



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ

ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ДЕТСТВА

**Гармонизация эмоционального состояния детей старшего
дошкольного возраста средствами арт-терапии**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Дошкольное образование»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

72 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

рекомендована/не рекомендована

« В » июни 2024 г.

зав. кафедрой ПиПД

О.Г. Филиппова

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-502-264-5-1

Монахова Елена

Научный руководитель:

Терещенко М.Н., к.п.н.,

доцент кафедры ПиПД

Челябинск

2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ АРТ-ТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВА ГАРМОНИЗАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	7
1.1 Анализ состояния проблемы арт-терапии для гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе	7
1.2 Психологические особенности эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста	14
1.3 Психолого-педагогические условия гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии	22
Выводы по первой главе	33
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ПОИСКОВАЯ РАБОТА ПО ГАРМОНИЗАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ ПОСРЕДСТВОМ АРТ-ТЕРАПИИ	34
2.1 Этапы и методы исследования гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста	34
2.2 Реализация психолого-педагогических условий по гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии	41
2.3 Результаты экспериментальной работы и их интерпретация	60
Выводы по второй главе	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	63
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	65
ПРИЛОЖЕНИЕ	72

ВВЕДЕНИЕ

Эмоциональная сфера личности характеризуется, как сложная регуляторная система. Эмоциональные проблемы взрослого человека, по мнению ученых, произрастают из детства. В последние десятилетия в современном мире большой проблемой является физическое и психическое благополучие детей. Существует множество путей решения данной проблемы, которые базируются на исследовании атмосферы внутри семьи, социальной сферы, отношений между родителями и детьми, а также подверженности детей заболеваниям и многих других внешних факторов. При этом, мало исследований внутренних факторов, которые оказывают воздействие на психическое здоровье детей. В таком случае эмоциональную сферу можно рассматривать, как внутренний фактор, поскольку она является сильным регуляторным механизмом психики ребенка.

В современном быстро преобразующемся мире эмоциональная сфера человека не стабильна. Главенствующие ориентиры, такие, как нравственные идеалы и ценности, высокие чувства и духовность уступают место потребительству и рыночным взаимоотношениям. Как следствие – в современном социуме происходит укрепление феномена социального отчуждения. Чаще всего в подобных ситуациях оказываются дети старшего дошкольного возраста. Это обусловлено сензитивностью данного возрастного периода к внешним факторам воздействия на психоэмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста.

Наряду с вышеназванными проблемами учеными регулярно проводятся исследования и находятся новые методы коррекции негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста. Среди них В.К. Вилюнас, В.П. Зинченко, Е.П. Ильин А.Б. Орлов, В.И. Слободчиков, С.Д. Смирнов и др.

Психотерапевтическим воздействием сотворчества на эмоциональное, а также нравственное развитие личности занимались А.И. Аржанова, И.П. Воропаева, В.Г. Нечаева, Р.В. Овчарова, Н.Э. Фаас.

Сравнительно молодое направление терапевтического воздействия – арт-терапия, обладающая возможностями мягкой гуманной поддержки личности ребенка, развивает его способности к самопознанию. Исследованиями в этой области занимались Дж. Аллан, М. Бурно, А.И. Копытин, Л.Д. Лебедева, Л. Ловенфельд, Е.Г. Макарова и многие другие.

Актуальность выявленной проблемы позволила нам сформулировать тему нашего исследования «Арт-терапия как средство гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста»

Цель исследования – теоретически изучить и экспериментально проверить эффективность арт-терапии как средства гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Объект исследования – процесс гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования – психолого-педагогические условия гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования – арт-терапия как средство гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста будет эффективным, если реализовать следующие психолого-педагогические условия:

- организовать работу с детскими страхами и агрессией посредством ИЗО-терапии,
- применять в работе с детьми старшего дошкольного возраста сказкотерапию, как средство эмоционального развития,
- в качестве средства снижения детской тревожности использовать метод песочной терапии.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы в соответствии с темой исследования.
2. Охарактеризовать основные понятия в контексте эмоциональных состояний и арт-терапевтических практик.
3. Изучить особенности эмоциональных состояний в старшем дошкольном возрасте.
4. Определить способы применения арт-терапии как средства гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.
5. Проверить эффективность реализованных психолого-педагогических условий на практике.

Методы исследования: теоретические (теоретический анализ, поиск информации, ее систематизация) и эмпирические (рисуночные тесты, проективные методики).

Новизна исследования характеризуется комплексным изучением различных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста, и применения средств арт-терапии для их гармонизации.

Теоретическая значимость исследования заключается в тщательном анализе психолого-педагогической литературы по проблеме эмоциональных состояний старших дошкольников, а также изучении педагогического опыта в использовании арт-терапевтических практик с детьми старшего дошкольного возраста.

Практическая значимость исследования находит свое подтверждение в доказанной эффективности психолого-педагогических условий в работе с детьми старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии для гармонизации эмоциональных состояний и возможности применения полученного опыта в других возрастных группах детей дошкольного возраста.

Диагностики: методика «Маски» автор Т.Д. Марцинковская; методика «Волшебная страна чувств» авторы Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов; методика «Страхи в домиках» авторы А.И. Захаров, М. Панфилова; методика «Несуществующее животное» автор М.З. Дукаревич.

База исследования МАОУ «ОЦ №2 г. Челябинска».

Этапы исследования:

1. Изучение проблемы в научно-педагогической литературе, разработка исходных путей исследования: цель, объект, предмет, гипотеза, методика опытно-экспериментальной работы (сентябрь 2023).

2. Проведение опытно-экспериментальной работы, диагностика, разработка и апробация методики работы, апробация условий гипотезы, повторная диагностика, обработка полученных данных (октябрь 2023 – май 2024).

3. Систематизация, обобщение и интерпретация полученных результатов исследования, формулировка выводов и рекомендаций, оформление текста исследовательской работы (июнь 2024)

Структура выпускной квалификационной работы: введение, две главы, выводы по главам, заключение, список использованных источников, приложение.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ АРТ-ТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВА ГАРМОНИЗАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Анализ состояния проблемы арт-терапии для гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе

В отечественной педагогике достаточно продолжительно средством эстетического развития детей старшего дошкольного возраста рассматривалось искусство. В образовательном процессе развитие эстетических чувств способствует формированию мироощущения, возникновения положительных эмоций, как основ мировоззрения в создании целостной картины мира дошкольников.

На данный момент существует потребность основываться на искусстве не только с позиции средства развития и формирования личности, но применения как мощного фактора профилактики и коррекции эмоциональных и психосоматических нарушений, способа защиты от агрессивных внешних воздействий.

Поскольку внутренний курс политики государства и основополагающие нормативные документы, такие, как Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее по тексту ФГОС ДО) и Стратегия развития личности гражданина РФ до 2030 г., направлены на гармоничное и всестороннее развитие личности каждого гражданина, то актуальность вопроса гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста является вполне обоснованной.

Арт-терапия является инструментом воздействия на психику человека и применяется в социальной, педагогической и психологической

работе, как способ гармонизации посредством художественного творчества. Данный вид терапии является наиболее подходящим в работе с дошкольниками, поскольку основан на состоянии внутреннего «Я» ребенка, которое отражается в его творческих продуктах. При этом ребенок огражден от чрезмерного напряжения и внутренних разногласий и конфликтов [11].

Рассмотрим более подробно характеристику основных понятий. В психологии понятие арт-терапия трактуется как направление в психотерапии и психокоррекции, в основе которого применяется для терапии искусство и творчество. В узком смысле это понятие характеризуется как терапия изобразительным творчеством, целью которого выступает воздействие на психоэмоциональное состояние пациента [7].

Очевидно, что арт-терапия является мощным средством для работы с эмоциями и эмоциональным благополучием, а также гармонизации личности, развития его эмоционально-волевой сферы и эмоционального интеллекта.

Впервые термин «арт-терапия» был введен в 1938 году художником Адрианом Хиллом, но начало методу арт-терапии было положено З.Фрейдом и К.Г.Юнгом – они считали, что рисунок это результат неосознаваемый психическим процессом [53]. А.Маслоу и К. Роджерс считали, что пробуждение активности творческого потенциала снижает нервное напряжение и помогает справиться с внутренними конфликтами [30,40].

Ученый Грегг М. Ферс представляет арт-терапию, как средство установления связи не на уровне сознательного общения, а на уровне бессознательного диалога двух интуиций. Также автор предлагает использовать в качестве диагностического средства спонтанные рисунки [49].

Также К. Роджерс позиционирует арт-терапию, как комплекс разнообразных форм художественного самовыражения, обусловленного обеспечением поддержки человека, нацеленной на стимулирование его личностного роста, развития и исцеления [40].

По мнению М.В. Киселевой, арт-терапия представляет собой метод, основанный на раскрытии творческих способностей личности, ее внутренних энергетических ресурсов и, как итог, поиску наиболее подходящих путей разрешения собственных проблем [17].

В свою очередь В.Г. Колягина исследует прямую взаимосвязь между арт-терапией и эмоциональным развитием детей старшего дошкольного возраста. По мнению автора, эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста необходимо осуществлять с использованием игр, музыки, рисования, танцев, сказок [18].

Согласно исследованиям А.А. Вороновой, арт-терапия способствует расширению круга общения ребенка, гармонизирует детско-родительские отношения, предоставляет возможность справляться с эмоциональными проблемами, развивает коммуникативные способности. Также автор отмечает арт-терапию, как метод развития творческой активности, поиска причин плохого поведения детей [11].

Также Л.Д. Короткова в качестве одного из видов арт-терапии представляет сказки. Они дают возможность заинтересовать детей и ненавязчиво проводить с ними нравственные беседы. По мнению автора, сказка способна излечить ребенка от эмоциональных нарушений поведения – агрессии, страхов, гнева, тревожности [21].

Исследователь Л.Д. Лебедева рассматривает арт-терапию, как «...самостоятельная область теоретических знаний и практической работы, которая имеет собственный научный язык...» [стр. 6-7, 27]. Автор также подчеркивает ценность опыта позитивных изменений в процессе арт-терапии: глубинном самопознании, самопринятии, личностном росте, гармонизации личности. Л.Д. Лебедева представляет арт-терапию, как

возможность самоопределения, самореализация, самоактуализации личности. Также устанавливается ценный контакт между педагогом и ребенком – основополагающий продукт взаимодействия [27].

Исследователи И.А. Копытин, Е.Е. Свистовская применяют арт-терапию, как средство диагностики и коррекции эмоциональных расстройств у детей. Авторы используют арт-терапию, как метод развития определенных качеств личности и умений, а именно творческих способностей и коммуникативных компетенций [20].

Арт-терапия является одним из методов, который основан на творчестве и искусстве, и, способствует социальной адаптивности детей старшего дошкольного возраста.

С помощью арт-терапии осуществляется: развитие познавательной и речевой активности; коррекция поведения, гармонизация эмоционального состояния детей, выявление творческого потенциала, развитие оригинальности мышления, улучшение памяти и внимания, повышение самооценки, развитие коммуникативных способностей.

В рамках нашего исследования с помощью арт-терапии будет осуществляться коррекция поведения, гармонизация эмоционального состояния детей, наряду с повышением самооценки и развитием коммуникативных способностей.

Также арт-терапия имеет несколько направлений: музыка, вокал, танец, игра, сказка и др. [20]. Рассмотрим более подробно, как на практике применяют эти виды арт-терапии современные отечественные ученые и педагоги-практики.

Так, М.К. Иванова, Е.А. Неустоева применяют в работе с детьми старшего дошкольного возраста для преодоления эмоциональных нарушений музыкотерапию. Авторы предлагают этот вид арт-терапии и утверждают, что он способствует преодолению ребенком психической защиты, развивает коммуникативные и творческие возможности. Ученые отмечают положительное влияние прослушивания классической музыки,

звуков природы. Кроме того, один из подвидов музыкотерапии – танцетерапия, также благотворно влияет на эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста и, может быть, применен в образовательной деятельности, утверждают ученые [14].

Что касается песочной терапии, то в исследованиях Ю.В. Андроновой, М.В. Клеймёновой, О.Г. Хвостовой, данный вид арт-терапии применяется в работе с тревожными состояниями детей старшего дошкольного возраста. Авторы проводят аналогию между способностью песка поглощать негативные проявления, подобно воде и очищать бессознательное детей старшего дошкольного возраста от таких явлений как тревога, страх, агрессия. Также педагоги отмечают тактильность этого метода и его пользу при эмоциональных нагрузках [3].

Так же А.Р. Сапелкина отмечает доступность и эффективность методов арт-терапии при коррекции эмоциональных нарушений у детей старшего дошкольного возраста. Автор подчеркивает особую популярность и простоту применения песочной и сказкотерапии в работе с детскими страхами [41].

Вместе с тем, В.И. Коньшина рассматривает компоненты эмоционально-волевой сферы (когнитивный, эмоциональный, поведенческий) и единство их развития с помощью сказкотерапии. Как и многие другие ученые, автор считает данный вид арт-терапии эффективным для оптимизации личностных ресурсов и отмечает не только коррекционную ее функцию, но и развивающую [19].

В свою очередь Е.В. Кузнецова исследует арт-терапию фольклорной направленности для снижения уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста. Автор делает акцент на народных играх, посредством которых дети усваивают национальные устои, знакомятся с бытом, у них формируется картина мира. Е.В. Кузнецова пишет о неожиданно веселых моментах, интересных детям потешках, считалках и считает данный вид арт-терапии средством психокоррекции тревожности

детей старшего дошкольного возраста, благодаря ее «мягкости», образности, доступности понимания [25].

Также Л.Р. Шакирова предлагает арт-терапию для коррекции негативных психических состояний у детей старшего дошкольного возраста. К подобным эмоциональным проявлениям автор относит тревожность, страх, агрессию, которые прорабатываются таким видом арт-терапии, как куклотерапия и различные виды кукольного театра [52].

Исследователи М.В. Ланских, М.И. Мирошникова также рассматривают арт-терапию, как мощный инструмент развития социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, а именно социальной ориентации, эмпатии. Авторы в своей работе применяют мульттерапию в комплексе с играми и упражнениями [26].

Автор Т.А. Стопа в исследованиях эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста применяет проектную деятельность, как особый вид творческой деятельности. При этом для коррекции негативных эмоциональных состояний автор применяет технологии психогимнастики, импровизации и игротерапию. Также ученый отмечает положительное влияние на эмоциональное состояние детей дошкольного возраста сказкотерапии [45].

Вместе с тем, Л.Н. Мелентьева отмечает эффективность арт-терапии при коррекции эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста. Автор в своем исследовании доказывает положительную динамику развития эмоционально-волевой сферы дошкольников с помощью мандалатерапии, пескотерапии, зоотерапии. Также Л.Н. Мелентьева делает акцент на доступности данного метода и формировании у детей творческого замысла, снижении тревожности и агрессии [32].

Также С.А. Кравченко, И.В. Вьюшкова представляют арт-техники средством эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста. Авторы обособляют оригинальность арт-терапии и считают ее методом прогрессивной психологической помощи в педагогической

работе, которая способствует формированию здоровой, творческой личности [23].

По мнению О.А. Мордоненко, арт-терапия существенно способствует коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста. Автор полагает, что арт-терапия помогает снять стресс, стабилизирует нервную систему, повышает настроение, самооценку, борется с фобиями и страхами [33].

Е.Б. Кузнецова, А.К. Малыгина рассматривают одним из способов развития воображения у детей элементы арт-терапии. Игротерапия, сказкотерапия, ИЗО-терапия, по их мнению, способствуют преобразованию детских представлений и образов в действительность. Авторы отмечают детскую фантазию, как основу выражения творческих образов при развитии воображения. И именно арт-терапия является мощным инструментом для достижения цели – развития чувств и эмоций в сочетании с воображением [24].

Таким образом, набирающая популярность в последние десятилетия арт-терапия зарекомендовала себя, как эффективный способ работы, как с взрослыми, так и с детьми. Кроме того, данный вид терапии в старшем дошкольном возрасте позволяет ребенку прожить не только негативный эмоциональный опыт, но и положительные эмоции закрепить в собственных ощущениях и продуктах деятельности. Соответственно, такое средство как арт-терапия является наиболее подходящим для работы с эмоциональным состоянием детей старшего дошкольного возраста.

Так, Н.А. Байкал рассматривает арт-терапию, как средство формирования эмоционального благополучия детей. Автор отмечает серьезность нынешнего эмоционального состояния, как детей, так и родителей, их повышенную нервозность, низкую осведомленность о способах разрешения конфликтов и проблем, незащищенность детской психики от внешнего негативно-эмоционального влияния. Н.А. Байкал также представляет особенность детей старшего дошкольного возраста,

согласно которой дети в отличие от взрослых, зачастую, демонстрируют свои эмоции незамедлительно, но при этом им трудно рефлексировать свое состояние. Ценность арт-терапии, по мнению автора, заключается в возможности специалистов работать с подобными состояниями детей, минуя сознание и реальный диалог. По итогу такой работы внутренние конфликты разрешаются, поскольку арт-терапия предоставляет неограниченные возможности самовыражения и самореализации через продукты творчества [5].

Наиболее распространенными и доступными видами арт-терапии на данный момент в ДОО являются ИЗО-терапия, сказкотерапия, песочная терапия, куклотерапия, музыкотерапия. Продолжая тему нашего исследования, рассмотрим более подробно особенности старшего дошкольного возраста и эмоциональные состояния дошкольников на основании практического опыта отечественных педагогов.

1.2 Психологические особенности эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста

Дошкольный возраст согласно А.Н. Леонтьеву можно определить этапом для начала формирования личности. Поскольку в этот период происходит образование важных индивидуальных особенностей и элементов, складывается самосознание, формируются мотивационная и чувственная сферы [29].

Рассмотрим понятия, связанные с эмоциональной сферой, в научной литературе. Эмоции, с точки зрения психологии, психический процесс импульсивной регуляции поведения, который основывается на чувственном отражении потребностной значимости внешних воздействий, их благоприятности или вредности для жизнедеятельности человека [7].

В психологии также рассматривается понятие эмоционально-волевой сферы и характеризуется как свойства человека, в том числе врожденные,

отражающие содержание, качества и развитие его эмоций и чувств, способность их регуляции. Является компонентом эмоциональной устойчивости. Проще говоря, это степень волевого владения человеком своими эмоциями [7].

Эмоциональное развитие, в свою очередь, в психологии характеризуется как способность адекватного эмоционального отклика на явления действительности, подразумевает также умение регулировать спонтанные эмоциональные побуждения и реакции, психоэмоциональные состояния [7].

В педагогике эмоциональное развитие трактуется как педагогически обусловленный процесс, который сущностно связан с личностным развитием детей дошкольного возраста, их социализацией, творческой самореализацией, введением в мир культуры, мировосприятием, самовыражением, взаимоотношений и т.п. [42].

Непосредственно эмоциональное состояние в психологии определяется как реакция психики человека на разнообразные жизненные обстоятельства, определяющая направленность действий личности [7].

Что касается понятия гармонизации, то в психологии рассматривается понятие гармоничности, где это является способностью жить без внутренних конфликтов в унисон души и разума, обеспечивая оптимальную слаженность физической, социальной и духовной сторон жизни между собой и миром [7].

По нашему мнению, эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста – это реакция детской психики на различные события, которые могут быть как позитивными, так и негативными.

В таком случае гармонизацию эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста в контексте нашего исследования необходимо понимать, как процесс выявления и коррекции психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста

посредством арт-терапии. Однако, следует подробно рассмотреть особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

К особенностям проявления формирования эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста принято относить: спокойный фон восприятия; развивающееся представление обуславливающее эмоциональность; эмоциональные процессы более управляемые; происходит развитие эмоционального предвосхищения; первым в цепочке реакций является аффект; представления о предметах и их свойствах вытесняют желания, направленные на них; в качестве помощника к освоению новой деятельности без страха и сомнений выступает немного завышенная самооценка; появление способности к самооцениванию поведения [6,15].

Несмотря на уравнивание эмоциональных процессов, жизнь ребенка, по-прежнему, интенсивная и насыщенная. В старшем дошкольном возрасте эмоциональное состояние является основополагающим в процессе жизнедеятельности. Отношения с окружающими ребенок выстраивает на основе собственных эмоциональных переживаний. В этот возрастной период необходимо помочь детям научиться чувствовать эмоции других людей и уметь контролировать собственные [28].

Вместе с тем, Т.В. Ревтова считает, что в данный возрастной период происходит изменение структуры эмоциональных процессов. В нее включены сложные формы восприятия, воображения, образного мышления. Переживания детей становятся глубже, поскольку радость и печаль возникает не только от настоящей деятельности, но и от предстоящей [37].

Что касается эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста, то оно бывает двух видов:

1. Переживания неудовольствия (страх, гнев, отвращение).

2. Переживания удовольствия (умиление, нежность, духовная близость с родителями) [37].

Существует несколько классификаций эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста. В отечественной науке многие ученые подразделяют эмоции на положительные и отрицательные. При этом, очевидные, на первый взгляд, эмоции страха, гнев, и стыда не всегда могут быть категорически негативными, а появляются в состоянии смешанных чувств.

Кроме того, часто эмоциональные состояния классифицируют по содержанию. В таком случае подразумеваются нравственные, моральные, аморальные, интеллектуальные, эстетические чувства. А также страсть, настроение, аффекты, стресс, фрустрация, воодушевление. Вместе с тем, существует классификация эмоциональных состояний, основанных на интенсивности и длительности протекания: слабые, характеризующиеся настроением и сильные, подразумевающие аффект.

Наряду с вышеописанными, существует классификация эмоциональных состояний по действию на организм: стенические и астенические. По продолжительности эмоциональные состояния подразделяются на кратковременные и длительные. По форме протекания: настроение, аффект, страсть. Авторы В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев классифицируют эмоциональные состояния следующим образом: аффекты, страсти, стрессы, чувства, конкретные эмоции, настроения [44].

В рамках нашего исследования особое внимание уделяется простым эмоциям, смешанным чувствам и настроению. Что касается воздействия на эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста, то оно включает, соответственно, два направления работы:

1. Формирование умения распознавать и сравнивать собственные эмоции: скучно-весело, грустно, спокойно-страшно, интересно и т.д.

2. Формирование умения правильно выражать эмоции и определять эмоций окружающих [11, 37].

Эмоциональное воздействие на детей возможно с помощью сюжетно-ролевых игр, игр на развитие воображения, прослушивания и обсуждения музыки, мимических этюдов, чтения сказок и рассказов, подвижных и коммуникативных игр. К основным методам по выявлению эмоциональных состояний детей относятся: наблюдение, рассматривание и анализ изображений с эмоциональной составляющей, психогимнастика, сюжетно-ролевые игры, коллективные работы, обыгрывание эмоций, конфликтных ситуаций и обучение выходу из них, выражение собственных эмоциональных переживаний посредством рисования, танца, драматизации, сказки и т.п.

Значимым компонентом эмоционального состояния в старшем дошкольном возрасте является развитие эмпатии – способности к сопереживанию и пониманию эмоций других людей. Большое влияние на формирование эмоциональных представлений оказывает художественная литература. В старшем дошкольном возрасте возникает сопереживание литературным героям. Ребенок учится понимать персонажа, характеризовать и анализировать его действия и поступки, в основе которых лежит и скрытый мотив. В данный возрастной период дети умеют применять экспрессивные формы выражения эмоций, используя интонацию, мимику, пантомимику.

Такие сложные чувства, как любовь, сочувствие, ревность, зависть и др., формируются в процессе общения ребенка с окружающими. В старшем дошкольном возрасте сохраняется эмоциональная зависимость от взрослых. От того какое поведение наблюдает ребенок, будут зависеть и его собственные действия и поступки. Кроме того, общения только с взрослыми недостаточно, поскольку в старшем дошкольном возрасте ребенок стремится к общению и взаимодействию со сверстниками. По словам многих ученых, разнообразная эмоциональная окраска более ярко проявляется в момент общения ребенка со сверстниками чаще, чем в общении с взрослыми [36, 40].

Помимо мимики и действий ребенок в старшем дошкольном возрасте включает и речевое выражение эмоций. В процессе развития коллективной работы у детей старшего дошкольного возраста возникает симпатия, сочувствие и т.п., увеличивается способность к самооценке, а нарушение правил и неправильные поступки вызывают чувство вины, неловкости, беспокойство. Таким образом, эмоциональному развитию старших дошкольников присущи такие особенности, как: осваивание социальных форм выражения чувств; изменение роли эмоций в деятельности ребенка, формирование эмоций предвосхищения; становление чувств более осознанными, обобщенными, разумными, произвольными, внеситуативными; формирование высших чувств – нравственных, интеллектуальных, эстетических [44].

В свою очередь, эмоциональное состояние, как реакция психики человека на разнообразные жизненные обстоятельства, определяющая направленность деятельности личности, оказывает влияние на принятие решений человеком; его реагирование на поведение и поступки других людей; самочувствие; продуктивность деятельности, состоит из трёх взаимосвязанных элементов:

1. Физиологического, представляющего собой внешнее отражение того, что происходит в организме при проявлении того или иного эмоционального состояния.
2. Психологического, характеризующегося непосредственно переживаемыми человеком эмоциями.
3. Поведенческого, которое проявляется в виде жестикуляции, мимики, разнообразных действий [44,51].

Несмотря на большое количество исследований эмоциональной сферы, в настоящее время нет четкого определения понятия эмоционального состояния. По нашему мнению, эмоциональное состояние можно охарактеризовать, как сложный многоаспектный процесс, имеющий когнитивную, мотивационную, моторную и нейрофизиологическую

составляющие. Особое внимание в нашем исследовании обращено к детским страхам, тревожности, агрессии и развитию эмоционально-волевой сферы, что является частью гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Представители отечественной и зарубежной психологии подчеркивают важность исследования детских страхов, поскольку эмоциональные состояния детей оказывают большое влияние на нормальное протекание психических процессов и развитие личности ребенка. Страхи классифицируются по-разному. В. Г. Колягина страхи разделяет на возрастные и невротические [18]. Возрастные страхи присущи эмоционально чувствительным детям. Здесь страхи выступают зеркалом личностного и психического развития ребенка.

Возникновение возрастных страхов В. Г. Колягина объясняет рядом причин: гиперопека ребенка, ограничение его от реальной жизни, потенциально опасных ситуаций; страхи родителей, тревожность в общении с ребенком; не реализованные угрозы со стороны взрослых; психологические травмы, напряженные отношения в семье, конфликты; страхи, которые возникли при общении со сверстниками; большое число запретов или полная вседозволенность [18].

Невротические страхи, по мнению В. Г. Колягиной, оказывают неблагоприятное влияние на процесс развития ребенка. Эти страхи характерны для детей чувствительных, испытывающих эмоциональные затруднения в отношениях с родителями [18].

Понятие детской тревожности достаточно обширное. В него включены разнообразные стороны стабильного эмоционального неблагополучия. Это проявляется чрезмерным беспокойством, предвосхищением плохого отношения, негативной оценки взрослыми, сверстниками. Ребенок проявляет неуверенность в правильности своего поведения, ощущает свою неадекватность, неполноценность. Тревожные состояния детей могут быть связаны, как со страхами, так и с агрессией.

Агрессивное поведение детей – вербальная и физическая активность, направленная на причинение вреда собственному здоровью, людям, животным, внешним объектам. Основано на негативных эмоциях, желании навредить. Агрессивное поведение детей старшего дошкольного возраста также имеет свои причины возникновения:

- особенности семейного воспитания: отвержение, гиперопека, насилие в семье, демонстрация родителями агрессивного отношения к окружающим,
- стрессы в социальном окружении,
- индивидуальные особенности ребёнка: впечатлительность, восприимчивость, ведущие к возникновению страхов и тревожности,
- фрустрация базовых потребностей ребёнка,
- завышенная самооценка,
- различные заболевания [28].

Основные формы агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста: физическая агрессия, вербальная агрессия, инструментальная агрессия, враждебная агрессия, аутоагрессия.

Детская агрессия находит выражение в непослушании, раздражительности, жестокости, оскорблениях, угрозах, отказах от общения которые способствуют формированию наиболее устойчивого агрессивного поведения ребенка. Работа с вышеназванными негативными эмоциональными составляющими способствует гармонизации личностного развития детей старшего дошкольного возраста.

Как упоминалось выше, в эмоционально-волевую сферу старших дошкольников включают знание основных эмоциональных состояний человека, умение распознавать и демонстрировать их, с помощью вербальных и невербальных средств общения, эмпатию, а также умение контролировать эмоции в ситуации конфликта.

Для гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста следует создавать специальные психолого-педагогические условия. В данном случае необходима работа с бессознательным каждого ребенка. Наилучшим средством для решения проблем эмоционального состояния является арт-терапия. В следующем параграфе рассмотрим, какие виды арт-терапии наилучшим образом подходят для работы с детскими страхами, агрессией, тревожностью и развитию эмоционально-волевой сферы.

1.3 Психолого-педагогические условия гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии

В рамках нашего исследования психолого-педагогические условия определяются, как комплекс разных видов арт-терапии, способствующих гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Для уточнения выбора психолого-педагогических условий, нами был проведен анализ опыта работы современных педагогов, применяющих такие виды арт-терапии, как ИЗО-терапия, сказкотерапия и песочная терапия в работе по гармонизации и развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Педагог Е.Н. Решетникова рассматривает изодетельность и ее развитие у детей старшего дошкольного возраста средствами арт-педагогики. По мнению автора, искусство – это средство, преобразующее внутренние ресурсы человека, направляющие на творческое осмысление мира, формирующее общечеловеческие ценности, соответственно гармонично развивающее личность. Автор отмечает, что арт-педагогика повышает уровень восприятия дошкольников, их образность, выразительность в продуктах деятельности [38].

В свою очередь Г.А. Мартынова, как и многие другие ученые, считает арт-терапию средством развития творческого воображения детей старшего дошкольного возраста. В своей работе педагог применяет сказкотерапию. Разумеется, эмоциональное состояние и его гармонизация заключается не только в коррекции негативных переживаний ребенка, но и в направлении положительных его эмоций на развитие психических процессов. Следует отметить, что арт-терапевтические техники могут быть применены в работе, как с детьми старшего дошкольного возраста, так и с их родителями [31].

Авторы Д.А. Тарачкова, Г.Л. Парфенова, также исследуют влияние арт-терапии на эмоциональное благополучие дошкольников. Кроме положительной динамики эмоциональных состояний, авторы отмечают значимую роль родителей воспитанников, которые проходят совместную песочную терапию и изотерапию на занятиях с детьми старшего дошкольного возраста [46].

Рассмотрим более детально возможные способы реализации психолого-педагогических условий гипотезы нашего исследования. Первое условие гипотезы исследования звучит, как организация работы с детскими страхами и агрессией посредством ИЗО-терапии.

Проблема детских страхов актуальна в наше время и ей уделяется большое внимание в работах отечественных психологов и психотерапевтов, которые отмечают рост числа детей с разнообразными страхами, повышенной возбудимостью и тревожностью.

Большинство причин, как отмечают психологи, произрастают из семейных отношений. Эта проблема становится особенно актуальной, когда дети старшего дошкольного возраста растут и воспитываются в неполной семье.

ИЗО-терапия является самым распространенным видом арт-терапии. Поскольку рисование это процесс творческий, то оно позволяет ребенку чувствовать и понимать себя, проявлять собственные эмоции и мысли,

избавляться от внутренних разногласий и негативного эмоционального опыта прошлого и настоящего.

ИЗО-терапия, как метод психокоррекции основан на влиянии искусства на эмоциональную и личностно-смысловые сферы человека, систему его отношений, а также творческой деятельности, связанной с изобразительным искусством.

Процесс художественного самовыражения напрямую связан с укреплением психического здоровья ребенка и может рассматриваться как значимый психопрофилактический фактор. Использование изотерапии позволяет психологу помочь ребенку справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения. Участие ребенка в художественной деятельности со сверстниками и взрослыми расширяет его социальный опыт, учит адекватному взаимодействию и общению в совместной деятельности, обеспечивает профилактику, коррекцию, реабилитацию коммуникативной сферы и девиантного поведения.

Гармонизация эмоционального состояния личности через развитие самовыражения и самопознания ребенка – основная цель изотерапии. Чтобы повысить у ребенка самооценку, степень его самоценности и самопринятия необходимо, чтобы у окружающих появился интерес к результатам творчества ребенка. Следовательно, важный принцип изотерапии – это одобрение и принятие всех продуктов творческой (изобразительной) деятельности ребенка независимо от их содержания, качества и формы.

При проведении терапевтических занятий, ребенок проживает все чувства и переживания, мечты и желания. В процессе работы перестраивает свое отношение к ситуации и переживает ее менее тревожно.

Также некоторыми учеными обозначена эффективность коррекции детских страхов средствами ИЗО-терапии, при которой психолог

способствует переоценке ребенком содержания сюжетов, что позволяет ребенку избавиться от напряжения и внутренних конфликтов [11,17,24].

Для успешных занятий важен творческий потенциал и особенности внутреннего мира творца. На занятиях педагог или педагог-психолог провоцирует участников к выражению своих внутренних переживаний, они произвольны и спонтанны. Никто в это время не беспокоится о художественных достоинствах своих работ. Целью ИЗО-терапии является терапевтическая и коррекционная работа, которая успешно сочетается с диагностикой и решением воспитательных задач.

Процесс ИЗО-терапии имеет определенные этапы, каждый из которых очень важен при проведении ИЗО-терапии. На подготовительном этапе необходимо установить контакт с ребенком и настроить его на работу. В процессе первого этапа ребенок адаптируется, привыкает к психологу, учится ему доверять, привыкает к новым способам работы и взаимодействия, понимает, что от него требуется. На этом этапе можно заранее подготовить интересные задания, соответствующие его возрасту, на развитие интеллекта и познавательных функций, чтобы после занятия ребенок уходил успешным, победителем, укрепляя уверенность в себе, повышая самооценку.

На втором этапе, если дети выбирают позитивные методы решения проблемы, то есть хотят подружиться со страхом, чтобы он их больше не пугал, предлагается нарисовать образ своего страха совсем нестрашным. В ходе выполнения упражнения на третьем этапе и после него обязательно нужно провести рефлекссию с ребенком, поговорить о его состоянии. Далее ребёнку можно предложить прослушать терапевтическую сказку, отражающую его индивидуальные особенности.

Что касается работы с детской агрессией, то в этом случае ИЗО-терапия также оказывает благотворное влияние на эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста.

Большинство ученых сходятся во мнении, что для коррекции агрессивного состояния детей старшего дошкольного возраста необходимо соблюсти следующие фазы:

1. Обеспечить ребенка допустимыми методами для отображения подавляемого гнева.
2. Способствовать отреагированию ребенка на гнев.
3. Осуществить вербальный контакт с гневом.
4. Обговорить с ребенком проблему гнева [25,31,33].

Арт-терапия основывается на классическом психоанализе. А именно, на том, что подсознательные мысли и переживания проявляются в виде образов и символов. Вместе с тем, невербальные арт-терапевтические образы символизируют подсознательные процессы. К ним можно отнести конфликты, страхи, воспоминания. Арт-терапия предоставляет возможность выражения этих чувств в социально-приемлемой форме. Безопасными способами снятия напряжения являются лепка и рисование, что подходит для работы с детьми старшего дошкольного возраста. Такой метод позволяет погрузиться в период, который принято называть доизобразительным. В то время, когда ребенок ощущал атмосферу безусловного принятия, позитивного внимания. В этот момент раскрывается психологическая энергия, ранее тратившаяся на напряжение. Во время, когда ребенок расслаблен, его агрессия отступает и проявляется инициативность и творчество [33].

Возвращение в доизобразительный период эффективно в ситуациях, когда ребенок проявляет деструктивное поведение. Для этого удачно подойдет гуашь, вода, бумага, песок. Гуашью можно делать линии и мазки, смешивать цвета.

Краски способствуют проявлению спонтанности, раскрепощению эмоций. Деструктивные влечения можно выразить через марания. Подобное рисование нельзя оценивать, главная задача – снять страх и напряжение.

Значительный коррекционный эффект заключает в себе технология рисования на воде. Для этого может потребоваться прозрачная чаша с водой, акварельные краски, кисточки. Ребенку необходимо предложить сделать первое касание кистью воды, запустить, например, красную кляксу, которая начнет свое таинственное превращение в облачко... Возможна разная степень активности детей в процессе контакта с водой. Могут получиться экзотические узоры, а может происходить интенсивное хаотическое смешение красок, в котором реализуются деструктивные тенденции.

Кроме рисования на воде, бумаге или других поверхностях в работе с детской агрессией также можно использовать и другие приемы. Например, нарисованное изображение старший дошкольник может порвать или выбросить, то есть произвести какое-либо действие, символизирующее его освобождение от агрессивного состояния или того, что поспособствовало его возникновению в прошлом. Полезным может быть рисование на больших листах бумаги, в качестве расширения изобразительного пространства.

Таким образом, ИЗО-терапия – метод психокоррекции, с помощью которого моделируются взаимоотношения и выражения различных эмоций, как положительных, так и отрицательных, поэтому ее используют для снятия психического напряжения, формирования зоны жизненного комфорта, рефлексии индивидуальных потребностей, а также культуры взаимоотношений с окружающим миром. ИЗО-терапия является наиболее понятным и действенным инструментом для гармонизации эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста. Ребенку привычно выражать свои чувства в виде рисунка, это способствует комфортной и доверительной терапии.

Второе психолого-педагогическое условие, заключается в применении в работе с детьми старшего дошкольного возраста сказкотерапии как средства развития эмоционально-волевой сферы.

Сказкотерапия является направлением практической психологии. Данный вид арт-терапии подразумевает применение метафор, развитие самосознания, способствует построению доверительных отношений с окружающими.

Суть занятий по развитию эмоционально-волевой сферы в работе с детьми старшего дошкольного возраста методом сказкотерапии:

1. Развитие у детей старшего дошкольного возраста компетенций эмоционально-волевой сферы.
2. Формирование нравственных представлений, умения саморегулировать поведение.
3. Развитие познавательных процессов.
4. Совершенствование коммуникативных компетенций в социуме [13,22].

Таким образом, сказка наполняет внутренний мир детей старшего дошкольного возраста оптимизмом, стремлением в трудных ситуациях искать и находить силу внутри себя и видеть поддержку окружающих.

В старшем дошкольном возрасте значительно сформирован механизм идентификации. А именно дети старшего дошкольного возраста эмоционально объединяют себя с персонажами сказок. Им свойственно присваивать ценности и нормы сказочных героев. С одной стороны, ребенок старшего дошкольного возраста в процессе восприятия сказки отождествляет себя со сказочным персонажем, что способствует осознанию сходства в наличии общих проблем. Вместе с тем, сказочные образы ненавязчиво предоставляют дошкольнику варианты разрешения сложных ситуаций.

Терапия сказкой несет в себе несколько функций:

1. Прогноз и диагностика – шанс узнать человека, о трудностях в его жизни, особенные черты характера.

2. Развитие индивидуальности, творческих способностей, социально-коммуникативных компетенций, улучшение воспитательно-образовательного процесса.

3. Коррекция через воздействие на поведение и миропонимание; разрешение психологических проблем и трудностей [22].

Согласно классификации Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой сказкотерапия в настоящее время подразумевает 5 видов сказок:

1. Художественные – отражают многовековую мудрость народа, а также авторские сказки.

2. Дидактические, несущие в себе учебную информацию.

3. Психокоррекционные, мягко оказывающие влияние на поведение личности, не требующие обсуждения.

4. Психотерапевтические, позволяющие открыть тайный смысл событий и распознать положительные душевные грани.

5. Медитативные сказки, где нет конфликта и отрицательных героев, для обогащения положительного образного опыта [13].

Как и при любом другом взаимодействии с детьми старшего дошкольного возраста, при сказкотерапии необходимо учитывать индивидуальные возрастные особенности. Поскольку активность и эмоциональная включенность напрямую оказывают влияние на ощущение психологического комфорта. До начала сказкотерапии детям необходимо ознакомиться со сказкой, что способствует полноценному впечатлению от нее.

Не стоит пренебрегать двигательной активностью. Снятие эмоционального напряжения наступит быстрее благодаря усталости от многократных психогимнастических этюдов, а также организм произвольно расслабится.

Звукоподражание и имитация голоса животных способствуют развитию артикуляции детей старшего дошкольного возраста во время сказкотерапии. В итоге, у них будут совершенствоваться интонация, сила

голоса и дикция. Эти умения станут основой для развития эмоций, живости и выразительности.

Психогимнастика занимает особое место в сказкотерапии. Данный метод позволяет выразить через мимику и движения эмоциональное состояние, расслабляет мышцы и снимает напряжение.

Для эффекта коррекции в разработанных историях для каждого ребенка необходимо соблюсти следующие условия:

- сюжет должен отражать интересы, увлечения, уровень развития ребенка, а также включать участников конфликта, метафорически представляя собой реальность,

- сюжет должен иметь завязку, кульминацию, испытания и развязку. Затем необходимо проверить правильность выбранной позиции в соответствии со стремлением персонажа, которое может быть подкреплено будущим героя,

- применение в сказке имени ребенка, пауз, интонаций, неопределенных выражений, обобщающих окружающих, идентификация с персонажем [20].

В методике сказкотерапии можно выделить подход, отличающийся индивидуализацией психотерапевтических сказок и директивный подход [11].

Директивный подход характеризуется заданием темы занятия и активным участием в психотерапии, где психотерапевтические метафоры соответствуют проблемам ребенка; наблюдением за его реакциями в процессе рассказывания.

Для начала с ребенком необходимо провести беседу, позволяющую выявить его интересы и увлечения. Это способствует созданию сказки, которая будет понятна ребенку, поможет ему вжиться в образ, соотнести проблемы и найти для них решение.

Недирективная сказкотерапия базируется на признании индивидуальности ребенка, его особенностях внутреннего мира. Цель в

данном случае у сказкотерапии – оказать помощь ребенку в выявлении и осознании собственных проблем и способа их решения. Следует создать и поддерживать ощущение эмоционального принятия ребенка, подкрепление всего положительного. Весь цикл занятий может быть построен на взаимосвязи героев и их приключений. Каждый ребенок при этом воспринимает сказку индивидуально, вычлняя только то, что соответствует его проблемам.

Таким образом, сказкотерапия в группе, наряду с индивидуальной подразумевает предварительную диагностику, выявляющую проблемы и позволяющую подобрать нужные игры и сказки. Большинство ученых отмечают, что значительные результаты при сказкотерапии наблюдаются у детей, не имеющих элементарные навыки общения, пассивных, замкнутых, а также с нарушением поведения, агрессией, завышенной самооценкой и имеющих страхи.

Третье психолого-педагогическое условие гипотезы нашего исследования, подразумевает применение песочной терапии в качестве средства снижения тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

Дети, имеющие тревожное состояние нуждаются в особом подходе и психологической помощи. В старшем дошкольном возрасте тревожность находится на стадии становления и поддается коррекции при своевременных мерах.

Пескотерапия является научно обоснованной креативной терапией, которая проверена в течение многих лет квалифицированными психологами. В бессознательном состоянии руки ребенка транслируют о состоянии внутреннего мира, на основе которого он выстраивает сюжеты и образы. Анализ результатов песочной терапии позволяет раскрыть внутренний потенциал, найти различные психологические травмы, определить способы их разрешения. С помощью песочной терапии предоставляется возможность решения трудностей и различных жизненных проблем, а также избавления от стресса, снижение уровня

агрессии. В творческом процессе ребенок учится понимать себя, регулировать собственное поведение.

Согласно исследованиям ученых песочная терапия оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста, снижает уровень тревоги, агрессивных проявлений, нормализует поведение в обществе, регулирует детско-родительские отношения, дает ребенку ощущение безопасности и защиты. Песочная терапия является частью совместной комплексной работы специалистов с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими высокую тревожность.

Песочная терапия – один из психотерапевтических, психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем, а именно – снижение тревожности у детей старшего дошкольного возраста через творчество и игру.

Методы песочной терапии являются достаточно ценным инструментом коррекции детской тревожности. Особенно эффективны они при работе с детьми старшего дошкольного возраста. Дошкольник не понимает причин происходящего с ним и своеобразная песочная терапия даёт возможность человеку представить в образах то, что происходит в его внутреннем или внешнем мире.

Обоснованная современными учеными практика показывает, что взаимодействие ребенка с песком позволяет уменьшить внутреннюю тревогу, преодолеть негативизм, снять эмоциональное напряжение, устранить страхи, развить сенсомоторные навыки, тем самым подготовить почву для конструктивного взаимодействия. Игра на песке может служить тревожному ребенку жизненно важной поддержкой, а также средством выражения себя на доступном уровне.

Различные упражнения на световом столе с песком позволят ознакомить детей с основными эмоциями, обучить определению эмоционального состояния и отражению его вербально и невербально, поможет осознать испытываемые эмоции. Песочная терапия способствует

снятию напряжения, осознанию и отреагированию негативных переживаний, формированию адекватной самооценки.

Песочная терапия имеет главное достоинство – ребенок простым и интересным способом может построить целый мир, ощущая при этом себя творцом этого мира. И именно это ощущение будет способствовать постепенному формированию чувства уверенности в себе и, как следствие, снижению внутренней тревоги.

Резюмируя вышесказанное, хотелось бы отметить, что любой метод арт-терапии по-своему уникален и ценен. Каждый вид арт-терапии может быть направлен на разрешение эмоциональных проблем, как в работе с детскими страхами, тревожностью и агрессией, так и на развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста.

Выводы по первой главе

Для гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста также, по мнению многих ученых, можно использовать следующие рекомендации: создание эмоционально-развивающей среды: благоприятное цветовое решение, комфортный температурный режим, удобная мебель, соответствующая музыка, наличие специально организованных зон; режим дня: чередование бодрствования и сна, питания, грамотная организация различных видов деятельности, соблюдение правил личной гигиены; использование игр и упражнений: на развитие словаря эмоций, на развитие понимания эмоций, на управление эмоциями, на эмоциональное присоединение, на моделирование эмоций; включение эмоционально-развивающей среды, а также представленных игр и упражнений в образовательный процесс поможет стабилизировать эмоциональное состояние ребёнка. Дети начинают проявлять больше эмпатии, лучше интерпретируют эмоции сверстников и взрослых людей.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ПОИСКОВАЯ РАБОТА ПО ГАРМОНИЗАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ ПОСРЕДСТВОМ АРТ-ТЕРАПИИ

2.1 Этапы и методы исследования гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста

Исследование проводилось на базе: МАОУ «ОЦ №2 г. Челябинска».

В нем приняли участие 30 детей старшего дошкольного возраста экспериментальной группы (далее по тексту ЭГ) и 30 детей старшего дошкольного возраста контрольной группы (далее по тексту КГ).

Для определения уровня эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста на констатирующем этапе нами была проведена диагностика, результаты внесены в диаграмму. В ходе констатирующего этапа эксперимента в работе с детьми старшего дошкольного возраста были применены такие эмпирические методы исследования, как наблюдение, беседа, рисуночные тесты. С родителями детей старшего дошкольного возраста было проведено анкетирование.

Цель констатирующего этапа эксперимента – определить начальный уровень эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи констатирующего этапа:

1. Выделить критерии и показатели, компоненты эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста.
2. Охарактеризовать уровни компонентов эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста.
3. Подобрать диагностический инструментарий.
4. Провести первичную диагностику, обработать результаты.

На констатирующем этапе исследования мы изучаем, с помощью диагностических методик уровень эмоционального развития детей

старшего дошкольного возраста, выявляем наличие или отсутствие у них страхов, тревожности, агрессивного состояния, а также анализируем семейные отношения. Для общей картины эмоционального состояния нам следует выделить основные критерии эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Основываясь на итогах теоретического анализа, мы определили критерии и показатели компонентов эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста, которые представлены ниже в таблице 1.

Таблица 1 – Критерии и показатели компонентов эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста

№ п/п	Критерии	Показатели
1	2	3
1	Эмоциональное развитие Методика «Маски» Т.Д. Марцинковская	Эмоциональное реагирование, эмоциональная экспрессия, эмпатия, представления о многообразии человеческих эмоций, словарь эмоциональной лексики.
2	Психоэмоциональное состояние Методика «Волшебная страна чувств» Авторы Т. Грабенко, Г. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов	Выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни. Отреагирование негативных эмоциональных состояний, раскрытие ресурса личности, развитие саморегуляции, формирование умения выражать свои мысли, развитие фантазии и воображения
3	Страхи Методика «Страхи в домиках» А.И. Захаров, М. Панфилова	Возрастные особенности проявления страхов: страх смерти, страх смерти родителей, страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страх страшных снов, страх огня, страх пожара, страх нападения, страх войны. У девочек: страх заболеть, наказания, перед засыпанием, и сказочных персонажей. Выявление и уточнение преобладающих видов страхов.
4	Тревожность Агрессия Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич	Выявляет личностные черты, бессознательные личностные конфликты, установки, влечения и потребности. По показателям: положение рисунка на листе; центральная смысловая часть фигуры; несущая, опорная часть фигуры; части, поднимающиеся над уровнем фигуры; хвосты; контуры фигуры; общая энергия; оценка характера линии.

Согласно выделенным критериям и показателям определяем уровень эмоционального у детей старшего дошкольного возраста, характеристика которых представлена в таблице 2.

Таблица 2 – Критериально-уровневая характеристика

№ п/п	Критерии, диагностики	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
1	2	3	4	5
1	Эмоциональное развитие	Скудное эмоциональное реагирование, отсутствие эмоциональной экспрессия, отсутствие эмпатии, отсутствие представлений о многообразии человеческих эмоций, скудный словарь эмоциональной лексики	Умеренное эмоциональное реагирование, неполная эмоциональная экспрессия, проявление эмпатии в некоторых ситуациях общения со сверстниками, представления о многообразии человеческих эмоций неполные, умеренное применение словаря эмоциональной лексики	Яркое эмоциональное реагирование на общественные события и явления, поведение сверстников и взрослых, яркая эмоциональная экспрессия, развитая эмпатия, полные представления о многообразии человеческих эмоций, активный словарь эмоциональной лексики
2	Психоэмоциональное состояние	3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.	-	6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния.
3	Страхи	Слабо выраженные страхи, отсутствие некоторых видов страхов, согласно возрастным особенностям	Умеренно выраженные страхи, согласно возрастным особенностям	Ярко выраженные страхи, помимо возрастных особенностей проявления страхов

Продолжение таблицы 2

1	2	3	4	5
	Тревожность	Отсутствует тревожное состояние, ребенок спокойно реагирует на различные события	Присутствуют некоторые признаки тревожности, имеют место периоды плаксивости, необоснованные страхи, низкая самооценка	Повышенная тревожность, плаксивость, неумение адекватно выражать собственные чувства, низкая самооценка, подавленность
	Агрессия	Средний уровень самооценки, поведение спокойное, обдуманность действий	Присутствует некоторая раздражительность, демонстративное поведение, подавленные чувства	Наличие разных видов агрессии, раздражительность, непослушание, демонстративное поведение

Ниже представлены усредненные результаты первичной диагностики уровня эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста по критериям: эмоциональное развитие; психоэмоциональное состояние; страхи, тревожность, агрессия (Рисунок 1).

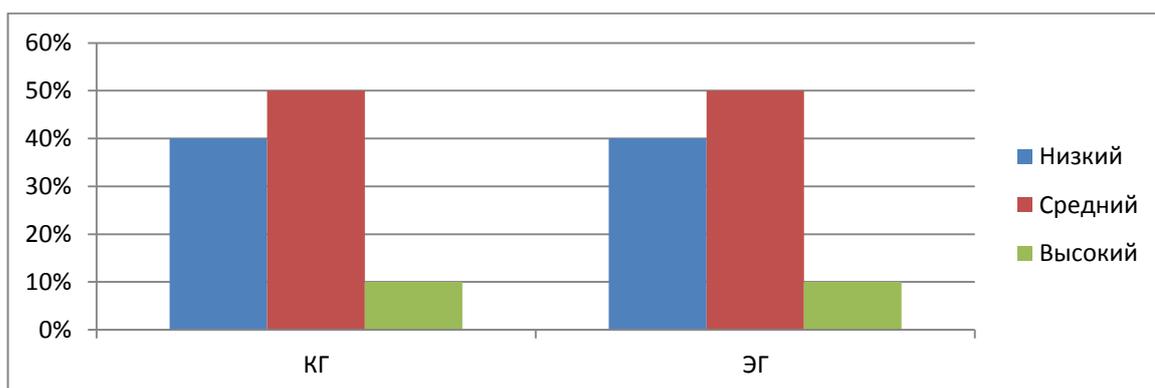


Рисунок 1. Общие результаты диагностики уровня эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста в КГ и ЭГ на констатирующем этапе

Изучение эмоционального развития осуществлялось с помощью диагностической методики «Маски», автор Т.Д. Марцинковская.

Стимульный материал: набор из четырёх масок, нарисованных на бумаге, символизирующих хорошее и плохое настроение, стремление к доминированию или подчинению.

Инструкция:

Ребенку предлагается посмотреть на лица и ответить на вопросы. Затем исследователь анализирует ответы ребенка и делает заключение. Результаты обычно фиксируются письменно по каждому ребенку отдельно.

Психоэмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста исследовалось по методике «Волшебная страна чувств» авторы Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов.

Целью данной диагностической методики является выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни.

Задачи: познакомить детей с разными эмоциональными состояниями; развивать у детей способность к рефлексии эмоционального поведения; развивать у детей навыки самоконтроля.

Проводится диагностика по данной методике в несколько этапов, с применением стимульного материала и вводной инструкции. Методика «Волшебная страна чувств» позволяет не только продиагностировать эмоциональную сферу ребенка, определить в каком актуальном эмоциональном состоянии ребенок пребывает, но и является хорошей коррекционной техникой направленной на выброс и отреагирование негативных эмоциональных состояний, раскрытие ресурса личности, развитие саморегуляции, формирование умения выражать свои мысли, развитие фантазии и воображения.

Страхи детей старшего дошкольного возраста исследовались по методика «Страхи в домиках», авторы А.И. Захаров, М. Панфилова. Тест «Страхи в домиках» проводится с одним ребенком или с группой детей или подростков. После выполнения задания детям предлагается закрыть

страшный дом на замок, который они сами рисуют, а ключ – выбросить или потерять. (Тем самым психолог несколько успокаивает актуализированные страхи.) Страхи в черном доме подсчитываются и соотносятся с возрастными нормами.

Инструкция: в красный и черный дом надо расселить 29 страхов. В каком доме (красном или черном) будут жить страшные страхи, а в каком – нестрашные? Я буду перечислять страхи, а ты записывай их номера внутри дома (дошкольники показывают соответствующий дом.)

Во время диагностики и при обработке результатов следует учитывать возрастные особенности проявления страхов:

- младший дошкольный возраст – страхи сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков; типичные страхи: одиночества, темноты, замкнутого пространства,

- старший дошкольный возраст – страх смерти, страх смерти родителей, страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страх страшных снов, страх огня, страх пожара, страх нападения, страх войны. У девочек: страх заболеть, наказания, перед засыпанием, и сказочных персонажей,

- младший школьный возраст – страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, страх несчастья (магические представления),

- подростковый возраст – страх смерти родителей, страх войны.

И, наконец, тревожность и агрессия у детей старшего дошкольного возраста исследовались с помощью диагностической методики «Несуществующее животное», автор М.З. Дукаревич.

Испытуемому предлагается придумать и изобразить несуществующее в природе животное и дать ему несуществующее имя. После того как испытуемый закончил рисунок, его просят описать животное и его образ жизни.

Подробное описание хода диагностики по каждой методике представлено в приложении [Приложение 1].

Определение уровней общего эмоционального состояния складывается следующим образом: низкий уровень характеризуется выявленным по всем диагностическим методикам низким уровнем либо одного или двух критериев со средним уровнем; средний уровень общего эмоционального состояния характеризуется средним уровнем по всем критериям или наличии высокого уровня по результатам двух диагностик; высокий уровень – высоким уровнем по результатам всех диагностик.

Также нами было проведено анкетирование родителей детей старшего дошкольного возраста с целью выявления представлений об особенностях эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста и наличии определенных проблем в эмоциональном состоянии старших дошкольников.

Ниже представлены некоторые вопросы из анкеты:

- Как часто в процессе общения с вами ваш ребёнок испытывает позитивные эмоции?
- Как часто в процессе общения с вами ребёнок испытывает негативные эмоции?
- Какие эмоции чаще всего испытывает ваш ребёнок при общении со сверстниками?
- Как часто вы обсуждаете со своим ребёнком причины возникновения ваших различных эмоциональных состояний?
- Как часто вы обсуждаете со своим ребёнком причины возникновения его различных эмоциональных состояний?
- С какими чувствами (чаще всего) ваш ребёнок посещает детский сад?
- Какие эмоциональные состояния у вашего ребёнка являются преобладающими?
- Часто ли ваш ребёнок плачет?
- Как долго ваш ребёнок остаётся расстроенным?

– Часто ли ваш ребёнок бывает сердитым? Агрессивным?

По результатам анкетирования около 80% родителей имеют представления об особенностях эмоционального состояния своих детей, но при этом затрудняются в поиске решения проблем, если таковые имеются.

Таким образом, мы видим, что большинство детей старшего дошкольного возраста имеют некоторые проблемы эмоционального состояния. Будь то страхи, тревожность и агрессия, или неполные знания и умения в распознавании эмоций других людей и своих собственных.

2.2 Реализация психолого-педагогических условий по гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии

На основании данных констатирующего этапа исследования мы подобрали психолого-педагогические условия гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

Так, реализация первого условия гипотезы исследования осуществлялась организацией работы с детскими страхами и агрессией посредством ИЗО-терапии. Занятия проводились два раза в неделю как индивидуально, так и подгруппами и со всей группой.

ИЗО-терапия выступает как один из наиболее распространенных видов арт-терапии. Рисование является творческим процессом, позволяющим ребенку чувствовать и понимать себя, выражать свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и отрицательных переживаний прошлого и настоящего.

Данный метод психокоррекции основан на влиянии искусства на эмоциональную и личностно-смысловые сферы человека, систему его отношений, а также творческой деятельности, связанной с изобразительным искусством. ИЗО-терапия представляет собой большое

количество способов рисования с использованием различных изобразительных и подручных средств.

Так, в работе с детьми старшего дошкольного возраста мы использовали метод нейрографики. Дошкольникам предлагалось изобразить на листе формата А4 разнообразные линии, которые сначала не пересекаются, а затем когда остается мало свободного места на листе, линии могут пересекаться в любом направлении.

Впоследствии ребенок находит места пересечений линий и сглаживает образовавшиеся углы посредством их закрашивания. Важно выбрать для рисования линий и закрашивания углов нейтральный однотонный плотный цвет. Затем, образовавшиеся пустоты между линиями детям предлагалось раскрасить в разные любимые цвета.

Также детям старшего дошкольного возраста было предложено упражнение «Прячем страхи», которое заключалось в схематичном изображении страха, а затем его заштриховыванием и преобразованием в какой-либо сюжет.

Так, страх «подкроватного чудовища» один из испытуемых изобразил в виде лица с большими глазами, которое впоследствии заштриховал и в итоге получился круг яркого синего цвета. Затем получившийся круг превратился в лужу, в которой ребенок изобразил маленького веселого лягушонка. В качестве упражнения «Победим страх» детям старшего дошкольного возраста нами было предложено рисование в технике кляксографии. Каждый рисунок был преобразован детьми в большие букеты цветов разных размеров и оттенков.

Наряду с традиционными техниками рисования нами также были применены и нетрадиционные техники, одной из которых стала техника рисования на воде. Для этого целенаправленно были приобретены специальные краски для рисования в данной технике. Перед началом работы педагог объясняет простые правила рисования красками на воде, а

затем предоставляет ребенку полную свободу выражения эмоций в рисунке.

Для начала на поверхность воды наносятся краски, затем при желании капли красок можно преобразовать с помощью зубочистки или тонкой палочки, также можно добавить новые цвета в образовавшиеся фигуры. После того, как замысел рисунка выполнен, он переносится на бумагу, посредством ее накладывания на поверхность воды. Затем лист бумаги необходимо просушить.

Помимо вышеназванных техник, в работе с детьми старшего дошкольного возраста мы использовали нетрадиционную технику рисования нитками. Кроме ниток также можно использовать тонкие цепочки, мелкие бусы, канцелярские резинки. Перед рисованием нить (бусы, цепь и т.д.) помещается в баночку с краской любого цвета либо густо окрашивается кистью, затем в произвольном порядке выкладывается на лист бумаги, при этом нужно оставить небольшой конец не окрашенным. Это необходимо для того, чтобы не испачкать краской руки.

После этого поверх кладется еще один лист бумаги, неплотно прижимается и ребенок должен не быстро потянуть кончик нитки или цепочки на себя, при этом стараться не тянуть вверх, а параллельно поверхности стола. После этого можно убрать верхний лист бумаги и любоваться результатом. По такому же принципу можно добавить элементы другого цвета либо дорисовать какие-либо детали кистью или пальчиками.

В качестве коллективной работы мы применяли технику рисования ладошками. Дети старшего дошкольного возраста изображали солнышко с разноцветными лучиками. По такому же принципу рисовали природный пейзаж с лесом и горами, отпечатками детских ладошек изображали птиц и зверей. Мелкие детали дорабатывались кистью и отпечатками ватными палочками.

Необычным и впечатляющим для детей старшего дошкольного возраста стал способ рисования природными материалами. Для этого заранее были собраны большие листья, травинки, цветы, палочки и камешки. Рисование производилось по индивидуальному замыслу каждого ребенка старшего дошкольного возраста. В результате рисования природными материалами получились как морские пейзажи, так и портреты людей, и изображение сюжетов любимых сказок.

Еще одним видом ИЗО-терапии, наряду с рисованием по мокрому, монотипией и т.п., применяемые детьми старшего дошкольного возраста в процессе работы над страхами и агрессией, является солёное тесто и пластилинография.

Данный способ изобразительной деятельности не только позволяет гармонизировать эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста, но и способствует развитию пространственного ощущения, мелкой моторики рук, умения соблюдать пропорции.

И, наконец, в работе с детскими страхами и агрессией мы использовали такую технику рисования, как каракули. Детям старшего дошкольного возраста предлагалось в свободной форме изобразить на листе самые разнообразные каракули. Затем каждому ребенку предлагалось дополнить каракули разными деталями. Среди них дети изобразили цветы, глазки, ушки, бабочек, звездочки и многие другие элементы. После занятий ИЗО-терапией большинство детей находились в приподнятом настроении, активно взаимодействовали со сверстниками в игровой деятельности.

Таким образом, ИЗО-терапия – метод психокоррекции, с помощью которого моделируются взаимоотношения и выражения различных эмоций, как положительных, так и отрицательных, поэтому ее используют для снятия психического напряжения, формирования зоны жизненного комфорта, рефлексии индивидуальных потребностей, а также культуры взаимоотношений с окружающим миром.

Ниже представлены виды нетрадиционных техник рисования в ИЗО-терапии с детьми старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе (Таблица 3).

Таблица 3 – Занятия ИЗО-терапией в нетрадиционных техниках

№ п/п	Наименование техники	Материалы, описание работы
1	2	3
1	«Пластилинография»	Материалы: пластилин разных цветов, стеки, картон разной формы и разных размеров. Способ получения изображения: ребенок отщипывает кусочками пластилин и размазывает на листе картона по уже заготовленному контуру, накладывая «мазки» один на другой. Можно придать большую выразительность смешивая кусочки пластилина разного цвета.
2	«Монотипия»	Совершенствование умения и навыков в нетрадиционных изобразительных техниках. Развивать воображение, пространственное мышление. Схожее описание техники ниже в разделе «Пейзажная монотипия».
3	«Ниткография»	Материалы: бумага, тушь или жидко разведенная гуашь в мисочке, пластиковая ложечка, нитка сред ней толщины. Способ получения изображения: ребенок опускает нитку в краску, отжимает ее. Затем на листе бумаги выкладывает из нитки изображение, оставляя один ее конец свободным. После этого сверху накладывает другой лист, прижимает, придерживая рукой, и вытягивает нитку за кончик. Недостающие детали дорисовываются.
4	«Монотипия пейзажная»	Материалы: бумага, кисти, гуашь либо акварель, влажная губка, кафельная плитка. Способ получения изображения: ребенок складывает лист пополам. На одной половине листа рисуется пейзаж, на другой получается его отражение в озере, реке (отпечаток). Пейзаж выполняется быстро, чтобы краски не успели высохнуть. Половина листа, предназначенная для отпечатка, протирается влажной губкой. Исходный рисунок, после того как с него сделан отпечаток, оживляется красками, чтобы он сильнее отличался от отпечатка. Для монотипии также можно использовать лист бумаги и кафельную плитку. На последнюю наносится рисунок краской, затем она накрывается влажным листом бумаги. Пейзаж получается размытым.
5	«Кляксография обычная»	Материалы: бумага, тушь либо жидко разведенная гуашь в мисочке, пластиковая ложечка. Способ получения изображения: ребенок зачерпывает гуашь пластиковой ложкой и выливает на бумагу. В результате получаются пятна в произвольном порядке. Затем лист накрывается другим листом и прижимается (можно согнуть исходный лист пополам, на одну половину капнуть тушь, а другой его прикрыть). Далее верхний лист снимается, изображение рассматривается, определяется, на что оно похоже. Недостающие детали дорисовываются.

Продолжение таблицы 3

1	2	3
6	«Акварель и акварельные мелки»	<p>Цель. Продолжать знакомить со свойствами акварели и техникой рисования. Развивать воображение, цветоощущение, умение видеть красоту в окружающем мире.</p> <p>Материалы: плотная бумага, акварельные мелки, губка, вода в блюдечке.</p> <p>Способ получения изображения: ребенок смачивает бумагу водой с помощью губки, затем рисует на ней мелками. Можно использовать приемы рисования торцом мелка и плашмя. При высыхании бумага снова смачивается.</p>
7	«Восковые мелки и акварель»	<p>Материалы: восковые мелки, плотная белая бумага, акварель, кисти.</p> <p>Способ получения изображения: ребенок рисует восковыми мелками на белой бумаге. Затем закрашивает лист акварелью в один или несколько цветов. Рисунок мелками остается незакрашенным.</p>
8	«Кляксография с трубочкой»	<p>Материалы: бумага, тушь, либо жидко разведенная гуашь в мисочке, пластиковая ложечка, трубочка (соломинка для напитков).</p> <p>Способ получения изображения: ребенок зачерпывает пластиковой ложкой краску, выливает ее на лист, делая небольшое пятно (капельку). Затем на это пятно дует из трубочки так, чтобы ее конец не касался ни пятна, ни бумаги. При необходимости процедура повторяется. Недостающие детали дорисовываются.</p>
9	«Набрызг»	<p>Материалы: бумага, гуашь, жесткая кисть, кусочек плотного картона либо пластика.</p> <p>Способ получения изображения: ребенок набирает краску на кисть и ударяет кистью о картон, который держит над бумагой. Краска разбрызгивается на бумагу.</p>
10	«Рисование по мокрому листу»	<p>Материалы: бумага для акварели, акварельные краски, кисти, акварельные карандаши или мелки, влажная чистая ткань.</p> <p>Способ получения изображения: хорошо смочить лист водой, по мокрому листу нанести тон акварельной краски, промокнуть лист чуть влажной тканью, рассмотреть с ребенком изображения различных цветов, обговорить форму, цвет. Хорошо смочить кисть, набрать достаточное количество краски. По мокрой бумаге, слегка касаясь листа кистью, наносим изображение выбранного предмета (например, цветка), как бы капаем краской на бумагу, придерживаясь формы и цвета, дорисовываем нужные элементы.</p>
11	«Оттиск пробкой»	<p>Материалы: мисочка либо пластиковая коробочка, в которую вложена штемпельная подушка из тонкого поролона, пропитанного гуашью, плотная бумага любого цвета и размера, печатки из пробки.</p> <p>Способ получения изображения: ребенок прижимает пробку к штемпельной подушке с краской и наносит оттиск на бумагу. Для получения другого цвета меняется и мисочка и пробка.</p>

Окончание таблицы 3

1	2	3
12	«Скатывание бумаги»	Материалы: салфетки, либо цветная двухсторонняя бумага, клей ПВА, налитый в блюдце, плотная бумага или цветной картон для основы. Способ получения изображения: ребенок мнет в руках бумагу, пока она не станет мягкой. Затем скатывает из нее шарик. Размеры его могут быть различными. После этого комочек опускается в клей и приклеивается на основу.
13	«Оттиск печатками из ластика»	Материалы: мисочка либо пластиковая коробочка, в которую вложена штемпельная подушка из тонкого поролона, пропитанного гуашью, плотная бумага любого цвета и размера, печатки из ластика. Способ получения изображения: ребенок прижимает печатку к штемпельной подушке с краской и наносит оттиск на бумагу.
14	«Оттиск смятой бумагой»	Материалы: блюдце либо пластиковая коробочка, в которую вложена штемпельная подушка из тонкого поролона, пропитанного гуашью, плотная бумага любого цвета и размера, смятая бумага. Способ получения изображения: ребенок прижимает смятую бумагу к штемпельной подушке с краской и наносит оттиск на бумагу.
15	«Рисование тычком»	Материалы: жесткая кисть или тычок, сделанный при помощи карандаша и поролона, гуашь, бумага, на которой нарисован контур предмета или животного. Способ получения изображения: ребенок опускает в гуашь тычок или кисть, и ударяет по бумаге, держа вертикально. Таким образом, заполняется весь контур или шаблон.
16	«Рисование ладошкой»	Материалы: широкие блюдечки с гуашью, кисть, плотная бумага, листы большого формата, салфетки. Способ получения изображения: ребенок опускает в гуашь ладошку (всю кисть) или окрашивает ее с помощью кисточки и делает отпечаток на бумаге.
17	«Рисование пальчиками»	Материалы: мисочки с гуашью, плотная бумага, небольшие листы, салфетки. Способ получения изображения: ребенок опускает в гуашь пальчик и наносит точки на бумагу.
18	«Рисование с использованием соли»	Материалы: мисочки с солью, клей ПВА, акварельные краски, тонированные листы бумаги, кисти для клея и для краски, стаканчики с водой, салфетки. Способ получения изображения: ребенок наносит клей на тонированный лист, засыпает его солью, дает композиции подсохнуть, берет кисть, опускает в воду, в краску и прикладывает к соляным изображениям.

Вышеперечисленные нетрадиционные техники рисования в процессе ИЗО-терапии являются непривычными и интересными для детей старшего дошкольного возраста, наряду с терапевтическим эффектом представляют собой средство развития воображения старших дошкольников. Занятия

ИЗО-терапией проводились 1 раз в неделю. Ниже в таблице представлен календарно-тематический план занятий ИЗО-терапией (Таблица 4).

Таблица 4 – Календарно-тематический план занятий с детьми 5-7 лет

№ п/п	Месяц	Наименование занятий	Количество занятий
1	2	3	4
1	Сентябрь	1. «Гриб» – рисование тычком 2. «Банка компота» – оттиск разрезанными фруктами. 3. «Осеннее солнышко» – оттиски осенними листьями 4. «Осенний лес» – рисование ладошкой и пальцами.	1 1 1 1
2	Октябрь	1. «Птичка-синичка» – пальчиковое рисование. 2. «Мишка бурый» – рисование ватными палочками 3. «Город будущего» – рисование сухой кистью 4. «Шкаф» – тампонаж	1 1 1 1
3	Ноябрь	1. «Тарелка» – тычковая роспись 2. «Отражение в пруду» – пейзажная монотипия 3. «Машинка» – рисование губками 4. «Сердечко» – рисование сухой кистью.	1 1 1 1
4	Декабрь	1. «Тарелка» – тычковая роспись 2. «Морозный узор» – рисование с использованием соли 3. «Воробей» – рисование пальцами 4. «Новогодняя елка» – с использованием соли и пайеток	1 1 1 1
5	Январь	1. «Шапка» – пластилинография 2. «Кошка» – рисование по мокрому листу. 3. «Слон» – тампонаж.	1 1 1
6	Февраль	1. «Белые медведи» – работа по трафарету, мятой бумагой и солью. 2. «Сказочные герои» – ниткография 3. «Танк» – восковые мелки и акварель 4. «Цветок в горшке» – ниткография	1 1 1 1
7	Март	1. «Ветка мимозы» – скатывание бумаги 2. «Бабочка» – монотипия 3. «Мой город» – рисование оттисками из ластиков и пробок 4. «Спортивный инвентарь» – пластилинография	1 1 1 1
8	Апрель	1. «Котенок» - рисование сухой кистью 2. «Звездное небо» - набрызг 3. «Стрекоза» – монотипия 4. «Спички детям не игрушка» – кляксография с трубочкой	1 1 1 1
9	Май	1. «Салют над городом» – набрызг 2. «Сирень» – оттиск печатками 3. «Веселые цифры» – рисование сухой кистью, с использованием соли, монотипии и т.д.	1 1 1

Таким образом, представленный календарно-тематический план занятий, составлен с учетом интересов детей старшего дошкольного возраста к различным нетрадиционным техникам рисования. Кроме терапевтического эффекта от занятий, применение разнообразных техник рисования позволяет развивать воображение детей, эстетическое восприятие изображений и фантазию.

ИЗО-терапия является наиболее понятным и действенным инструментом для гармонизации эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста. Ребенку привычно выражать свои чувства в виде рисунка, это способствует комфортной и доверительной терапии.

Реализация второго психолого-педагогического условия, заключалась в применении в работе с детьми старшего дошкольного возраста сказкотерапии как средства развития эмоционально-волевой сферы.

Содержание занятий по развитию эмоционально-волевой сферы дошкольников средствами сказкотерапии:

1. Развитие у дошкольников умения управлять эмоционально-волевой сферой: радостью, грустью, спокойствием, злостью, интересом, страхом, произвольными действиями.
2. Формирование представлений о добре, справедливости, отзывчивости, умения управлять своим поведением в коллективе.
3. Расширение познавательной сферы (мышления, памяти, внимания, речи, воображения).
4. Воспитание коммуникативных умений со сверстниками, профилактика конфликтов.

Таким образом, сказка наполняет внутренний мир детей старшего дошкольного возраста оптимизмом, стремлением в трудных ситуациях искать и находить силу внутри себя и видеть поддержку окружающих.

Как уже упоминалось ранее, занятия по сказкотерапии выполняют несколько функций:

1. Прогностическая и диагностическая. Благодаря сказке можно узнать о человеке, его проблемах, выявить характерные черты личности.

2. Развивающая. Эта функция характеризуется развитием индивидуальности, формированием у детей старшего дошкольного возраста творческих способностей, социально-адаптивных навыков, а также способствует процессам обучения и воспитания.

3. Коррекционное (терапевтическое) воздействие. Сказка влияет на поведение и мировоззрение ребенка, способствует преодолению его психологических проблем.

В нашей работе с детьми старшего дошкольного возраста как средство развития эмоционально-волевой сферы использовались русские народные сказки «Морозко», «Крошечка-Хаврошечка», «Сестрица Аленушка и братец Иванушка», «Снегурочка», сказка С.Т. Аксакова «Аленький цветочек», сказки зарубежных авторов «Золушка» и «Спящая красавица» Ш. Перро, «Госпожа Метелица» братьев Гримм и другие.

Также в процессе реализации второго условия гипотезы нашего исследования применялись терапевтические сказки О.В. Хухлаевой, сборник «Добрые сказки Волшебной долины» Ирины Органовой, сборник терапевтических сказок Юлии Лавреченко.

Вышеназванные авторские и народные сказки читались детям старшего дошкольного возраста как во время непосредственно образовательной деятельности, так и перед дневным сном и в свободное от занятий время. Некоторые сказки предлагалось детям старшего дошкольного возраста обсудить, некоторые обыграть или изобразить впечатления от услышанных сказок в виде рисунка или поделок из подручного материала.

Терапевтические сказки читались детям, как в индивидуальной, так и в групповой форме. Некоторые сказки были рекомендованы также и родителям детей старшего дошкольного возраста для домашнего чтения перед сном. Необходимо отметить, что до проведения сказкотерапии

детям необходимо ознакомиться со сказкой, что способствует получению целостного впечатления от её текста. Большое внимание уделяется также двигательной активности. Усталость после многократного выполнения психогимнастических этюдов приводит к непроизвольному расслаблению организма и, следовательно, снятию эмоционального напряжения.

С целью развития артикуляционного аппарата детей старшего дошкольного возраста использовались звукоподражательные слова, голоса животных. В результате у детей вырабатывается интонационное чутье, сила голоса, дикция. Эти умения служат в дальнейшем опорой для развития эмоциональности детей, выразительности, живости.

Ниже представлен календарно-тематический план занятий сказкотерапией с детьми старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе (Таблица 5).

Таблица 5 – Календарно-тематическое планирование занятий сказкотерапией с детьми 5-7 лет

№ п/п	Месяц	Занятия	Программные задачи	Методы и приёмы
1	2	3	4	5
1	Сентябрь	Обследование детей. Изучение понимания эмоциональных состояний детей, изображенных на картинках.	Выявить, как дети понимают эмоциональное состояние, изображенных на картинках людей.	Вопросы по картинкам с изображением детей, у которых ярко выражены различные эмоции.
2	Сентябрь	Выявление эмоциональных проявлений у детей при анализе различных ситуаций.	Выявить эмоциональные проявления детей при анализе предложенных ситуаций, описанных в рассказе взрослого.	Подборка ситуаций из жизни детей, где один проявляет сочувствие, а другой нет; вопросы.
3	Сентябрь	Изучение способности детей к эмпатическим переживаниям, беседа о настроении.	Изучение эмоционального оттенка детей на состояние неблагополучия сверстника; дать детям понятие о настроении, о том, что оно бывает разное, учить различать, какое настроение у друзей.	Дидактическое пособие «Сложим картинку» (в усложненных вариантах), указания; иллюстрации: подборка «Разное настроение», художественные слова – вопросы.

Продолжение таблицы 5

1	2	3	4	5
4	Сентябрь	Игра «Эти рожицы странные»	Познакомить детей с набором эмпатических пиктограмм, тренировать умение распознавать эмоциональное состояние по мимике.	Карточки с пиктограммами (радость, огорчение, удивление, гнев, страх), указания.
5	Октябрь	Просмотр мультфильма «Дюймовочка» (сказка Г. Х. Андерсена), беседа «Кого из героев этой сказки вы бы отправили в страну «Злюки – Глюки»»	Познакомить детей с содержанием сказки «Дюймовочка», учить отвечать на вопросы, используя выражения из художественного произведения, учить детей высказывать свое мнение, обосновывать его, различать добро и зло в сказке, стараться понимать эмоциональное состояние героев, переживать и радоваться вместе с ними, познакомить с пособием «лесенка нравственности»	Вопросы, просмотр мультфильма, загадки, работа с пособием «лесенка нравственности».
6	Октябрь	Рассматривание иллюстраций по произведению (просмотр презентации).	Учить детей видеть эмоциональное состояние героев, и на основе этого, давать некоторым кадрам презентации соответствующие названия: «Нежданная встреча», «Отчаяние Дюймовочки»...	Просмотр презентации.
7	Октябрь	Этюды на выражение различных эмоций, игры – драматизации. Темы: «Дюймовочка ухаживает за ласточкой», «В стране маленьких эльфов»	Развивать правильное понимание детьми эмоционально – выразительных движений, учить определять схожесть эмоциональных состояний героев из сказки и эпизодов; учить драматизировать отдельные этюды, разговаривать за героев из сказки, иногда самостоятельно или при помощи взрослого учить разыгрывать ситуации, не описанные в художественном произведении, в процессе игры переключаться на темы, затрагивающие жизнь группы.	Чтение, вопросы, указания, показ выразительных движений, художественное слово, повторное чтение некоторых эпизодов.

Продолжение таблицы 5

1	2	3	4	5
8	Октябрь	Беседа «Знакомство с барометром настроения»	Познакомить детей с данным пособием, объяснить, для чего используется данная ширма, как ей пользоваться, определиться с детьми в выборе индивидуальных меток, обозначить инициалы.	Показ, объяснение, рассматривание.
9	Ноябрь	Чтение произведения Л. Н. Толстого «Лев и собачка», беседа по произведению.	Познакомить с произведением «Лев и собачка», беседа о содержании рассказа, вспомнить пословицы о дружбе, помочь детям понять идею произведения, уделить внимание на развитие таких чувств, как сочувствие, сопереживание, разобрать понятие – настоящий друг, развивать речь детей.	Чтение, вопросы, пословицы.
10	Ноябрь	Рассматривание иллюстраций: лев знакомится с собачкой; собачка умирает.	Обратить внимание на эмоциональное состояние зверей, рассмотреть иллюстрации к эпизодам, учить определять настроение зверей на иллюстрациях, закрепить навык работы с пиктограммами.	Рассматривание иллюстраций, вопросы, использование карточек с пиктограммами.
11	Ноябрь	Этюды на выражение эмоций.	Развивать правильное понимание эмоционально-выразительных движений, развивать навык перевоплощения в героев из произведения для свободного развития игр – драматизаций.	Чтение, вопросы, указания, показ выразительных движений.
12	Ноябрь	Игры – драматизации: «Лев знакомится с собачкой», «Собачка заболела», «Выздоровление друга».	Развивать навык самостоятельно разыгрывать небольшие эпизоды из произведений, отражая при этом эмоциональное состояние героев; через беседу с персонажами затронуть тему: «Кого из детей группы можно назвать настоящим другом, почему?»	Чтение, вопросы, указания, показ выразительных движений, повторное чтение некоторых эпизодов, обыгрывание эпизодов.

Продолжение таблицы 5

1	2	3	4	5
13	Декабрь	Чтение сказки С. Я. Маршака «Двенадцать месяцев», беседа по произведению.	Познакомить детей с содержанием произведения; совершенствовать диалогические и монологические формы речи, обращать внимание на эмоциональные переживания героев, учить самостоятельно характеризовать поступки героев, находить смысловое значение сказки, определить его пословицей.	Чтение, загадки, внесение сказочных персонажей, вопросы, пословицы.
14	Декабрь	Рассматривание иллюстрации «Скупая женщина с дочкой и падчерицей»	Через рассматривание иллюстраций развивать умение определять настроение героев, учить обосновывать своё мнение, воспитывать чувство сопереживания, желание помочь чужому горю.	Рассматривание иллюстрации, вопросы.
15	Декабрь	Этюды на выражение эмоций, игра – драматизация «Встреча мачехиной дочки с месяцами» (месяцы одарили девочку и отправили домой).	Развивать правильное понимание эмоционально – выразительных движений, учить понимать схожесть эмоциональных состояний героев из сказки и из этюдов; учить перевоплощаться в героев из сказки, подражать их эмоциональному состоянию, через беседу с персонажами затронуть тему, волнующую всех детей: «Человека провожают по уму, а встречают по одежке».	Чтение, беседа, вопросы, указания, показ выразительных движений, обыгрывание, беседа с персонажами, повторное чтение некоторых эпизодов.
16	Декабрь	Игра «Какое настроение у Петрушки» (на прогулке)	Продолжать формировать навык определять настроение по описанным ситуациям, учить показывать настроение мимикой и выразительными движениями.	Объяснение, вопросы, показ.
17	Январь	Чтение произведения С. Я. Маршака «Рассказ о неизвестном герое», беседа по произведению «К славному подвигу каждый готов»	Познакомить детей с содержанием произведения, побеседовать по содержанию; через восприятие произведения на формирование личности ребенка, воспитывать чувство долга, желание помочь чужому горю,.	Выразительное чтение, вопросы, повторное чтение некоторых эпизодов, обыгрывание макета горящего дома, художественное слово

Продолжение таблицы 5

1	2	3	4	5
18	Январь	Рассматривание иллюстраций по произведению, о профессии пожарника.	Через рассматривание иллюстраций показать, как люди мужественно переносят трудности своей работы, не боясь опасности, спасают людей; учить характеризовать эмоциональное состояние героев, закреплять умение узнавать эмоциональное состояние героев на картинках.	Рассматривание иллюстраций, вопросы.
19	Январь	Этюды на выражение эмоций, игры – драматизации (сюжет для игр выбирают сами дети)	Развивать правильное понимание детьми эмоционально – выразительных движений, развивать навык перевоплощения для лучшего развития игр – драматизаций; учить изображать эмоциональное состояние героев через игру – драматизацию, воспитывать у детей чувства сопереживания чужому горю.	Чтение, вопросы, показ выразительных движений, контроль восприятия за развитием сюжета.
20	Январь	Игра «Винт» (на прогулке)	Учить детей правильно понимать и показывать выразительные движения.	Вопросы, показ выразительных движений.
21	Февраль	Чтение произведения Б. И. Бажова «Серебряное копытце»	Познакомить детей с содержанием художественного произведения, побеседовать по содержанию, обратить внимание на роль кошки в развитии сюжета.	Выразительное чтение, вопросы.
22	Февраль	Рассматривание иллюстраций по произведению.	Обратить внимание на эмоциональное состояние героев: что с ними происходит, почему они плачут; через рассматривание иллюстраций учить определять настроение героев, обосновывать свое мнение.	Рассматривание иллюстраций, вопросы.
23	Февраль	Этюды на выражение эмоций; игры – драматизации (предложить побеседовать с любимым героем из сказки)	Развивать правильное понимание детьми эмоционально – выразительных движений, учить определять эмоциональное состояние героев при обыгрывании эпизодов;	Чтение, вопросы, показ выразительных движений, обыгрывание эпизодов, беседа с персонажами, внесение волшебного сундучка

Продолжение таблицы 5

1	2	3	4	5
23	Февраль		совершенствовать навык обыгрывания понравившихся эпизодов; через беседу с любимыми героями затронуть проблемы, касающиеся всей группы (стараться быть внимательнее, добрее относиться друг к другу)	
24	Февраль	Игра «Как исправить плохое настроение у друзей»	Развивать навык у детей узнавать по мимике лица настроение своих друзей, стараться помочь в трудную минуту, развеселить, утешить.	Вопросы, барометр настроения.
25	Март	Чтение произведения «Кукушка» (ненецкая сказка), беседа по произведению с использованием эмпатических пиктограмм.	Познакомит детей с содержанием сказки, объяснить непонятные слова: чум, малица; работать с детьми над умением определять эмоциональное состояние героев сказки, учить самостоятельно анализировать ситуации, воспитывать чувство сопереживания, развивать навык работы с пиктограммами.	Выразительное чтение, объяснение, вопросы, игровой прием «Волшебное письмо»; карточки с пиктограммами, загадки, пословицы.
26	Март	Словесное упражнение «Скажи ласково о маме»	Воспитывать сочувствие, заботливое отношение к матери, развивать словарный запас детей: любимая, заботливая, ласковая, внимательная и т. п.	Вопросы
27	Март	Рассматривание иллюстраций по произведению «Кукушка»	Учить определять эмоциональное состояние героев в содержании на картинках, высказывать свое отношение к происходящему, ориентироваться по рисункам.	Иллюстрации к произведению, загадки, вопросы.
28	Март	Этюды на выражение эмоций, игра – драматизации по сказке «Кукушка»- предлагаемые ситуации: «Как помочь маме», «Дети ухаживают за больной матерью».	Развивать правильное понимание детьми эмоционально – выразительных движений рук и адекватного использования жеста; учить детей драматизировать отдельные небольшие эпизоды из сказки, через игру и общение с персонажами воспитывать нравственные чувства у детей, учить дополнять игру новыми ситуациями, не описанными в сказке, помочь в развитии сюжета.	Вопросы, указания, чтение, показ выразительных движений, объяснение, повторное чтение некоторых эпизодов, введение новых персонажей в игру, атрибуты для игр – драматизаций.

Окончание таблицы 5

1	2	3	4	5
29	Апрель	Чтение произведения Жилинс – кайте «Про снежинку, которая не таяла»	Познакомить детей с содержанием сказки, определить общую идею произведения.	Выразительное чтение, вопросы.
30	Апрель	Беседа по произведению «Про снежинку, которая не таяла»	Через идею произведения воспитывать такие чувства, как сочувствие, сопереживание, желание помочь своим друзьям; воспитывать уважение к старшим, чувство ответственности за свои поступки, учить понимать настроение героев.	Использование пиктограмм, вопросы, чтение этюдов из произведения.
31	Апрель	Рассматривание иллюстраций по произведению.	Обратить особое внимание на эмоциональное состояние героев, что с ними происходит, учить ориентироваться на содержание сказки.	Рассматривание иллюстраций, вопросы, художественное слово.
32	Апрель	Этюды на выражение эмоций.	Развивать правильное понимание детьми эмоционально – выразительных движений, развивать навык перевоплощения героев.	Чтение, вопросы, указания, показ выразительных движений.
33	Май	Игра «Радостное настроение»	Тренировать умение распознавать эмоциональное состояние людей, животных, птиц.	Вопросы, указания.
34	Май	Обследование детей (аналогичное как в начале года)	Выявить, как дети понимают эмоциональное состояние, изображенных на картинках людей; изучение эмоционального оттенка детей на состоянии неблагополучия сверстника.	Вопросы, объяснения, карточки с эмоциональным оттенком, дидактическое пособие «Сложим картинку» (указания в осложненных вариантах)
35	Май	Совместное мероприятие родителей с детьми «Важней всего погода в доме»	Создать атмосферу взаимного понимания и комфорта при общении детей и родителей, закреплять навык адекватного выражения своих эмоций.	Рисунки, стихи, иллюстрации, пословицы и поговорки.
36	Май	Оформление уголка по сказкам.	Создавать в группе условия для эмоционального развития детей, для развития игр – драматизации.	Привлечь к оформлению детей, вопросы, предложения.

Согласно календарно-тематическому планированию по сказкотерапии с детьми старшего дошкольного возраста, направленной на формирование эмоционально-волевой сферы занятия проводились один раз в неделю. Занятия проводились как индивидуально, так и со всей группой детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, групповая сказкотерапия, так же как индивидуальная, предполагает предварительную психологическую диагностику, которая помогает выявить круг проблем у детей группы и подобрать максимально «эффективные» сказки и игры.

По мнению психологов, использующих сказкотерапию как метод коррекции, хорошие результаты при групповой форме работы дают дети, не владеющие элементарными навыками общения, замкнутые, пассивные, или дети с нарушением поведения, неконтролируемой агрессией, с завышенной самооценкой, страдающие фобиями.

Реализация третьего психолого-педагогического условия гипотезы нашего исследования, осуществлялась посредством песочной терапии в качестве средства снижения тревожности у детей старшего дошкольного возраста. Для этого в групповом помещении был оборудован световой стол с песком, который применялся для ознакомления детей с основными эмоциям и способствовал мягкому проживанию детьми старшего дошкольного возраста собственных переживаний и испытываемых эмоций.

К примеру, на занятиях на песочном световом столе дети старшего дошкольного возраста делали отпечатки рук. Также дети упражнялись, изображая песочный дождик, и рисовали необычные следы. Помимо этого, мы проводили игры «Найди шарик» и «Угадай, что спрятано». Такие игры способствуют снятию напряжения и развитию воображения у детей старшего дошкольного возраста. Такие игры проводились индивидуально и подгруппами.

Также детям старшего дошкольного возраста на песочной терапии давались задания «Дойди по дорожке» каждый пальчиком. Такие занятия

также снимают нервное перенапряжение и способствуют развитию мелкой моторики рук. В дополнение детям старшего дошкольного возраста в процессе пескотерапии был предложен цветной песок, с помощью которого дети на световом столе изображали пейзажи и любимых сказочных героев.

Ниже представлено подробное календарно-тематическое планирование песочной терапии с детьми старшего дошкольного возраста, направленной на снижение уровня тревожности (Таблица 6).

Таблица 6 – Календарно-тематическое планирование занятий песочной терапии с детьми 5-7 лет в экспериментальной группе

№ п/п	Месяц	Игры и упражнения
1	2	3
1	Сентябрь	1 неделя «Знакомство со свойствами песка », 2 неделя «Знакомство со свойствами сухого песка и кинетического », 3 неделя «Путешествие в Волшебную страну», 4 неделя «Что спряталось в песке?»
2	Октябрь	1 неделя «Упражнения с палочками», 2 неделя Инсценирование сказки «Теремок», 3 неделя «Выдуй цифры из песка», 4 неделя «Рисуем песком»
3	Ноябрь	1 неделя «Отгадай загадку», 2 неделя «Город в котором мы живем», 3 неделя «Я пеку, пеку, пеку...», 4 неделя «Найди клад», 5 неделя «Домашние животные»
4	Декабрь	1 неделя «Водный мир», 2 неделя «Сделай цифру из песка», 3 неделя «Математический диктант», 4 неделя «В гостях на морском дне»
5	Январь	3 неделя «Секретики в песке», 4 неделя «Планета Динозавров»
6	Февраль	1 неделя «Пустыня», 2 неделя «Узнай букву и назови звук», 3 неделя «Найди клад», 4 неделя «Волшебные ладошки», 5 неделя «Поварята»
7	Март	1 неделя «Выложи из палочек и загадай загадку», 2 неделя «Игра в хороших и плохих», 3 неделя Инсценирование сказки «Зайкина избушка», 4 неделя «Теплые лучики солнца»
8	Апрель	1 неделя Путешествие в сказку «Домики для трех поросят», 2 неделя «Бабушкин дворик», 3 неделя «Выдуй цифры из песка», 4 неделя «Найди клад»
9	Май	1 неделя Создание картины «Лес», 2 неделя «Необычайная история», 3 неделя «Математический диктант», 4 неделя «Я волшебник», 5 неделя «Рисуем песком»

Так, занятия песочной терапией проводились один раз в неделю в индивидуальной форме и со всей группой детей старшего дошкольного возраста.

Резюмируя вышесказанное, следует отметить, что песочная терапия имеет главное достоинство – дети старшего дошкольного возраста могут

выстроить собственный мир простым и интересным способом, ощущая при этом себя творцом этого мира. И именно это ощущение способствует постепенному формированию чувства уверенности в себе и, как следствие, снижению внутренней тревоги.

Подводя итог, хотелось бы отметить, что любой метод арт-терапии по-своему уникален и ценен. Каждый вид арт-терапии характеризуется возможностью для разрешения эмоциональных проблем, как в работе с детскими страхами, тревожностью и агрессией, так и развитием эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста.

2.3 Результаты экспериментальной работы и их интерпретация

На контрольном этапе нашего исследования была проведена повторная диагностика детей старшего дошкольного возраста по критериям: эмоциональное развитие; психоэмоциональное состояние; страхи, тревожность и агрессия.

Диагностический инструментарий и критериально-уровневая шкала применялись те же, что и на констатирующем этапе исследования. Данные контрольной диагностики приведены ниже, на рисунке 2 и отражают усредненные значения (Рисунок 2).

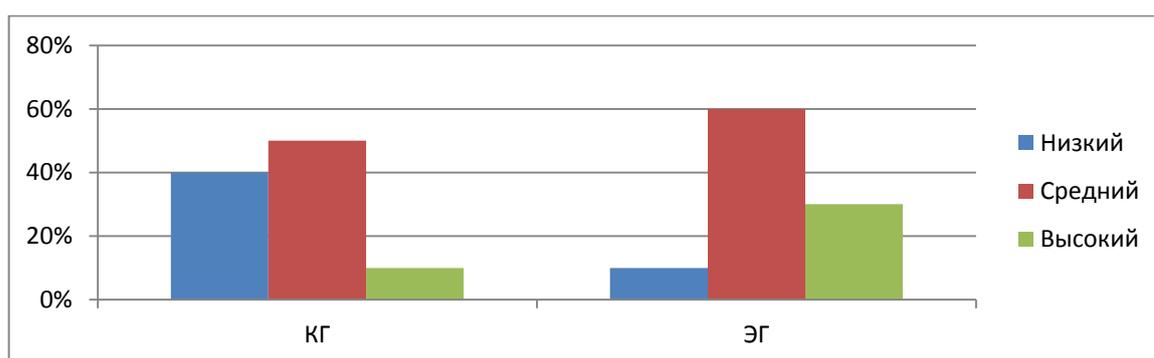


Рисунок 2. Общие результаты диагностики уровня эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста в КГ и ЭГ на контрольном этапе

Таким образом, мы видим положительную динамику в экспериментальной группе детей старшего дошкольного возраста. После

занятий ИЗО-терапией у большинства детей старшего дошкольного возраста снизился уровень агрессии, а также снизилось количество страхов. По итогам сказкотерапии у большей части детей заметно обогатились представления о человеческих эмоциях, также дети научились различать эмоции окружающих людей. Песочная терапия способствовала снижению уровня тревожности у детей, чьи показатели были на критично низком уровне. Для наглядности ниже в таблице представлены сравнительные данные констатирующего и контрольного этапов исследования в контрольной и экспериментальной группах детей старшего дошкольного возраста по уровню гармоничности эмоционального состояния (таблица 7).

Таблица 7 – Сравнительный анализ данных констатирующего и контрольного этапов исследования

Группа	Констатирующий этап			Контрольный этап		
	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
КГ	40%	50%	10%	40%	50%	10%
ЭГ	40%	50%	10%	10%	60%	30%

По результатам повторной диагностики эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста у 60% испытуемых в экспериментальной группе находится на среднем уровне, у 10% – на низком уровне, у 30% отмечается высокий уровень. Психоэмоциональное состояние у 60% детей старшего дошкольного возраста экспериментальной группы соответствует среднему уровню, 10% – низкому, 30% – высокому. Также уровень тревожности у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе снизился до 10%. Агрессивное состояние у детей также снизилось до 10% у детей 5-7 лет в экспериментальной группе. Необоснованные страхи отмечаются лишь у 10% старших дошкольников, участвующих в исследовании. Исходя из вышесказанного, можем с уверенностью отметить, что подобранные нами психолого-педагогические условия и методы арт-терапии подтвердили свою эффективность в процессе коррекции эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста. Исходя из вышесказанного, можем с

уверенностью отметить, что подобранные нами психолого-педагогические условия и методы арт-терапии подтвердили свою эффективность в процессе гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Выводы по второй главе

Таким образом, по итогам эмпирической части нашего исследования, следует отметить, что выбранные нами диагностические методики отражают специфику нашего исследования и являются наиболее достоверными при работе с детьми старшего дошкольного возраста. Также, предложенные нами психолого-педагогические условия подтверждают свою эффективность, поскольку оказывают благотворное влияние на эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста и его гармонизацию. При этом нам удалось гармонизировать эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста ненавязчиво и благоприятно, не нарушая целостность и непрерывность образовательного процесса с учетом возрастных особенностей психического развития детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, хотелось бы отметить, что любой метод арт-терапии по-своему уникален и ценен. Каждый вид арт-терапии характеризуется возможностью для разрешения эмоциональных проблем, как в работе с детскими страхами, тревожностью и агрессией, так и развитием эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста. Также следует отметить, что большинство дисгармоничных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста во многом зависят от внутрисемейных и детско-родительских отношений, стиля семейного воспитания, социального статуса семьи, материального благополучия, эмоционального интеллекта родителей и их педагогической компетентности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итог нашего исследования, отметим, что теоретическое осмысление проблемы подтвердило нашу мысль о том, что арт-терапия обладает мощным педагогическим ресурсом в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

Проблема эмоционального состояния старших дошкольников в современном стремительно развивающемся мире подтверждает свою актуальность большим количеством исследований этой проблемы.

В своем исследовании мы опирались на представления отечественных и зарубежных ученых об арт-терапии, как средстве гармонизации эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

На основании глубинного теоретического анализа мы пришли к решению о применении ИЗО-терапии в работе с детскими страхами и агрессией, сказкотерапии, как инструмента эмоционального развития детей, песочной терапии для устранения тревожных состояний старших дошкольников.

Подобранный диагностический инструментарий для изучения эмоционального состояния детей в нашем исследовании достаточно информативен, и, в некотором роде, ненавязчив для старших дошкольников.

Полученные в ходе диагностики на констатирующем и контрольном этапах исследования данные, позволяют нам утверждать, что, в целом, арт-терапия кроет в себе разнообразие средств и методов работы с детьми старшего дошкольного возраста.

Также имеет арт-терапия значительный потенциал охвата для изучения психических состояний детей. Таким образом, можем сказать, что поставленная цель исследования достигнута, задачи решены.

В целом, эмоциональные состояния детей старшего дошкольного возраста и их коррекция средствами арт-терапии предоставляют обширные возможности применения данного метода работы также с детьми других возрастных групп. Однако, следует принять во внимание возрастные особенности детей дошкольного возраста и индивидуальность протекания образовательного процесса для каждого отдельного ребенка. В перспективе разработки данной проблематики можем отметить преимущество образования детского сада и школы, а именно исследование эмоциональных состояний детей младшего школьного возраста и возможность применения арт-терапевтических методик для их коррекции.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абдуллин, А. Г. Психологические аспекты коррекции эмоциональных нарушений как средство активизации детей дошкольного возраста / А. Г. Абдуллин, Н. М. Пручкина, Д. Боблетер // Гуманитарные науки (г.Ялта). – 2020. – № 1(49). – С. 115-122. – EDN INOLVC.
2. Адамчук, О. Н. Развивающая предметно-пространственная среда, как средство развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста (6-7 лет) / О. Н. Адамчук, Ю. Н. Декопова // Развитие детей. – 2023. – № 4(4). – С. 22-28. – EDN OGWVURU.
3. Андропова, Ю. В. Песочная терапия как метод снижения тревожности у детей старшего дошкольного возраста / Ю. В. Андропова, М. В. Клейменова, О. Г. Хвостова // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2021. – № 10-12(78). – С. 104-107. – EDN WREQKR.
4. Бабич, А. А. Лепка как средство развития творческого воображения у детей старшего дошкольного возраста / А. А. Бабич, Т. П. Жуйкова // Sciences of Europe. – 2020. – № 51-3(51). – С. 6-8. – EDN VVRUTI.
5. Байкал, Н. А. Арт-терапия как средство формирования эмоционального благополучия детей / Н. А. Байкал // Вестник ВИЭПП. – 2021. – № 1. – С. 113-118. – EDN PRQUXN.
6. Бакунович, М. Негативные эмоциональные состояния и предикторы их появления у детей старшего дошкольного возраста / М. Бакунович, И. Батист // Пралеска. – 2022. – № 11(375). – С. 8-12. – EDN GJLFGG.
7. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – 3-е изд. – М.: Прайм-Еврознак, 2013. – 632 с.
8. Большой толковый словарь русского языка / сост. и гл. ред. С. А. Кузнецов ; РАН, Ин-т лингвист. исслед. – Санкт-Петербург : Норинт, 1998. – 1535 с. – ISBN 5-7711-0015-3.

9. Велиева, С. В. Коррекция негативных психических состояний у детей старшего дошкольного возраста средствами нейропсихологических и арт-терапевтических игровых упражнений / С. В. Велиева, Н. Ю. Ярабаева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2019. – Т. 8, № 4(29). – С. 275-279. – DOI 10.26140/anip-2019-0804-0064. – EDN REGGXN.

10. Вербовская, В. С. Эмоциональная отзывчивость как один из результатов эмоционального воспитания в старшем дошкольном возрасте / В. С. Вербовская // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2022. – Т. 8, № 4. – С. 66-78. – DOI 10.18413/2313-8971-2022-8-4-0-6. – EDN WLVGXN.

11. Воронова, А.А. Арт-терапия для дошкольников / В.Д. Митюкова. Библиотека воспитателя. // Сфера, 2020. – 128 с. ISBN 9785994920008

12. Даниуллова, Г. Г. Музыка – как средство повышения эмоционального благополучия и здоровья детей дошкольного возраста / Г. Г. Даниуллова, А. В. Ртищева // Вестник научных конференций. – 2019. – № 9-1(49). – С. 53-54. – EDN NRLZYK.

13. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Воспитание доброй сказкой. Сказкотерапия для детей и родителей / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, А.К. Зинкевич // Москва, Портал. – 2021. – 288 с. ISBN 978-5-907241-62-6

14. Иванова, М. К. Музыкотерапия как средство преодоления эмоциональных нарушений у детей старшего дошкольного возраста / М. К. Иванова, Е. А. Неустроева // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 68-2. – С. 122-125. – EDN BFCCIC.

15. Илюхина, Э. О. Развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста в современном дошкольном образовании / Э. О. Илюхина, А. Г. Никулина // Гуманитарно-педагогическое образование. – 2022. – Т. 8, № S1. – С. 200-207. – EDN LLEZOW.

16. Калашникова М. А. Песочная терапия на световом столе как метод коррекции детской тревожности (из опыта работы) // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 46. – С. 155–157. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/76505.htm>.
17. Киселева, М.В. арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.В.. Киселева // СПб, Речь. – 2006. – 160 с. ISBN 5-9268-0408-6
18. Колягина, В.Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников / Художественное развитие дошкольников. В.Г. Колягина // Прометей, 2016. – 164 с. ISBN 978-5-00172-142-0
19. Коньшина, В. И. Сказкотерапия как средство развития эмоционально-нравственной сферы детей дошкольного возраста / В. И. Коньшина // Вестник научных конференций. – 2019. – № 7-2(47). – С. 54-55. – EDN UTSOUI.
20. Копытин, И.А., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков / И. Ключкова // Когито-центр, 2017. – 197 с. ISBN 978-5-89353-303-3
21. Короткова, Л.Д. Сказкотерапия в школе: методические рекомендации / Л.Д. Короткова // М.: ООО ЦГЛ, 2006. – 144 с. ISBN 5-94916-060-6
22. Кохановская, И. А. Сказкотерапия как средство предупреждения страхов у детей старшего дошкольного возраста / И. А. Кохановская, И. В. Каменева // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 74-3. – С. 153-156. – EDN CDAGUX.
23. Кравченко, С. А. Использование арт-техник как средства в эмоциональном развитии детей старшего дошкольного возраста в условиях ДОУ / С. А. Кравченко, И. В. Вьюшкова // Провинциальные научные записки. – 2022. – № 1(15). – С. 13-16. – EDN JSBIDT.

24. Кузнецова, Е. Б. Развитие воображения у детей старшего дошкольного возраста с использованием элементов арт-терапии / Е. Б. Кузнецова, А. К. Малыгина // Вестник педагогических инноваций. – 2019. – № 3(55). – С. 113-121. – EDN WBFCJK.

25. Кузнецова, Е. В. Арт-терапия фольклорной направленности как средство коррекции тревожности старших дошкольников / Е. В. Кузнецова // Вопросы педагогики. – 2020. – № 10-1. – С. 119-124. – EDN OLTBKT.

26. Ланских, М. В. Развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии / М. В. Ланских, М. И. Мирошникова // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2023. – Т. 9, № 2. – С. 83-96. – DOI 10.18413/2313-8971-2023-9-2-0-7. – EDN QSRQYT.

27. Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система знаний. Серия: психологический практикум / Л.Д. Лебедева // СПб: Речь, 2021. – 256 с. ISBN 978-5-9268-3578-3

28. Лебедева, О. В. Коррекция негативных эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста / О. В. Лебедева, Е. В. Сидорина, Е. Н. Шильникова // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 78-1. – С. 334-337. – EDN URRPQY.

29. Леонтьев, А.Н. Психологические основы развития ребенка и обучения (сборник) / Д.А. Леонтьев, А.А. Леонтьев // Москва, НПФ «Смысл». – 2009. – 170 с. ISBN 978-5-89357-270-0

30. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу, Г.А. Балл // Москва, Альпина нон-фикшн. – 2011. – 496 с. ISBN 978-5-91671-116-5

31. Мартынова, Г. А. Арт-терапия как средство развития уровня творческого воображения старших дошкольников / Г. А. Мартынова // Наука через призму времени. – 2020. – № 7(40). – С. 35-39. – EDN QTFUTQ.

32. Мелентьева, Л. Н. Арт-терапевтическое направление как средство коррекции эмоционально-волевой сферы у детей дошкольного возраста / Л. Н. Мелентьева // Вестник ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО». Тульское образовательное пространство. – 2021. – № 3. – С. 157-158. – EDN UOAAKR.
33. Мордоненко, О. А. Арт-терапия как метод коррекции тревожности детей дошкольного возраста / О. А. Мордоненко // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2022. – № 2. – С. 72-76. – EDN CJQKSW.
34. Овчарова, Р.В. Технологии практического психолога образования: Учебное пособие для студентов вузов и практических работников / Р.В. Овчарова – М: ТЦ «Сфера», 2000. – 448 с. ISBN 5-89144-099-7
35. Огороднова, О. В. Наблюдение как метод выявления проблем в эмоциональной сфере у детей старшего дошкольного возраста / О. В. Огороднова, А. В. Шпак, Ю. В. Булыгина // Письма в Эмиссия. Оффлайн. – 2021. – № 3. – С. 2938. – EDN MMNFPP.
36. Полетаева, Е. П. Эмоции в развитии ребенка дошкольного возраста / Е. П. Полетаева, Е. В. Мерзлякова. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2018. – № 49 (235). – С. 290-293. – URL: <https://moluch.ru/archive/235/54539/> (дата обращения: 06.05.2024).
37. Ревтова, Т. В. Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста средствами изобразительной деятельности / Т. В. Ревтова // Известия института педагогики и психологии образования. – 2020. – № 2. – С. 84-89. – EDN URGMDE.
38. Решетникова, Е. Н. Использование средств арт-педагогики для развития изобразительной деятельности детей старшего дошкольного возраста / Е. Н. Решетникова // Современные проблемы науки и образования. – 2021. – № 3. – С. 56. – DOI 10.17513/spno.30862. – EDN AADPSN.

39. Решетникова, Е. Н. Организация изобразительной деятельности детей старшего дошкольного возраста средствами арт-педагогика / Е. Н. Решетникова // Современные наукоемкие технологии. – 2019. – № 8. – С. 172-176. – EDN HOLVGK.

40. Роджерс, К. Клиент-центрированная психотерапия: теория, современная практика и применение / К. Роджерс // Москва, Издательство института психотерапии. – 2007. – 560 с. ISBN 5-903182-11-9

41. Сапелкина, А. Р. Использование арт-терапии в коррекции эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста / А. Р. Сапелкина // Семья и личность: проблемы взаимодействия. – 2020. – № 19. – С. 78-83. – EDN PXPOOL.

42. Словарь педагогических терминов и понятий // Глоссарий по социальной педагогике и психологии образования : Словарь-справочник. Учебное электронное текстовое издание / Под редакцией А.А. Шумейко. – Комсомольск-на-Амуре : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2016. – С. 5-149. – EDN YKXDNV.

43. Словарь философских терминов : Философия в терминах и персоналиях от А до Я / Кузбасский государственный технический университет имени Т.Ф. Горбачева. – 2-е издание, дополненное и исправленное. – Кемерово : КГТУ имени Т.Ф. Горбачева, 2011. – 254 с. – ISBN 978-5-89070-805-2. – EDN QXCLXJ.

44. Слободчиков, В.И. Психология развития человека. Развитие субъективной реальности в онтогенезе. Учебное пособие / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев // СПб, ПСТГУ. – 2014. – 400 с. ISBN 978-5-7429-0941-5

45. Стопа, Т. А. Особенности реализации проектной деятельности как средства эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста / Т. А. Стопа // Аллея науки. – 2021. – Т. 1, № 12(63). – С. 867-873. – EDN UAZKHZ.

46. Тарачкова, Д. А. Арттерапия как средство формирования эмоционального благополучия у детей дошкольного возраста / Д. А. Тарачкова, Г. Л. Парфенова // Вопросы науки и образования. – 2019. – № 27(76). – С. 160-165. – EDN OKHQEE.

47. Усова, Н. И. Песочная арт-терапия как средство развития познавательного интереса у детей старшего дошкольного возраста / Н. И. Усова, А. С. Колесниченко // Аллея науки. – 2019. – Т. 2, № 2(29). – С. 775-780. – EDN ZCFRRZ.

48. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования : Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 (ред. от от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г. № 30384)

49. Ферс, Г.М. Тайный мир рисунка: исцеление через искусство / С. Шувалов // Москва, Деметра. – 2013. – 168 с. ISBN 9785944590589

50. Фокина, А. В. Арт-терапия как средство эмоционального развития ребенка / А. В. Фокина // Педагогика и психология: вопросы теории и практики. – 2021. – № 5. – С. 23-26. – DOI 10.54092/26868822_2021_5_23. – EDN PACTHR.

51. Цегельник, Н. А. Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами театрализованных игр / Н. А. Цегельник // NovaUm.Ru. – 2019. – № 19. – С. 367-370. – EDN LCRVSK.

52. Шакирова, Л. Р. Коррекция негативных психических состояний у детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии / Л. Р. Шакирова // Мировая наука. – 2023. – № 1(70). – С. 175-179. – EDN DGIMNP.

53. Юнг, К.Г. Фрейд и психоанализ / А.А. Чечина // Москва, АСТ. – 2021. – 416 с. ISBN 978-5-17-137025-1

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

1. Эмоциональное развитие диагностическая методика «Маски», автор Т.Д. Марцинковская.

Стимульный материал: набор из четырёх масок, нарисованных на бумаге, символизирующих хорошее и плохое настроение, стремление к доминированию или подчинению.

Инструкция:

Ребенку предлагается посмотреть на лица и ответить на вопрос «Как ты думаешь, какое лицо чаще всего бывает у тебя, когда ты смотришь на ребят своей группы?»

«А на кого из них ты смотришь обычно вот так? (Показывают каждую из масок по очереди.)»

А кто из ребят на тебя чаще всего смотрит вот так? (Опять показывают по очереди каждую из масок.)»

Проведение теста:

Четыре маски выкладывают в ряд перед ребёнком.

После того как он выбрал одну из них при ответе на первый вопрос, каждую из масок по очереди дают ребёнку и задают вопрос, на кого он так смотрит или кто на него так смотрит. Принимается любой ответ, в том числе и отказ.

Анализ результатов:

Эмоциональное состояние ребёнка в группе проявляется в выборе маски с определённым настроением (хорошим или плохим) при ответе на первый вопрос. Подсчитывают, сколько раз были выбраны маски с хорошим и плохим настроением при ответе на вопрос: «На кого из ребят ты смотришь вот так?».

Если ребёнок удовлетворён своим местом в группе, то количество улыбающихся масок значительно превышает количество грустных.

2. Психоэмоциональное состояние. Методика «Волшебная страна чувств» авторы Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов.

Цель: Выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни. Исследование психоэмоционального состояния ребенка

Задачи:

- Познакомить детей с разными эмоциональными состояниями.
- Развивать у детей способность к рефлексии эмоционального поведения.
- Развивать у детей навыки самоконтроля.

Инвентарь: цветные карандаши, заготовки карты волшебной страны.

Время работы: 25 мин.

Возрастные рамки применения: клиенты от 5 лет до 13 лет.

Алгоритм работы.

Вступление. Каждому ребенку рассказывается сказка о жизни жителей волшебной страны чувств, и помочь им в решении их жизненных трудностей.

Основная часть.

Инструкция к действию:

Перед ребенком раскладываются восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

Шаг 1. Ребенку зачитывается следующий текст.

Далеко-далеко, а, может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Вина, Грусть, Злость, Страх, Обида и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем, каждое чувство: живет в доме определенного цвета. Кто-то: живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом ...

Каждый день, как встает солнце, жители занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильны, 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 дома 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 унес ветер.

Инструкция: У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Шаг 2. Ребенку говорят:

Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них.

Инструкция: Покажи им, где их домики.

Шаг 3. Ребенку говорят:

Спасибо, ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои дома. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как, же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту.

Обработка результатов:

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

- 1) все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков;
- 2) адекватно ли подобраны цвета при «заселении» в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, он, тем не менее, является диагностичным;
- 3) каким образом распределены обозначающие чувства цвета внутри силуэта человека.

Символически силуэт делится на 5 зон:

- голова и шея – символизируют ментальную деятельность;
- туловище до линии талии, исключая руки – символизируют эмоциональную деятельность;
- руки – символизируют коммуникативные функции;
- тазобедренная область – символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний;
- ноги – символизируют чувство «опоры», уверенность в себе, возможность «Заземления» негативных переживаний.

Таким образом, данная методика показывает нам актуальное психоэмоциональное состояние ребенка.

6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния.

3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.

Выводы: Методика «Волшебная страна чувств» позволяет не только продиагностировать эмоциональную сферу ребенка, определить в каком актуальном эмоциональном состоянии ребенок пребывает, но и является хорошей коррекционной техникой направленной на выброс и

отреагирование негативных эмоциональных состояний, раскрытие ресурса личности, развитие саморегуляции, формирование умения выражать свои мысли, развитие фантазии и воображения.

3. Страхи. Методика «Страхи в домиках», авторы А.И. Захаров, М. Панфилова. Тест «Страхи в домиках» проводится с одним ребенком или с группой детей или подростков. После выполнения задания детям предлагается закрыть страшный дом на замок, который они сами рисуют, а ключ – выбросить или потерять. (Тем самым психолог несколько успокаивает актуализированные страхи.) Страхи в черном доме подсчитываются и соотносятся с возрастными нормами.

Инструкция . В красный и черный дом надо расселить 29 страхов. В каком доме (красном или черном) будут жить страшные страхи, а в каком – нестрашные? Я буду перечислять страхи, а ты записывай их номера внутри дома. (Дошкольники показывают соответствующий дом.)

Страхи:

- 1) когда остаешься дома один;
- 2) нападения, бандитов;
- 3) заболеть, заразиться;
- 4) умереть;
- 5) что умрут твои родители;
- 6) каких-то людей;
- 7) маму или папу;
- 8) что они тебя накажут;
- 9) Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ (у школьников добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки и Пиковой Дамы (страхи сказочных персонажей));
- 10) опоздать в детский сад (школу);
- 11) перед тем, как заснуть;
- 12) страшных снов;
- 13) темноты;

- 14) волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
- 15) машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
- 16) бури, урагана, грозы, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
- 17) когда очень высоко (страх высоты);
- 18) когда очень глубоко (страх глубины);
- 19) в маленькой, тесной комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
- 20) воды;
- 21) огня;
- 22) пожара;
- 23) войны;
- 24) больших улиц, площадей;
- 25) врачей (кроме зубных);
- 26) крови (когда идет кровь);
- 27) уколов;
- 28) боли (когда больно);
- 29) неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет

Возрастные особенности проявления страхов:

– Младший дошкольный возраст – страхи сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков; типичные страхи: одиночества, темноты, замкнутого пространства.

– Старший дошкольный возраст – страх смерти, страх смерти родителей, страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страх страшных снов, страх огня, страх пожара, страх нападения, страх войны. У девочек: страх заболеть, наказания, перед засыпанием, и сказочных персонажей.

– Младший школьный возраст – страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, страх несчастья (магические представления).

– Подростковый возраст – страх смерти родителей, страх войны.

4. Тревожность, агрессия. Диагностическая методика «Несуществующее животное», автор М.З. Дукаревич.

Испытуемому предлагается придумать и изобразить несуществующее в природе животное и дать ему несуществующее имя. После того как испытуемый закончил рисунок, его просят описать животное и его образ жизни.

Метод данного исследования основан на теории психомоторной связи. Для диагностики психического состояния используется изучение моторики доминантной руки.

По рисунку несуществующего животного можно оценить следующие уровни тревожности и агрессии:

О тревожности обычно говорят плотная штриховка и большие уши.

О страхе – большие и ярко заштрихованные глаза.

О тревожном состоянии часто говорит гигантский размер животного.

Для выявления уровня агрессивности личности используют дополнительную методику – изображение «злого животного».

Важно отметить, что ни один из отдельно взятых признаков не может указывать на психическую патологию: состояние испытуемого следует диагностировать в комплексе с другими видами психологических исследований.