем собирать свои радости, а в другой будем прятать огорчения». Теперь предложите ребёнку изготовить конверты. Для этого можно использовать как обычные почтовые конверты (которые затем можно разрисовать, сделать на них какую-либо аппликацию), так и изготовить самостоятельно. Возьмите небольшие бумажки и попросить ребёнка написать на них, или нарисовать то, что обрадовало его, а что огорчило. И распределите это по соответствующим конвертам. Затем предложите ему с помощью рук изобразить весы. Пускай он положит один конверт на правую ладонь, а другой на левую. Как он считает, что перевешивает? Радость? Отлично, скажите, что завтра, когда мы вновь будем заполнять наши конвертики – её, наверно, станет ещё больше! Перевешивают огорчения? Скажите, что, конечно, это грустно. Но ведь мы их убрали в конверт, они больше не в тебе – а вот в этом конверте. А значит, они потеряли власть над тобой.

2. Упражнение «Прочитай письмо».

Цель: улучшить способность распознавать и дифференцировать эмоции.

Материал: картинки с эмоциями.

Техника проведения: почтальон приносит письма, но не обычные, а зашифрованные.

Ребенку вручается письмо, и он рассказывает, что «прочитал» в своем письме.

Варианты писем и их расшифровка.

Шел мелкий дождь. Коля сидел у окна и грустил. Но вот выглянуло солнышко, дождь прекратился, и Коля радостно побежал на улицу.



Рисунок 3.3 – Картинка с эмоциями о Коле

Ранним утром Алеша пошел на рыбалку. Закинул удочку и стал ждать, когда же рыбка попадет на крючок. Долго он сидел и внимательно смотрел на поплавок, но рыба не клевала, и ему было очень грустно. Но вдруг леска натянулась и постепенно стала уходить вниз. Что такое? Алеша потянул за удочку, но она только прогнулась, вот-вот

сломается. Он испугался и стал звать на помощь. Прибежали рыбаки и помогли ему вытащить большую щуку. Алеша даже запрыгал от радости.

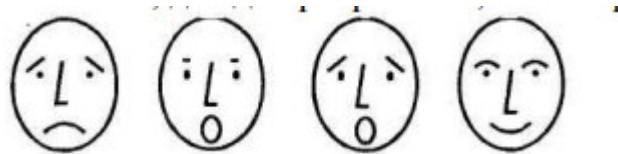


Рисунок 3.2 – Картинка с эмоциями об Алёше

Вы тоже можете писать такие письма. Давайте попробуем, а дома вы покажете и расскажете их родителям.

3. Упражнение «Волшебный салют».

Цель: улучшить эмоциональное состояние.

Дети надевают дождевики, или защитные фартуки. На полу расстилают обои или большой лист бумаги. Дети манипулируют любым способом кистью или зубной четкой, начинают брызгать на лист бумаги цветной краской, устраивая «волшебный салют».

Заключительная часть: рефлексия.

Продолжение работы с родителями:

Обсуждение результатов курса занятий и возникших в процессе проблем.

Рефлексия.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования развития
эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами
арт-терапии

Таблица 4.1 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста после реализации программы по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой

№	Баллы				
	Восприятие экспрессии	Понимание эмоций	Идентификация эмоций	Структура эмоциональных представлений	Произвольное выражение эмоций
1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	2
3	2	1	1	1	2
4	1	1	2	1	2
5	2	1	1	1	1
6	1	1	1	2	2
7	1	1	3	1	2
8	1	2	2	2	2
9	1	2	2	2	2
10	2	1	1	1	1
11	2	2	1	1	2
12	2	2	1	1	2
13	2	1	1	1	1
14	2	1	1	2	1
15	2	1	1	1	2
16	2	1	1	1	2
17	2	1	1	1	2
18	2	3	2	2	3
19	2	2	2	2	3
20	3	2	2	2	2
21	2	2	2	3	2
22	3	2	2	3	2
23	3	3	2	2	3
24	3	2	2	3	3
25	3	3	3	2	3
26	3	3	2	2	3
27	3	3	3	3	3

Итого:

Восприятие экспрессии:

- высокий уровень: 26 % (7 человек);
- средний уровень: 48 % (13 человек);
- низкий уровень: 26 % (7 человек).

Понимание эмоций:

- высокий уровень: 19 % (5 человека);
- средний уровень: 33 % (9 человек);
- низкий уровень: 48 % (13 человек).

Идентификация эмоций:

- высокий уровень: 11 % (3 человека);
- средний уровень: 41 % (11 человек);
- низкий уровень: 48 % (13 человек).

Структура эмоциональных представлений:

- высокий уровень: 15 % (4 человека);
- средний уровень: 37 % (10 человек);
- низкий уровень: 48 % (13 человек).

Произвольное выражение эмоций:

- высокий уровень: 26 % (7 человек);
- средний уровень: 55 % (13 человек);
- низкий уровень: 19 % (5 человек).

Таблица 4.2 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста после реализации программы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной

№	Баллы	Уровень
1	14	Низкий
2	13	Низкий
3	15	Низкий
4	12	Низкий
5	15	Низкий
6	13	Низкий
7	17	Средний
8	11	Низкий
9	13	Низкий
10	12	Низкий
11	15	Низкий
12	12	Низкий
13	17	Средний
14	17	Средний
15	19	Средний
16	15	Низкий
17	19	Средний
18	17	Средний
19	20	Средний
20	18	Средний

Продолжение таблицы 4.2

21	20	Средний
22	19	Средний
23	22	Высокий
24	21	Средний
25	22	Высокий
26	21	Средний
27	23	Высокий

Итого:

- высокий уровень: 12 % (3 человека);
- средний уровень: 44 % (12 человек);
- низкий уровень: 44 % (12 человек).

Таблица 4.3 – Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста после реализации программы по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой

№	Баллы	Уровень
1	5	Низкий
2	10	Низкий
3	15	Средний
4	10	Низкий
5	5	Низкий
6	10	Низкий
7	10	Низкий
8	15	Средний
9	10	Низкий
10	10	Низкий
11	10	Низкий
12	15	Средний
13	15	Средний
14	15	Средний
15	20	Средний
16	20	Средний
17	20	Средний
18	15	Средний
19	15	Средний
20	15	Средний
21	15	Средний
22	25	Высокий
23	20	Средний
24	25	Высокий
25	20	Средний
26	25	Высокий
27	30	Высокий

Итого:

- высокий уровень: 13 % (4 человека);

– средний уровень: 40 % (14 человек);

– низкий уровень: 47 % (9 человек).

Таблица 4.4 – Расчёты по Т-критерию Вилкоксона по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой (восприятие экспрессии)

Номер	Результат до	Результат после	Сдвиг	Модуль	Ранговый номер сдвига
1	1	1	0	0	0
2	1	1	0	0	0
3	2	2	0	0	0
4	1	1	0	0	0
5	2	2	0	0	0
6	1	1	0	0	0
7	2	1	-1	1	6
8	1	1	0	0	0
9	1	1	0	0	0
10	1	2	1	1	6
11	2	2	0	0	0
12	1	2	1	1	6
13	1	2	1	1	6
14	1	2	1	1	6
15	2	2	0	0	0
16	1	2	1	1	6
17	2	2	0	0	0
18	2	2	0	0	0
19	2	2	0	0	0
20	2	3	1	1	6
21	2	2	0	0	0
22	2	3	1	1	6
23	2	3	1	1	6
24	2	3	1	1	6
25	2	3	1	1	6
26	3	3	0	0	0
27	3	3	0	0	0
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					6

Таблица 4.5 – Расчёты по Т-критерию Вилкоксона по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой (понимание эмоций)

Номер	Результаты до	Результаты после	Сдвиг	Модуль	Ранговый номер сдвига
1	1	1	0	0	0
2	1	1	0	0	0
3	1	1	0	0	0
4	1	1	0	0	0
5	1	1	0	0	0
6	1	1	0	0	0
7	2	1	-1	1	6
8	1	2	1	1	6
9	1	2	1	1	6
10	1	1	0	0	0
11	2	2	0	0	0
12	1	2	1	1	6
13	1	1	0	0	0
14	1	1	0	0	0
15	1	1	0	0	0
16	1	1	0	0	0
17	1	1	0	0	0
18	2	3	1	1	6
19	1	2	1	1	6
20	2	2	0	0	0
21	2	2	0	0	0
22	2	2	0	0	0
23	2	3	1	1	6
24	3	2	-1	1	6
25	2	3	1	1	6
26	2	3	1	1	6
27	2	3	1	1	6
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					12

Таблица 4.6 – Расчёты по Т-критерию Вилкоксона по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой (идентификация эмоций)

Номер	Результаты до	Результаты после	Сдвиг	Модуль	Ранговый номер сдвига
1	1	1	0	0	0
2	1	1	0	0	0
3	2	1	-1	1	4.5
4	1	2	1	1	4.5
5	1	1	0	0	0
6	1	1	0	0	0
7	2	3	1	1	4.5
8	1	2	1	1	4.5
9	1	2	1	1	4.5
10	1	1	0	0	0
11	1	1	0	0	0
12	1	1	0	0	0
13	1	1	0	0	0
14	1	1	0	0	0
15	1	1	0	0	0
16	1	1	0	0	0
17	1	1	0	0	0
18	2	2	0	0	0
19	1	2	1	1	4.5
20	2	2	0	0	0
21	2	2	0	0	0
22	2	2	0	0	0
23	2	2	0	0	0
24	2	2	0	0	0
25	2	3	1	1	4.5
26	2	2	0	0	0
27	2	3	1	1	4.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					4.5

Таблица 4.7 – Расчёты по Т-критерию Вилкоксона по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой (структура эмоциональных представлений)

Номер	Результаты до	Результаты после	Сдвиг	Модуль	Ранговый номер сдвига
1	1	1	0	0	0
2	1	1	0	0	0
3	1	1	0	0	0
4	1	1	0	0	0
5	1	1	0	0	0
6	1	2	1	1	6
7	1	1	0	0	0
8	1	2	1	1	6
9	1	2	1	1	6
10	1	1	0	0	0
11	1	1	0	0	0
12	1	1	0	0	0
13	1	1	0	0	0
14	1	2	1	1	6
15	1	1	0	0	0
16	1	1	0	0	0
17	2	1	-1	1	6
18	2	2	0	0	0
19	1	2	1	1	6
20	2	2	0	0	0
21	2	3	1	1	6
22	2	3	1	1	6
23	2	2	0	0	0
24	2	3	1	1	6
25	2	2	0	0	0
26	3	2	-1	1	6
27	2	3	1	1	6
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					12

Таблица 4.8 – Расчёты по Т-критерию Вилкоксона по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой (произвольное выражение эмоций)

Номер	Результаты до	Результаты после	Сдвиг	Модуль	Ранговый номер сдвига
1	1	1	0	0	0
2	1	2	1	1	5.5
3	2	2	0	0	0
4	1	2	1	1	5.5
5	2	1	-1	1	5.5
6	1	2	1	1	5.5
7	2	2	0	0	0
8	1	2	1	1	5.5
9	1	2	1	1	5.5
10	1	1	0	0	0
11	2	2	0	0	0
12	1	2	1	1	5.5
13	1	1	0	0	0
14	1	1	0	0	0
15	2	2	0	0	0
16	2	2	0	0	0
17	2	2	0	0	0
18	2	3	1	1	5.5
19	2	3	1	1	5.5
20	2	2	0	0	0
21	2	2	0	0	0
22	2	2	0	0	0
23	3	3	0	0	0
24	3	3	0	0	0
25	2	3	1	1	5.5
26	3	3	0	0	0
27	3	3	0	0	0
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					5.5

Таблица 4.9 – Расчёты по Т-критерию Вилкоксона по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке»
Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной

Номер	Результаты до	Результаты после	Сдвиг	Модуль	Ранговый номер сдвига
1	12	14	2	2	15.5
2	13	13	0	0	0
3	14	15	1	1	6.5
4	11	12	1	1	6.5
5	15	15	0	0	0
6	14	13	-1	1	6.5
7	16	17	1	1	6.5
8	10	11	1	1	6.5
9	11	13	2	2	15.5
10	12	12	0	0	0
11	17	15	-2	2	15.5
12	12	12	0	0	0
13	14	17	3	3	19.5
14	11	17	6	6	21
15	16	19	3	3	19.5
16	16	15	-1	1	6.5
17	19	19	0	0	0
18	16	17	1	1	6.5
19	18	20	2	2	15.5
20	17	18	1	1	6.5
21	19	20	1	1	6.5
22	19	19	0	0	0
23	20	22	2	2	15.5
24	19	21	2	2	15.5
25	21	22	1	1	6.5
26	20	21	1	1	6.5
27	22	23	1	1	6.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					28.5

Таблица 4.10 – Расчёты по Т-критерию Вилкоксона по методике «Изучение мимической моторики» Г.А. Волковой

N	"До"	"После"	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	5	5	0	0	0
2	5	10	5	5	9
3	10	15	5	5	9
4	5	10	5	5	9
5	10	5	-5	5	9
6	10	10	0	0	0
7	10	10	0	0	0
8	10	15	5	5	9
9	5	10	5	5	9
10	10	10	0	0	0
11	10	10	0	0	0
12	10	15	5	5	9
13	10	15	5	5	9
14	10	15	5	5	9
15	15	20	5	5	9
16	15	20	5	5	9
17	15	20	5	5	9
18	15	15	0	0	0
19	15	15	0	0	0
20	20	15	-5	5	9
21	15	15	0	0	0
22	20	25	5	5	9
23	20	20	0	0	0
24	20	25	5	5	9
25	20	20	0	0	0
26	20	25	5	5	9
27	25	30	5	5	9
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					18

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 5.1 – Технологическая карта

Цель	Содержание	Методы	Формы	Время	Ответственн ые
Этап 1. Целеполагание внедрения программы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии					
1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения (Программа развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии)	Изучение и анализ литературы по теме	Изучение литературы, синтез, анализ и обобщение полученных данных	Поиск информации и педагогом-психологом	Сентябрь	Педагог-психолог
1.2. Поставить цель внедрения	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение по теме	Совещание	Сентябрь	Педагог-психолог
1.3. Разработать этапы внедрения	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ готовности образовательного учреждения к предмету внедрения (анализ состояния дел в детском саду)	Совещание	Сентябрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения	Анализ уровня подготовленности коллектива, анализ работы в детском саду по теме предмета внедрения	Составление плана внедрения программы, анализ результатов исследования	Совещание	Сентябрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
Этап 2. Формирование положительной установки на внедрение программы					
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у участников образовательного процесса	Формирование готовности внедрить тему, обоснование практической значимости внедрения	Беседы, популяризация темы внедрения программы	Тренинги для воспитателей и родителей	Сентябрь	Педагог-психолог

Продолжение таблицы 5.1

2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у участников образовательного процесса	Пропаганда имеющегося передового опыта по предмету внедрения	Дискуссии, семинары, информационные стенды, презентации по изучаемой теме	Совещание, родительские собрания	Сентябрь – октябрь	Педагог-психолог
Этап 3. Исследование предмета внедрения					
3.1. Изучить необходимые документы по проблеме внедрения	Изучение материалов и документов по предмету внедрения	Фронтальные опросы	Семинары, круглый стол	Ноябрь	Педагог-психолог
3.2. Изучить сущность предмета внедрения	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Фронтальные опросы, самообразование	Семинары, тренинги	Ноябрь	Педагог-психолог
3.3. Изучить методику внедрения темы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтальные опросы, самообразование	Семинары, тренинги	Ноябрь	Педагог-психолог
Этап 4. Пилотажное освоение предмета внедрения					
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа	Наблюдение, анализ, собеседование	Беседа, опрос	Декабрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, дискуссии, обсуждение, тренинги	Семинары	Декабрь – январь	Педагог-психолог
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения темы	Анализ создания условий для опережающего внедрения	Изучение динамики процесса в образовательном учреждении, корректировка методики	Собрание	Декабрь – январь	Педагог-психолог, заведующий

Продолжение таблицы 5.1

4.4. Проверить методику внедрения	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение динамики процесса в образовательном учреждении, корректировка методики	Посещение открытых занятий	Январь – март	Педагог-психолог
Этап 5. Фронтальное освоение предмета внедрения					
5.1. Мобилизовать коллектив на внедрение предмета	Анализ работы деятельности педагогического коллектива	Сообщение о результатах работы, тренинги	Совещание	Апрель	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
5.2. Развить знания, умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете	Обмен опытом внедрения программы, самообразование, тренинги	Собрание	Апрель	Педагог-психолог
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения	Анализ создания условий для фронтального внедрения предмета	Изучение состояния дел	Совещание	Апрель	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения	Фронтальное усвоение предмета внедрения	Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Собрание	Май	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
Этап 6. Совершенствование работы над предметом внедрения					
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Улучшение знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Конференция по теме внедрения	Сентябрь – октябрь	Педагог-психолог, заведующий
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата по первому полугодю от создания условий для внедрения	Анализ состояния дел в детском саду	Совещание	Октябрь – декабрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий

Продолжение таблицы 5.1

6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения внедрения программы	Анализ состояния дел в детском саду	Собрание, посещение открытых занятий	Октябрь – декабрь	Педагог-психолог, воспитатели, заведующий
Этап 7. Распространение передового опыта освоения предмета внедрения					
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационных технологий	Изучение и обобщение опыта работы образовательного учреждения по инновационной технологии	Посещение открытых занятий, наблюдение, изучение документов образовательного учреждения	Открытые занятия, буклеты, стенды	Сентябрь – декабрь	Педагог-психолог
7.2. Осуществить наставничество образовательных учреждений, приступивших к внедрению программы	Обучить воспитателей и педагогов-психологов других образовательных учреждений по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом	Выступление на конференциях	Январь – февраль	Педагог-психолог
7.3. Осуществить пропаганду по внедрению программы	Пропаганда внедрения программы в районных образовательных организациях	Выступления на семинарах и конференциях, научная и творческая деятельность	Участие в конференциях, написание статей, научной работы по внедрению программы	Март – апрель	Педагог-психолог
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы образовательного учреждения над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, научная деятельность	Участие в семинарах, написание научной работы и статей по теме программы	Май	Педагог-психолог