



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Формирование эмоциональной устойчивости старших  
дошкольников в условиях ДОУ**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Медиация в социальной сфере»  
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

76,38 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована / не рекомендована

«11» 08 2022 г.

зав. кафедрой ТиПП  
Кондратьева О.А. Кондратьева О.А.

Выполнила: студентка группы  
ЗФ-310-224-2-1  
Шабалина Елена Юрьевна

Научный руководитель:  
к.псх.н., доцент  
Шаяхметова Валерия Каусаровна

Челябинск  
2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ .....	8
1.1. Феномен эмоциональной устойчивости в психолого-педагогических исследованиях.....	8
1.2 Проявления эмоциональной устойчивости у старших дошкольников.....	15
1.3 Модель формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ.....	24
2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ.....	34
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	34
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	41
3 РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ.....	61
3.1 Программа формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ.....	61
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования .....	70
3.3 Психолого-педагогические рекомендации для воспитателей и родителей по формированию эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ .....	83
3.4 Этапы внедрения результатов исследования в практику.....	89
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	97

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	103
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики эмоциональной устойчивости у старших дошкольников.....	114
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования.....	141
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ .....	149
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования.....	158
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	168

## ВВЕДЕНИЕ

Старший дошкольный возраст, один из самых сложных периодов развития ребенка. Помимо того, что идет кризис семи лет, под названием «формирование я концепции», еще происходит развитие самого главного новообразования детей 6-7 лет, формирование произвольного внимания. То есть умение ребенка удерживать при помощи волевых самостоятельных усилий, интересующие и не очень интересующие, но необходимые для развития объекты.

Кроме того, у ребенка происходит развитие и ощущение взрослости, ему необходимо научиться принимать собственные решения, навязывать свои правила. Но при этом, он еще дошкольник, и у него ведущая деятельность, это ролевая игра. Поэтому основной проблемой в психологическом развитии старшего дошкольника и возникает состояние эмоциональной устойчивости.

Проблематику психического развития детей дошкольного возраста можно найти в работах Дж. Брунера, Л.А. Венгера, А.В. Запорожца, З.М. Истоминой, А.Н. Леонтьева, В.С. Мухиной, Ж. Пиаже, Н.Н. Поддъякова, СЛ. Рубинштейна, А.П. Усовой, Д.Б. Эльконина и др.

Из собственного опыта работы педагогом-психологом дошкольного учреждения можно сказать, что одной из значительных проблем в межличностном взаимодействии является именно эмоциональная неустойчивость старшего дошкольника. В этот период очень сильно проявлена агрессия ребенка, особенно у тех, у кого наблюдается эмоциональная неустойчивость.

Неумение и нежелание заниматься, воспринимать познавательную информацию. Неумение позитивно решать возникающие конфликты, не доводить до конца игру, не выполнять правила игры. Поэтому тему нашей квалификационной работы мы выбрали «Формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ».

Прежде чем говорить о формировании эмоциональной устойчивости, необходимо исследовать этот феномен в психологическом развитии ребенка. Поскольку в современном мире психическое развитие ребенка идет порой в очень сложных и жестких условиях. Наш мир наполняют цифровые технологии, сотовые телефоны, компьютеры. С экранов телевизора демонстрируются агрессивные сцены. Поэтому и формирование эмоциональной устойчивости у дошкольников может иметь различные нарушения, что обуславливает актуальность нашего исследования.

Теоретико-методологическое обоснование исследования – концепция эмоциональной устойчивости Л.М.Аболина, теория эмоций У. Макдугалла, К. Изарда, концепция психологической устойчивости М.И.Божович, концепция устойчивости личности В.М.Чудновский, положение о зоне ближайшего развития Л.С. Выгодского, теория психического развития Эльконина, концепции психического развития дошкольника М.И.Лисиной, В.С.Мухиной.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников условиях ДОУ.

Объект исследования: эмоциональная устойчивость.

Предмет исследования: формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников. в условиях ДОУ.

Гипотеза: уровень сформированности эмоциональной устойчивости старших дошкольников существенно измениться, если применить программу эмоциональной устойчивости в условиях ДОУ.

Задачи исследования:

1. Раскрыть феномен эмоциональной устойчивости в психолого-педагогических исследованиях.
2. Выявить проявление эмоциональной устойчивости у старших дошкольников.

3. Разработать модель формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ.

4. Подобрать методы и методики исследования.

5. Провести анализ результатов исследования.

6. Разработать программу формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Составить психолого-педагогические рекомендации для воспитателей и родителей по формированию эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ.

9. Разработать технологическую карту результатов исследования в практику.

Методы исследования:

- теоретические: анализ, синтез, целеполагание моделирование, обобщение, классификация;

- эмпирические: наблюдение, эксперимент, анкетирование, тест, проективные (экспрессивные, импрессивные);

- метод математической статистики – Т критерий Вилкоксона.

Методики исследования:

- цветовой тест М. Люшера;

- «Тест тревожности», авторы Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен;

- рисунок «Дорога в детский сад или школу»;

- анкета «Критерии агрессивности у ребенка» Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко;

Теоретическая значимость: расширены представления об эмоциональной устойчивости и ее формировании в старшем дошкольном возрасте, разработана модель формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ.

Практическая значимость: представленная программа формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ, а так же психолого-педагогические рекомендации могут быть использованы в практике работы педагогами - психологами и воспитателями дошкольных образовательных учреждений.

Апробация результатов исследования: результаты исследования обсуждались на мероприятиях:

- открытые занятия со старшими дошкольниками по формированию эмоциональной устойчивости для воспитателей МДОУ№7 ( филиал 1);
- методическое объединение педагогов МДОУ №7;
- методическое объединение педагогов – психологов Копейского городского округа;
- мастер-класс на конкурсе «Педагог года 2021», в номинации педагог -психолог, дебют. Данный мастер класс был подготовлен для молодого педагога МДОУ № 7 Ю. В. Агарковой с элементами программы формирование эмоциональной устойчивости, в связи с участием в конкурсе.

База исследования: исследование проводилось на базе МДОУ №7 Копейского городского округа, п. Октябрьский, подготовительных групп «Зайцы» и «Совы», в количестве 12 детей.

# 1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ

## 1.1 Феномен эмоциональной устойчивости в психолого-педагогических исследованиях

Эмоции человека на протяжении тысячелетий интересовали и интересуют различных ученых. В древности это были философы, такие как Аристотель, Б. Спиноза, Р. Декарт. Так, например, Аристотель в своих трактатах считал, что эмоции выполняют побудительную функцию, являются мотивационным основанием, связующим звеном в процессе познания все более сложных объектов. Соглашаясь с данным мнением, Р. Декарт указывал на ориентировочную функцию эмоций, полагая, что они позволяют человеку запоминать неизвестные предметы, образы и явления, то есть играют роль памяти [Цит. по: 30, с. 5].

О динамическом единстве эмоций с другими психическими процессами писал в своих работах и Б.Спиноза. Он говорил о том, что они не только положительно сказываются на развитии психики, но и могут оказать негативное влияние [Цит. по: 32, с. 5].

Одну из первых попыток объективно подойти к изучению эмоций, был Чарльз Дарвин. Он изложил свою эволюционную теорию эмоций в книге «Выражение эмоций у человека и животных», где он изложил принцип развития психики через эволюцию эмоций. Он показал связь эмоциональных реакций антропоидов и слепорожденных детей. Он писал, что телесные проявления эмоций — суть рудименты прежних эволюционно оправданных приспособительных реакций (страх приводил к увеличению мощности мышечных реакций за счет выделения 14 адреналина) [Цит. По: 93, с. 138].

В процессе эволюции, эмоции развивались как механизмы адаптации к общественной жизни — улучшая коммуникацию.

Так же различные предположения о том, где расположены эмоциональные центры мозга, нет единого мнения у различных ученых. Уильям Кеннон считал, что эмоциональные центры находятся в таламусе, Питер Бард полагал, что эмоциональный центр находится в гипоталамусе и лимбической системе Гарднер Линдсей и Дональд Хебб считали, что главную роль в возникновении эмоций играет ретикулярная формация ствола мозга [Цит. по: 93, с. 140]. Доктор психологических наук Л.М. Аболин посвятил изучению эмоций и их влияние на личность много работ. В процессе анализа исторического подхода по теме эмоции и аффекты высказал мнение: «аффекты – это состояния тела..., которые увеличивают или уменьшают его способность к действию, благоприятствуют ей или ограничивают ее. Именно, эта особенность эмоций, оказалась причиной того, что представители зарубежной психологии отнесли переживания человека к рудиментарным психическим явлениям, обреченным на постепенное вымирание [Цит. по: 31, с.5]. У. Мак-Дугалл рассматривал в своей теории эмоцию, как аффективный аспект инстинктивного процесса, рудимент.

Схожей позиции придерживался Ч. Дарвин. В своей книге «Выражение эмоций у человека и животных» (1872) он доказал, что во внешнем выражении эмоциональных отношений у человека и животных много общего. Эмоции появились как жизненно важные приспособительные механизмы, способствующие адаптации организма к условиям и ситуациям его жизни.

На современном этапе существуют различные подходы к пониманию эмоций. Как отечественные, так и зарубежные авторы посвятили этой теме и подробно раскрыли ее, в своих диссертационных исследованиях, активно исследованием данной темой занимался К.Э. Изард. Он выделяет: психодинамический, дименсиональный, когнитивный, социально-когнитивный, когнитивно-аффективный подходы и дифференциальную теорию эмоций [37, с. 311].

Проанализировав современные концепции эмоций, К. Изард к когнитивным теориям относит два больших класса теорий – теории «Я» и теории, в которых познание выступает как причина и компонент эмоций [37, с.328].

Для первой теории основным понятием является образ «Я». Здесь эмоции тождественно равны ядру личности. Насколько сильно будут задействованы эмоции, зависит от силы связи познания с образом «Я». Если у человека появляется страх, значит образ «Я» подвергается нападению, как вербальному, так и невербальному. Когда же страх сохраняется на период времени, то это эмоциональное состояние может перейти в интерес или радость. Другой теоретический подход говорит о том, что познание – это причина эмоций. По этой теории, человек – рациональное существо. Эмоции, которые испытывает человек – это результат ряда событий. Они возникают тогда, когда происходит оценка этого события, не важно, позитивное оно или негативное. Например, происходит какая-либо ситуация, возможно в общении, возможно в действии, в результате чего появляется физиологическое возбуждение. В этот момент и происходит оценка индивидом ситуации, и возбуждение принимается как радость или гнев, страх или грусть.

Но сама проблема психологической устойчивости впервые была опубликована в трудах Л.И. Божович (1966). Автор рассматривала данный психологический аспект как отражение процесса становления социальных по своему происхождению и нравственных по содержанию мотивов поведения [Цит. по: 31, с. 6].

Эмоциональная устойчивость – это интегральное свойство психики, которое выражается в способности преодолевать состояние излишнего эмоционального возбуждения при выполнении сложной деятельности, неподверженность эмоциональных состояний отрицательным влияниям (внешним и внутренним) [73].

Это один из психологических факторов надежности, эффективности и успешности деятельности.

Эмоциональная устойчивость, способствует качеству личности, проводить коррекцию ее функций (исполнительских регуляторных и побудительных), что позволяет увеличить эффективность деятельности. Естественно, что среди ученых – психологов нет единого мнения по определению эмоциональной устойчивости личности. Так, В.М. Писаренко пишет о том, что под эмоциональной устойчивостью личности надо рассматривать «ее способность отвечать на напряженные ситуации таким изменением эмоционального состояния, которое приводит не к уменьшению, а к увеличению работоспособности» [Цит. по:, 36].

Так же определения эмоциональной устойчивости предлагают В.Э. Мильман и Я. Рейковский. В.Э. Мильман, например, пишет, что адекватность эмоционального условия определяет адекватность «эмоциональной оценки ситуации и соразмерность эмоциональных реакций».

Известный польский психолог А Я. Рейковский дал определение эмоциональной устойчивости, как эмоциональной деятельности, где, способность эмоционально возбужденного человека имеет возможность «сохранять определенную направленность своих действий, адекватное функционирование и контроль над выражением эмоций» [Цит. По: 75]. «...Эмоциональная устойчивость – это свойство темперамента... позволяющее... надежно выполнять целевые задачи... деятельности за счет оптимального использования резервов нервно-психической эмоциональной энергии».

Кроме понятия эмоциональная устойчивость, есть, и описание проявления эмоциональной устойчивости дал данное описание британский и американский ученый R.B. Cattell. По его мнению, основными признаками аффективной устойчивости личности являются: отсутствие

невротических симптомов, устойчивость интересов, терпеливость, настойчивость, спокойствие и др. [Цит. по: 46].

Советский психолог Н.Д. Левитов, сравнивает эмоциональную неустойчивость с неустойчивостью настроений и эмоций [46].

Б.Х. Варданян отмечает, что Эмоциональную устойчивость «...можно более конкретно определить как свойство личности, обеспечивающее гармоническое отношение между всеми компонентами деятельности в эмоциональной ситуации и тем самым содействующее успешному выполнению деятельности» отмечает Б.Х. Варданян [33].

Профессор В.Э. Чудновский, изучая феномен устойчивости личности, понимал под ней способность человека сохранять в различных условиях социальной нестабильности личностные позиции, владеть определенными механизмами защиты по отношению к явлениям чуждым его личным взглядам, убеждению и мировоззрению [93].

Он выделил четыре уровня устойчивости личности.

На первом уровне наблюдается ситуационная неустойчивость. На этом уровне преобладает превосходство примитивных потребностей, для удовлетворения которых необходимы различные ситуационные факторы. Отсюда наблюдается низкий уровень нравственной саморегуляции.

Второй уровень – неустойчивость, обусловленная отсутствием содержательного фактора отдаленной ориентации. На этом уровне преобладает преимущество узколичностных потребностей, хотя для их удовлетворения ставится отдаленная цель.

Третий уровень – устойчивость личности, в основе которой находятся неоднозначные по своему содержанию виды отдаленной ориентации, позволяющие индивиду выйти за пределы узколичностных интересов.

Четвертый уровень – высший уровень устойчивости личности. В его основе лежит коллективная направленность личности. Во главе угла здесь стоит потребность в достижении коллективной цели, характер отдаленной

ориентации выводит индивида за пределы узколичностных потребностей, способствуя освобождению от ситуации [93].

А вот немецкий психоаналитик Э. Эриксон в рамках своей эпигенетической концепции, считал, что, личность развивается поэтапно, и ее развитие зависит от окружения значимых для него людей, социальных институтов. «Развитие субъекта обеспечивается не только интеллектуальной и физической умелостью, но и устойчивостью мировоззрения, как показателя его социальной зрелости» [99].

Ряд ведущих отечественных исследователей, таких как, Д.Н. Узнадзе, В.А. Ядов, А.Г. Асмолов, рассматривали проблему устойчивости личности, как проблему установки [Цит. по: 30, с.6]. Они считают, что есть фиксированные смысловые установки у человека, которые определяют восприятие действительности у личности. И от этого зависит модель будущего действия, предшествующая его реальному воплощению.

В частности Д.Н. Узнадзе выделяет ряд особенностей проявления и работы установки, как стабилизатора деятельности:

а) установка не проявляет себя в условиях нормального протекания деятельности;

б) установка проявляет себя лишь тогда, когда деятельность встречает на своем пути препятствия в виде неопределенности, воздействующей на субъект стимуляции [89].

Данные ученые пришли к единому мнению, и выделили три уровня установок: смысловой, целевой и операциональный.

Смысловая установка актуализируется мотивом деятельности и представляет собой форму выражения личностного смысла. Этот вид установки способствует развитию устойчивой и стабильной общей направленности деятельности.

Целевая установка выходит на первый план в случае возникновения препятствий на пути протекания деятельности, выступая в виде системных ошибок и тенденций к завершению прерванного действия.

Операциональная установка плана поведения выражается в запрограммированной на определенный способ деятельности, которая использовалась для решения подобных ситуаций в прошлом.

Американский психолог К. Левин свою работу «Структурно-динамическая концепция», посвятил изучению устойчивости личности. Он создал фундаментальную теорию, в которой дал основание, где потребность – это двигатель человеческого поведения, некое динамическое состояние, возникающее у индивида в результате какого-либо действия [Цит. по:30, с. 6].

Чем тверже и сильнее у человека намерения, получить определенную потребность, тем лучше он адаптируется к ситуации, и приобретает стойкую эмоциональную устойчивость.

Как мы видим, проблемой эмоциональной устойчивости личности много занимались, исследовали, как зарубежные, так и отечественные. Однако и у них нет единого мнения по функционированию и механизмам работы данной психической сферы.

Одни ученые, например, Е.П. Крупник, Л.В. Куликов, считают, что основным условием эмоциональной устойчивости является индивидуальное сознание, которое состоит из следующих компонентов: ценностно-смыслового, включающего в себя внутреннее движение таких динамических процессов как эмпатия и отчуждение; когнитивного, в котором взаимодействуют конкретно-чувственный и теоретико-понятийный аспекты мыслительной деятельности индивида; интуитивного, который определяется взаимоотношением бессознательного и сознания [30].

Большое значение для психологической устойчивости имеют волевые процессы. Специфика воли заключена в сознательном преодолении человеком препятствий на пути к поставленной цели. Особенности волевой сферы человека проявляются в процессах психического самоуправления, саморегулирования, самоконтроля [16].

Таким образом, феномен психологической устойчивости личности состоит в том, что объединяет в себе целый ряд различных способностей, в которые включены различные психические механизмы, а так же широкий круг разно уровневых явлений.

Само понятие устойчивость, не понимается психологами как фиксированность каких-либо качеств. Все зависит от ситуативных моментов и адаптационного периода. А так же от интегративности самой личности, согласованной работы психических функций, стабильность их работы, но при этом у них должна быть достаточная гибкость.

Психологическая устойчивость напрямую связана с эмоциональной устойчивостью. Именно она помогает противостоять негативным влияниям окружающей человека внешней и внутренней среды.

## 1.2 Проявления эмоциональной устойчивости у старших дошкольников

Дошкольный возраст, как писал А.Н.Леонтьев, это "период первоначального фактического склада личности" [Цит. по: 4, с. 20].

Это период, когда у ребенка происходит становление основных личностных механизмов и новообразований. Активно развиваются такие тесно взаимосвязанные между собой сферы, как эмоциональная, мотивационная, а так же формируется самосознание. До конца раннего возраста малыш остается «во власти» внешних впечатлений. Его переживания и его поведение целиком зависят от того, что он воспринимает здесь и сейчас. Его легко привлечь к чему-либо, но столь же легко и отвлечь. [83].

Бурный интерес к исследованию различных аспектов психологии дошкольного детства возник во второй половине XIX, начале XX вв. Публикуется большое количество работ, посвященные данной теме, как в отечественной, так и в зарубежной психологии (Дж. Селли, Э. Мейман, А. Бине, Ст. Холл, К.Д. Ушинский, А.П. Нечаев, Е.Н. Водовозова и др.).

Предположение того, что в психологическом развитии ребенка должна быть целостность во взаимосвязи всех психических функций разных уровней в своих работах высказывались К.Д. Ушинский, Дж. Селли, Э. Меймана, А. Бине и др.

Не мог обойти и данную тему в своих исследованиях Л.С. Выготский. Он ставит общую проблему психического развития ребенка в контексте соотношения биологического и социального, естественного и исторического, природного и культурного. Культурное развитие ребенка, по Л.С. Выготский считал, что есть развитие социальное, и его основным условием и механизмом является обучение. Его положение о «зоне ближайшего развития», есть определяющее в достижении ребенка. И все его достижения происходят в непосредственном сотрудничестве и под влиянием взрослого. В противоположность этому совокупность уже «созревших» функций, обеспечивающих самостоятельное решение ребенком определенного круга задач, Л.С. Выготский обозначил как его «уровень актуального развития». Выготский особенно выделял близкую связь дошкольного и школьного периодов обучения и развития. Очень важным на этих этапах преемственность в развитии. Он отмечал, что обучение ребенка начинается задолго до поступления в школу [18].

Старшие дошкольник – особый возраст. Важнейшим новообразованием в этот период является формирование произвольного внимания, то есть, умение применять волевые усилия. Именно в момент формирования этого сложного для ребенка психического процесса, огромную значимость приобретает и развитие эмоциональной устойчивости.

Кроме того, в данный период развития активно формируется детское самолюбие и самоутверждение. Для ребенка важным становится уважение. Он стремится к лидерству, и вниманию со стороны окружающих. Естественно, что все эти притязания имеют различный эмоциональный фон, поэтому могут сопровождаться как положительными,

так и отрицательными проявлениями в виде упрямства или капризов. Поскольку, ведущая деятельность старшего дошкольника, это игра, то и желания самоутвердиться, проявить себя, особенно заметны в игровой деятельности.

Большую значимость в этот возрастной период имеют взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Для дошкольников важна общительность и потребность в дружбе. Заметно преобладание в группе детского сада общения со сверстниками того же пола, принятие в среде которых имеет существенное значение для самоутверждения и адекватной самооценки.

Эмоциональная устойчивость ребенка дошкольного возраста рассматривается как одна из основных компонентов здоровой психики человека, а так же, как индивидуальная характеристика сферы эмоций, которая отображается в адекватной реакции ребенка при возникающих отношений с окружающими миром. Оптимальная сила яркого выражения эмоций, которые переживает ребенок, стабильность особенностей реакции на эмоциональные события, помогают обеспечивать дошкольнику успешную адаптацию в социуме [4]. Отечественный детский психолог А.Н. Леонтьев определяет период дошкольного детства как этап начального склада личности, поэтому в этот период и происходит формирование важных индивидуальных особенностей и образований. Объединяются связанные друг с другом сферы, которые отвечают за чувства и мотивацию. Формируется самосознание, которое переходит в кризис 7 лет, формирование «я - концепции» [Цит. по: 18, с. 20].

Дошкольные годы характеризуются размеренной эмоциональностью, но при этом часто повторяются эмоциональные вспышки и конфликты [90].

Действия ребенка строятся в основном на представлениях о предмете, на ожидаемом результате, о возможности его достичь в ближайшее время. Еще до того, как дошкольник начинает действовать, у

него всплывает определенный образ, который отражает предполагаемый результат событий, и его оценку со стороны окружающих.

Если проанализировать исследования в области эмоционального интеллекта и, как следствие эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста, то можно выявить существенные новообразования в этой сфере.

Важной, характерной особенностью старшего дошкольного возраста, является то, что интенсивно начинает развиваться абстрактное мышление, способность обобщать и классифицировать, понимание категорий пространство и времени, а так же, поиск ответов на вопросы: "Откуда все взялось?", "Зачем люди живут?" [62]. В этот возрастной период появляется первый опыт межличностных отношений, который учит ребенка умению играть различные роли, понимать и принимать их. Переживать и сочувствовать другому человеку, планировать действия с ним, принимать и согласовывать свои намерения, с его намерениями. Взаимоотношения с другим человеком расширяются, они более гибкие, разносторонние. Уходит спонтанность, появляется целенаправленность. Так же активно формируется система ценностей, чувство к близкому человеку, понимание своей социальной роли, как в семье, так и в социуме.

Как отмечает Г.А. Широкова, первые чувства долга, ответственности начинают формироваться и проявляться в возрасте четырех, пяти лет, как правило, это способствует пониманию ребенком тех предъявляемых ему взрослыми требований, которые он может соотнести со своими поступками, а так же поступками окружающих его сверстников и взрослых. Формируются первые понятия об ответственности своих поступков, принятие последствий. Эмоциональная составляющая этих пониманий и принятий позволяет понимать ребенку хорошо или плохо он собирается поступить, и соответственно осознать последствия данных действий [95].

Если он предвидит результат, не отвечающий принятым нормам воспитания, возможное наказание, у него возникает тревожность – эмоциональное состояние, способное затормозить нежелательные для окружающих действия.

В. Р. Кисловская, изучала при помощи проективной диагностики возрастную динамику тревожности, обратила внимание на то, что у дошкольников наблюдается повышенная тревожность при контакте с педагогами дошкольного учреждения, в том числе и воспитателями, а наименьшая, когда рядом родители. Кроме первых новообразований в эмоциональной сфере, таких как контроль за своим поведением, в дошкольном возрасте идет и формирование таких качеств, как самолюбие, самоутверждение. Ребенку необходимо ощущать уважение, проявляется стремление к лидерству, а так же и внимание со стороны окружающих. Часто, развитие этих качеств может сопровождаться негативными проявлениями: капризы, упрямство, резкое отрицание действий, отказ от послушания взрослым [Цит. по: 44, с. 15].

Поскольку, ведущей игровой деятельностью дошкольников является игра, а в старшем дошкольном возрасте – ролевая игра, то наиболее ярко успешность или не успешность развития новообразований через эмоциональный фон проявляется именно в игровой деятельности ребенка. Очень заметно в игре притязания на ведущие роли, пусть даже они негативные («разбойник и полицейский», «волк и козлята»). Умение доводить игру до конца, уметь проигрывать – все это формирует эмоциональную устойчивость ребенка.

Взаимоотношения дошкольника со сверстниками и с взрослыми становятся для ребенка очень значимыми. К шести годам у детей сформировывается такое взаимодействие с окружающим миром, при котором ребенок может дать ответную адекватную реакцию на различные действия или воздействия со стороны взрослых, так и сверстников (сочувствуют, переживают, заботятся).

Для детей данного периода жизни характерны не только повышенная потребность в коммуникации, в общении, но и потребность в дружбе. Именно реализация данных потребностей имеет важное значение при формировании адекватной самооценки ребенка, умение само утверждаться.

Старший дошкольник, при правильном развитии эмоциональной сферы, умеет определять эмоциональное состояние других людей, и как следствие адекватно реагировать и принимать эти эмоции.

В. С. Мухина указывает на то, что задержка в развитии этого умения происходит у детей из неблагополучных семей, когда у ребенка формируются стабильные отрицательные эмоциональные переживания (тревога, чувство неполноценности). Очевидно, это приводит к снижению контактов в общении и, как следствие, к недостаточному опыту в восприятии эмоций других [61].

По данным Л. Небжидовского, в этот возрастной период у детей понятия дружбы в полном его понимании нет, но при этом завязываются дружеские отношения между детьми, которые очень важны для дошкольника. Хотя они не могут объяснить словами, что такое дружба, но с теми детьми, которые им важны и с которыми им хотелось бы общаться или играть больше, чем с другими, дошкольники ведут себя по-разному. С ними дети играют, для них значимы их идеи, правила. Если же ребенок чужд другому дошкольнику, то идет отрицание, непринятие его в свою игру, несогласие с его правилами идеями [Цит. по: 15, с. 16].

Эмоциональное состояние ребенка во многом зависит от взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. По мнению Ш.К Левис, ребенок эмоционально стабилен, имеет хорошее настроение, если взрослые понимают и принимают его, как личность, уважают его мнение, правила, внимательны к нему. В этом случае развиваются и закрепляются положительные качества ребенка, который на примере взрослых учится доброжелательно относиться к другим людям. Если взрослые, наоборот,

проявляют диктатуру или дрессуру по отношению к ребенку, унижают его, не принимают его мнения и желания, морально продавливают ситуации, то он остро переживает чувство неудовлетворенности, и переносит это неудовлетворение на окружающих, как сверстников, младших детей, так и на взрослых [45].

Чем младше дошкольник, тем в большей степени слиты характеристики объекта и характеристики субъективного переживания [45].

У старших дошкольников повышенный авторитет имеют родители того же пола, что и ребенок. У дошкольника нет другой модели поведения, как поведение родителей в семье. Ребенок выбирает для себя модель поведения авторитетного взрослого, ему во всем подражает, выбирает и его привычки. Кроме того, использует у себя манеру поведения и стиль взаимоотношения с родителем другого пола, которого тоже любит. Таким образом, устанавливается у ребенка модель семейных взаимоотношений, которые он переносит и во внешнюю среду.

Если в семейных взаимоотношениях, в которых живет ребенок, отсутствуют конфликты между взрослыми, и поэтому климат внутри семьи эмоционально теплый, то такую же модель поведения и несет ребенок по отношению к другим людям. У таких детей отмечается положительная эмоциональная устойчивость, отсутствие повышенной тревожности, агрессивности по отношению к сверстникам. Если ситуация в семье конфликтная, и ребенок, применяя на себе модель поведения одного из родителей, в поведенческом плане несет во внешний мир такие же взаимоотношения, как и взрослые. У таких детей часто повышенная тревожность, эмоциональная неустойчивость, истеричность, агрессивность, либо наоборот, страхи, попытки спрятаться от негативных ситуаций, либо их провокация.

Старшие дошкольники очень динамично развиваются. Это самый активный возраст в развитии эмоций, совершенствуются различные виды

деятельности, такие как игра, конструирование, рисование. Активно развивается внимание, память, мышление и воображение. Расширяется кругозор, меняется представление о мире, формируется контроль за своим поведением, он учится управлять собой, принимает новые социальные роли.

В этот период начинается кризис «формирование Я – концепции». Очень сложный период для дошкольника. В этом возрасте закладываются основы будущей личности: формируется устойчивая структура мотивов; зарождаются новые социальные потребности: в признании взрослым, уважение взрослого, понимать и желать выполнять важные «взрослые» дела [11].

Высока потребность дошкольника в признании его сверстниками. Ему становятся интересны коллективные игры и иные формы деятельности, в которых они стремятся быть лидерами.

В этом возрасте возникает новый (опосредованный) тип мотивации – основа произвольного поведения, ребенок усваивает определенную систему социальных ценностей, моральных норм и правил поведения в обществе, Формирование умения контролировать свое поведение играет важную роль.

В этот период он уже может сдерживать свои эмоции, соотносить их с желанием других, поступать вопреки своим желаниям, а так как необходимо в данный момент. Ребенок осознает и обобщает свои переживания. На седьмом году жизни, формируются устойчивая самооценка и соответствующее отношение к успеху и неудаче в деятельности [83].

Старший дошкольный возраст играет особую роль в психическом развитии ребенка, так как активно формируются новые психологические механизмы познавательной деятельности и поведения. Так, отмечается, больший интерес ребенка к интеллектуальной деятельности, чем к практической. Окружающая действительность обретает более четкие и

яркие впечатления. Дошкольник может обобщать и целостно воспринимать и осмысливать окружающую реальность. Появляются первые зачатки мировоззрения. Меняется структура и содержание деятельности ребенка. Через подражание взрослому, расширение сюжетно-ролевой игры, старший дошкольник осваивает более сложные виды деятельности, которые требуют произвольной регуляции собственного поведения. Он учится оценивать результат своей деятельности. Ребенок – дошкольник способен принять учебную задачу, сравнить результат своей деятельности с образцом, найти ошибку. Все эти важные изменения психики формируются при активном участии психолого-педагогического воздействия.

Эмоциональная сфера ребёнка дошкольника имеет следующую характеристику: у него эмоциональный фон восприятия проявления эмоций по цепочке «желание, представление, действие, эмоция» более спокойный. В этом возрасте для ребенка важно как его оценят, поэтому он старается предвидеть будущий результат. У него появляются новые мотивы для деятельности. Он может оценивать и контролировать своё поведение. Но при этом есть и особенности: ребенок не может контролировать и управлять своими эмоциями, переживаниями; ребёнок только осваивает социальные формы проявления чувств и эмоций; чувства и эмоции у ребёнка в старшем дошкольном возрасте становятся более разумными и произвольными; у ребёнка формируются высшие чувства (интеллектуальные, нравственные, эстетические) [83].

Эмоциональная сфера ребёнка развивается только в процессе общения со взрослыми и сверстниками. Если у ребенка отсутствует или недостаточно эмоциональных контактов, и развитие эмоциональной сферы может проходить с задержкой. Вовремя несформированная эмоциональная устойчивость, даст проблемы в дальнейшем развитии ребенка, при обучении в школе, и в юношеском возрасте, а так же и на всю жизнь. Поэтому задача педагогов в ДОО создавать специальные условия

для того, что бы были между воспитателями и воспитанниками установлены положительный тесный эмоциональный контакт. Ну и одним из самых важных факторов формирования эмоциональной устойчивости любого ребенка, в любой период жизни, это теплые, доброжелательные отношения всех членов семьи.

Таким образом, дошкольный период для развития эмоциональной сферы, один из самых важных этапов общего развития ребенка, поскольку сформировываются очень важные эмоциональные новообразования: осознанные переживания, которые ребенок может обобщать и дифференцировать; появляется устойчивая система эмоциональных отношений, способность к сопереживанию; ребенок учится распознавать свои и чужие эмоций, расширяются словесные характеристики переживаний; начинает функционировать механизм эмоционального предвосхищения как способность прогнозировать чувства окружающих при ожидаемых событиях; в результате таких новообразований в психике ребенка появляется и эмоциональная коррекция поведения, умение контролировать свои действия.

### 1.3 Модель формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ

Для грамотной организации формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников необходимо разработать проект для данной работы. Для начала необходимо построить «дерево целей».

«Дерево целей» – это структурированная, построенная по иерархическому принципу, совокупность целей программы, плана, в которой выделены:

- генеральная цель;
- подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней [29 с. 31].

Представляем «Дерево целей» формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в ДОУ (рисунок 1).

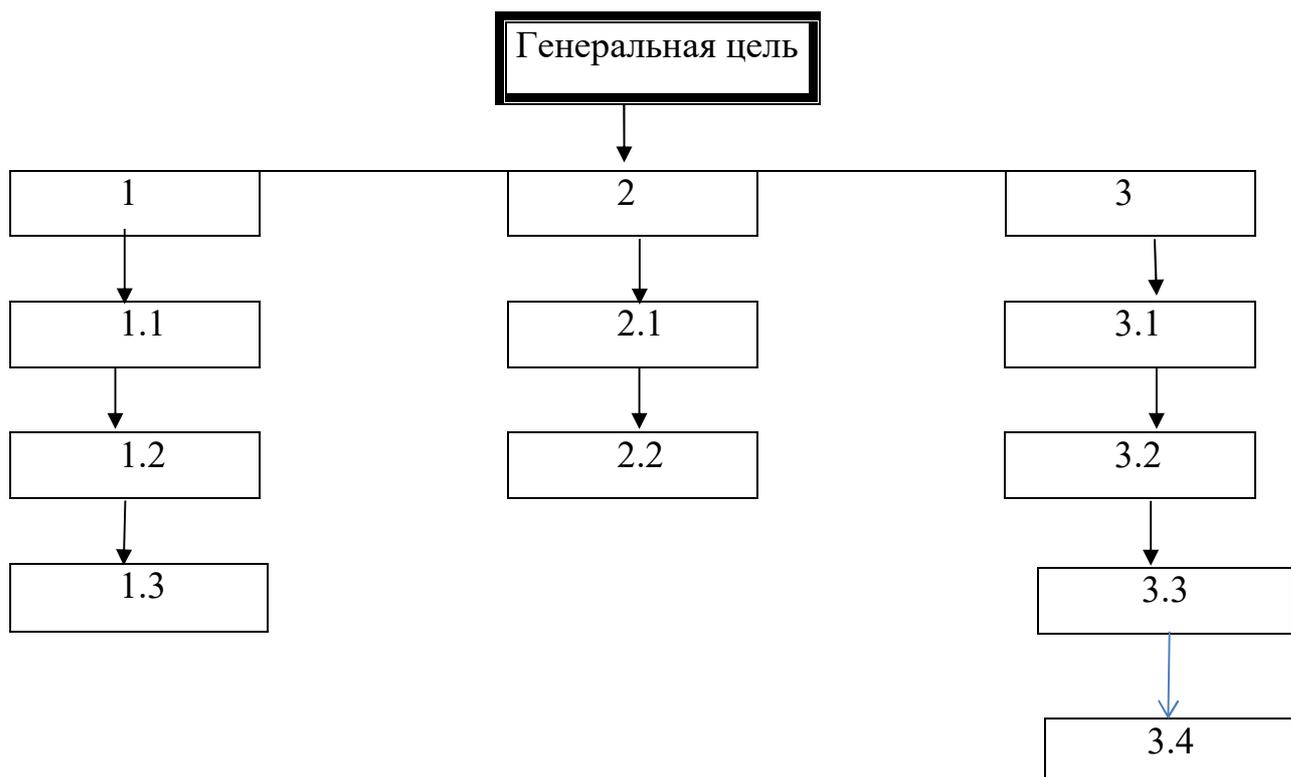


Рисунок 1 – «Дерево целей» формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в ДОУ

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников условиях ДОУ.

1. Изучить теоретическое обоснование формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ.

1.1. Изучить феномен эмоциональной устойчивости в психолого-педагогических исследованиях.

1.2. Изучить особенности эмоциональной устойчивости у старших дошкольников.

1.3. Разработать модель формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ.

2. Организовать исследование эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста в условиях ДООУ.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Дать характеристику выборки исследования, провести анализ результатов констатирующего эксперимента.

3. Организовать опытно-экспериментальное исследование формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ.

3.1. Составить программу формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ.

3.2. Проанализировать результаты формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ.

3.3. Составить психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ.

3.4. Разработать этапы внедрения результатов исследования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ в практику.

После составления дерева целей, была разработана модель формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условия ДООУ.

Модель – это, как правило, искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п. Под «моделью» в педагогике и психологии понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства, качества и связи предметов [31,с.38].

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности.

Модель, как и оригинал, имеет целевое назначение: модель – это замещение. Модель может заменить реальный объект, потому что действия с моделью более удобны.

К моделям предъявляются следующие требования:

- оптимальность – в модели можно представить лишь те свойства и отношения, функциональное значение которых определяет ход деятельности; в этом смысле модель должна несколько упрощать действительность;

- наглядность – модель должна интерпретироваться быстро, без значительных интеллектуальных усилий; учет культурных стереотипов привычного направления хода деятельности, направления от начала до конца, и системность информации [31].

В.И. Долгова определяет модель, как упрощенный мысленный или знаковый образ, какого-либо объекта или системы объектов, используемые в качестве их «заместителя» и средство оперирования [31].

Исследователи выделяют три основных достоинства, при использовании моделирования: простота, наглядность, информационная емкость [31].

При разработке коррекционной программы следует учитывать принципы как общей, так и коррекционной дошкольной педагогики:

- принцип развивающего обучения реализуется на основе положения о ведущей роли обучения в развитии ребенка в специально созданной социальной ситуации его ближайшего окружения, учитывающей «зону его ближайшего развития»;

- принцип учета генетической задачи возраста. Реализация этого принципа позволяет учесть общие закономерности развития ребенка применительно к его возрасту и ближайшему социальному окружению. По

этому принципу, на каждом возрастном этапе жизни ребенка, должны учитываться и формироваться те психологические новообразования, которые обеспечивают поступательное развитие его личности и деятельности;

- учет актуального и потенциального уровней развития ребенка предполагает оценку реальных возможностей малыша и его способности к обучению, реализуемые в сотрудничестве со взрослым;

- деятельностный принцип определяет подходы к содержанию и построению обучения с учетом ведущей для каждого возрастного периода деятельности, в которой не только «вызревают» психологические новообразования, но и создаются условия для закрепления в типичных видах детской деятельности определенных умений [31]..

Модель формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОО представлена на рисунке 2 .

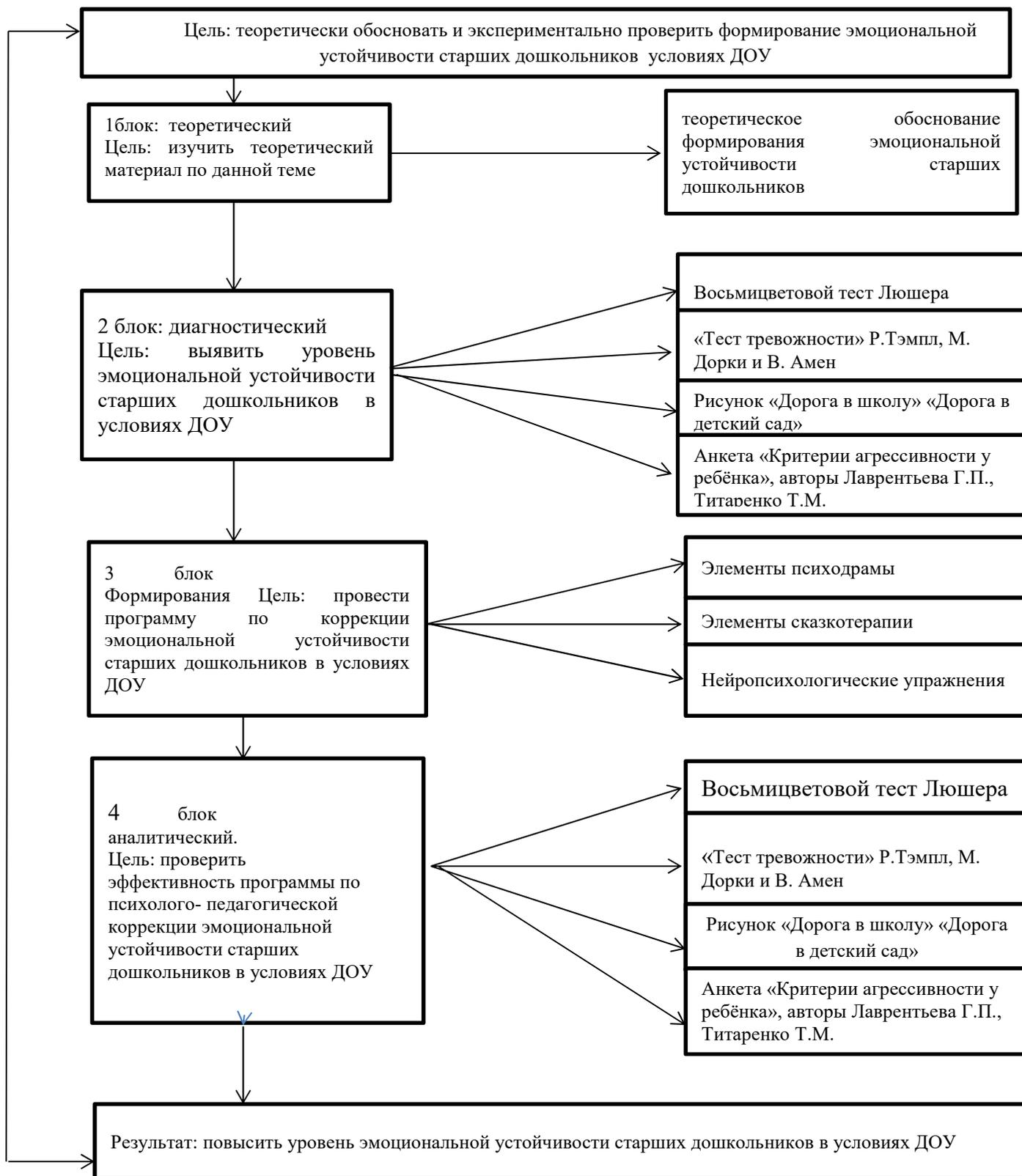


Рисунок 2 – Модель формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ

Спроектированная модель формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ представлена следующими структурными компонентами:

- целевой (определение целей и задач формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников);
- диагностический (проведение диагностических процедур по проблеме выбранного исследования);
- формирующий (проведение программы по формированию эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ);
- аналитический (оценка эффективности программы по улучшению эмоциональной устойчивости старших дошкольников).

Диагностический блок посвящен проведению исследования эмоциональной устойчивости старших дошкольников.

Для выборки из группы старших дошкольников, детей, имеющих проблемы с эмоциональной устойчивостью, было проведено наблюдение. Цель данного наблюдения, посмотреть на поведение детей в различные образовательные периоды, а так же в свободной деятельности в течении дня, в условиях ДООУ. По результатам наблюдения, будет составлена контрольная группа детей, у которых наблюдалась эмоциональная нестабильность или неустойчивость. И по результатам наблюдения был составлен уровень социально коммуникативного развития у выбранных для исследования дошкольников.

После данной работы, исследовать эмоциональную устойчивость выбранных детей по нескольким методикам.

Восьмицветовой тест М. Люшера позволит нам определить уровень эмоционального состояния старшего дошкольника из группы выборки [89].

«Тест тревожности» разработанный американскими психологами Р.Тэмпл, М. Дорки и В. Амен. Данная диагностика позволит нам

рассчитать индекс тревожности ребенка, и понять причину данной тревожности [87].

Проективная методика рисунок «Дорога в школу» «Дорога в детский сад». Данная методика позволит нам выявить уровень самооценки, отношение со сверстниками и с родителями, понять эмоциональное отношение ребенка к садика или школе. К тому же, поскольку, старшие дошкольники переходят в школу, то данная методика проводится и в рамках обследования детей при готовности к школе. Ребенок не может еще в этом возрасте выразить словами все свои эмоции, чувства, ощущения. Проективные методики через рисунок, позволяют ребенку выразить все это, а педагогу понять те проблемы, которые имеются у дошкольника [27].

Анкета «Критерии агрессивности у ребёнка», авторы Г.П Лаврентьева., Т.М. Титаренко [27]. Данная диагностика проводится через педагогов, работающих непосредственно с выбранными старшими дошкольниками. Данная диагностика позволит нам определить уровень агрессивности выборки. Агрессивность, одна из важных проблем детей, у которых наблюдается эмоциональная неустойчивость. такие дети часто впадают в немотивированную агрессию, либо наоборот, внутренняя агрессия, что не менее опасно для самого ребенка.

Формирующий блок посвящен разработке программы. Программа разрабатывается для формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОО.

В программу будут входить элементы таких методов, как сказкотерапия и психодрама.

Аналитический блок посвящен проведению диагностик по выявлению эмоциональной устойчивости старших дошкольников, сопоставление и анализ результатов контрольно-диагностического этапов.

Повторная диагностика будет проведена после проведения работы по формированию эмоциональной устойчивости старших дошкольников по тем же методикам, что и первичная диагностика

Таким образом, проведенный анализ психологической и педагогической литературы по определению понятий и проблем эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ подтвердил, что изучением данного вопроса занимались как зарубежные, так и отечественные психологи и педагоги. К подходу понятий, что отвечает за эмоции, где живут эмоции, и эмоциональная устойчивость нет единого взгляда.

Определяя особенности эмоциональной устойчивости старших дошкольников, была рассмотрена общая характеристика эмоциональной устойчивости, проанализирована теоретическая литература по данной теме. Из анализа изученного материала, можно сделать вывод, что есть возрастные особенности развития эмоциональной устойчивости старших дошкольников. И если складываются неблагоприятные условия для формирования данного психического процесса, то возникает проблема или задержка по нормальному формированию эмоциональной устойчивости. Разработанная программа позволит у детей с данной проблемой нормализовать процесс формирования эмоциональной устойчивости.

#### Вывод по первой главе

Изучив необходимую научную литературу по теме нашего исследования можно сделать вывод, что проблемой эмоциональной устойчивости личности занимались многие, как отечественные психологи, так и зарубежные. Так, например, К.Э. Изард выделяет: психодинамический, дименсиональный, когнитивный, социально-когнитивный, когнитивно-аффективный подходы и дифференциальную теорию эмоций. А профессор В.Э. Чудиновский выделил четыре уровня устойчивости личности. На первом уровне наблюдается ситуационная неустойчивость, обусловленная отсутствием содержательного фактора отдаленной ориентации; на втором –

неустойчивость, обусловленная отсутствием содержательного фактора отдаленной ориентации; на третьем – устойчивость личности, в основе которой находятся неоднозначные по своему содержанию виды отдаленной ориентации; на четвертом – коллективная направленность личности.

Кроме этого, при изучении научной литературы по теме особенности эмоциональной устойчивости старших дошкольников, сделали следующие выводы; что в данный возрастной период важнейшим новообразованием является формирование и развитие произвольного внимания. Именно в момент формирования этого сложного для ребенка психического процесса, огромную значимость приобретает и развитие эмоциональной устойчивости.

Оптимальная сила яркого выражения эмоций, которые переживает ребенок, стабильность особенностей реакции на эмоциональные события, помогают обеспечивать дошкольнику успешную адаптацию в социуме.

Объединяются связанные друг с другом сферы, которые отвечают за чувства и мотивацию. Формируется самосознание, которое переходит в кризис 7 лет, формирование «я - концепции».

На основе изученного материала особенности формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников, нами была разработана модель формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ. Для начала нами было по принципу целеполагания разработано «Дерево целей». На его основе была создана модель, которая состоит из основных четырех блоков. По разработанной нами модели и было проведено исследование, а в дальнейшем и формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников.

## **2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ**

### **2.1 Этапы, методы, методики исследования**

Исследование эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ проходило в несколько этапов.

На первом этапе была изучена необходимая литература по теме квалификационной работы, были отобраны методы и методики исследования

На втором этапе было проведено наблюдение за подготовительными группами старших дошкольников. Именно конфликтность, агрессивность, неумение контролировать свое поведение, истеричность можно выявить путем наблюдением за группой исследуемых детей, когда они находятся в процессе сюжетно-ролевой игры, либо активной спортивной игры, а так же на занятиях, как познавательных, так и эстетического планов.

Следующим этапом исследование – анализ полученных результатов после наблюдения, и выборка контрольной группы детей, у которых было выявлены указание на то, что эмоциональная устойчивость не формируется, либо формируется с задержкой.

Третий этап – диагностическая работа по исследованию формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников.

Четвертый этап констатирующего эксперимента – это анализ полученных результатов после исследования формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников. По результатам анализа делается вывод, в чем причина эмоциональной неустойчивости детей группы выборки.

Методами, которые использованы в исследовании контрольной группы детей, на наличие и причины эмоциональной неустойчивости следующие;

- Наблюдение. Целенаправленное, организованное, фиксируемое определенным образом в протоколе наблюдения восприятие исследуемого объекта [31].

Для эффективности данного метода, необходимо выполнять требования:

1) избирательность, т.е. четко поставленная цель, выделение определенного аспекта изучаемого объекта;

2) плановость и систематичность, составляется специальный план наблюдения и определяется время и продолжительность наблюдения

3) подробная фиксация наблюдаемых явлений;

4) определение ситуативности наблюдения, единиц и признаков.

В связи с этим необходимо составлять программу наблюдений, которая включает в себя следующие пункты: цели и задачи наблюдения, объект наблюдения, предмет, способ и вид наблюдения, наблюдаемые ситуации, единицы наблюдения, инструментарий наблюдения.

Поскольку объектом наблюдения при изучении эмоциональной устойчивости старших дошкольников являются дети подготовительной группы ДООУ, а субъектом эмоциональная устойчивость, то, в связи с этим, наличие таких психических явлений как тревожность, конфликтность, агрессивность, раздражительность, эмоциональная нестабильность и низкий уровень самоконтроля, то время на проведения наблюдения было определено в течение трех месяцев, начиная с августа по октябрь.

- психодиагностические: индивидуальное тестирование, анкетирование, проективные (экспрессивные, импрессивные).

Психодиагностические методы – это методы психологической диагностики, имеющие измерительную направленность, за счет которой достигается количественная и качественная оценка изучаемого явления.

Индивидуальное тестирование для старших дошкольников из контрольной группы выборки более информативно и объективно, чем групповое. У детей, которых исследуем, наблюдалась эмоциональная

неустойчивость, кроме того, по заключению ПМПк комиссии, у большинства детей есть заключение по наличию ЗПР, или СДВГ (гиперреактивность). Таким детям очень трудно работать в группе с другими детьми, а вот индивидуальная работа с педагогом им нравится. Именно поэтому индивидуальное тестирование даст более точную информацию, чем групповое.

Анкетирование - метод эмпирического исследования, основанный на опросе значительного числа респондентов и используемый для получения информации о типичности тех или иных психологических явлений (П.И. Образцов) [Цит. по: 8, с. 24]. Анкетирование в нашем исследовании проводилось с педагогами, которые непосредственно осуществляют воспитательно-образовательную деятельность. Находясь с ребенком в ежедневном контакте, педагог объективно сможет оценить эмоциональную устойчивость обследуемых детей.

Кроме того, учитывая возрастные особенности старших дошкольников, были использованы проективные методы диагностики.

Проективные методы – это методы психологической диагностики, основанные на феномене проекции.

Проекция – особый феномен психической жизни, который выражается в приписывании внешним объектам (в частности, другим людям) особых свойств, находящихся в определенной взаимосвязи с психическими свойствами, присущими самому индивиду. В дошкольном возрасте, сами дети еще не могут высказать словами все свои эмоции и переживания, но могут все отразить на свободном рисунке с некоторыми заданными параметрами. А так же эмоциональное состояние подскажет и цветовая гамма. Поэтому и использовали проективный метод, как и экспрессивные (свободный рисунок), так и импрессивные (цветовой тест).

Рассмотренные в предыдущей главе свойства и возрастные особенности развития эмоций старших дошкольников указывают на объективные сложности диагностики данной психической сферы.

Поэтому, для облегчения решения диагностических задач в процессе исследования и применения психодиагностических методов, необходимо учитывать определенные показатели:

1) эмоциональная возбудимость (не возбудимость) личности, о которой судят по тому, какие минимальные возбудители вызывают бурные эмоциональные реакции;

2) неустойчивость (устойчивость) эмоций личности, которая проявляется в быстрой смене настроений, переживаний;

3) тревожность личности, проявляющаяся в сомнениях, беспокойстве, боязливости;

4) направленность действий, поступков при фрустрациях (на себя, на других, на предметы или ситуации);

5) глубина переживаний.

Методики, использованные для исследования эмоциональной устойчивости старших дошкольников контрольной группы;

- восьмицветовой тест М. Люшера. Данная методика позволит определить эмоциональное состояние ребенка: выполняя тестовые задания, предусмотренные этими методиками, дети располагают стандартизированные цвета и их оттенки в зависимости от своего отношения к задаваемой ситуации (общение с взрослым, сверстником, разные виды деятельности и т. д.), что позволяет оценить эмоциональное состояние ребенка, его динамику [8].

- «Тест тревожности». Авторы американские психологи Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен, данная диагностика позволит нам выявить индекс тревожности выборки;

- проективная экспрессивная методика рисунок «Дорога в детский сад» или «Дорога в школу» по выбору испытуемого. Данная методика позволит определить критерии эмоциональной неустойчивости дошкольников. Кроме того, учитывая, что старший дошкольный возраст - это переход из детского садика в школу, и данная диагностика поможет

увидеть психологическую готовность к обучению в школе, на сколько готов уйти из дошкольного заведения в школу. Методика очень доступна в исполнении, так как инструментарием является лист бумаги и карандаши. А рисунок для ребенка является способом выражения своих эмоций, без включения речевых способов коммуникации.

Во время исследования обращается внимание на то, как ребенок рисует, какие цвета выбирает, важен нажим и формат штриховки на рисунке. Все это указывает на эмоциональное состояние ребенка, которого исследуют. Время, для прохождения данного исследования неограниченно, поэтому ребенок рисует не торопясь, что позволяет более полно определить его эмоциональный настрой.

В дальнейшем исследуется и сам рисунок.

- Анкета «Критерии агрессивности у ребенка» (Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко). Данная методика позволяет выявить уровень агрессивности исследуемых детей.

После выявления контрольной группы, по результатам наблюдения, станет проведение исследование этих детей на предмет наличия тревожности, самооценки и агрессивности. Для этого воспользуемся следующими методиками.

Среди диагностических методов для изучения эмоциональной сферы широкое применение получили проективные тесты.

Основным эмоциональным стрессом у старших дошкольников является смена их социальной роли, которая связана с уходом из дошкольного учреждения в школу. Данная ситуация вызывает у детей повышенную тревожность, особенно, если по эмоциональной сфере наблюдается неустойчивость поведения. Поэтому при изучении устойчивости эмоционального интеллекта старшего дошкольника, необходимо исследовать и этот важный компонент.

Исследовать устойчивость эмоциональной сферы дошкольника можно так же при помощи рисовальных тестов. Данные методики

позволяют познать внутренний эмоциональный мир ребенка, что практически невозможно при помощи других методик.

В числе рисовальных проб, которые могут быть использованы для диагностики эмоциональной сферы дошкольников, - рисунки «Дорога в детский сад» и «Я иду в школу» [27]. Данная методика позволяет исследовать несколько сфер эмоциональной сферы ребенка. Первое – это в рамках диагностика готовности ребенка переходу в первый класс, его эмоциональное отношение к школе. Второе, наличие тревожности у ребенка; третье, эмоциональное влияние родителей, четвертое; насколько развиты социально-коммуникативные навыки, что очень важно для развития положительных эмоций, ну и как практически любой проективный метод, наличие агрессивности у ребенка. По уровню тревожности и его причины у старших дошкольников была проведена диагностика по тесту «Диагностика развития дошкольников», «тест тревожности» Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен.

Задачи методики: исследование тревожности ребенка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми. Тревожность рассматривается как вид эмоционального состояния, функция которого состоит в обеспечении безопасности субъекта на личностном уровне. Тревожность, испытываемая человеком по отношению к определенной ситуации, зависит от его отрицательного эмоционального опыта в этой и подобных ей ситуациях. Повышенный уровень тревожности свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребенка к тем или иным социальным ситуациям. Экспериментальное определение степени тревожности раскрывает внутреннее отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду, школе.

При помощи данной диагностики можно выявить индекс тревожности ребенка. Кроме того, учитывая возрастные особенности

детей 6 лет, и их психофизические возможности проведем диагностический тест с воспитателями групп, в которых обучаются данные дети из контрольной группы. Анкета «Критерии агрессивности у ребёнка», авторы Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.

Данная анкета позволяет объективно увидеть реальный уровень агрессии ребенка, как внешнюю, так и внутреннюю. Потому что, воспитатель находится с ребенком в течении дня, наблюдает за ним, знает его реакции на внешние и внутренние раздражители и обстоятельства. Все методики представлены в приложении 1.

Так же в нашем исследовании используем метод математической статистики критерия Т – Вилкоксона.

После проведения констатирующего эксперимента, для формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОО, необходимо провести и формирующий эксперимент.

На этапе формирующего эксперимента проводится программа, при помощи которой специальные занятия, которые помогут старшим дошкольникам в условиях ДОО сформировать эмоциональную устойчивость.

На этапе анализа результатов формирующего эксперимента, проводится повторная диагностика, по тем же методикам, что и на этапе констатирующего эксперимента. После анализа полученных результатов первичной и вторичной диагностики, с помощью метода математической статистики критерия Т – Вилкоксона, можно сделать вывод о верности нашей гипотезы [69].

На последнем этапе - необходимо разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Таким образом, на различных этапах организации исследования эмоциональной устойчивости, использовали различные методы и методики. Их выбор был связан с возрастными особенностями старших дошкольников, а также с учетом психологического состояния выборки.

Изучив различные методы и методики диагностики эмоциональной устойчивости старшего дошкольника, стало понятно, что в связи с тем, что коммуникативная зона у таких детей еще недостаточна развита. Так же и речевой словарный запас не сможет достаточно выражать свои эмоции и чувства. Поэтому для исследования данной психической сферы необходимо использовать такую методику, как первичное наблюдение, для выявления детей, которые в обычной игровой, познавательной, социально-коммуникативной деятельности проявляют эмоциональную нестабильность. По анализу наблюдений сформируется контрольная группа дошкольников, с которыми будет продолжена работа по диагностике, для дальнейшего выяснения причин такой проблемы в психическом развитии ребенка.

Развитие эмоциональной сферы дошкольника – это глубокий сложный внутренний психический процесс, поэтому при его диагностике и используются цветовые и проективные методики различной направленности.

Так же воспитатели, которые работают с данными детьми в группе, наблюдают за ними в любой образовательной и самостоятельной деятельности, могут объективно оценить, при помощи анкеты теста, уровень агрессивности исследуемых детей.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Исследование эмоциональной устойчивости дошкольников проходило на территории МДОУ «ДС№7», г. Копейска Челябинской области. В дошкольном образовательном учреждении 250 воспитанников, среди них 59 старших дошкольников в двух подготовительных группах. В рамках общего диагностирования этих детей для проверки готовности к школе, была проведена и углубленное исследования эмоциональной устойчивости, так как одним из главных критериев поступления в первый класс, является умение контролировать свое поведения и использовать

при этом собственные волевые усилия. Регулярное наблюдение позволяет достаточно объективно оценить эмоциональное состояние ребенка в условиях детского сада – при взаимодействии с воспитателем и со сверстниками, в процессе организационной деятельности и отдельных режимных моментах.

Первичное исследование проходило в период август, сентябрь, октябрь, с помощью метода наблюдения.

Цель наблюдения: выявить среди детей выпускной группы, группу риска, у которых имеются поведенческие нарушения, связанные с эмоциональной неустойчивостью.

Объект наблюдения: старшие дошкольники подготовительной группы ДС.

Предмет наблюдения: эмоциональная устойчивость старших дошкольников подготовительных групп ДС.

Программа наблюдения:

1. Составление плана наблюдения.
2. Наблюдение в период прихода в дошкольное учреждение, поведение с родителем, отношение к воспитателю.
3. Наблюдение в период занятий по одним из образовательных областей.
4. Наблюдение в период свободной деятельности ребенка.
5. Наблюдение в период спортивных или в подвижных игр, а так же в период внутригрупповых спортивных соревнований.
6. Наблюдение в период сюжетно-ролевой игры, как по запросу воспитателя, так и самостоятельной деятельности.
7. Анализ протоколов наблюдений.
8. Выборка детей группы риска по результатам анализа протоколов наблюдения, имеющих эмоциональную неустойчивость.

По результатам анализа наблюдения за старшими дошкольниками ДОО подготовительных групп, было выявлено 12 детей, у которых

наблюдалась эмоциональную неустойчивость в различных сферах деятельности. Из них и была составлена контрольная группа для дальнейшего исследования их эмоциональности, а так же понимания причин такой психической проблемы.

После выборки у таких детей было проведено по результатам наблюдения и анализа протоколов наблюдения, исследование социально – эмоционального развития [24].

Полученных результаты после анализа протоколов наблюдения изображены на рисунке 3 и таблица 2.1 приложение 2.

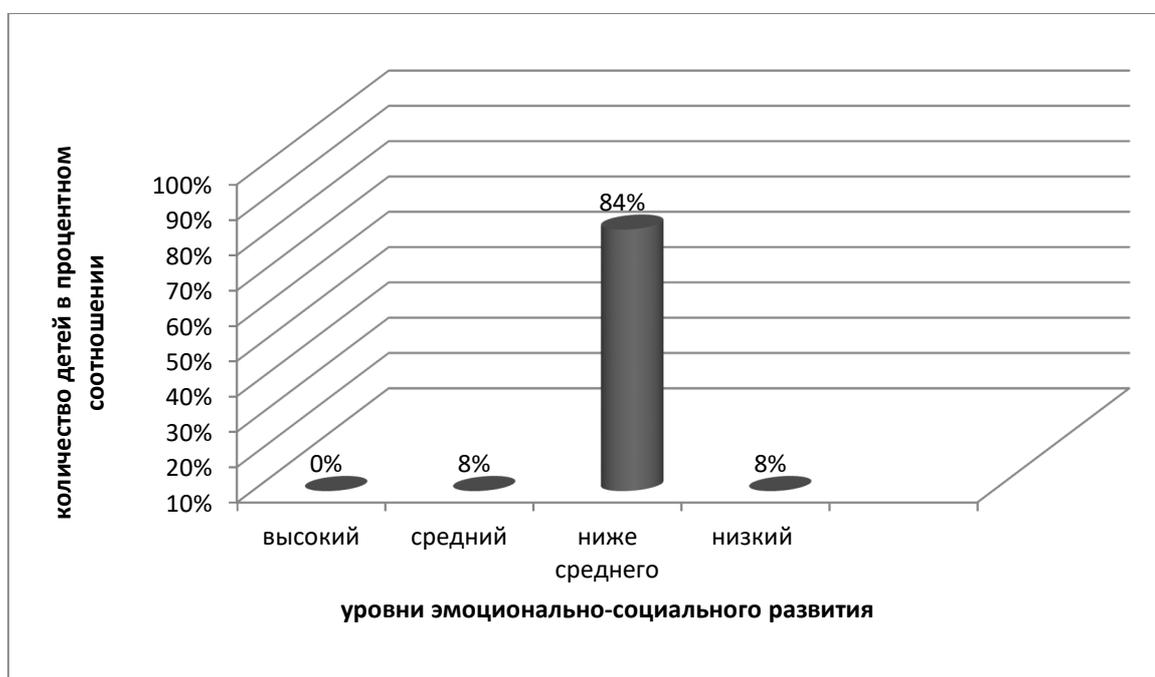


Рисунок 3 - Уровень эмоционально-социального развития выбранных детей контрольной группы по протоколам наблюдения

По результатам проведенного анализа получились следующие значения:

- высокий уровень развития эмоционально-социальной сферы не отмечен ни у одного испытуемого - 0% (0 детей);
- средний уровень отмечен лишь у одного ребенка из контрольной группы 8% (1 ребенок);
- уровень ниже среднего, при этом из них один ребенок имеет границу рядом с низким уровнем, 84% (10 детей);

- низкий уровень эмоционально-социального развития 8% (1 ребенок).

Таким образом, выявлено, что у детей контрольной группы общее эмоциональное состояние находится ниже средних границ возрастной нормы.

Характеристика составленной группы:

В группу вошли 12 детей старших дошкольников подготовительной группы МДОУ №7. Из них, семь мальчиков и пять девочек. Среди них есть два брата-близнеца. Часть детей по результатам комиссии ПМПк имеют заключения. Несколько детей имеют нарушения в социально-коммуникативной сфере.

В.Т – по результатам ПМПк комиссии, стоит диагноз СДВГ. Имеет преобладание непроизвольное внимание, в группе не занимается, предпочитает индивидуальные занятия. Агрессивен к другим детям. Правил игры не принимает. Предпочитает только лидирующие роли, второстепенные не воспринимает. С родителями отношения доверительные, с воспитателем то же.

М.С. – может придумывать интересные игры, приглашая к себе в игру других детей, но в процессе игры становится агрессивна, тех кто не принимает ее правила, выгоняет из игры, из-за чего возникают ссоры и конфликты. Внимание неустойчивое, преобладает непроизвольное внимание, к занятиям по образовательным областям интереса не имеет, много разговаривает. Наблюдается со стороны родителей авторитарный стиль воспитания, в воспитании преобладает дрессура. С воспитателем отношения доверительные.

В.К. – девочка была оставлена мамой в доме малютки после родов. Прожила в государственном учреждении до трех лет, после чего на воспитание ее забрал домой папа. В связи с чем ребенок воспитывается в неполной семье, папой, бабушкой и тетей. По результатам комиссии ПМПк был поставлен диагноз ЗПР.

У девочки наблюдается нервозность, особенно на занятиях по образовательным сферам, часто плачет, когда не понимает задание. Наблюдаются движения, которые причиняют боль самой себе. В игре главные роли не принимает, только второстепенные, но долго не играет, по причине быстро возникающих конфликтов с другими детьми. Не доводит начатое дело до конца. В семье преобладает авторитарный стиль воспитания. Отношения с воспитателем - доверительное.

П.К. – очень активный, не может долго выполнять какие – либо упражнения. Конфликтный, стремится быть всегда и везде первым, на этом фоне агрессивен, дерется, может использовать в речи нецензурные слова. К занятиям относится без интереса, кроме эстетического и спортивного направления. Не любит соблюдать правила игры. Если правила его не устраивают, из игры выходит через конфликт и слезы. Ребенок с раннего возраста проводит много времени в играх на сотовом телефоне. В семье отношения между родителями и ребенком доверительное, к воспитателю относятся настороженно. Часто не слушает и не выполняет его указания.

П.К. – часто плачет в случае неудачи, к командным ролям не стремится, уступает своему брату. Интересы к занятиям не имеет, преобладает непроизвольное внимание, произвольное внимание формируется с задержкой. В случае проигрыша очень огорчается и часто плачет.

Р.В. – у девочки сложности в социально-коммуникативном плане, нет подружек или друзей, в игру девочку не принимают, только по настоянию воспитателя. Частые истерики. Несмотря на то, что ребенок в выпускной группе, но до сих пор, каждый понедельник, когда мама приводит ее в садик, у ребенка длительная истерика.

К занятиям ребенок относится без интереса, кроме эстетической направленности. Девочка часто дерется со сверстниками, либо обижает

детей, младше ее по возрасту. По результатам ПМПК комиссии, поставлен диагноз ЗПР.

Семья полная, благополучная, с родителями доверительное отношение. По просьбе родителей, из одной подготовительной группы девочка была переведена в другую подготовительную группу, поэтому отношение с воспитателем пока напряженное.

Р.П. – по результатам комиссии ПМПК, ребенку был поставлен диагноз СДВГ. У мальчика преобладает непроизвольное внимание, групповые занятия для него составляют большую сложность, но индивидуальные занятия воспринимает положительно. Мальчик в 4 года начал читать и писать. Так же рано освоил счет, но при этом не может контролировать свое поведение. Очень агрессивен к сверстникам, любой конфликт заканчивается истерикой. Очень часты отказы от занятий, от участие в играх. По результатам повторной комиссии ПМПК, было рекомендовано оставить его еще на год в садике. Отношение с родителями доверительное, с воспитателем – доверительное.

Л. В. – часто болеет, но в период наблюдения было замечено отсутствие явной активности в играх. Отказывается принимать командные роли, устраивают второстепенные. Сама игру не организывает. Большую часть в свободной деятельности или на прогулке молчит, хотя на занятиях интерес проявляет, и активна. Не имеет друзей или подружек. В случае проблемы или обиды тихо плачет в стороне, что бы ни кто не видел. Не отвечает на вопрос воспитателя, почему плачет.?

В.М. – ребенок своим поведением постоянно привлекает к себе внимание в любой деятельности, как на занятиях, так и в самостоятельной деятельности. Громко смеется без любой причины или просто может начать кричать. На прогулках игры только активные связанные с войной или драками. Мальчик крупный и физически крепкий, поэтому преобладает над своими сверстниками физической силой. К занятиям в любой образовательной сферы относится без интереса, хотя на

индивидуальных занятиях занимается с интересом. Конфликты со сверстниками возникают постоянно, по несколько раз в день. Но любые поручения взрослых, будь то дежурство, или необходимость убрать игрушки выполняет с интересом. В семье отношение доверительное, с воспитателем доверительное.

С.И. – ребенок внешне спокойный, дисциплину не нарушает, но к занятиям интереса не испытывает, больше молчит. Мало разговаривает в свободной деятельности, предпочитает играть один. В игру к себе редко пускает кого – ни будь из детей. В случае вхождения другого ребенка на его территорию, без его согласия, начинает активную агрессию, что приводит к серьезной драке. Мальчик не плачет, даже если ему больно, в результате травмы. Семья не полная, родители разошлись по причине того, что папа часто поднимал руку на маму. С воспитателем отношения напряженные.

К.К. – ребенок внешне активен, участвует активно на занятиях, и в сюжетно-ролевой игре. Ровно относится как к командным, так и к второстепенным ролям. Но, в процессе наблюдения было замечено, что в случае неудачи ребенок тянет в рот руку и начинает зубами грызть палец, в результате чего у ребенка постоянная рана на указательном пальце. Семья многодетная, она 6 ребенок в семье, мама недавно родила 7 мальчика.

Г.А. – ребенок внешне очень активный. Непослушный. При приходе в дошкольное учреждение, не смотря на выпускную группу, самостоятельно не раздевается а раздевает мама, если мама торопиться, то у ребенка начинается истерика. К занятиям относится без интереса в любой образовательной области. Нет желания выполнять любую деятельность, кроме игр с игрушками, или просмотра мультфильмов. Игровые навыки при создании игры не развиты, правила игр не принимает, придумывает собственные. Друзей нет, коммуникативные навыки не развиты. Если правила ребенка не принимает начинает драться

и часты истерики, может кидаться игрушками как в детей , так и в воспитателя. Единственный интерес – это сотовый телефон игры и ролики, которые можно просматривать в телефоне. Семья полная, но при этом в воспитании преобладает вседозволенность ребенку. С воспитателем отношения напряженные.

На первом этапе психодиагностического обследования была проведена диагностика восьмицветовым тестом М. Люшера. Данная методика позволит нам выявить уровень эмоционального состояния обследуемых детей.

Анализ полученных результатов представлен в таблице 2.2, в приложении 2.

Данные исследования отражены на рисунке 4.

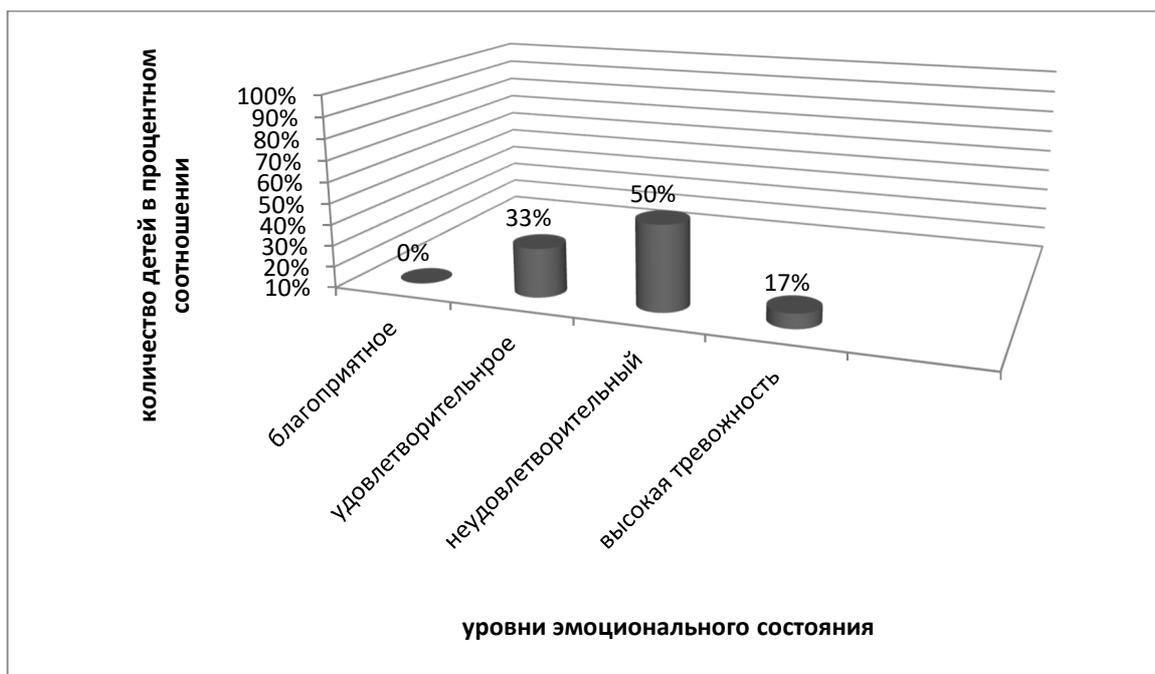


Рисунок 4 – Уровень эмоционального состояния по итогам обследования восьмицветового теста М. Люшера

Благоприятное эмоциональное состояние 0%.(0 детей).

Удовлетворительный уровень 33% (4 ребенка).

Неудовлетворительное, высокая тревожность 50 %. (6 детей).

Высокая тревожность, кризисное состояние 17% (2 ребенка).

Таким образом, два ребенка находятся по эмоциональному состоянию в кризисной ситуации и его уровень низкий, еще четверо обследуемых имеет удовлетворительный уровень. Остальные дети контрольной группы уровень ниже среднего, что указывает на то, что общее эмоциональное состояние исследуемой группы детей ниже среднего уровня.

Таким образом, мы видим, что из отобранной контрольной группы детей, имеющих тревожность, на уровне благоприятного эмоционального состояния не выявлено. Удовлетворительное эмоциональное состояние имеют 33% детей (4 ребенка). Но при этом, анализ цветов на первых и последних позициях позволяют сделать вывод о том, что удовлетворительное эмоциональное состояние находится на границе перехода в уровень высокой тревожности. Помимо этого, половина исследуемых детей имеют неудовлетворительное эмоциональное состояние, что указывает на высокий уровень тревожности. И 17% детей находятся по оценке эмоционального состояния в кризисе, очень высокая тревожность.

Для уточнения причин низкого эмоционального состояния исследуемых детей, была проведена методика «Тест тревожности» Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен.

«Тест тревожности» позволяет исследовать тревожность ребенка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми. В результате анализа данной диагностики рассчитывается Индекс Тревожности - И.Т, чем ниже показатель в процентах, тем ниже тревожность ребенка.

Результаты исследования протоколов отображены в таблице 2.3 приложение 2.

Таким образом, по результатам оценки индекса тревожности, можно сделать вывод, что только у трех детей индекс тревожности относится к среднему уровню, и то, ближе к высокому, у остальных детей он высокий,

хотя по оценки тревожности по цветному тесту Люшера, 16 % имеют благоприятный уровень тревожности. Это как раз те исследуемые, у которых индекс тревожности имеет средний уровень.

Данные результатов обследования по «Тесту тревожности» отображены на рисунке 5.

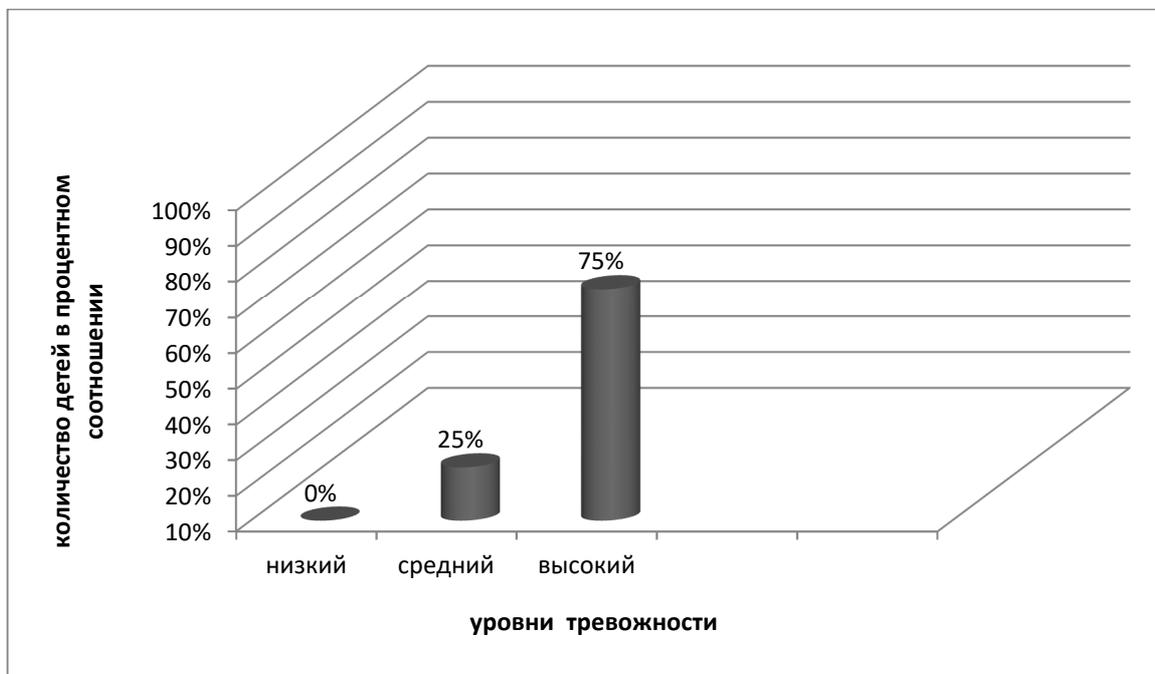


Рисунок 5 – Индекс тревожности детей по методике «Тест тревожности». Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен

ИТ низкий 0% (0 детей).

ИТ средний 25% (3 ребенка)

ИТ высокий 75% (9 детей).

В итоге получилось то, что ИТ низкий у 0%, исследуемых детей, ИТ средний – 25%, и высокий ИТ у 75%.. По итогам обследования мы видим, что у всех исследуемых детей уровень тревожности высокий и очень высокий., что отображается на эмоциональной сфере. То есть, учитывая, что эмоциональный уровень исследуемой группы ниже среднего, а индекс тревожности высокий, можно сделать вывод, что одной из причин эмоциональной неустойчивости контрольной группы старших дошкольников является – неблагоприятное внутреннее эмоциональное состояние.

Кроме того, данный тест позволил нам определить и причины тревожности некоторых исследуемых детей.

Следующий этап диагностики эмоциональной устойчивости контрольной группы старших дошкольников – это проведение тестирования посредством проективных методик.

Методика: рисунки «Дорога в детский сад» и «Я иду в школу».

Анализ проективной методики приложение 2.

При диагностировании по данной методике, детям было предложено два варианта рисунков, и три ребенка выбрали рисовать дорогу в школу, а 9 детей, дорогу в детский сад, это указывает на то, что старшие дошкольники, выбравшие рисовать дорогу в детский сад, считают нахождение в ДООУ, более важным, чем переход в дошкольное учреждение.

Анализ рисунков детей старших дошкольников В.Т – использовал рисунок « Дорога в школу». Ребенок нарисовал большую дорогу к зданию школы, но при этом себя нарисовал маленьким, по отношению к другим предметам. Это указывает на низкую самооценку ребенка. Ребенок идет в школу один, по дороге в школу других людей нет, в том числе и родителей. Это указывает на то, что ребенок не уверен в себе, что ему не хватает ласки и заботы родителей. Ребенок по дороге в школу нарисовал только себя. На вопрос, хочет ли он нарисовать с собой кого - то еще, ответил отрицательно. Это указывает на эксцентричность характера и на отдаленность от родителей.

М.С – использовал рисунок « Дорога в школу». Школа на рисунке занимает большую часть, дверь открыта, это указывает на то, что ребенок готов пойти в школу, но себя ребенок нарисовал позади самой школы и размером больше здания. А других детей маленькими – это указывает на то, что ребенок авторитарен и подавляет других. Родителей рядом нет, при вопросе, хочет ли она нарисовать с собой кого - то из родителей, ребенок нарисовал бабушку. Это указывает на значимость бабушки в воспитании ребенка. По анализу рисунка можно предположить холодность со стороны

родителей к ребенку, и ребенок эгоцентричен, с завышенной самооценкой, и желанием подавлять своим авторитетом других детей.

В.К. – ребенок выбрал рисовать дорогу в детский сад. Здание детского сада нарисовано в верхнем правом углу и в маленьком размере, дорога прорисована отдельно. Рядом с собой ребенок нарисовал маму, других близких рисовать отказывается, это указывает на эмоциональную отдалённость ребенка от других близких родственников, и желание близости с мамой. Поскольку, садик находится в отдалении, эмоциональной значимости данное заведение для ребенка не имеет. По дороге в детский сад, себя ребенок нарисовал маленькой фигурой, не было прорисовано лицо. Это указывает на высокую тревожность и низкую самооценку.

П.К. – выбрал рисунок «Дорога в школу». Само здание нарисовал маленького размера в нижнем левом углу, а дорогу нарисовал в обратную сторону, дорога большая, занимает полный формат листа, а собственная фигура маленькая, рядом идет большая, четко прорисованная фигура отца. Это указывает на значимость папы в воспитании ребенка, но при этом заниженную самооценку. Так же много других детей по дороге в школу, но все они в стороне. Это указывает на желание ребенка контакта с другими детьми, но при этом удаленность от других детей, и трудности в контакте.

Мама на рисунке отсутствует, при просьбе нарисовать кого-то из других родственников, кроме папы, мальчик нарисовал брата, а маму нарисовал на крыльце школы, в стороне от себя, это указывает на эмоциональную недоступность мамы.

П.Д. – выбрал рисунок «Дорога в детский сад». Ребенок идет в детский сад вместе с папой и братом. Но самого здания не прорисовал, это указывает на эмоциональное неприятие дошкольного учреждения. Брат находится рядом, а папа идет впереди, при этом фигура брата прорисована четко, с нажимом. Это указывает на значимость брата. При просьбе

нарисовать маму, ребенок рисует ее в самом дальнем левом верхнем углу, что указывает на эмоциональную недоступность матери.

Р.В. – выбрала рисунок «дорога в детский сад». Здание детского сада не прорисовала, но нарисовала большую, на весь лист дорогу. Дорога закрашена черным цветом, линии неровные и с большим нажимом. Что говорит о тревожности ребенка. Кроме того, нарисовала группу детей на дороге, а себя рисовать отказалась. В конце дороги большое дерево, много веток, большой ствол с дуплом посередине. Что указывает на возможно, перенесенную в детстве психологическую травму. Отказ рисовать себя рядом с группой детей, говорит о том, что есть желание общаться с детьми, но мешают какие-то страхи.

Р.П. – выбрал рисунок «Дорога в детский сад», не смотря на то, что по возрасту он старше других исследуемых. Мальчик нарисовал сначала себя, рядом маму и папу. А так же кота. Себя прорисовал особенно тщательно, особенно лицо. Так же его фигура наравне с фигурой родителей. Это указывает на завышенную самооценку и эксцентричность характера. Здание дошкольного учреждения нарисовано обычным домом с крышей, но на куриных ногах, как в сказке, и с трубой, из которой идет дым, на небе облака и нарисовано половина солнца. Указание на проблемы внутри семьи во взаимоотношениях между мамой и папой, а так же, что ребенку не хватает внимания и домашнего тепла. Перед домом высокой крыльцо из множества ступенек, на самом веру фигура воспитателя. Указание на то, что ребенок стремится к воспитателю, но у того эмоциональная недоступность до ребенка.

Л. В. – выбор « Дорога в детский сад». На рисунке в верхнем левом углу здание детского сада, в правом нижнем углу девочка нарисовала себя и свою маму. По всему листу прорисована зеленая трава, но линии неровные и с сильным нажимом. Перед собой она нарисовала свою подружку, у которой в руках кукла. Подружку прорисовала тщательно и в нарядном цветном платье. Это говорит о значимости этого ребенка.

Прорисованная с сильным нажимом трава в виде штриховку, указывает на внутреннюю тревожность ребенка. Перед садиком прорисован участок, на котором гуляют дети во время прогулки. Небо ярко синего цвета и в центре солнышко с длинными лучами.

В.М – рисунок «Дорога в детский сад». Ребенок выбрал только черный карандаш. Весь рисунок жирными продавленными линиями выполнен. Это указывает на высокую тревожность ребенка. Само здание большое, но без дверей, около здания высокий забор. Ребенок рядом с детским садиком нарисовал себя очень больших размеров, рядом маленькую сестренку, в центре листа. Папу прорисовал слева листа на самом краю справа стороны листа бегают другие дети. Но ни у кого из детей нет лица. Это указывает на то, что ребенок большую значимость придает своей личности. Родители отдалены по значимости. Значение большое имеет маленькая сестренка. Дети большого значения не имеют, так как обезличены. На вопрос, «а это кто? Твои друзья?» ребенок ответил, «Нет, это дети из других групп».

С.И. – выбрал рисунок «Дорога в детский сад». Посередине листа нарисовал маленькое здание детского сада, сильным нажимом коричневого цвета карандашом. Потом полностью его закрасил. Штриховка с сильным нажимом, несколько раз проводил по одной и той же линии». Рядом со зданием нарисовал себя, размер очень маленький. Внизу листа тем же коричневым карандашом с таким же нажимом закрасил. На вопрос, хочет ли что, ни будь еще нарисовать, ребенок отказался. Рисунок указывает на высокую тревожность и агрессию к самому садiku. Отсутствие рядом родителей и отказ их рисовать, указывает на эмоциональную отдаленность от родителей, так же на одиночество ребенка.

К.К. – выбор рисунка «Дорога в детский сад». Рисунок выполнен цветными карандашами, яркие, зеленый, синий, вдоль дороге на зеленой траве цветы. Ребенок нарисовал себя рядом с мамой, но само здание не

нарисовано. Посередине листа, как бы повисли в воздухе, нарисовано маленькими, значительно меньше себя, несколько человек, девочка пояснила, что это дети ее группы, которые вышли на прогулку, указание на эгоцентричность ребенка. Рисунок указывает на значимость мамы, так как фигура мамы тщательно прорисована и в руках у нее букет цветов. А так же рисунок не указывает на наличие тревожности.

Г.А. – выбор рисунка «Дорога в детский сад». Но при этом не стал рисовать по заданию, а решил изобразить игру «Майн Крафт». Изобразил себя в виде робота. Робот больших размеров занимает в высоту весь центр листа, снизу доверху. Рисунок сделан черным карандашом. С сильным нажимом. Рядом нарисовал злых роботов, и нарисовал войну с этими роботами. Придумал историю, что защищает садик от них. Взрыв прорисовал ярко - красным цветом. Рисунок говорит об агрессивности ребенка, повышенной тревожности, а так же и об эгоцентризме.

Таким образом, проанализировав рисунки детей по проективной методике, можно сделать следующие выводы. У всех детей, наблюдается повышенная тревожность. Так же по анализу рисунков нескольких исследуемых можно сделать вывод о том, что между родителями и детьми наблюдается эмоциональная недоступность. Кроме того, при анализе рисунков, можно предположить недостаточность сформированных социально-коммуникативных навыков. У некоторых детей наблюдается эгоцентризм, а как следствие, завышенная самооценка. Но большинство работ указывают на заниженный уровень самооценки. Анализ рисунков позволил определить следующие критерии эмоционального состояния детей;

Данные результаты можно увидеть на рисунке 6.

Анализ эмоционального состояния детей по проективному тесту «Дорога в детский сад», «Дорога в школу».

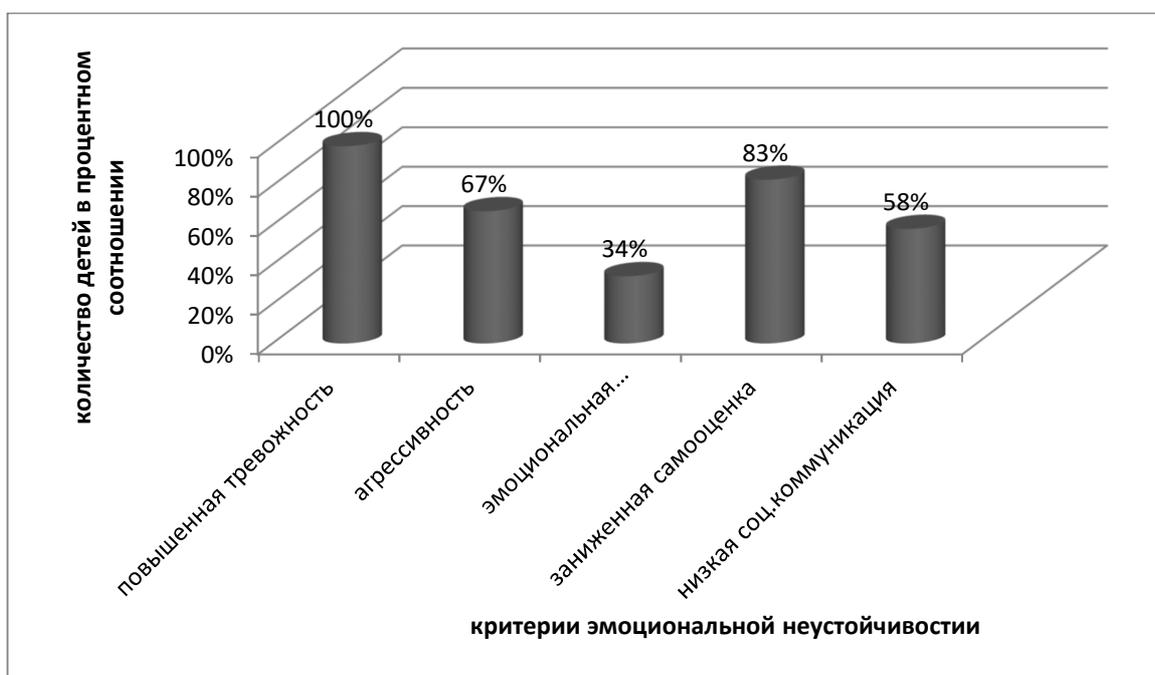


Рисунок 6 – Критерии эмоциональной неустойчивости старших дошкольников

Повышенная тревожность 100% (12 детей).

Указание на агрессивность 67% (8 детей).

Эмоциональная недоступность родителей 34% (4 ребенка).

Заниженная самооценка 83% (10 детей).

Низкий уровень развития социально-коммуникативной сферы - 7= 58%

Кроме того, было проведено исследование агрессивности дошкольников контрольной группы, при помощи педагогов - воспитателей по «Анкете агрессивности». Анализ протоколов и результат исследования отображены в таблице 2.4 приложение 2.

Исходя из этих результатов, можно сделать вывод, что у одного ребенка, минимальный уровень агрессии.

На самом деле подавленная агрессия – такой же повод для беспокойств, как и агрессивность. 4 ребенка имеют средний уровень агрессии, но при этом мальчик, С.И. имеет пограничный уровень к повышенной агрессивности. Еще 4 ребенка имеют повышенный уровень

агрессии. 3 ребенка имеют высокую агрессивность в процентном соотношении контрольной группы

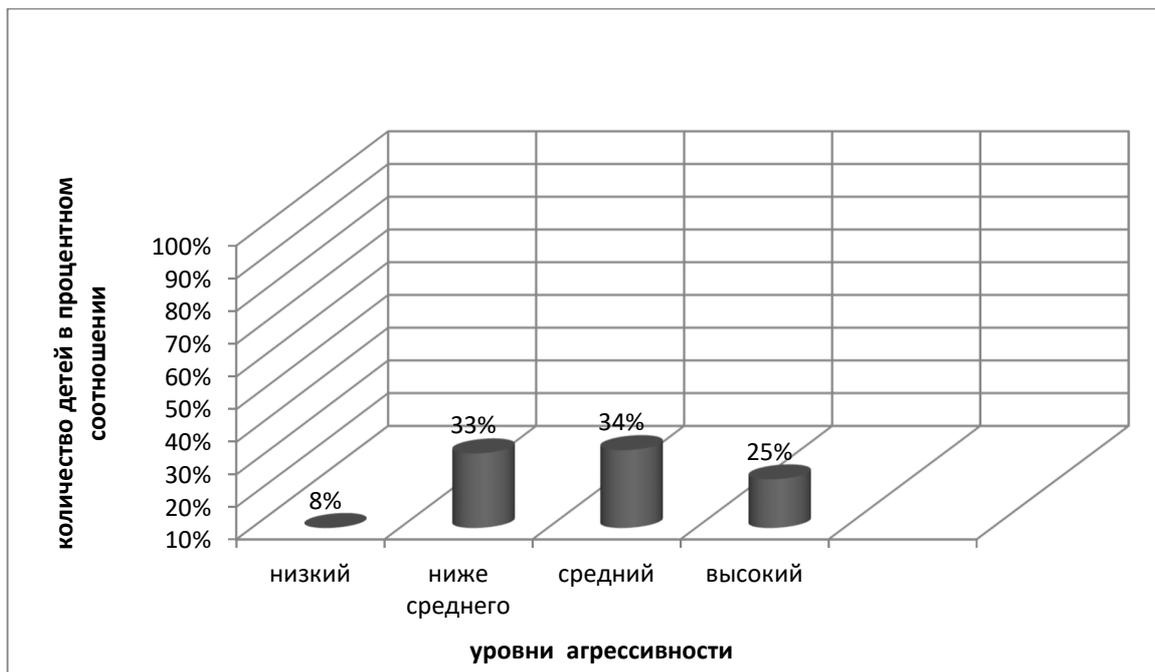


Рисунок 7 – Уровень агрессивности старших дошкольников по результатам анкетирования «Анкета агрессивности»

Минимальный уровень агрессии – 8 % (1 ребенок).

Средняя агрессивность. – 33% (4 ребенка).

Повышенный уровень агрессии – 33%(4 ребенка).

Высокая агрессивность – 25% (3 ребенка).

Таким образом, дети из выборки имеют серьезные проблемы с контролем над своим поведением, что касается агрессии, то наблюдается как внешняя агрессия, открытая у большинства дошкольников, так и внутренняя, что не менее вредно для формирования эмоциональной устойчивости. Поэтому можно говорить о том, что общий уровень агрессивности контрольной группы высокий.

И так, по итогам обследования детей контрольной группы, у которых в процессе наблюдения была выявлена эмоциональная неустойчивость, можно сделать вывод: причиной трудности задержки развития эмоциональной устойчивости у детей, контрольной группы являются нарушения в развитии эмоциональной сферы. Высокая тревожность,

агрессивность, неудовлетворительный уровень развития эмоционально-социальной сферы - все эти факторы влияют на формирование эмоциональной устойчивости, а значит и на умение контролировать свое поведение.

Общие итоги диагностики отображены в сводной таблице 2.5, приложение 2.

Таким образом, проанализировав таблицу 2.5 в приложение 2 можно сделать следующие выводы:

- уровень агрессии у контрольной группы высокий, а вот эмоциональное состояние среднее и ниже среднего;
- у всей группы высокий индекс тревожности;
- низкое эмоциональное состояние означает, что у детей контрольной группы наблюдается эмоциональная неустойчивость, им сложно контролировать свое поведение, от повышенной возбудимости одних, до апатии и меланхолии других.

Таким образом, проведенная диагностическая работа и анализ полученных результатов позволяет нам увидеть проблемы и причины эмоциональной неустойчивости у всех детей контрольной группы. Правда, не у всей выборки развитие эмоциональной устойчивости находится в кризисной ситуации, но всем старшим дошкольникам выборки нужна серьезная работа по формированию эмоциональной устойчивости.

График анализа обследования детей контрольной группы на наличие эмоциональной неустойчивости отображен на рисунке 8.

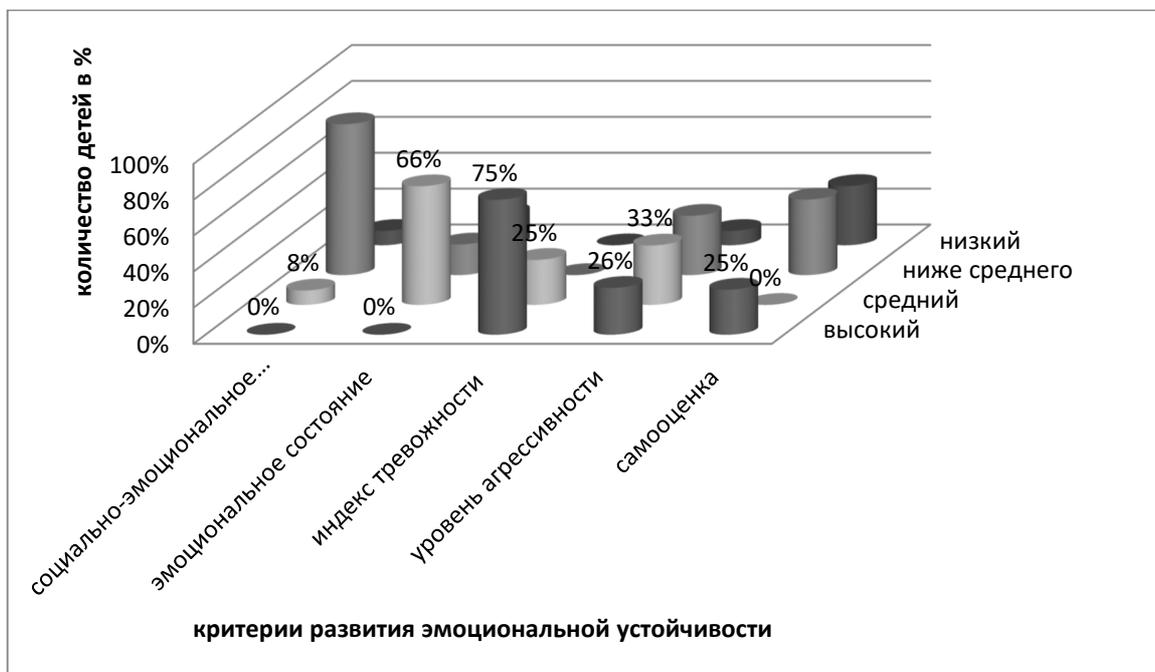


Рисунок 8 – Обобщение результатов исследования эмоциональной устойчивости старших дошкольников

Из данного графика можно сделать вывод, что, уровень агрессии у контрольной группы высокий, а вот эмоциональное состояние среднее и ниже среднего. Так же у всей группы высокий индекс тревожности. Низкое эмоциональное состояние означает, что у детей контрольной группы наблюдается эмоциональная неустойчивость, им сложно контролировать свое поведение, от повышенной возбудимости одних, до апатии и меланхолии других.

Таким образом, проведенная диагностическая работа и анализ полученных результатов позволяет нам увидеть проблемы и причины эмоциональной неустойчивости у всех детей контрольной группы. Правда, не у всей выборки развитие эмоциональной устойчивости находится в кризисной ситуации, но всем старшим дошкольникам выборки нужна работа по формированию эмоциональной сферы.

## Вывод по второй главе

На данном этапе исследования и формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников нами был проведен констатирующий эксперимент. Были подобраны методы и методики исследования. Определены этапы исследования и проведен анализ результатов первичной диагностики эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ. Сначала, методом наблюдения за старшими дошкольниками двух подготовительных групп, были выбраны 12 детей, имеющих проблемы в развитии эмоциональной устойчивости. После чего с детьми были проведены исследования для изучения уровня эмоциональной устойчивости старших дошкольников по методикам: восьмицветовой тест М.Люшера, «Теста тревожности» Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен, проективный рисунок «Дорога в детский сад», «Дорога в школу», Анкета «Критерии агрессивности у ребёнка», авторы Г.П. Лаврентьева Т.М. Титаренко.

По результатам констатирующего эксперимента, нами были сделаны следующие выводы;

- развития эмоционально-социальной сферы детей находится на среднем и низком уровне;
- уровень эмоционального состояния средний, нижнесреднего и низкий.;
- индекс тревожности средний и высокий;
- уровень агрессивности в основном средний и высокий.

Таким образом, можно считать, что все дети, которые были отобраны в результате наблюдения, имеют сложности с эмоциональной устойчивостью. С ними необходимо провести программу формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников.

### **3 РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОУ**

#### **3.1 Программа формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ**

Старший дошкольный возраст, особый возраст. Помимо того, что идет активный процесс формирования новообразований, таких как произвольное внимание, умение контролировать свое поведение, слушать и слышать себя, у него меняется и социальный статус. Ребенок готовится к переходу в школу, а значит и к изменению ведущей деятельности. Кроме того, данный возрастной период характеризуется и вхождением в кризисную пору, «формирование Я – концепции».

Дошкольный возраст – это особый период, еще и потому, что в нем закладывается фундамент будущей личности. В 6 лет активно индивидуализируются психические свойства, эмоциональные процессы стремительно развиваются. Именно стремительно развивающиеся эмоциональные процессы являются мощным регулятором деятельности ребенка и его поведение.

В современном обществе, с его технологическим развитием постоянно возрастает нагрузка на организм (огромный информационный поток, который организм не успевает обработать, постоянная конкуренция, ответственность) ребенку все тяжелее контролировать и регулировать свое состояние, что неизбежно отражается на эмоциональной сфере, приводит к ее перегрузке, а значит и к нарушению в развитии. Эмоциональные нагрузки возрастают. И маленькому организму очень сложно справиться с ними. В связи с этим особую значимость приобретает проблема эффективного управления ребенком своими эмоциями посредством разных видов деятельности уже на этапе дошкольного возраста.

У детей, имеющих проблемы в развитии эмоциональной сферы, часто наблюдается эмоциональная неустойчивость, им сложно контролировать свое поведение. Навыки самоконтроля формируются с задержкой. Все это приводит к нестабильности в развитии и других психических сфер. Им сложно усидеть на занятии и внимательно слушать задания педагога. В связи с этим, при переходе в дошкольное обучение, могут возникнуть проблемы с успеваемостью. Кроме того, эмоциональная неустойчивость дошкольника может создать проблемы и в социально – коммуникативной сфере. Неумение принимать правила игры других детей, подчиняться требованиям взрослых, непринятие лидерства другого, повышенная агрессивность и многое другое, не позволит ребенку благоприятно пройти кризис 7 лет, и создаст сложности в дальнейшей реализации себя как гармоничной личности.

Проведя констатирующий эксперимент со старшими дошкольниками, которых отобрали после проведения наблюдения с детьми подготовительных групп, мы сделали следующие выводы, что у всех исследуемых детей имеющих эмоциональную нестабильность наблюдается повышенная тревожность, индекс тревожности высокий, проблемы с адекватной самооценкой, а так же уровни агрессивного поведения либо выше нормы, либо ниже.

Учитывая результаты эксперимента, нами была разработана программа формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ.

Данная программа строилась с учетом и элементами метода позитивной психодрамы, разработанной П.Н. Москвитиным и адаптированной под условия ДОУ. Также использованы элементы сказкотерапии из программы разработанной Лубганс Т.Н [50].

Позитивная психодрама, это личностно – ориентированный метод профилактики девиантного поведения, нервно-психических расстройств. Метод направлен на развитие навыков сотрудничества, коллективного

принятия решений. Включает элементы ролевой игры и предполагает создание коммуникативных ситуаций. Психодраматический тренинг ориентирует личность на поиск позитивных решений в проблемных ситуациях на ее гармоничное развитие и сохранение психического здоровья.

В основу позитивной психодрамы заложены техники инсценирования, импровизации, драматизации, а так же ролевой идентификации с субличностью тренинга [61].

Метод сказкотерапии построен на том, что, в качестве основного инструмента используются метафорические ресурсы сказки. Любая сказка несет в себе определенный опыт поколений, глубокий смысл и развивающий потенциал личности ребенка.

Гармоничное развитие эмоциональной устойчивости очень тесно связано с такими психическими процессами, как возбуждение и торможение. Поэтому не могли мы обойти при разработке программы коррекцию этих процессов. У старших дошкольников контрольной группы мы использовали технологию «Обучение релаксации» М.Ю. Астапова [5]. Ну и естественно, что бы гармонизировать работу правого и левого полушария головного мозга, что очень важно при формировании различных психических процессов, в том числе и эмоциональной сферы, в занятиях по формированию эмоциональной устойчивости на определенных этапах занятий применяются нейропсихологические упражнения.

При разработке нашей программы, должны учитываться определенные условия;

- 1) очень важно, что бы ребенок в течение всей формирующей работы соблюдал режим дня, причем не только в ДОУ, но и в домашних условиях, так как эмоциональное состояние ребенка зависит от его эмоционального истощения в течение дня. Поэтому очень важна работа с

родителями на этом этапе и для этого должна быть проведена соответствующая работа с родителями;

2) материал для работы с детьми старшего дошкольного возраста должен соответствовать возрастным особенностям. Он должен быть понятным и доступным;

3) занятие должно строиться с учетом возрастных особенностей и интересов детей;

4) учитывая, что при формировании эмоциональной устойчивости работа будет подгрупповая, то группа, с которой будет проходить коррекция должна быть не более 6 человек. Это позволит эффективнее проводить занятия. Поскольку, в контрольной группе детей 12 человек, то старшие дошкольники разбиваются на две подгруппы, по 6 человек в каждой;

5) метод позитивной психодрамы требует дополнительной подготовки детей к занятию, поэтому для реализации программы, можно использовать прекрасность детей из групп, то есть дети первой группы, готовятся к занятию со второй и наоборот.

При проведении эксперимента формирования эмоциональной устойчивости необходим комплексный подход к занятиям, с привлечением родителей, так как необходимо закреплению тех умений и навыков, которые получают дети. Кроме того, эмоциональная сфера ребенка более тонкая на психическом плане, чем интеллектуальная. Поэтому необходима очень плотная работа с родителями, для поддержания тех эмоциональных позитивных настроек, с которыми будет проводиться коррекция.

Для более успешного проведения формирующего эксперимента, нами использовались следующие приемы:

- усиление впечатления, подбор упражнений, которые требуют понижение или повышение голоса, смену интонаций, а так же устранялись те ситуации, которые бы могли помешать успешному проведению занятий;

- поддержка положительного эмоционального настроения в период всего занятия;

- дать возможность детям на занятиях прожить и прочувствовать те эмоции и чувства, которые их волнуют;

- обязательное присутствие определенных ритуалов на занятиях, которые позволят удерживать положительную динамику и тонус на занятиях.

Основная цель нашей программы – формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОО.

Задачи программы:

- снять эмоциональное напряжение у детей;

- понизить уровень тревожности или привести в адекватное состояние:

- понизить уровень агрессивности;

- научить детей договариваться между собой, позитивно выходить из конфликтных ситуаций:

- научить распределять эмоции на положительные и отрицательные, и управлять ими:

- дать понятие, как возможно контролировать свое поведение, научить этому качеству:

- научить сопереживать другим;

- повысить уровень рефлексии;

- обучить технике релаксации.

Как любая формирующая программа, наша построена в определенной последовательности и распределена на несколько этапов.

На первом этапе, первичные занятия, на которых будут созданы и определена последовательность определенных ритуалов. Проведение различных нейропсихологических упражнений, тренировка, позволит поддержать интерес и стремление к занятиям. Так же проводятся игры на

развитие эмоциональной сферы. Так же на этом этапе происходит знакомство с позитивной психодрамой и сказкотерапией.

На втором этапе, основном, идут непосредственные занятия с элементами позитивной психодрамой и сказкотерапии, в зависимости от материала, выбранного на занятие (материал может меняться на усмотрение психолога, в зависимости от ситуаций, которые возможно возникнет в детском садике в процессе нахождения ребенка). Работа с материалом предполагает проживание ребенком эмоций, как позитивных, так и негативных за счет проигрывание заданных литературных ситуаций. Рассуждение с детьми об этих ситуациях, позволит не только прожить эмоции, но и развивать речь, повысить словарный запас. Позитивная психодрама предполагает незаконченность определенных ситуаций, и на занятии дети должны будут сами придумать финал истории и закончить ее. Данная схема работы позволит не только уйти от негативного финала (если такой есть в материале), но развивать фантазию, воображение.

Последний, третий этап предполагает рефлексии к прошедшим занятиям.

Данная программа рассчитана на 30 занятий. Продолжительность каждого занятия 25 – 30 минут, в зависимости от функционального состояния детей на занятии. В количество занятий не включена дополнительная работа с детьми при подготовке к самому занятию

Занятия проходят в групповом формате. Дети первой группы готовят элемент литературного произведения, выбранный для занятия, детей второй группы, и наоборот. Занятия проходят во вторую половину дня после сончаса и полдника, так как, основную нагрузку по занятиям, дети подготовительной группы несут в первую половину дня, учитывается и наличие прогулки, после которой у эмоционально нестабильных детей наблюдается повышенное возбуждение нервной системы. Время сон часа и полдник, позволят процесс возбуждения переместить в процесс

торможения. Поэтому, это наиболее спокойный период для детей, имеющих эмоциональную неустойчивость.

Основные цели работы на занятиях:

- мотивировать стремление посещать данные занятия, повторять изученные нейропсихологические упражнения для развития межполушарных связей;

- снимать эмоциональное напряжение дошкольников;

- скорректировать эмоционально - волевою сферу;

- создавать гармоничную среду обучения в коллективе;

- проживание как позитивных, так и негативных эмоций;

- умение контролировать свое поведение;

- умение договариваться с другими детьми;

- умение принимать правила игры, принимать позицию другого ребенка;

- уметь терпимо относиться к ошибкам другого ребенка;

- способствовать образованию новых нейронных связей в коре головного мозга, которые помогают формированию необходимых для гармоничного развития ребенка психических процессов;

- расширить кругозор, развивать речь, фантазию и воображение.

Для работы на занятиях были выбраны следующие способы работы.

- групповая работа настроена на дружеское общение и совместную групповую игру;

- применение во время занятий элементов арт терапии, посредством релаксационной музыки и рисунков акварельными красками;

- применение ритуальных речитативов, для поддержания интереса к занятиям;

- проведение занятий в активной, подвижной фазе.

Количество занятий распределено на три этапа:

Первый - 5 занятий, задача этих занятий - установить эмоциональный контакт с детьми, дать положительный настрой и стимулировать желание приходить на занятия.

Второй – 20 занятий, задача которых непосредственно – формирующая.

Третий, заключительный этап - 5 занятий. Задача, закрепить наработанные элементы эмоциональной устойчивости, провести рефлексию.

Программа разбита на несколько блоков.

Первый блок – 5 занятий. Знакомство с эмоциями. Создание положительной эмоциональной атмосферы, а так же предметов, необходимых для работы.

Второй блок «Не бойся». 5 занятий, направленных на снижение страхов и тревожности детей.

Третий блок 5 занятий – «Волшебные слова», блок направлен на развитие эмпатии, желание договариваться, и умение правильно ставить просьбы и вопросы.

Четвертый блок – 5 занятий. «Не дерись», направлен на снижении агрессии, умению решать вопросы без агрессии.

Пятый блок – 5 занятий. « Ты самый лучший», направлен на повышение самооценки, осознание своей значимости.

Шестой блок – 4 занятия ««Я такой самый особенный и самый хороший и ты то же». Направлен на осознание своей индивидуальности и индивидуальности другого ребенка.

Структура занятия:

1. Встреча с детьми (психологический настрой на занятие, приветствие, определенный заданный ритуал).
2. Специальные игровые нейропсихологические упражнения, которые будут способствовать включению детей в занятие.
3. Непосредственно формирующие упражнения.

4. Релаксационные упражнения (включая музыкатерапию, арттерапию).

Прощание с детьми.

Примечание: содержание занятий должны учитывать тематическую неделю, которая идет в детском садике, в соответствии с программой данного учебного учреждения. Поэтому Стимульный и информационный материал заданий должен соответствовать той теме, которая идет в общей программы МДОУ.

При проведении формирующего эксперимента наибольший интерес стали вызывать занятия, к которым готовились дети до занятия и проигрывали заданные роли на самих занятиях. У детей наибольший интерес вызывала подготовка к самому занятию. Детям очень понравилось входить в роли как положительных, так и отрицательных героев литературных произведений или сказок. Дети, у которых наблюдалась повышенная агрессия по результатам первичной диагностики, очень нравилось играть роли отрицательных героев, которые, за свои поступки были наказаны и просили прощение у главных положительных героев. Дети, у которых наблюдалась завышенная самооценка, с неохотой выбирали роль второстепенных героев на первых занятиях, на последних занятиях основного этапа, относились к этому спокойной, без лишних эмоций. Дети с заниженной самооценкой, то же как и те у кого повышенная агрессивность, выбирали с удовольствием роль негативных героев, положительные герои игрались не с такими активными, яркими эмоциями, как отрицательные.

Очень положительно откликнулись дети контрольной группы на ритуалы, использованные на занятиях, так ритуалы встречи и прощания. Нейропсихологические упражнения, для детей на первом этапе составляли трудности, но впоследствии, уже на основном этапе, такие упражнения детьми принимались с удовольствием, позволяли снять возникающее

напряжение между детьми, в процессе проигрывания сказки или другого литературного произведения.

Более подробное описание программы тематическое планирование, содержание занятий смотреть в приложении 3 (укороченная часть программы). Тематическое планирование программы смотреть в приложении таблица 3.

Таким образом, мы разработали и реализовали определенный комплекс занятий для формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников. Главной основой этих занятий является групповые занятия в детском саду, но при этом закрепление навыков проходило и дома. Причем, домашняя реализация данной программы является основной, так как, именно взаимоотношения в семье, имеют ключевую причину эмоциональной неустойчивости старших дошкольников. Перед реализацией программы, была проведена встреча с родителями детей группы, где были озвучены рекомендации, которые необходимо соблюдать в семье. Главной сложностью в реализации данной программы, было то, что дошкольники часто болели, и не могли стабильно посещать занятия. Кроме того, не все родители внимательно отнеслись к тем рекомендациям психолога, для формирования эмоциональной устойчивости ребенка. В итоге, все занятия из 12 детей полностью посетило только два ребенка, что не могло сказаться положительно на реализацию данной программы. Это мы и увидим в итоговой диагностике.

При реализации программы было замечено, что детям с эмоциональной неустойчивостью трудно даются выполнение нейропсихологических упражнений.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После проведения формирующего эксперимента, по выявленным проблемам эмоциональной устойчивости старших дошкольников была

проделана повторная диагностика у детей, с которыми проводили эксперимент по выше перечисленным методикам.

При повторной диагностики, после проведения опытно-экспериментального исследования было проведено повторное наблюдение за группой детей в непосредственной образовательной и свободной деятельности в условиях ДООУ, для выявления изменений в социально-эмоциональном развитии. Результаты смотрите в таблице 4.1, 4.2 приложение 4.

Данные результаты изображены на рисунке 9.

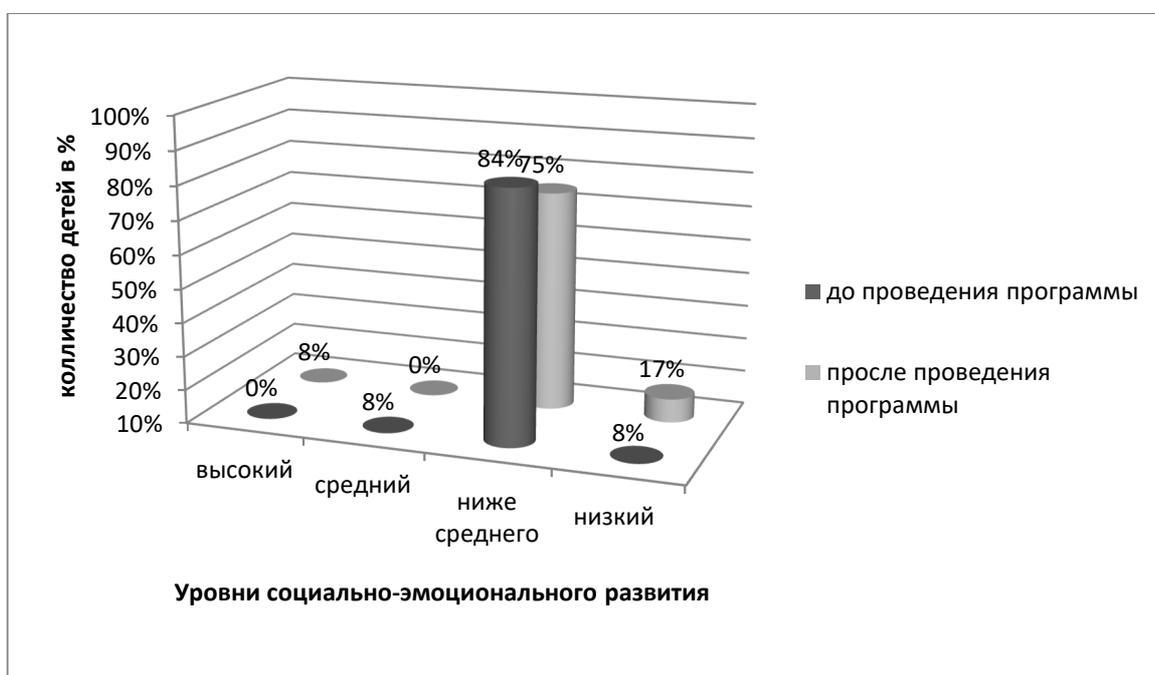


Рисунок 9 – Уровни социально-эмоционального развития контрольной группы детей старших дошкольников до реализации программы и после реализации программы

Сравнив результаты первичного исследования старших дошкольников контрольной группы и результаты диагностики после проведения коррекционных занятий, мы видим, что дети с низким уровнем социально эмоционального развития стало 2 ребенка. На первичной диагностике был один ребенок. Но у дошкольника, у которого понизился уровень на повторной диагностике, имел границу меду низким уровнем и ниже среднего. Один ребенок повысил свой уровень со среднего уровня на высокий.

Как мы видим, что наравне с тем, что увеличивается количество детей с высоким уровнем, так и наблюдается снижение, так же уменьшился уровень ниже среднего.

Следующий этап повторной диагностики, восьмицветовой тест Люшера.

Сводную информацию по результатам первичной и повторной диагностики смотрите в приложении 4 в таблицах 4.3

Данные диагностик отображены на рисунке 10.



Рисунок 10 – Уровни эмоционального состояния детей старших дошкольников до реализации программы и после реализации программы

Сравнивая полученные результаты обеих диагностик, мы получили следующие результаты:

- при первичной диагностике эмоционального состояния ребенка, в кризисном состоянии находилось два ребенка – 17%, после проведения формирующего эксперимента, при повторной диагностике, таких детей не наблюдалось – 0%;

- увеличилось число детей с удовлетворительным эмоциональным состоянием, было 3% (4 ребенка), стало 42% (5 детей);

- 16% (2 ребенка) показали высокий уровень эмоционального состояния.

Кроме выявления эмоционального состояния ребенка после проведенного эксперимента, необходимо вычислить индекс тревожности детей по методике «Тест тревожности»

Сводную таблицу проведения диагностики до формирующего эксперимента и после смотрим в приложении 4 таблица 4.4.

Данный анализ отображен на рисунке 11.

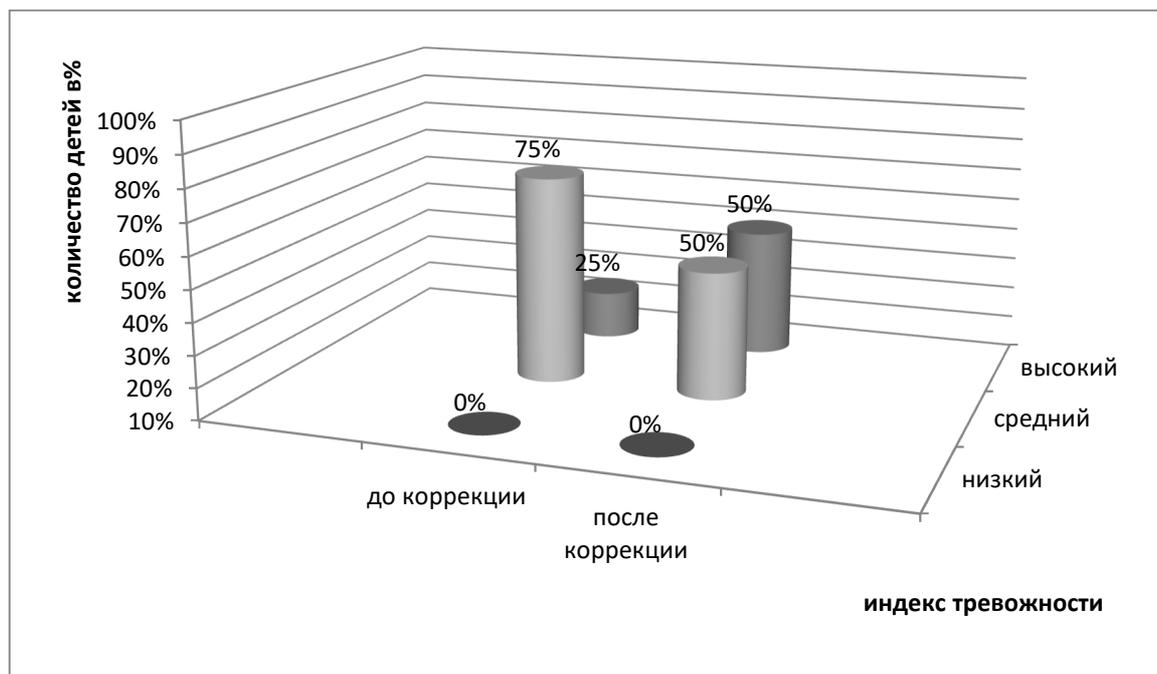


Рисунок 11 – Индекс тревожности старших дошкольников до реализации программы и после реализации программы

Как мы видим из данной таблицы, что низкий индекс тревожности не наблюдался ни у одного ребенка из контрольной группы, но значительно увеличились ответы на положительные вопросы, а значит и уменьшился процент тревожности.

Кроме того, увеличилось количество детей со средним индексом тревожности, но при этом надо заметить, что в процентном отношении у нескольких детей 50%, а это пограничный уровень между средним и высоким ИТ.

Третьим этапом повторной диагностики – это проективная методика, «Дорога в детский сад» и «Дорога в школу».

Если на первичной диагностике, до проведения коррекционной программы нарисовать дорогу в школу выбрали всего три ребенка, то после проведения формирующего эксперимента, дорогу в школу рисовали 8 детей, и пять дорогу в детский сад.

Сводную таблицу первичной и повторной диагностики смотрите в приложение 4 таблица 4 .5.

Данные анализа диагностики по данной методике, как до проведения эксперимента, так и после отображены на рисунке 12.

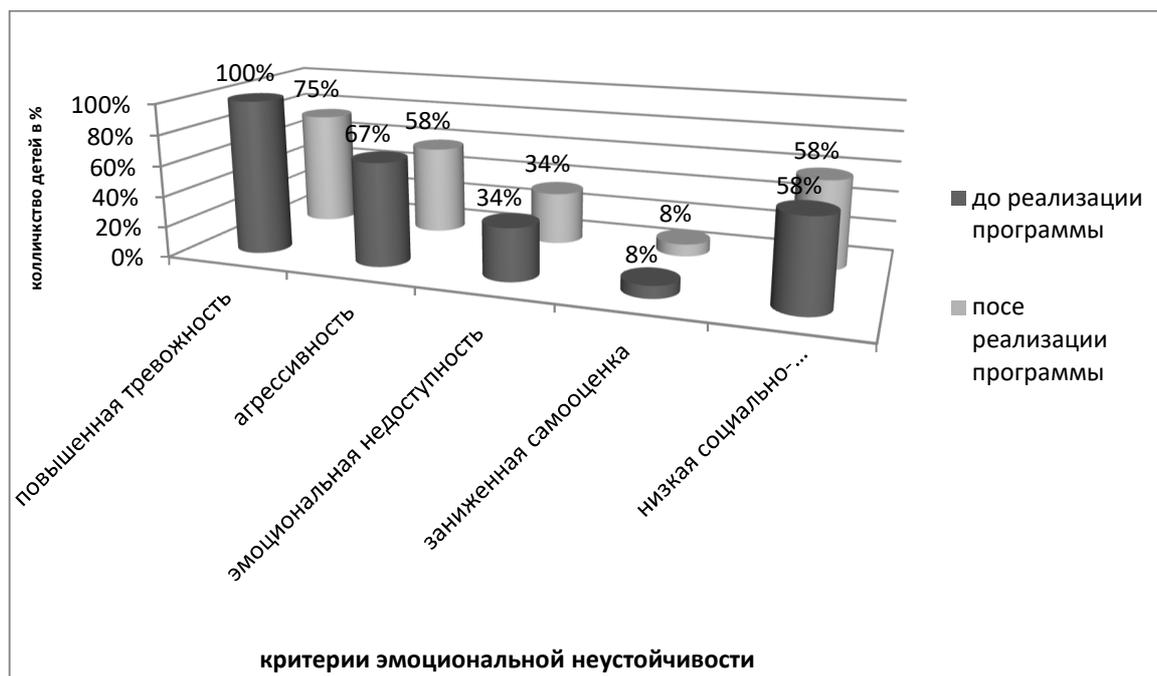


Рисунок 12 – Критерии эмоциональной неустойчивости старших дошкольников до реализации программы и после реализации программы

По результатам двух диагностик, можно сделать вывод, что;

- в рисунках, сделанных детьми после проведенного эксперимента, произошли изменения;

- в трех рисунках не наблюдалась повышенная тревожность, которая в первичном обследовании выражалась в штриховке, в прерывистых линиях и сильном нажиме;

- так же указание на агрессивность в виде острых углов, игольчатых линий, изображения острых зубов собак, которые встречаются по дороге, уменьшилось на один рисунок.

К сожалению, что на первичной диагностике, что после проведения формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников, детей, которые показали на рисунке эмоциональную недоступность родителей, особенно мамы, осталось столько же.

Изменение уровня самооценки по данной проективной методике, не удалось выявить. Те дети, которые рисовали свои фигуры в маленьком размере, соответственно общего формата рисунка, продолжили рисовать так же.

Кроме этого, не изменился и уровень социально – коммуникативной сферы. Дети так же рисовали либо только себя, либо в стороне от других детей и объектов рисунка. Из чего можно сделать вывод, что проведение коррекционной программы по развитию эмоциональной устойчивости благоприятно сказалось только на понижении уровня тревожности.

Последняя диагностическая методика, это «Анкета агрессивности», которую заполняли воспитатели, непосредственно работающие в группе с детьми группы выборки. После проведенного эксперимента, педагоги снова заполнили данную анкету, но с учетом новых наблюдений за ребенком в группе в течении всей образовательной и свободной деятельности детей.

Анализ результатов методики, как вторичной диагностики, так и первичной можно посмотреть в приложении 4 таблица 4. 6.

Данные диагностики отображены в рисунке 13.



Рисунок 13 – Уровень агрессивности старших дошкольников до реализации программы и после реализации программы

Исходя из результатов диагностики можно сделать следующий вывод, что после проведения коррекционной программы у того же ребенка, у которого был минимальный уровень агрессии, так он и не изменился. Но при этом уменьшилось на одного ребенка, который имел высокую степень агрессивности.

Таким образом;

- минимальный уровень агрессии 1 ребенок;
- средний уровень агрессивности 4 ребенка;
- С.И. с пограничного уровня перешел на середину среднего уровня;
- пять детей имеют повышенную агрессивность, в эту зону перешел ребенок, который показал высокую агрессивность в первичной диагностике;
- и два ребенка так и остались в высокой зоне агрессивности.

Для определения эффективности психолого-педагогического формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДООУ был использован критерий Т - Вилкоксона.

Сформулируем рабочие гипотезы.

Но – интенсивность сдвигов формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в типичном направлении не превышает интенсивность сдвигов в не типичном направлении.

Н1 – интенсивность сдвигов формирования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в не типичном направлении.

Алгоритм подсчета критерия Т– Вилкоксона смотри в приложении 4 таблицы 4.7 ; 4.8; 4.9; 4.10.

Расчет по критерию Т Вилкоксона по показателю уровня социально – эмоционального развития.

Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Расчет по значимости критерия Т Вилкоксона по уровню показателей социально – эмоционального развития.

Сумма по столбцу рангов равна  $\sum=78$   
Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: по формуле (1):,

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+12)12}{2} = 78 \quad (1):,$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равна между собой, значит, ранжирование проведено правильно. Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. Сумма рангов этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия Т: по формуле(2)

$$T = \sum R_i = 6 + 6 + 3.5 = 15.5 \quad (2)$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=12$ :

$$T_{кр} = 9 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 17 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

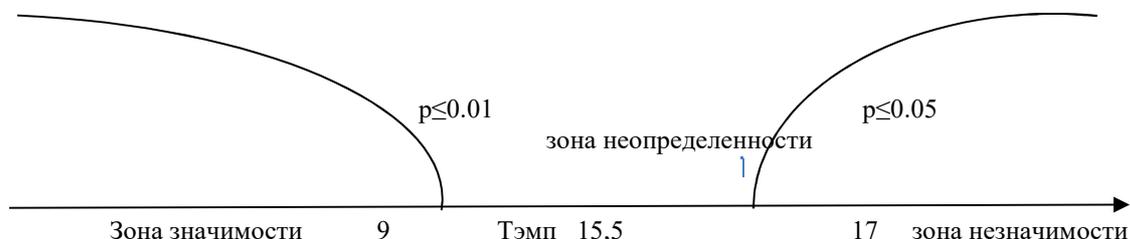


Рисунок 14 – Ось значимости

Гипотезы.

$H_0$ : интенсивность сдвигов уровня социально – эмоционального развития в типичном направлении не превышают интенсивность сдвига в нетипичном направлении.

$H_1$ : интенсивность сдвигов уровня социально – эмоционального развития в типичном направлении превышают интенсивность сдвига в нетипичном направлении.

В данном же случае эмпирическое значение.  $T$  попадает в зону неопределенности:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,05)$ . Гипотеза  $H_0$  не принимается. Интенсивность положительного сдвига показателя превышает интенсивность отрицательного сдвига ( $p < 0,05$ ). В данном случае зона неопределенности.

Расчет по критерию  $T$  – Вилкоксона значимости показателей уровня эмоционального состояния.

При расчете учитываются нулевые сдвиги. В данном расчете 5 нулевых сдвигов.

Сумма по столбцу рангов равна  $\sum = 28$  Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+7)7}{2} = 28 \quad (1)$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно. Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти сдвиги и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия Т:  
 $T = \sum R_t = 0$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=7$ :

$$T_{кр} = 0 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 3 (p \leq 0.05)$$



Рисунок 15 – Ось значимости

Гипотезы.

$H_0$ : интенсивность сдвигов уровня эмоционального состояния в типичном направлении не превышает интенсивность сдвига в нетипичном направлении.

$H_1$ : интенсивность сдвигов уровня эмоционального состояния в типичном направлении превышает интенсивность сдвига в нетипичном направлении.

Зона значимости в данном случае простирается влево, потому что, отрицательных, сдвигов не было совсем. В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Соответственно принимается гипотеза  $H_1$ .

Расчет по критерию Т - Вилкоксона показатель уровня индекса тревожности ИТ.

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=55$   
 Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: по формуле(1)

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55 \quad (1)$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T по формуле 2:

$$T = \sum R_i = 2 + 2 + 6 = 10 \quad (2)$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для  $n=10$ :

$$T_{кр} = 5 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 10 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону неопределенности:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,05)$ .



Рисунок 16 – Ось значимости

Гипотезы.

$H_0$ : интенсивность сдвига Индекса тревожности в типичном направлении не превышает интенсивность сдвига в нетипичном направлении

H1: интенсивность сдвига Индекса тревожности в типичном направлении превышает интенсивность сдвига в нетипичном направлении

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону незначимости:  $T_{\text{эмп}} = T_{\text{кр}}(0,05)$ .

Учитывая что, значение T попадает в зону незначимости то принимаем гипотезу H0.

Теперь проверим по – критерию T Вилкоксона полученные показатели уровня агрессивности до проведения формирующего эксперимента и после.

Расчет ведется с учетом нулевых сдвигов – 6 сдвигов

Сумма по столбцу рангов равна  $\sum = 21$  Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы по формуле (1):

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+6)6}{2} = 21 \quad (1).$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно. Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом.

Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T по формуле 2:  $T = \sum R_i = 0$  (2).

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=6:

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 2 \quad (p \leq 0.05)$$



Рисунок 17 – Ось значимости

Гипотезы.

$H_0$ : интенсивность сдвига уровня агрессивности в типичном направлении не превышает интенсивность сдвига в нетипичном направлении.

$H_1$ : интенсивность сдвига уровня агрессивности в типичном направлении не превышает интенсивность сдвига в нетипичном направлении.

Зона значимости в данном случае простирается влево, в данном случае отрицательных, направлений не было совсем. В данном же случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_1$  принимается.

Таким образом, изучив полученные результаты по математическому методу  $T$  - критерия Вилкоксона, можно сделать следующие выводы.

После проведения формирующего эксперимента гипотеза частично подтверждена, так как по двум показателям – уровень эмоционального состояния и уровень агрессивности попадают в зону значимости. Показатели социально – эмоционального развития попадают в зону неопределенности. Но, попадание в зону неопределенности  $T$  критерия, трактуется в пользу попадания в зону значимости при малых выборках. А вот показатели по Индексу тревожности попали в зону незначимости. Здесь, после анализа таблицы, можно заметить ухудшения первоначальных показаний двух детей. И не очень высокие изменения у всей группы. Здесь можно рассматривать основной причиной, не все дети прошли

полный курс из всех 30 занятий, но и конечно, основным негативным показателем послужило то, что дети будущие первоклассники. И, несмотря на рекомендации психолога, идет эмоциональное давление на детей, в плане будущих неудач, если не будут заниматься, не будут сидеть на занятиях.

### 3.3 Психолого-педагогические рекомендации для воспитателей и родителей по формированию эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ

Дошкольный период очень важный в развитии ребенка. Помимо активного формирования и развития познавательных психических процессов, активно формируется и развивается эмоциональная сфера. Очень важно, чтобы у ребенка сформировался гармоничный эмоциональный фон, это позволит ему в дальнейшем легче адаптироваться в любой социальной среде, легко пройдет школьная адаптация. Такие дети принимают правила игры другого ребенка или взрослого. Понимают и принимают позиции других.

Поэтому очень важно создавать специальные условия в образовании и воспитании дошкольника для гармоничного развития эмоциональной сферы.

В связи с этим очень важно как родителям, так и педагогам, которые работают с детьми, имеющими нарушения в эмоциональной сфере, выражающейся в эмоциональной неустойчивости поведенческих реакций, выполнять рекомендации педагога-психолога.

Никогда не сравнивать ребенка с другими детьми, не приводить их в пример. Такое сравнение может понизить самооценку ребенка. Сам же ребенок может начать после таких сравнений относиться к нему негативно, проявлять агрессию. Лучшим примером для ребенка будет поведение родителей, а снижение неплохих эмоций похвала, даже за самую незначительную удачу и самостоятельность.

Во время игровых действий, так же нельзя сравнивать ребенка с другими детьми, указывать на его недостатки или слабость. Это может спровоцировать негативное отношение к данной игре, ну и как следствие к другим играм такого же плана.

Для ребенка этого возраста нет контроля времени, поэтому установка временных рамок при выполнении задания, не торопите его. Это может негативно сказаться на его эмоциональном состоянии. В некоторых случаях для ускорения выполнения, можно просто помочь побыстрее закончить с заданием.

Нельзя навязывать ребенку игры. Он должен понимать игру. Она должна приносить эмоциональное удовольствие. Если игра вызывает тревожность и раздражение, лучше поменять или отменить ее. Ребенка, конечно надо учить доводить начатое дело до конца, но не в этом случае.

Не реагировать на крики, истерики ребенка агрессивно, командным голосом, приказом «Успокойся». Проявить творческий подход, что бы отвлечь ребенка от объекта или причины истерики. Но, не в коем случае, не удовлетворять его потребность в том, из за чего началась истерика.

Для развития эмоциональной сферы ребенка очень важна идентификация с родителем. Ребенок сможет научиться самоуспокоению, подражая родителям. Если родители сохраняют спокойствие, доброжелательность по отношению к сильным эмоциональным выходкам ребенка, успокаивает его (а не стыдит и не ругает); то ребенок так же будет относиться и сам к себе. Если возникают ситуации, где ребенок не может справиться с собственными эмоциями – например: плачет от ушиба или испуга. Родителям в этом случае, важно показать уверенность и спокойствие, а не отражать свою тревогу, что бы она не передалась ребенку.

У ребенка с рождения нет другой модели поведения, как поведение окружающих его взрослых, родителей. И если не боится мама, то и ребенок, то же страха не испытывает. Так же родитель может

переключить внимание ребенка на другого родителя, например: «Посмотри, папа же не боится».

Если же мать в случае стрессовой ситуации сама чрезмерно расстраивается или впадает в панику, то, таким образом, она породит у ребенка вторичную тревогу (не только от ситуации, но и от своей реакции на нее). В худших случаях она может даже ругать ребенка, например, за то, что он ушибся; добавляя к боли от ушиба критику и оскорбление.

Пытаясь подражать матери, ребенок должен почувствовать, что получил разрешение, так сказать, "занять место матери" по отношению к самому себе, оказывая помощь себе. Но порой случается такое, что женщина решает за счет ребенка свои проблемы и, желая быть незаменимой для ребенка, не дает ему «это разрешение». Например, многие дети успешно успокаивают себя с помощью «переходного объекта» – это может быть какая-то вещь, которая напоминает ему мать; или мамина вещичка; или мягкая игрушка – как заменитель мамы. Некоторые матери, явно ощущая ревность, могут отнимать переходный объект у ребенка, не разрешая ему, таким образом, оказать себе самоподдержку. Такие реакции, как правило, содействуют чрезмерной зависимости ребенка от родителя. В таких случаях, чтобы не травмировать ребенка, женщине было хорошо разобраться в себе при помощи психотерапевта.

Похвала и одобрение. Когда ребенок показывает, что он может присвоить себе функцию родителя и успокоить себя самостоятельно; родитель выражает одобрение за использование такого способа обращения с эмоциями: «Вот, молодец! Ты сначала боялся идти к врачу, а потом понял, что это не страшно, и успокоился». Хороший родитель будет предлагать эмоциональную поддержку до тех пор, пока она необходима, однако будет готов дать возможность ребенку использовать свои собственные ресурсы.

Выражая одобрения и похвалу за контроль над своими чувствами, важно «не стимулировать» развитие этого навыка обратным способом – не стыдить и не позорить ребенка за то, что он не справился со своими чувствами или попросту проявил их. Например, маленький мальчик, который плачет от страха, испытывает дополнительно и стыд, когда его укоряют за «немужскую реакцию», и порицает себя за это. Эта вторичная реакция усиливает страх эмоции. Ребенок, во-первых, чего-то боится и страдает от этого; а, во-вторых, он будет бояться переживать страх и делиться этим чувством, потому что это еще и стыдно. Если ребенок реагирует чувствами вины или стыда на неконтролируемое проявление своих эмоций, это серьезно ухудшает его возможность справляться с этими эмоциями.

В худшем случае, аффект, который однажды оказался разрушительным, впоследствии может восприниматься как опасный. Бывает, родители «управляют» ребенком путем пристыживания, а кроме этого еще нечутко замечают вслух, что ребенок покраснел от стыда - это порождает еще больший стыд. Стыд может оказаться таким непереносимым чувством, с которым невозможно встречаться, не будучи разрушенным им. Непереносимые чувства могут выражаться, как мы уже говорили, в виде соматических приступов.

Помощь ребенку в том, чтобы постепенно развивать вербализацию – т.е. словесно формулировать свои чувства и просьбы. Для этого родителям важно обучать ребенка - называя ему те чувства, которые он испытывает; и поощрять его за их выражение словами, а не криком и плачем.

Но существуют родители, которые сами не способны говорить о своих чувствах и показывать их. Часто такие родители также не разрешают их проявлять ребенку. В таком случае ребенок будет иметь трудности быть в контакте со своими чувствами – осознавать, принимать их, и здоровым образом управлять родители могут предлагать ребенку способы, с

помощью которых можно справляться с болезненными чувствами. Например, когда грустно поддержать себя чем-то приятным (игрой, вкусностями). С болезненными чувствами вины или стыда можно справляться с помощью ритуала прощения или исполнения чего-то хорошего, взамен содеянному (важно эти приемы самоподдержки отличать от наказания). По мере взросления доступ к таким приемам и ресурсам внутри себя делает для индивида возможным успешное преодоление различных неприятных чувств и состояний, которые случаются в ходе обычной ежедневной работы или учебы.

Демонстрируя своим примером принятие чувств ребенка в качестве нормальных реакций на ситуации, мать учит и ребенка осознавать свои чувства и воспринимать их в качестве сигналов - так, например, тревога может сигнализировать об опасности, и поэтому ее важно не подавлять как нежелательную реакцию - а учитывать.

На каждом этапе развития ребенка есть свои особенные моменты, в которых родитель может помочь ему не травматично проживать эмоции. В момент приучения к горшку ребенок может испытывать гордость или стыд за свои успехи или неудачи; и здесь мать может помочь, позволяя ему испытать оба этих чувства, сохраняя при этом общее чувство благополучия. Во внутреннем мире ребенка это, может, звучат так (конечно, выражаясь взрослообразно): «Сейчас вышел конфуз и мне стыдно, но в целом – я хороший и достойный любви».

Очень полезно знать родителям и педагогам, у которых есть дети с эмоциональной нестабильностью различные коррекционные и релаксационные игры, которые снимают тревожность, снижают агрессивность. Это не только повысит его психологическую грамотность, но и поможет ребенку в решении его проблем.

Как показало наше исследование, у детей с проблемами в эмоционально – волевой сфере, наблюдается пониженная самооценка. Поэтому очень важно и родителям и педагогам, работать с этим

психическим качеством. Повышение самооценки ребенка снижает уровень тревожности, помогает ему адекватно оценивать себя, а значит и более спокойно реагировать на внешние и внутренние раздражители.

Для повышения самооценки можно давать посильные задания, но ни в коем случае не давать невыполнимых заданий. При неудаче, помогать исправить. Не ругать, а наоборот говорить, сто «Ничего страшного, завтра получится», или «Давай мы сделаем это вместе», «у меня то же не получалось». Ребенок должен чувствовать поддержку взрослого, а не страх или боязнь совершить ошибку.

Помочь ребенку научиться управлять своим поведением необходимо. Но для этого надо, что бы взрослый видел достоинство своего ребенка, относился к нему с уважением и умел замечать все его успехи. Необходимо часто хвалить ребенка. Но при этом похвала должна иметь смысл. Ребенок должен понимать и знать, за что его хвалят.

Можно поиграть с ребенком в следующие игры.

«Копилка достижений». Данная игра поможет ребенку увидеть свои достижения или маленькие победы, удачи в течение каждого дня.

Для этого создается специальная коробочка «копилка», куда ребенок, вечером, вместе с родителями складывает то, что у него интересного и полезного было за целый день. Может он хорошо рассказал стихотворение, или вынес мусор и т.д.

Здесь самое главное в том, что бы в своем самом неудачном дне ребенок нашел что - то позитивное и хорошее. Это приучит его в дальнейшем позитивно смотреть на любые события. Эту игру хорошо использовать как для повышения самооценки, так и для повышения веры в свои силы при решении любой, самой сложной задачи.

Похожих игр очень много, и если их использовать при работе со своими детьми, то эмоциональная сфера будет гармонично развиваться и ребенок станет более эмоционально устойчив.

Если взрослый человек не справляется с уровнем эмоционального напряжения, то он часто вынужден прибегать к употреблению психотропных препаратов, алкоголя, наркотиков, чтобы временно "заморозить" эмоции.

Или человек начинает блокировать эмоциональную чувствительность, и тогда чувства проявляются в виде соматических приступов (болей, головокружения, повышения давления) – т.е. развиваются психосоматические реакции. Тогда – как пациенты, так и врачи, начинают воспринимать в виде заболеваний то, что на самом деле является проявлением эмоций. Поэтому очень важно с детства не допустить развития эмоциональной нестабильности, что бы во взрослом возрасте это не переросло в эмоциональное напряжение.

Развитие эмоциональной устойчивости у ребенка не происходит само по себе, здесь велика роль родителей в том, чтобы помочь детям обрести способность управлять своими эмоциями.

### 3.4 Этапы внедрения результатов исследования в практику

Данные результаты исследования предполагают распространения исследования на все группы МБОУ. Эмоциональная сфера развивается с самого раннего возраста у ребенка, и чем раньше начать коррекцию эмоциональной неустойчивости у ребенка, тем успешнее будет проходить реализация коррекционной программы.

Внедрение исследования у МБОУ сложный и длительный процесс. Он должен проходить в несколько этапов. На каждом этапе идет определенная подготовка.

На первом этапе надо показать руководству и работникам ДОУ Целеполагание внедрения по теме программа психолого-педагогической коррекции эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ.

Для этого необходимо изучить все необходимые документы и нормативные акты, по предмету внедрения. Для этого необходимо провести анкетирование воспитателей и родителей. Выявить, насколько проблема исследования актуальна в данном образовательном учреждении.

Главной целью внедрения результатов исследования – включить в адаптированную образовательную программу ДОО коррекцию эмоциональной сферы детей групп, формирование эмоциональной устойчивости.

Задачи этапа: – поставить цели внедрения;

Для реализации данной цели, необходимо изучить документацию детского сада, изучить состояние дел в ДОО.

Провести ППК консилиум и выбрать детей группы риска. Решением консилиума включить коррекционную программу в адаптированную образовательную программу ДОО.

При помощи опросов и анкетирования педагогического состава данного учреждения, определить уровень подготовленности педагогов к внедрению данной программы. Ответственным за проведение данного мероприятия несет не только психолог, но и методист.

После анализа документации, анкетирования, выборки группы риска вместе с методистом и членами ППК разработать программу – целевой комплекс внедрения.

2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение».

На педагогическом совете провести анализ предложений внедрения коррекционной программы, озвучить выявленные проблемы, которые определились в результате исследования, анализа и формирования этапов внедрения.

Что бы компенсировать педагогическую неграмотность, тех моментов, которые касаются реализации программы, необходимо провести

специальные тренинги для педагогов. А так же «Родительские университеты» для заинтересованных в реализации данного исследования.

Кроме этого, организовать методические курсы в рамках учреждения и педагогических советов, а так же в рамках методических объединений педагогов и специалистов ДООУ. Так же проведение открытых занятий с детьми из группы риска психологом и другими специалистами. Предоставление методов и методик по работе с детьми имеющих проблему с поведением и с эмоциональной устойчивостью. Главная цель и задача данного этапа - Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива и родителей детей детского сада.

Следующий этап – 3-й этап «Изучение предмета внедрения».

Цели данного этапа – изучить всем коллективом необходимые документы о предмете внедрения; изучить сущность предмета внедрения; изучить методику внедрения темы.

Задачи данного этапа:

- выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации детского сада и родителей детей детского сада;
- сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива и родителей детей детского сада;
- включить в тему по самообразованию педагогов и специалистов ДООУ тему формирование эмоциональной устойчивости детей.

Для реализации целей и задач этапов, необходимо провести различные семинары, которые позволят понять и принять проблему, а так же найти пути решения таких проблем.

Активно привлекать родителей и воспитателей к совместной работе. Привлечь семью, где проживают дети группы риска, настроить на помощь в реализации данной программы.

После выполнения целей и задач первых трех этапов, можно перейти к реализации четвертого этапа - 4-й этап «опережающее освоение предмета

внедрения». Цель данного этапа – создать инициативную группу для опережающего внедрения темы.

Задачи – закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе;

- обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения темы;

- проверить методику внедрения.

Для реализации целей и задач данного этапа необходимо сформировать инициативную группу, в нее должны войти члены ППК, так как это специалисты (логопеды, дефектологи, социальный педагог) и воспитатели групп.

После определения членов инициативной группы, необходимо провести совместное собрание, на котором надо разработать цели и задачи реализации внедрения коррекционной программы.

Кроме того, члены инициативной группы одни из первых внедряют в свою работу и применяют методы и методики исследования. Дают открытые занятия, делают экспертную оценку. Проводят научно-исследовательскую работу, расширяют спектр воздействия на развитие эмоциональной сферы детей.

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения».

Одним из самых сложных этапов внедрения является именно пятый этап. Основной целью данного этапа, является мобилизация педколлектива на внедрение по проблеме исследования.

Задачи внедрения:

- развить знания и умения на предыдущем этапе;
- обеспечить условия для фронтального внедрения
- освоить всем коллективом предмет внедрения.

Для реализации цели и задач необходимо провести педагогический совет, на котором анализируется предыдущая проделанная работа по внедрению коррекционной программы. Выявить трудности, с которыми

сталкиваются педагоги при реализации данной программы. Убедить других педагогов, которые не приняли участие во внедрении эксперимента в условия ДООУ и не включили данную экспериментальную программу в свои индивидуальные программы работы с детьми, принять участие в реализации программы.

Провести данную работу через институт наставничества, через проведение обсуждений, в форме «круглого стола». Так же проведение семинаров, и обмена опыта с педагогами, не принимающих участие во внедрении данной программы в ДООУ.

Кроме того, организовать выступление участников внедрения программы, специалистов, непосредственно работающих с детьми из группы риска и с семьей этих детей, на методическом объединении.

Одним из важных этапов является шестой этап.

6-й этап «совершенствование работы над темой».

Основной целью данного этапа - Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения.

Задачи данного этапа:

- совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе;

- совершенствовать методику освоения темы.

Для реализации цели и задач данного этапа необходимо проанализировать проведенную предыдущую работу по внедрению этапов эксперимента. Для этого инициативная группа собирается на семинарах для обсуждения, проблем, которые возникают при работе.

Анализ открытых занятий, работы с детьми из группы риска, анализ изменения их эмоциональной устойчивости и поведенческих качеств, позволит понять и принять методы работы реализовывающей программы.

На данном этапе очень важна консультативная деятельность инициативной группы, помощь в самообразовании педагогов, которые участвуют во фронтальном внедрении программы.

Так же проводится анализ действий педагогов, участвующих в реализации программы, корректируются их действия. Очень важно, что бы 90 процентов из всех педагогов приняли участие во внедрении коррекционной программы по улучшению эмоциональной устойчивости старших дошкольников. Но, учитывая, что в ДОУ, есть дети разного возраста, то и эти дети, то же включаются в работу по эмоциональной коррекции. После того, как данная коррекционная программа апробируется в условиях ДОУ, можно приступать к реализации седьмого этапа внедрения программы.

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения».

Цель этапа – изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования.

Задачи этапа:

- осуществить наставничество;
- осуществить пропаганду передового опыта внедрения;
- сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на предыдущих этапах.

Для реализации цели и задач, необходимо с инициативной группой провести анализ получившихся результатов, провести диагностику детей, группы риска, сделать анализ работы педагогов с детьми из группы риска. Кроме того организовать открытые занятия, анализ таких занятий.

После полного анализа получившихся результатов внедрения экспериментальной программы ДОУ, необходимо представить опыт в методических объединениях города. Для полной реализации внедрения программы коррекции эмоциональной устойчивости детей, необходимо обобщить опыт работы по данной теме в ДОУ.

Вывод по третьей главе

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, мы разработали и провели формирующий эксперимент, целью которого является формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ.

Наш эксперимент строился на разработке специальной программы, с помощью которой будет проведен формирующий эксперимент, в котором уровень эмоциональной устойчиво предположительно изменится в положительную сторону.

Специально разработанная программа по формированию эмоциональной устойчивости старших дошкольников построена на принципах доступности, развития «зоны ближайшего развития», эмоционально положительного настроя. Цели и задачи, поставленные при проведении формирующего эксперимента, были выполнены, но имелись определенные трудности. Так, например, не все дети, старшие дошкольники, смогли посетить все положенное количество занятий. Кроме того, не все родители отнеслись серьезно к рекомендациям педагога-психолога.

После проведенного формирующего эксперимента, снова был проведен диагностический комплекс исследования у детей формирования эмоциональной устойчивости по тем же методикам. При сравнительном анализе данных первичной и вторичной диагностик, можно сделать выводы о том, что проведение среди старших дошкольников программы, которая формирует эмоциональную устойчивость, благоприятно сказалась на эмоциональном развитии детей. На это указали результаты, исследования после проведенного эксперимента. При помощи критерия Т – Вилкоксона.

Так во всех исследуемых сферах эмоциональной устойчивости у группы старших дошкольников есть положительные изменения. Конечно, не у всех детей есть такие изменения. Некоторые показатели остались на прежнем уровне, а у некоторых детей, стали немного хуже, как например,

в Индексе тревожности. Но это объясняется тем, что, старшие дошкольника готовятся к переходу в школу. Это ответственный и сложный период не только для детей, но и для их родителей, а так же и воспитателей. поэтому тревожность взрослых часто передается и детям.

Технологическую карту внедрение исследования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОО смотреть в приложение 5, таблица 5.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для достижения генеральной цели нашей квалификационной работы: теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОО, нам необходимо было изучить и проанализировать психологическую и педагогическую литературу по данной теме.

Как выяснилось, что изучением данной проблемы активно и много занимались различные отечественные и зарубежные ученые, и не только психологи. Так же, интересно и то, что по определению эмоциональной устойчивости, среди ученых нет единого мнения. Кроме того, она расходятся во мнении, что считать эмоциональной устойчивостью и какие центры коры головного мозга за нее отвечают. Хотя, большинство сходится во мнении, что эмоциональная устойчивость – это интегральное свойство психики, которое выражается в способности преодолевать состояние излишнего эмоционального возбуждения при выполнении сложной деятельности, неподверженность эмоциональных состояний отрицательным влияниям (внешним и внутренним). Таким образом, феномен психологической устойчивости личности состоит в том, что объединяет в себе целый ряд различных способностей, в которые включены различные психические механизмы, а так же широкий круг разно уровневых явлений.

Поскольку, в нашей работе мы рассматривали эмоциональную устойчивость у старших дошкольников, то как выяснили из теоретической литературы, что старший дошкольный возраст - особый возраст. Важнейшим новообразованием в этот период является формирование произвольного внимания, то есть, умение применять волевые усилия. Именно в момент формирования этого сложного для ребенка психического процесса, огромную значимость приобретает и развитие эмоциональной устойчивости.

Эмоциональная устойчивость ребенка дошкольного возраста рассматривается как одна из основных компонентов здоровой психики человека, а так же, как индивидуальная характеристика сферы эмоций, которая отображается в адекватной реакции ребенка при возникающих отношениях с окружающими миром. Эмоциональная устойчивость ребенка дошкольного возраста рассматривается как одна из основных компонентов здоровой психики человека, а так же, как индивидуальная характеристика сферы эмоций, которая отображается в адекватной реакции ребенка при возникающих отношениях с окружающими миром.

Изучив теоретическую литературу по данной теме, для реализации генеральной цели нашего исследования, мы построили дерево цели, и модель исследования. Наше исследование проходило в четыре этапа.

На первом этапе построили теоретический блок, в котором были изучены необходимые для исследования научные материалы по теме эмоциональная устойчивость старших дошкольников. Следующий построенный блок - диагностический. На этом этапе были подобраны определенные методики, которые позволили нам изучить эмоциональную устойчивость старших дошкольников в условиях через метод наблюдения за подготовительными группами, была определена контрольная группа детей, у которых наблюдалась эмоциональная неустойчивость, что выражалось в поведенческих реакциях.

Именно с этой контрольной группой детей, были проведены диагностический методики, которые подтвердили наличие у отобранных детей наличие критериев эмоциональной неустойчивости: высокая тревожность, заниженная самооценка, низкая социальная коммуникация, агрессивность.

Третий блок - непосредственно коррекционная работа.

И последний четвертый блок, аналитический.

В своей работе мы предположили, что если с детьми, у которых наблюдается эмоциональная нестабильность провести формирующий эксперимент, то уровень эмоциональной устойчивости улучшится.

Психолого-педагогическое исследование проводили в три этапа:

- первый - это поисково-подготовительный;
- второй - опытно-экспериментальный;
- третий - контрольно-обобщающий.

В нашем исследовании были применены различные методы, такие как:

- теоретические: обобщение и анализ психолого-педагогической теоретической литературы по теме нашей квалификационной работы; метод построения «Дерево целей» (автор В.И. Долгова), моделирование;

- эмпирические: наблюдение, эксперимент и тестирование по методикам восьмицветовой тест М. Люшера; «Тест тревожности» Тэмпл, М. Дорки и В. Амен; проективный метод - рисунок «Дорога в школу» «Дорога в детский сад»; Анкета «Критерии агрессивности ребенка» Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко По итогам данного диагностирования была сформирована группа детей, и почти у всех выявлены: низкая тревожность, высокая агрессивность, низкая самооценка, социально - эмоциональное развитие на низком уровне.

После диагностического блока нами была разработана программа формирования эмоциональной устойчивости. Ее главной целью является, формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДОУ.

Программа построена на принципах:

- наличие эмоциональных факторов, и эмоциональная насыщенность;
- доступность материалом с учетом возрастных и психофизических особенностей;
- учет ведущего вида деятельности старших дошкольников;
- определение зоны ближайшего развития ребенка.

Данная программа строилась с учетом и элементами метода позитивной психодрамы, разработанной П.Н. Москвитиным и адаптированной под условия ДООУ. Также использованы элементы сказкотерапии из программы разработанной Т. Н. Лубганс.

При проведении формирования необходим комплексный подход к занятиям, с привлечением родителей, так как необходимо закреплению тех умений и навыков, которые получают дети. Кроме того, эмоциональная сфера ребенка более тонкая на психическом плане, чем интеллектуальная. Поэтому необходима очень плотная работа с родителями, для поддержания тех эмоциональных позитивных настроек, с которыми будет проводиться формирующая работа

После проведения программы формирования была проведена повторная диагностика по тем же методикам

. По результатам проведенной формирующей работы показатели по социально-эмоциональному развитию изменились: высокие с 0% до 8% детей, средний уровень уменьшился, с 8% до 0%, за счет перехода на высокий уровень, уровень ниже среднего с 84% уменьшился до 75%, а вот низкий уровень увеличился с 8% до 17%. Такое увеличение низкого уровня эмоционально-социального развития может объясняться тем, что дети не полностью прошли программу формирования эмоциональной устойчивости, а так же по причине сложного заболевания, или другого эмоционального потрясения, как в семье, так и в условиях МДОУ. Так, например, один ребенок получил серьезную травму руки во время прогулки на участке.

Показатели эмоционального состояния ребенка после проведенного эксперимента по восьмицветовому тесту М. Люшера изменились следующим образом: высокий уровень было 0%, стало 16%, средний уровень увеличился с 33% до 42%, уровень ниже среднего уменьшился с 50% до 42%, низкий из 17%, уменьшился до 0%. Это указывает на то, что проведенная программа по формированию эмоциональной устойчивости,

не смотря на то, что не все дети посетили все занятия, улучшила уровень эмоционального состояния ребенка.

После проведения «Теста тревожности» Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен. на вычисление индекса тревожности можно сделать вывод о том, что результаты, полученные после проведения программы на формирование эмоциональной устойчивости старших дошкольников, получились следующие результаты: низкий индекс тревожности как был 0%, так и осталось 0%, а вот средний И.Т, с 25% увеличился до 50%, а низкий ИТ, уменьшился с 75%, до 50 %.

Уровень агрессии, после проведения анкетирования «Критерии агрессивности ребенка» Г.П. Лаврентьева., Т.М. Титаренко , показал следующие результаты. У 6 детей уровень не изменился, как был повышенный, так и остался, но при этом минимальный уровень - 8%, до эксперимента, остался на том же уровне 8%, уровень средний агрессивности не изменился 33%, а вот повышенный уровень с 33% вырос до 42%, за счет того, что высокий уровень агрессии уменьшился с 25%, до 17%.

При сравнении показателей полученных, после первого, констатирующего эксперимента, и повторного тестирования, был использован критерий Т– Вилкоксона. Данный расчеты показали, что по всем четырем критериям есть результаты, которые показали нахождение критерия Т - Вилкоксона в зоне значимости. Это уровень эмоционального состояния и уровень агрессивности детей. Два критерия – это индекс тревожности и социально-эмоциональное состояние попали в зону неопределенности, что при малой выборке трактуется как попадание в зону значимости. Поэтому, результаты диагностики, которые получили после проведенного эксперимента, указывают на то, что наша гипотеза верна. Правда, положительные сдвиги незначительные. А по показателю агрессии находятся на нулевом уровне. Хотя если взять сводную таблицу и график, то видно, что у нескольких детей контрольной группы есть

положительные изменения. Поставленные задачи выполнены, гипотеза исследования частично подтверждена

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология [Текст] : учебник и практикум / Галина Абрамова. – Москва: Юрайт, 2016. – 816 с.
2. Айхингер, А. Психодрама в детской групповой терапии [Текст] / А.Айхингер, В.Холл. – Москва : Генезис, 2003. – 256 с.
3. Алиева, А. А. Эмоциональная сфера у детей с задержкой психического развития дошкольного возраста [Электронный ресурс] / А. А. Алиева // Материалы VII Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием; под редакцией Г.С. Чесноковой, Н.В. Якуниной. – 2018. – С. 10-11. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/query\\_results.asp?pagenum=1&selid=42881797](https://elibrary.ru/query_results.asp?pagenum=1&selid=42881797) – Загл. с экрана.
4. Алямовская, В. Г. Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста [электронный ресурс] / В. Г. Алямовская, С. Н. Петрова. – Москва : «Издательство Скрипторий 2000», 2002. – 80 с. – Режим доступа: [https://pedlib.ru/Books/2/0262/2\\_0262-1.shtml](https://pedlib.ru/Books/2/0262/2_0262-1.shtml) – Загл. с экрана.
5. Астапов, В. М. Тревожность у детей [Текст] / Валерий Астапов. – Москва: ПЕРСЭ, 2018. – 160с.
6. Бабынина, Т. Ф. Взаимодействие воспитателей с родителями сотрудниками образовательного учреждения [Текст]: курс лекций по профессиональному модулю для студентов СПО отделе дошкольного образования / Татьяна Бабынина. – Казань : РИЦ, 2016. – 112 с.
7. Балашова, Е. Ю. Нейропсихологическая диагностика в вопросах и ответах [Текст] / Елена Балашова. – 44-е изд. – Москва: Генезис, 2021. – 240 с.
8. Белопольская, Н. Л. Комплект психодиагностических методик для детей с 6 до 11 лет [Текст] / Наталья Белопольская. – Москва: Когито-Центр, 2013. – 135 с.

9. Бен, П. Ловушка для внимания: как вызвать и удержать интерес к идее, проекту или продукту [Текст] / Парр Бен – Москва: Альпина Паблишер, 2016. – 276 с.
10. Бодров, В. А. Психологический стресс; развитие и преодоление [Текст] / Вячеслав Бодров. – Москва: ПЕР СЭ, 2016. – 528 с.
11. Бреслав, Г. М. Психология эмоций [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Гершон Берслав. – Москва: Издательский центр Академия, 2019. – 544 с
12. Бреслав, Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве [Текст] / Гершон Бреслав. – Москва: Просвещение, 2017. – 239 с.
13. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике [Текст] / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – Санкт–Петербург : Питер Ком, 2019. – 236 с.
14. Веракса, Н. Е. Практический психолог в детском саду [Текст]: пособие для педагогов психологов / А. Н. Веракса, М. Ф. Гуторова. – 3-е изд., исправленное. – Санкт-Петербург: МОЗАИКА–СИНТЕЗ, 2020. – 144 с.
15. Веракса, Н. Е. Проблемы дошкольного образования [Электронный ресурс] / Николай Веракса // Современное дошкольное образование». – 2010. – № 4. – Режим доступа: <https://sdo-journal.ru/journalnumbers/problemy-doshkolnogo-obrazovaniya.html> – Загл. с экрана.
16. Возрастная психология: детство, отрочество, юность: [Текст] : учебное пособие для пед. вузов. / В. С. Мухина, А. А. Хвостов. – Москва : Академия, 2011. – 624 с.
17. Выготский, Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка [Электронный ресурс] / Лев Выготский // Вопросы психологии. – № 6. –1966. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/138/38773/> – Загл. с экрана.

18. Выготский, Л. С. Педагогическая психология [Текст] : классические труды / Лев Выготский. – Москва : Педагогика, 2008. – 506 с.
19. Гамезо, М. В. Возрастная и педагогическая психология [Текст] / Михаил Гамезо. – Москва : изд-во МГОПУ АНОО НОУ, 1999. – 234 с.
20. Глаголева, К. С. Л. С. Выготский о роли игры в психическом развитии ребенка [Электронный ресурс] / Кристина Глаголева // Молодой ученый. – 2017. – № 4 (138). – С. 324-326. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/138/38773/> – Загл. с экрана.
21. Давыдов, В. П. Методология и методика психолого-педагогического исследования [Текст]: учеб. пособие / В. П. Давыдов, П. И. Образцов, А. И. Уман. – Москва : Логос, 2006. – 128 с.
22. Дереклеева, Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья [Текст] / Наталья Дереклеева. – Москва: Вако, 2004. – 150 с.
23. Детская психиатрия [Текст]: учебное пособие / под ред. Э. Г. Эйдемиллера. – Санкт-Петербург : Питер, 2015. – 302 с.
24. Детская психиатрия [Текст]: учебное пособие / Эндмонд Эйдемиллер. – 3-е изд., перераб. – Санкт-Петербург : Питер, 2020 – 302 с.
25. Джейс, У. Психология [Текст] : учебное пособие / Уильям Джейс. – Москва : Педагогика, 1991. – 352 с.
26. Джинотт, Х. Дж. Групповая психотерапия с детьми. Теория и практика групповой терапии [Текст] / Хаим Джинотт; пер. с англ. И. Романовой. – 3-е изд. – Москва: Апрель-Пресс, 2017. – 272 с.
27. Диагностика развития дошкольников [Электронный ресурс]: наблюдения, эксперименты, проективные рисуночные тесты / под ред. Наталья Денисова. – Волгоград: Учитель, 2011. – 202 с. – Режим доступа: <https://gart68.npi-tu.ru/assets/files/dostizeniya/> – Загл. с экрана.
28. Диагностические методики по проблеме социально-личностного развития и воспитания дошкольников [Электронный ресурс]: учебное пособие / под ред. Н. И. Левшиной, Т. М. Бабуновой. – 3-е изд.,

стер. – Москва : ФЛИНТА, 2020. – 161 с. – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1142512> – Вход по подписке.

29. Долгова, В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в дошкольном образовании. [Электронный ресурс]: монография / В. И Долгова, Г. Ю. Гольева, Н. В Крыжановская. – Москва : Издательство «Перо», 2015. – 172 с. – Режим доступа: <http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/697/> – Загл. с экрана.

30. Долгова, В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в работе с дошкольниками [Электронный ресурс]: монография / В. И. Долгова, Е. В. Попова. – Москва : Перо, 2015. – 208 с. – Режим доступа: <http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/697/> – Загл. с экрана.

31. Долгова, В. И. Формирование эмоциональной устойчивости личности. [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, А. А. Напримеров, Я. В. Латюшин. – Санкт-Петербург: РГПУ им А И Герцена, 2002. – 167 с. – Режим доступа: <http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/697/> – Загл. с экрана.

32. Долгова, В. И. Эмоциональная устойчивость личности [Электронный ресурс]: монография / В. И. Долгова, Г. Ю Гольева. – Москва: Издательство «Перо», 2014. – 173 с. – Режим доступа: <http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle> – Загл. с экрана.

33. Дубровина, И. В. Возрастные особенности психического развития детей [Текст] / И. В. Дубровина, М. И. Лисина. – Москва: Просвещение, 1982. – 147 с.

34. Дьяченко, О. М. Игры и упражнения на развитие умственных способностей у детей дошкольного возраст [Текст] / Ольга Дьяченко – Москва: Просвещение, 1989. – 222 с.

35. Желдак, И. М. Практикум по групповой психотерапии для детей и подростков с коррекцией семейного воспитания [Текст] / Игорь

Желдак. – Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2001, – 240 с.

36. Захарова, Е. И. Исследование особенностей эмоциональной стороны детско-родительского взаимодействия [Текст] / Е. И. Захарова // Журнал практического психолога. – 1996. – № 6. – С. 11-34.

37. Изард, К. Э. Психология эмоций [Текст] : учебное пособие / Кэррол Изард. – Санкт-Петербург: Питер, 2000. – 464 с.

38. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства. [Текст] / Евгений Ильин – Санкт-Петербург: Питер, 2021. – 752 с.

39. Климова, А. С. Психологические особенности проявление эмоциональной неустойчивости личности [Электронный ресурс] / Анастасия Климова // Ростовский научный вестник. – 2021. – № 9. – С. 24-26. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/query\\_results.asp?pagenum=1&selid=42881797](https://elibrary.ru/query_results.asp?pagenum=1&selid=42881797) – Загл. с экрана.

40. Кононова, Л. Д. Эмоциональное развитие дошкольника: проблема процесса саморазвития и самоорганизации в психологии и педагогике [Электронный ресурс] / Любовь Кононова // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – Уфа, 2021. – С. 54-56. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/query\\_results.asp?pagenum=1&selid=42881797](https://elibrary.ru/query_results.asp?pagenum=1&selid=42881797) – Загл. с экрана.

41. Кошелева, А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников [Текст] / А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, О. А. Шаграева. – Москва : Академия, 2003. – 176 с.

42. Крупник, Е. П. Психологическая устойчивость как условие преодоления противоречий в критических ситуациях [Текст] / Ефим Крупник // Вестник Российского гуманитарного научного фонда. – 2003. – № 4. – С. 1281–1287.

43. Лабораторная практика по детской психологии [Текст] / под ред. Л. П. Скрыльникова, О. Н. Богомягкова. – 3-е изд, испр. – Москва : Флинта МПСИ, 2018. – 72 с.
44. Ланге, Н. Н. Теория волевого внимания. Хрестоматия [Электронный ресурс] / Н. Н. Ланге; под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романов. – Москва : ЧеРо, 2001. – С. 373-429. – Режим доступа: <https://freedocs.xyz/doc-122884292> – Загл. с экрана.
45. Левис, Ш. К. Ребенок и стресс. [Текст] / Шелдон Левис. – Санкт-Петербург: Питер Пресс, 2007. – 127 с.
46. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики [Текст] / Алексей Леонтьев. – Москва: МГУ, 1972. – 575 с.
47. Лисина, М. И. Общение, личность и психика ребенка [Текст] / Мая Лисина. – Москва: Ин-т практ. психологии, 1997. – 384 с.
48. Лоренц, К. Агрессия: (Так называемое «зло») [Текст] / Конрад Лоренц; пер. с нем. Г.Ф. Швейника. – Москва: Прогресс, 1994. – 269 с.
49. Лубганс, Т. Н. Цикл занятий с элементами сказкотерапии: [Электронный ресурс]: методическое пособие для педагогов дошкольных образовательных организаций / Т. Н. Лубганс, А. А. Сафиуллина, В. Г. Самигуллина. – Казань: Фолиант, 2017. – 44 с. – Режим доступа: [https://ncbgd.tatarstan.ru/rus/file/pub/pub\\_1950142.pdf](https://ncbgd.tatarstan.ru/rus/file/pub/pub_1950142.pdf) – Загл. с экрана.
50. Лучинин, А. С. Психодиагностика [Текст] : учебное пособие / Александр Лучинин. – Саратов.: Научная книга, 2017. – 159 с.
51. Любина, Г. А. Обучение дошкольников «языку чувств» [Текст] / Галина Любина // Дошкольное воспитание. – 1996. – №2. – С. 4-6.
52. Маклаков, А. Г. Общая психология [Текст]: учебное пособие / Анатолий Маклаков. – Санкт-Петербург: Питер, 2008. – 583 с.
53. Манеров, В. Х. Совесть, нравственность и развитие личности [Текст]: коллективная монография / В. Х. Манеров, Ван Хайюй, С. В Карпова. – Санкт-Петербург: 2020. – С. 47-57.

54. Марцинковская, Т. Д. Детская практическая психология. [Текст] / Татьяна Марцинковская. – Москва : Гардарики, 2008. – 255 с.
55. Маслоу, А. Мотивация и личность. [Текст] / Абрахам Маслоу. – Москва: Юрайт, 1998. – 289 с.
56. Матюхина, М. В. Возрастная и педагогическая психология. [Текст]: учебное пособие / Маргарита Матюхина. – Москва: Просвещение, 1984. – 256 с.
57. Мехтиханова, Н. Н. Психология зависимого поведения [Текст]: учебное пособие / Наталья Мехтиханова. – 3-е изд. – Москва: «Флинта» МПСИ, 2018. – 160 с.
58. Морено, Я. Психодрама [Текст] / Якоб Морено; перевод с англ. – Москва.: Апрель Пресс, 2001. – 528 с.
59. Москвитин, П. Н. Позитивная психодрама, как метод профилактики [Текст] / Павел Москвитин // Тюменский медицинский журнал. – 2003. – №2. – С. 36-38
60. Москвитин, П. Н. Тренинги позитивной психодрамы [Текст]: метод, рекомендации / Павел Москвитин. – Новокузнецк; ГОУ ДПО НГИУВ, 2006. – 426 с.
61. Мухина, В. С. Возрастная психология. [Текст] : учебное пособие / Валерия Мухина. – Москва: Академия, 2016. – 456 с.
62. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст] / Валерия Мухина. – Москва: Академия, 2010. – 453 с.
63. Мухина, В. С. Детская психология: [Текст]: учеб. для студентов пед. инст. / Валерия Мухина. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: Просвещение, 2018. – 352 с.
64. Назарова, Н. М. Специальная педагогика. [Текст]: учебное пособие / Наталья Назарова. – Москва: АСАДЕМА, 2016. – 586 с.

65. Немов, Р. С. Психология [Текст] : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Роберт Немов. – Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2009. – 686 с.
66. Нищаева, Н. В. Организация психологической службы в современном детском саду [Текст]: / Наталья Нищаева. – Санкт-Петербург: Издательство «ДЕТСВО – ПРЕСС», 2017. – 192 с.
67. Общая психология [Текст] : учебник для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Б. С. Братусь. – Москва: «Академия», 2016. – 480 с.
68. Общая психология. Хрестоматия [Текст]: учебное пособие / под ред. П. В. Симонова, И. П. Павлова. – Москва: Евразийский открытый институт, 2011. – 256 с.
69. Овчиников, М. В. Математические методы психологии. [Текст]: учебное пособие / Михаил Овчиников. – Челябинск: изд-во Челяб. гос. ун-та, 2015. – 115 с.
70. Организация специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях [Текст] : методические рекомендации / под ред. С. В. Алехина. – Москва: МГППУ, 2012. – 92 с.
71. От рождения до школы: Основная общеобразовательная программа дошкольного образования [Текст] / под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – Москва: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 304 с.
72. Ошкина, А. А. Педагогическая практика [Текст]: учеб. - метод. пособие / Алла Ошкина. – Тольятти: Изд-во ТГУ, 2018. – 74 с.
73. Психологический словарь [Текст] / под ред. А. В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 921 с.
74. Резникова, Е. В. Психолого-педагогическая программа коррекционной работы [Текст]: методическое пособие / Елена Резникова. – Челябинск: Цицеро, 2013. – 107 с.

75. Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций [Текст]: учебное пособие / Януш Рейковский. – Москва: Юрайт, 1979. – 123 с.
76. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. [Текст] / учебное пособие / Сергей Рубинштейн. – Москва: Просвещение, 1989. – 705 с.
77. Сарджвнлпдзе, Н, Травма и психологическая помощь [Текст] / Н Сарджвнлпдзе, Н Баберанвили, Л М. Джавахишвили. – Москва: Смысл, 2019. – 182 с.
78. Селиванова, Е. А. Психолого-педагогическая поддержка детей группы риска в образовательных учреждениях. [Текст] / Елена Селиванова. – Челябинск; Цицеро, 2018. – 110 с.
79. Семаго, Н. Я. Специальные образовательные условия инклюзивной школы [Текст] / Наталья Семаго. – Москва: Педагогический университет «Первое сентября», 2014. – 381 с.
80. Семаго, Н. Я. Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст [Текст] / Н. Я. Семаго, М. М. Семаго. – 2-е изд. – Санкт-Петербург: Речь, 2020. – 368 с.
81. Семенович, А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте [Текст] / Анна Семенович. – Москва: Академия, 2016. – 232 с.
82. Сиротюк, А. Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения [Текст] / Алла Сиротюк. – Москва: ТЦ Сфера, 2003. – 288 с.
83. Смирнова, Е. О. Детская психология [Текст]: учебник для вузов / Елена Смирнова. – Санкт-Петербург: Питер, 2019. – 365 с.
84. Смит, Г. К. Тренинг прогнозирования поведения [Текст]: тренинг сенситивности / Гленн Смит. – Санкт-Петербург: Речь, 2001. – 256 с.

85. Собчик, Л. Н. Метод цветowych выборов модификация восьмицентového теста Люшера [Текст] / Людмила Собчик. – Москва: Юрайт, 2019 –128 с.

86. Сугаипова, Ф. М. Факторы, влияющие на возникновение девиантного поведения у детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Фатима Сугаипова // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 190-192. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/query\\_results.asp?pagenum=2&selid=2](https://elibrary.ru/query_results.asp?pagenum=2&selid=2) – Загл. с экрана.

87. Тэмпл, Р. «Тест тревожности» [Электронный ресурс] / Р. Тэмпл М. Дорки и В. Амен. – Режим доступа: <http://testoteka.narod.ru/pm/1/13.html>. – Загл. с экрана.

88. Узнадзе, Д. Н. Экспериментальные основы психологии установки [Текст] / Дмитрий Узнадзе. – Тбилиси: Изд-во АНГрССР, 1981. – 381 с.

89. Урунтаева, Г. А. Детская психология. [Текст]: учебное пособие / Галина Урунтаева. – Москва: Академия, 2013. – 336 с.

90. Урунтаева, Г. А. Психология дошкольного возраста [Текст]: учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Галина Урунтаева. – Москва : Академия, 2013. – 335 с.

91. Федеральный Государственный Образовательный Стандарт Дошкольного Образования [Текст]: утвержд. приказ. Минист обр. и науки Р.Ф от 17 окт. 2013. – Екатеринбург. Абажур, 2014. – 123 с.

92. Цикото, Г. В. Проблемные дети. Развитие и коррекция в предметно – практической деятельности [Текст] / Галина Цикото. – Москва : Парадигма, 2014. – 193 с.

93. Чудновский, В. Э. Нравственная устойчивость личности [Электронный ресурс]: психологическое исследование / Виль Чудновский. – Москва: Педагогика, 1981. – 208 с. – Режим доступа: [https://www.studmed.ru/view/chudnovskiy-ve-nravstvennaya-ustoychivost-lichnosti\\_4382aa01161.html](https://www.studmed.ru/view/chudnovskiy-ve-nravstvennaya-ustoychivost-lichnosti_4382aa01161.html) – Загл. с экрана.

94. Шевченко, М. А. Психологические рисунчатые тесты для детей и взрослых [Текст] / Маргарита Шевченко. – Москва: Издательство АСТ, 2019. – 176 с.
95. Широкова, Г. А. Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста [Текст] / Галина Широкова. – Ростов–на-Дону: Феникс, 2005. – 304 с.
96. Щербатых, Ю. В. Общая психология (Завтра экзамен) [Электронный ресурс] / Юрий Щербатых. – Санкт-Петербург:: Питер, 2018. – Режим доступа: <https://klex.ru/9fm> – Загл. с экрана.
97. Эльконин, Д. Б. Детская психология [Текст] / Даниил Эльконин. – Москва: Педагогика, 1960. – 456 с.
98. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды [Текст] / Даниил Эльконин. – Москва: Педагогика, 1979. – 123 с.
99. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис [Электронный ресурс] / Эрик Эриксон. – Москва.: Изд-во «Прогресс», 1996. – 344 с. – Режим доступа <https://www.litmir.me/bd/?b=245724&p> – Загл. с экрана.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики диагностики эмоциональной устойчивости у старших дошкольников

Методики обследования контрольной группы детей, старших дошкольников по изучению причин эмоциональной неустойчивости..

1. Диагностический цветовой тест М. Люшера. Диагностика эмоционального состояния дошкольника и его оценочной деятельности.

Цветовой тест Люшера основан на экспериментально установленной зависимости между предпочтением человеком определенных цветов (оттенков) и его текущим психологическим состоянием. Тест Люшера также основан на предположении о том, что выбор цвета отражает нередко направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности. Методика Люшера характерен тем, что может за короткое время (время проведения - меньше 10 мин) дать глубокую и обширную, причем свободную от сознательного контроля испытуемого, характеристику его психологического состояния. Зарубежные психологи применяют тест Люшера в целях профориентации при подборе кадров, комплектовании производственных коллективов, в этнических; геронтологических исследованиях, при рекомендациях по выбору брачных партнеров. Значения цветов в их психологической интерпретации определялись в ходе разностороннего обследования многочисленного контингента различных тестируемых. Цветовой тест Люшера (Полный вариант методики): Инструкция. Выберите, цвет, который сейчас наиболее Вам приятен. Просьба к Вам при этом не связывать цвет карточки с цветом Вашей одежды или машины, отвлечься от них. Затем из оставшихся семи цветов выберите наиболее приятный. Повторите процедуру с оставшимися шестью цветами, затем пятью и так до конца. Записывайте цвета в том порядке, котором они были выбраны от наиболее приятного до наименее. Через 2-3 мин опять вернитесь к 8 цветовым карточкам и проделайте то же самое. При этом не нужно ориентироваться на порядок раскладки в первом выборе, выбирайте цвета, как будто а впервые. Стимульный материал. Ключ к тесту Люшера Характеристика цветов (по Максусу Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

- 1) синий — символизирует спокойствие, удовлетворенность;
- 2) сине-зеленый — чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство;
- 3) оранжево-красный — символизирует силу волевого усилия, агрессивность, наступательные тенденции, возбуждение;
- 4) светло-желтый — активность, стремление к общению, экспансивность, веселость. При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций.

Дополнительные цвета:

5) фиолетовый; 6) коричневый, 7) черный, 8) серый (0). Символизируют негативные тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям, что будет показано ниже. Первый выбор в тесте Люшера характеризует желаемое состояние, второй — действительное. В зависимости от цели исследования можно интерпретировать результаты соответствующего тестирования».

В результате тестирования получаем восемь позиций; первая и вторая — явное предпочтение (обозначаются ++); третья и четвертая — предпочтение (обозначаются x

х); пятая и шестая — безразличие к цвету (обозначаются = = ); седьмая и восьмая — антипатия к цвету (обозначаются — —) На основании анализа более 36 000 результатов исследований М. Люшер дал примерную характеристику выбранных позиций:

1-я позиция отражает средства достижения цели (например, выбор синего цвета говорит о намерении действовать спокойно, без излишнего напряжения);

2-я позиция показывает цель, к которой стремится испытуемый;

3-я и 4-я позиции характеризуют предпочтение цвету и отражают ощущение испытуемым истинной ситуации, в которой он находится, или же образ действий, который ему подсказывает ситуация;

5-я и 6-я позиции характеризуют безразличие к цвету, нейтральное к нему отношение. Они как бы свидетельствуют, что испытуемый не связывает свое состояние, настроение, мотивы с данными цветами. Однако в определенной ситуации эта позиция может содержать резервную трактовку цвета, например, синий цвет (цвет покоя) откладывается временно как неподходящий в данной ситуации;

7-я и 8-я позиции характеризуют негативное отношение к цвету, стремление подавить какую-либо потребность, мотив, настроение, отражаемые данным цветом. ++ X X = - - 3 4 1 0 2 5 6 7 Запись выбранных цветов осуществляется перечнем номеров в порядке предпочтения с указанием позиций. Например, при выборе красного, желтого, синего, серого, зеленого, фиолетового, коричневого и черного цветов записывается:

Зоны (+ +; x x; = =; — —) образуют 4 функциональные группы. Интерпретация результатов тестирования Как отмечалось, одним из приемов трактовки результатов выбора является оценка положения основных цветов. Если они занимают позицию далее пятой, значит, характеризующие ими свойства, потребности не удовлетворены, следовательно, имеют место тревожность, негативное состояние.

Рассматривается взаимное положение основных цветов. Когда, например, № 1 и 2 (синий и желтый) находятся рядом (образуя функциональную группу), подчеркивается их общая черта — субъективная направленность «вовнутрь». Совместное положение цветов № 2 и 3 (зеленого и красного) указывает на автономию, самостоятельность в принятии решений, инициативность.

Сочетание цветов № 3 и 4 (красного и желтого) подчеркивает направленность «вовне».

Сочетание цветов № 1 и 4 (синего и желтого) усиливает представление зависимости испытуемых от среды.

При сочетании цветов № 1 и 3 (синего и красного) в одной функциональной группе подчеркивается благоприятный баланс зависимости от среды и субъективной направленности (синий цвет) и автономности, направленности «вовне» (красный цвет).

Сочетание зеленого и желтого цветов (№ 2 и 4) рассматривается как противопоставление субъективного стремления «вовнутрь», автономности, упрямства стремлению «вовне», зависимости от среды.

Основные цвета, по мнению Макса Люшера, символизируют следующие психологические потребности:

№ 1 (синий) — потребность в удовлетворении, спокойствии, устойчивой положительной привязанности;

№ 2 (зеленый) — потребность в самоутверждении;

№ 3 (красный) — потребность активно действовать и добиваться успеха;

№ 4 (желтый) — потребность в перспективе, надеждах на лучшее, мечтах. Если основные цвета находятся в 1-й — 5-й позициях, считается, что эти потребности в известной мере удовлетворяются, воспринимаются как удовлетворяемые; если они в 6-й — 8-й позициях, имеет место какой-либо конфликт, тревожность, неудовлетворенность из-за неблагоприятных обстоятельств.

Отвергаемый цвет может рассматриваться как источник стресса. Например, отвергаемый синий цвет означает неудовлетворенность отсутствием покоя,

привязанности. Возможности оценки работоспособности в ходе анализа выбора цветов Макс Люшер учитывал, исходя из следующих посылок.

Зеленый цвет характеризует гибкость волевых проявлений в сложных условиях деятельности, чем обеспечивается поддержание работоспособности.

Красный цвет характеризует силу воли и чувство удовлетворенности стремлением к достижению цели, что также содействует поддержанию работоспособности.

Желтый цвет ограждает надежды на успех, спонтанное удовлетворение от участия в деятельности (иногда без четкого осознания ее деталей), ориентацию на дальнейшую работу. Если все эти три цвета стоят в начале ряда и все вместе, то вероятно более продуктивная деятельность, более высокая работоспособность. Если же они находятся во второй половине ряда и разделены друг от друга, прогноз менее благоприятный.

Показатели тревоги. Если основной цвет стоит на 6-ом месте, он обозначается знаком —, и все остальные, что находятся за ним (7-я — 8-я позиции), обозначаются этим же знаком. Их следует рассматривать как отвергаемые цвета, как причину тревожности, негативного состояния. В тесте Люшера такие случаи дополнительно помечаются буквой А над номером цвета и знаком —, например:

Показатели компенсации. При наличии источника стресса, тревоги (выражаемого каким-либо основным цветом, помещенным на 6-ю и 8-ю позиции) цвет, поставленный в 1-ю позицию, рассматривается как показатель компенсации (компенсирующим мотивом, настроением, поведением).

В этом случае над цифрой, занимающей 1-е место, ставится буква С. Считается явлением более или менее нормальным, когда компенсация проходит за счет одного из основных цветов. В то же время сам факт наличия показателя стресса и компенсации всегда свидетельствует о недостаточной оптимальности состояния. В тех же случаях, когда компенсация проходит за счет дополнительных цветов, результаты теста трактуются как показатели негативного состояния, негативных мотивов, негативного отношения к окружающей ситуации. ! ! ! ! А А А 2 1 4

Показатели интенсивности тревоги характеризуются позицией, занимаемой основными цветами.

Если основной цвет на 6-м месте, фактор, вызывающий тревогу, считается относительно слабым (это отмечается одним восклицательным знаком);

если цвет в 7-й и позиции, ставятся два восклицательных знака (!!); если основной цвет в 8-й позиции, ставятся три знака (!!!).

Таким образом может быть поставлено до 6 знаков, характеризующих источники стресса, тревоги, например:

Подобным же образом в тесте Люшера оцениваются случаи неблагоприятной компенсации. Если компенсацией служит какой-либо из основных цветов или фиолетовый, не ставятся никаких знаков. Если серый, коричневый или черный цвет занимают 3-ю позицию, ставится один восклицательный знак, если 2-ю позицию, ставится два знака (!!), если первую позицию, ставится три знака (!!!). Таким образом, их может быть 6, например: ! ! ! ! ! С С С + + + 6 0 7 Считается, что чем больше знаков «!», тем прогноз неблагоприятнее.

С учетом полученных результатов тестирования целесообразно организовать мероприятия по регуляции и саморегуляции психических состояний, аутогенной тренировки. Повторное тестирование после таких мероприятий (в сочетании с другими методиками) может дать информацию о снижении тревожности, напряженности.

Особо важное значение при интерпретации результатов тестирования имеет оценка цвета в последней 8-й позиции (или в 4-й функциональной группе при наличии двух цветов со знаком —).

Если цвета в этой позиции помечены восклицательными знаками, значит, достаточно велика вероятность развития у испытуемого состояния тревожности. Обратите внимание на соотношение первой и восьмой позиций, имеет ли место компенсация, по нормальной ли схеме она построена? Может быть также проанализировано отношение цветов во второй и третьей позициях (желаемая цель и фактическая ситуация). Нет ли между ними конфликта?

Например, красный цвет во второй и серый в третьей позициях символизируют конфликт между целью, мотивами и самооценкой реального своего состояния.

Анализируя и интерпретируя результаты теста Люшера, полученную психодиагностическую информацию следует сопоставлять с материалами анкетирования, наблюдения, бесед, изучения документов об испытуемых. Только при таком разностороннем изучении личности можно делать какие-то серьезные заключения о чертах личности, ее психологических особенностях.

То же самое следует сказать о перспективах использования результатов теста для оценки состояния, в частности эмоционального состояния, напряженности, тревожности.

Однако совпадение показателей цветового теста (выбор цветов № 6, 7, 0 в первой позиции) и данных анкетирования и наблюдения позволяет с большей уверенностью судить о развитии у испытуемых различных негативных состояний.

Интерпретация (расшифровка) цветных пар по Люшеру Позиции «+ +». Первый цвет синий +1+2 (синий и зеленый) — чувство удовлетворенности, спокойствия, стремление к спокойной обстановке, нежелание участвовать в конфликтах, стрессе.

+1 +3 (синий и красный) — чувство целостности, активное и не всегда осознанное стремление к тесным отношениям. Потребность во внимании со стороны других.

+1 +5 (синий и фиолетовый) — небольшое беспокойство, потребность в тонком окружении, стремление к эстетическому.

+1 +6 (синий и коричневый) — чувство беспокойства, страх одиночества, стремление уйти от конфликтов, избежать стресса.

+1 +7 (синий и черный) — негативное состояние, стремление к покою, отдыху, неудовлетворенность отношением к себе, негативное отношение к ситуации.

+1 +0 (синий и серый) — негативное состояние, потребность освободиться от стресса, стремление к покою, отдыху.

Первый цвет зеленый +2 +1 (зеленый и синий) — позитивное состояние, стремление к признанию, к деятельности, обеспечивающей успех.

+2 +3 (зеленый и красный) — активное стремление к успеху, к самостоятельным решениям, преодолению преград в деятельности.

+2 +4 (зеленый и желтый) — небольшое беспокойство, стремление к признанию, популярности, желание произвести впечатление.

+2 +5 (зеленый и фиолетовый) — небольшое беспокойство, стремление к признанию, популярности, желание супервпечатлений, повышенное внимание к реакциям окружающих на свои поступки.

+2 +6 (зеленый и коричневый) — чувство неудовлетворенности, усталости, переоценка значимости отношения к себе со стороны окружающих.

+2 +7 (зеленый и черный) — чувство обиды, злости, стремление к жесткости, авторитетности в отношениях.

+2 +0 (зеленый и серый) — чувство неудовлетворенности, стремление к признанию, желание произвести впечатление.

Первый цвет красный +3 +1 (красный и синий) — деловое возбуждение, активное стремление к деятельности, впечатлениям, удовольствиям.

+3 +2 (красный и зеленый) — деловое возбуждение, активное стремление к цели, преодолению всех трудностей, стремление к высокой оценке своей деятельности.

+3 +4 (красный и желтый) — деловое, слегка повышенное возбуждение, увлеченность, оптимизм, стремление к контактам, расширение сферы деятельности.

+3 +5 (красный и фиолетовый) — повышенное возбуждение, не всегда адекватная увлеченность, стремление произвести впечатление. +3 +6 (красный и коричневый) — негативное настроение, огорчение из-за неудачи, нежелание лишиться благ приятной ситуации.

+3 +7 (красный и черный) — негативное настроение злость, стремление уйти из неблагоприятной ситуации.

+3 +0 (красный и серый) — чувство неудовлетворенности, направленность на рискованное действие.

Первый цвет желтый +4 +1 (желтый и синий) — настроение в общем положительное, стремление к позитивному эмоциональному состоянию, взаимовыдержке.

+4 +2 (желтый и зеленый) — настроение в общем положительное, желание поиска первых путей решения стоящих задач, стремление к самоутверждению.

+4 +3 (желтый и красный) — несколько повышенное деловое возбуждение, стремление к широкой активной

+4 +5 (желтый и фиолетовый) — небольшая эйфория, стремление к ярким событиям, желание произвести впечатление.

+4 +6 (желтый и коричневый) — негативное настроение, огорчение и потребность в эмоциональной разрядке и отдыхе.

+4 +7 (желтый и черный) — весьма негативное настроение, стремление уйти от любых проблем, склонность к необходимым, малоадекватным решениям.

+4 +0 (желтый и серый) — негативное угнетенное состояние, стремление выйти из неприятной ситуации, четкое представление о том, как это сделать. Первый цвет фиолетовый

+5 +1 (фиолетовый и синий) — неопределенное настроение, стремление к согласию и гармонии.

+5 +2 (фиолетовый и зеленый) — настороженность, желание произвести впечатление.

+5 +3 (фиолетовый и красный) — некоторое возбуждение, увлеченность, активное стремление произвести впечатление.

+5 +4 (фиолетовый и желтый) — возбуждение, фантазирование, стремление к ярким событиям.

+5 +6 (фиолетовый и коричневый) — возбуждение, направленность на сильные эмоциональные переживания.

+5 +7 (фиолетовый и черный) — негативное состояние.

+5 +0 (фиолетовый и серый) — напряжение, стремление оградить себя от конфликтов, стресса.

Первый цвет коричневый +6 +1 (коричневый и синий) — напряжение, страх одиночества, желание уйти из неблагоприятной ситуации.

+6 +2 (коричневый и зеленый) — чувство беспокойства, стремление к строгому контролю над собой, чтобы избежать ошибки.

+6 +3 (коричневый и красный) — активное стремление к эмоциональной разрядке.

+6 +4 (коричневый и желтый) — утрата веры в положительные перспективы, вероятность необдуманных решений («мне все равно»).

+6 +5 (коричневый и фиолетовый) — чувство неудовлетворенности, стремление к комфорту.

+6 +7 (коричневый и черный) — негативное состояние, разочарованность, стремление к покою, желание уйти от активности.

+6 +0 (коричневый и серый) — весьма негативное состояние, стремление уйти от сложных проблем, а не бороться с ними.

Первый цвет черный +7 +1 (черный и синий) — весьма негативное состояние, стремление уйти от проблем («оставили бы в покое»).

+7 +2 (черный и зеленый) — возбуждение, гневное отношение к окружающим, не всегда адекватное упрямство.

+7 +3 (черный и красный) — сильное возбуждение, возможны аффективные поступки.

+7+4 (черный и желтый) — весьма негативное состояние, отчаяние, суицидные мысли.

+7 +5 (черный и фиолетовый) — напряженность, мечты о гармонии.

+7 +6 (черный и коричневый) — возбуждение, постановка нереальных задач, стремление уйти от беспокойных мыслей, неблагоприятных ситуаций.

+7 +0 (черный и серый) — чувство безнадежности, обреченности, стремление сопротивляться всему, неадекватность.

Первый цвет серый +0 +1 (серый и синий) — негативное состояние, желание спокойной ситуации.

+0 +2 (серый и зеленый) — негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды.

+0 +3 (серый и красный) — негативное состояние, возвышенные требования к окружающим, не всегда адекватная активность.

+0 +4 (серый и желтый) — негативное состояние, стремление уйти от проблем, а не решать их.

+0 +5 (серый и фиолетовый) — чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство.

+0 +6 (серый и коричневый) — весьма негативное состояние, стремление уйти от всего сложного, трудного, от волнения.

+0 +7 (серый и черный) — весьма негативное состояние, обида, чувство угнетенности, вероятность неадекватных решений.

Позиции «— —».

Первый цвет серый —0 —1 (серый и синий) — чувство неудовлетворенности, эмоциональной напряженности.

—0 —2 (серый и зеленый) — эмоциональная напряженность, желание выйти из неблагоприятной ситуации.

—0 —3 (серый и красный) — раздраженность, чувство беспомощности.

—0 —4 (серый и желтый) — тревожность, неуверенность в своих силах.

—0 —5 (серый и фиолетовый) — небольшое контролируемое возбуждение.

—0 —6 (серый и коричневый) — тревожность, неуверенность в своих силах, но при этом завышенная требовательность, желание достичь признания своей личности.

—0 —7 (серый и черный) — отрицание каких-либо ограничений своей личности, активное стремление к деятельности.

Первый цвет синий —1 —2 (синий и зеленый) — сильное напряжение, стремление избавиться от негативного стрессового состояния.

—1 —3 (синий и красный) — сильное напряжение, чувство беспомощности, желание выйти из эмоциональной ситуации.

—1 —4 (синий и желтый) — состояние, близкое к стрессу, эмоциональные негативные переживания, чувство беспомощности.

—1 —5 (синий и фиолетовый) — состояние, близкое к стрессу, сложность взаимоотношений, чувство ограниченности в возможностях, нетерпеливость.

—1 —6 (синий и коричневый) — эмоциональная неудовлетворенность, самоограничение, поиск поддержки.

—1 —7 (синий и черный) — состояние, близкое к стрессу, эмоциональная неудовлетворенность, стремление уйти из психогенной ситуации.

—1 —0 (синий и серый) — несколько угнетенное состояние, тревожность, ощущение бесперспективности.

Первый цвет зеленый —2 —1 (зеленый и синий) — угнетенное состояние неверие в свои силы, стремление уйти из неприятной ситуации.

—2 —3 (зеленый и красный) — сильное возбуждение, тягостные переживания, отношения со средой считает для себя враждебными, возможны аффективные поступки.

—2 —4 (зеленый и красный) — состояние, близкое к фрустрации, чувство разочарования, нерешительность.

—2 —5 (зеленый и фиолетовый) — состояние, близкое к стрессовому, чувство оскорбленного достоинства, неверие в свои силы.

—2 —6 (зеленый и коричневый) — состояние, близкое к стрессовому, неадекватно повышенный самоконтроль необоснованное стремление к признанию.

—2 —7 (зеленый и черный) — состояние фрустрации за ограничения амбициозных требований, недостаточная целеустремленность.

—2 —0 (зеленый и серый) — состояние фрустрации, раздраженность из-за ряда неудач, снижение волевых качеств:

Первый цвет красный —3 —1 (красный и синий) — подавляемое возбуждение, раздражительность, нетерпеливость, поиск выхода из негативных отношений, сложившихся с близкими людьми

—3 —2 (красный и зеленый) — состояние стресса из-за неадекватной самооценки.

—3 —4 (красный и желтый) — мнительность, тревожность, неадекватная оценка среды, стремление к самооправданию.

—3 —5 (красный и фиолетовый) — состояние стресса из-за за неудачных попыток достичь взаимопонимания, чувство неуверенности, беспомощности, желание сочувствия.

—3 —6 (красный и коричневый) — сильное напряжение, вызванное иногда самоограничением либидо, отсутствие дружеских контактов, неуверенность в своих силах.

—3 —7 (красный и черный) — состояние стресса из-за глубокого разочарования, фрустрация, чувство тревожности, бессилия решить конфликтную проблему, желание выйти из фрустрирующей ситуации любым путем, сомнение в том, что это удастся.

—3 —0 (красный и серый) — сдерживаемое возбуждение, чувство утрачиваемой перспективы, вероятность нервного истощения.

Первый цвет желтый —4 —1 (желтый и синий) — чувство разочарования, состояние, близкое к стрессу, стремление подавить негативные эмоции.

—4 —2 (желтый и зеленый) — состояние нерешительности, тревожности, разочарования.

—4 —3 (желтый и красный) — состояние стресса, сопровождаемое возбуждением, сомнения в успехе, претензии, не подкрепляемые реальными возможностями, самооправдание.

—4 —5 (желтый и фиолетовый) — эмоциональное разочарование и чувство беспокойства, тревоги, разочарования.

—4 —7 (желтый и черный) — напряженность, чувство неуверенности, настороженности, стремление избежать контроля извне.

—4 —0 (желтый и серый) — напряженность, чувство боязни потерять что-то важное, упустить возможности, напряженное ожидание.

Первый цвет фиолетовый —5 —1 (фиолетовый и синий) — чувство неудовлетворенности, стимулирующее к активности, стремление к сотрудничеству.

—5 —2 (фиолетовый и зеленый) — стрессовые состояния из-за неосуществившегося самоутверждения.

—5 —3 (фиолетовый и красный) — стрессовое состоя из-за неудач в активных, иногда необдуманных действ! —5 —4 (фиолетовый и желтый) — настороженность, подозрительность, разочарование, замкнутость.

5 —6 (фиолетовый и коричневый) — стресс, вызванный нарушением желательных взаимоотношений, повышенная взыскательность к другим.

—5 —7 (фиолетовый и черный) — напряжение из-за ограничения в самостоятельных решениях, стремление к взаимопониманию, откровенному выражению мыслей.

—5 —0 (фиолетовый и серый) — проявление нетерпения, но в то же время стремление к самоконтролю, вызывает некоторое эмоциональное возбуждение. Первый цвет коричневый

—6 —1 (коричневый и синий) — негативное состояние, чувство неудовлетворенности из-за недостаточного признания заслуг (реальных и предполагаемых), стремление к самоограничению и самоконтролю.

—6 —2 (коричневый и зеленый) — негативное состояние из-за чрезмерного самоконтроля, упрямое желание выделиться, сомнения в том, что это удастся.

—6 —3 (коричневый и красный) — стрессовое состояние из-за подавленности эротических и других биологических потребностей, стремление к сотрудничеству для выхода из стресса.

—6 —4 (коричневый и желтый) — напряженность стремления скрыть тревогу под маской уверенности и беспечности.

—6 —5 (коричневый и фиолетовый) — негативное состояние из-за неудовлетворенного стремления к чувственной гармонии.

—6 —7 (коричневый и черный) — стремление уйти из подчинения, негативное отношение к различным запретам. —6 —0 (коричневый и серый) — стрессовое состояние из-за подавления биологических, потребностей либидо.

Первый цвет черный

—7 —1 (черный и синий) — состояние беспокойства в связи со скрываемым желанием получить помощь, поддержку.

—7 —2 (черный и зеленый) — состояние, близкое к фрустрации из-за ограничения свободы желаемых действий, стремление избавиться от помех.

—7 —3 (черный и красный) — стрессовое состояние, вызванное разочарованием в ожидаемой ситуации, эмоциональное возбуждение.

—7 —4 (черный и желтый) — стрессовое состояние из-за боязни дальнейших неудач, отказ от разумных компромиссов.

—7 —5 (черный и фиолетовый) — поиски идеализированной ситуации.

—7 —6 (черный и коричневый) — стрессовое состояние из-за неприятных ограничений, запретов, стремление сопротивляться ограничениям, уйти от заурядности.

—7 —0 (черный и серый) — стремление уйти из неблагоприятной ситуации.

Первый цвет серый

—0 —1 (серый и синий) — некоторое напряжение, стремление противостоять негативным чувствам.

—0 —2 (серый и зеленый) — негативное состояние в связи с перенапряжением, переутомлением.

—0 —3 (серый и красный) — подавляемое беспокойство, возможность аффективных действий, раздражительность.

—0 —4 (серый и желтый) — чувства тревожности, неуверенности. —

0 —5 (серый и фиолетовый) — напряжение в связи с подавлением чувственных переживаний.

—0 —6 (серый и коричневый) — стремление выйти из неблагоприятной ситуации, несколько завышенная самооценка.

—0 —7 (серый и черный) — стремление выйти из неблагоприятной ситуации, надежда на хорошие перспективы в будущем.

Макс Люшер составил специальную таблицу, в которой отмечены сочетания цветов в разных позициях, предполагающие отражение конфликтов, переживаемых испытуемыми (не касаясь причины, мотивов этих конфликтов). Две первые и две последние позиции с набором цветов, отражающие серьезные конфликты:

2. Методика «тест тревожности». Разработан американскими психологами Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен. <http://testoteka.narod.ru/pm/1/13.html>.

Стимульный материал представляет собой 14 рисунков размером 8,5X11 см. Каждый рисунок представляет некоторую типичную для жизни ребенка дошкольника (или младшего школьника) ситуацию.

Рис. 1 Игра с младшими детьми (Ребенок играет малышами)

Рис. 2 Ребенок и мать с младенцем (Ребенок идет рядом с матерью, которая везет коляску с младенцем)

Рис. 3 Объект агрессии (Ребенок убегает от нападающего на него сверстника)

Рис. 4 Одевание (Ребенок сидит на стуле и одевает ботинки)

Рис. 5 Игра со старшими детьми (Ребенок играет с двумя старшими детьми)

Рис. 6 Укладывание спать в одиночестве (Ребенок идет к своей кровати, родители сидят в кресле спиной к нему) Рис.

7 Умывание (Ребенок умывается в ванной комнате)

Рис. 8 Выговор (Мать, подняв указательный палец, строго выговаривает ребенка за что-то) Рис.

9 Игнорирование (Отец играет с малышом, ребенок стоит в одиночестве)

Рис. 10 Агрессивное нападение (Сверстник отбирает у ребенка игрушки)

Рис. 11 Собираание игрушек (Мать и ребенок убирают игрушки).

Рис. 12 Изоляция (Двое сверстников убегают от ребенка, стоящего в одиночестве)

Рис. 13 Ребенок с родителями (Ребенок стоит между матерью и отцом) Рис.

14 Еда в одиночестве (Ребенок один сидит за столом, держа в руке стакан).

Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы.

Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом — печальное. Метод предъявления.

Рисунки предъявляются ребенку экспериментатором в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате.

Предъявив ребенку рисунок, экспериментатор дает инструкцию следующего содержания:

1. Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое у ребенка будет лицо, веселое или печальное? Он (она) играет с малышами».

2. Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».

3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, веселое или печальное?».

4. Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) одевается».

5. Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми».

6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) идет спать».

7. Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) в ванной».

8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, печальное или веселое?».

9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, веселое или печальное?».

10. Агрессивное нападение. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое?».

11. Уборка игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки».

12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, печальное или веселое?».

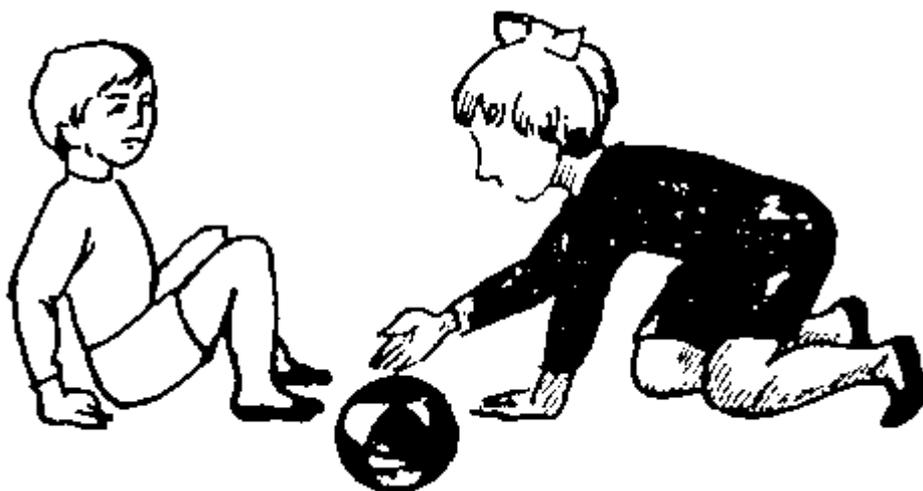
13. Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».

14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) ест».

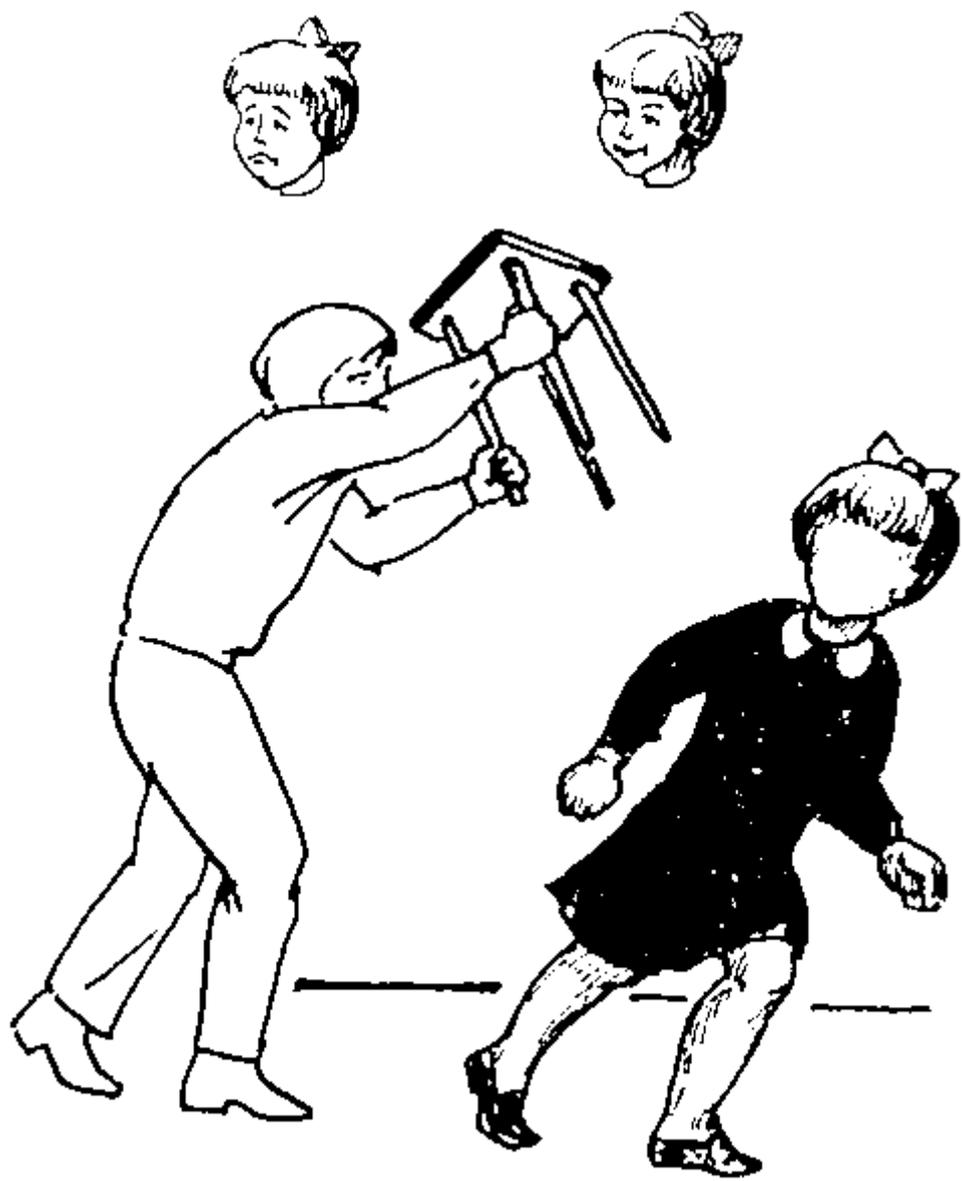
Во избежание персеверативных выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительных вопросов ребенку не задается. «тест тревожности». Разработан американскими психологами Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен.

Валидизация методики показала высокий уровень ее валидности. Уровень тревожности, определяемой на основании методики высоко коррелируется с уровнем тревожности, полученным на основании отзывов воспитателей и учителей начальных классов ( $r = 0,56$ ), надежность методики также весьма значительна ( $\alpha = 0,42$ ).

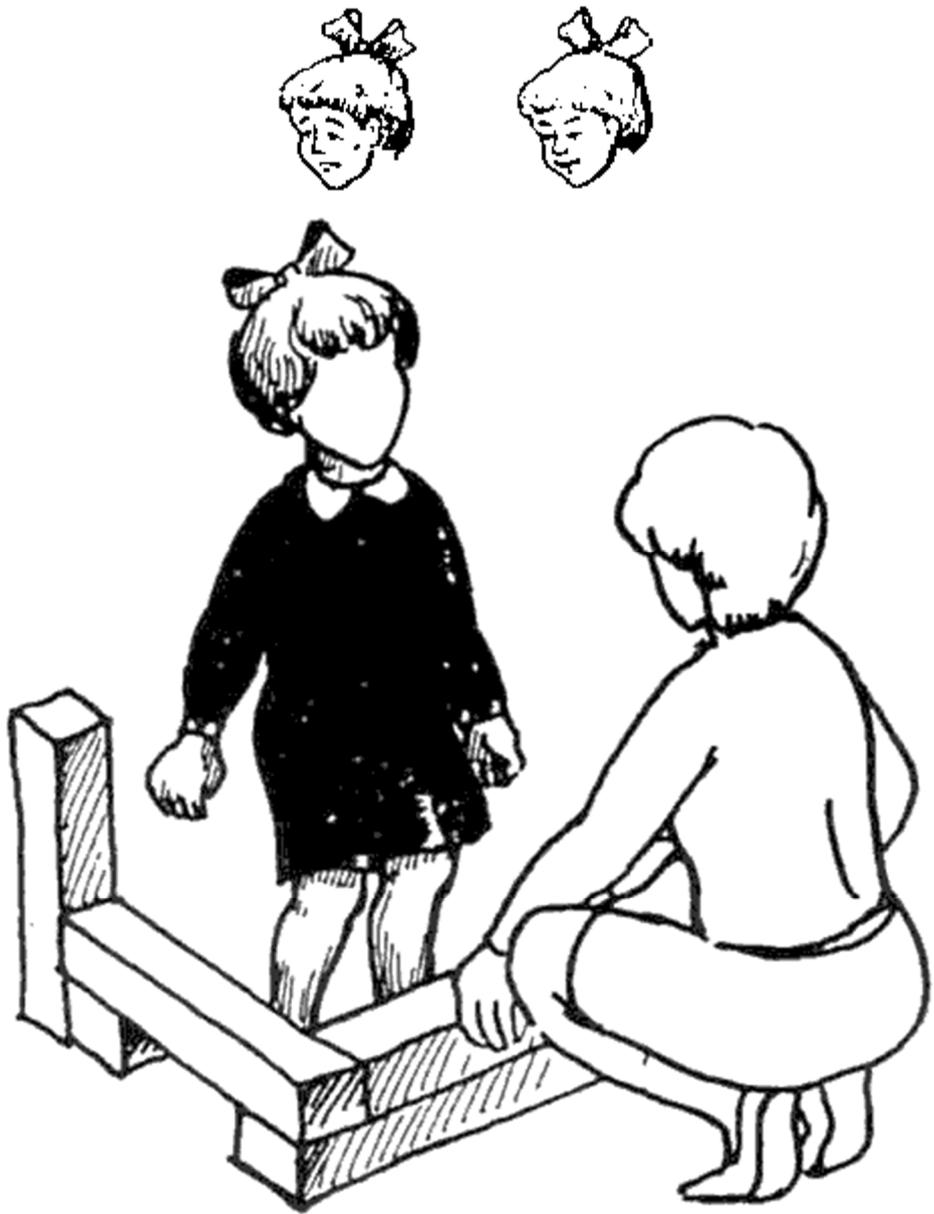
#### Стимульный материал к тесту для девочек

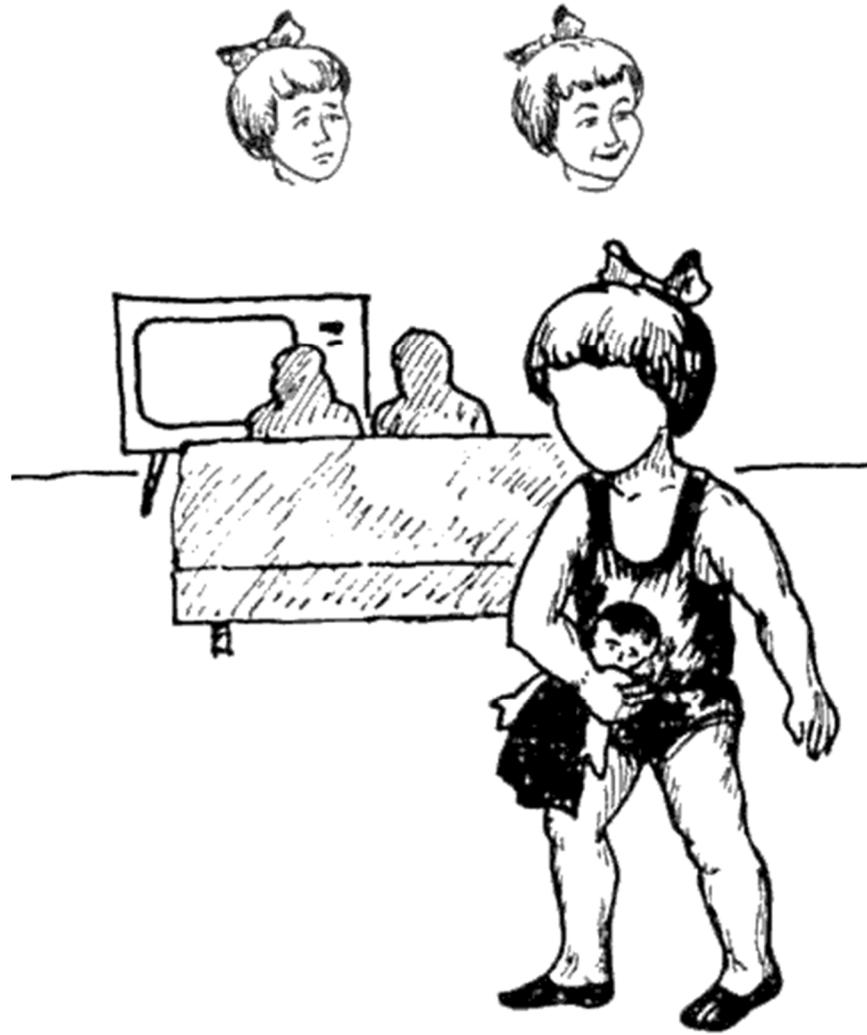


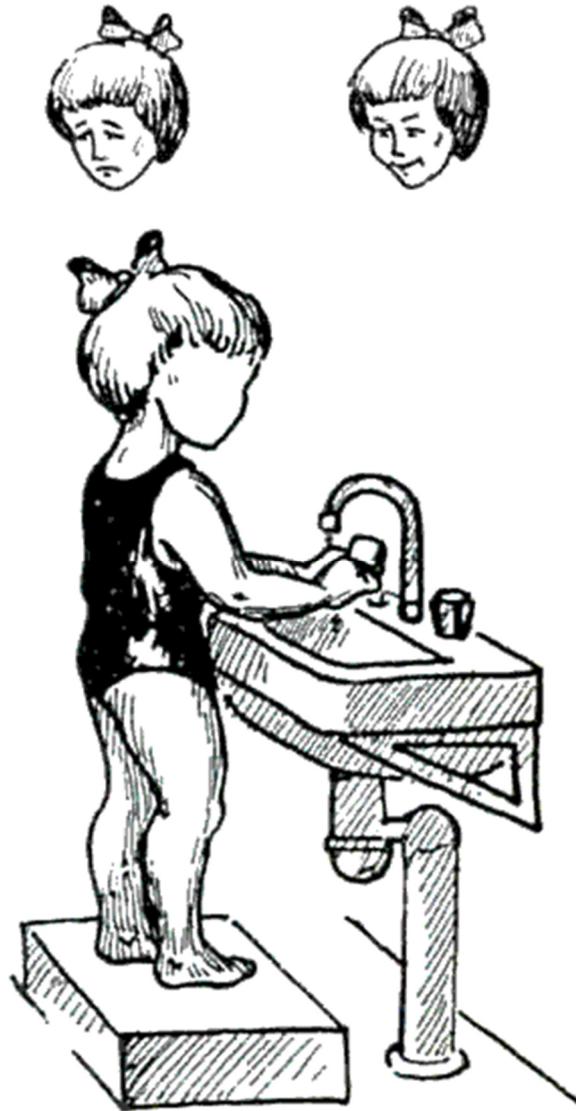






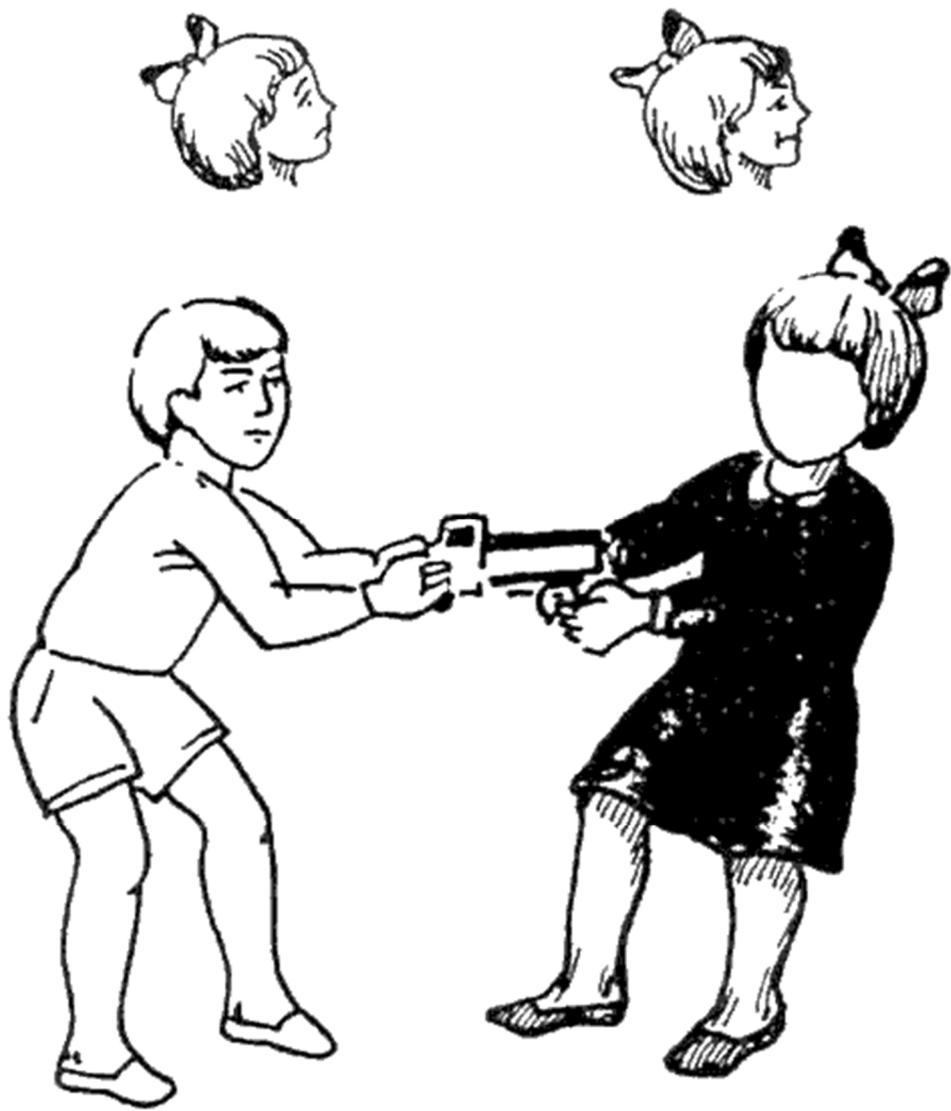


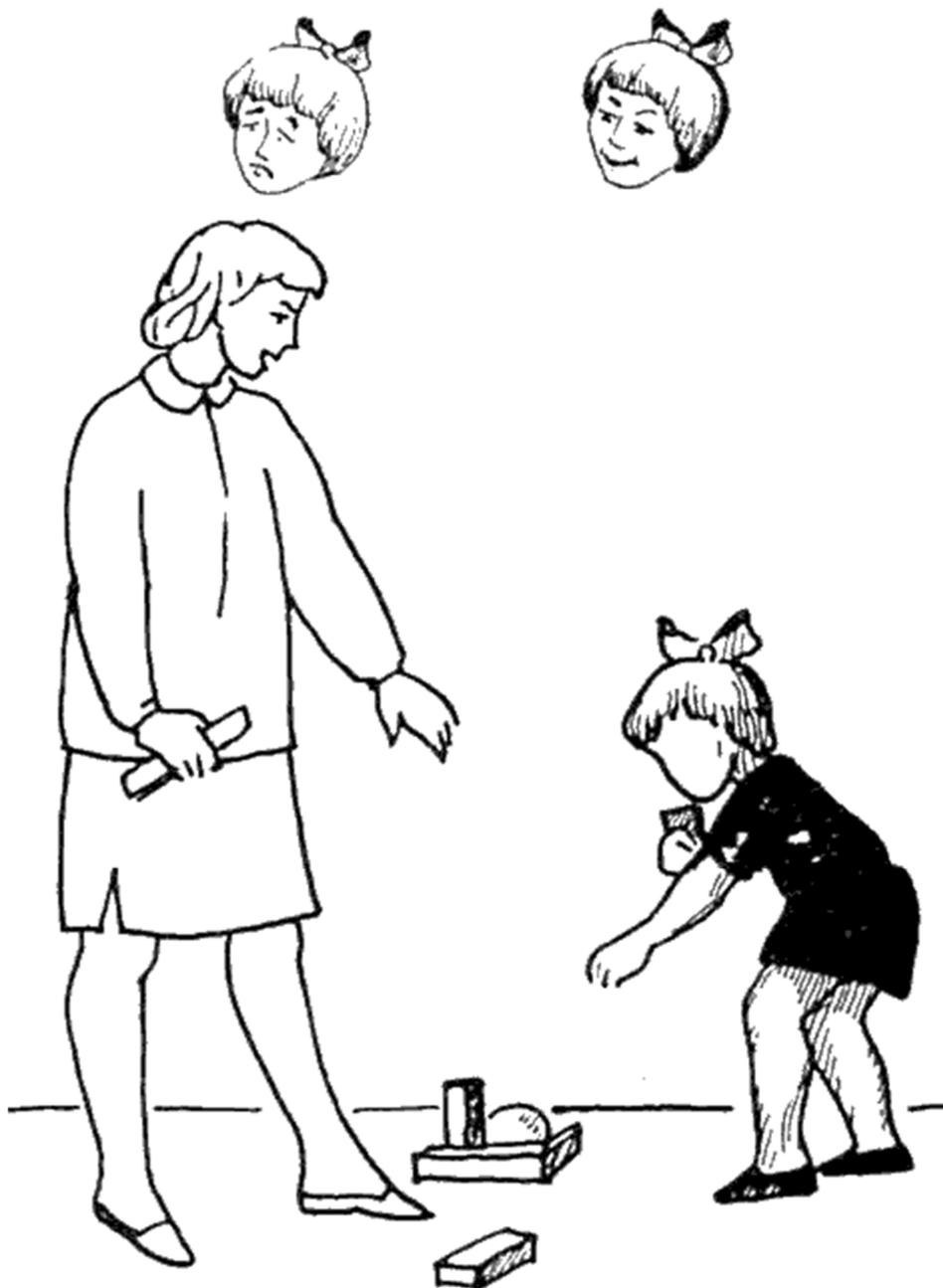


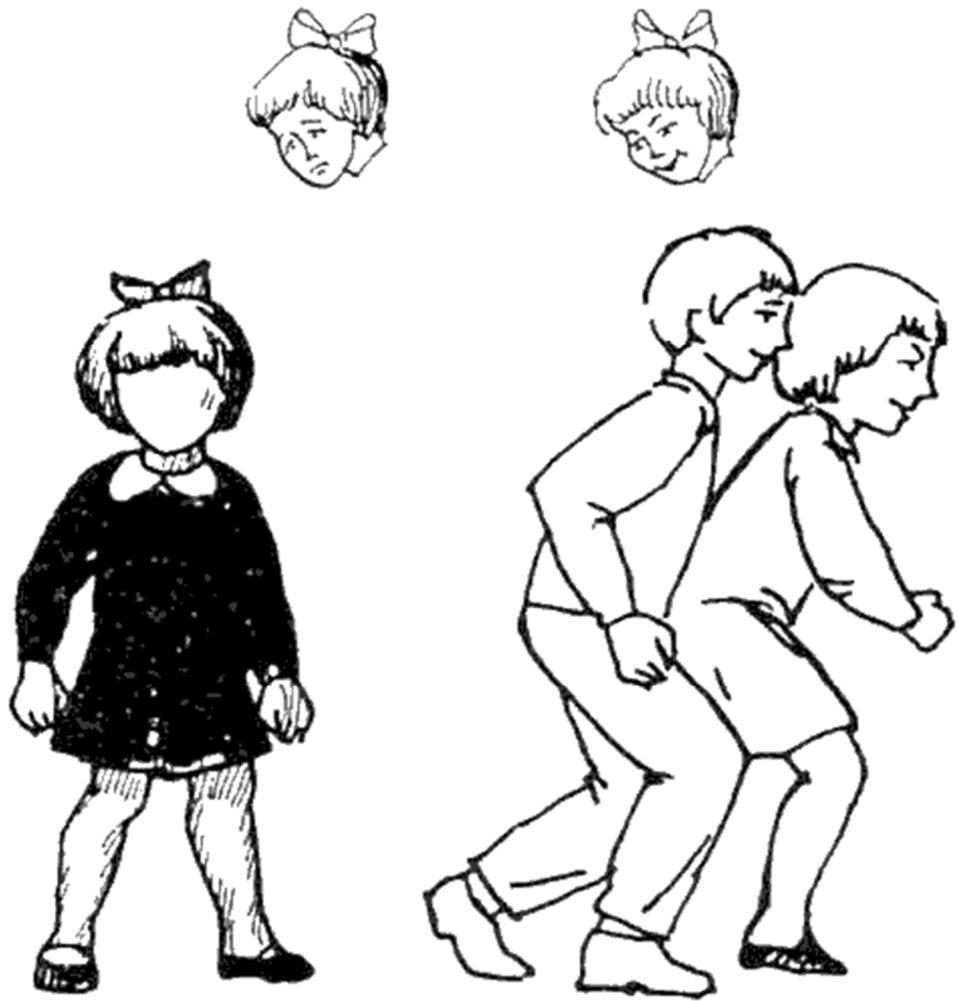


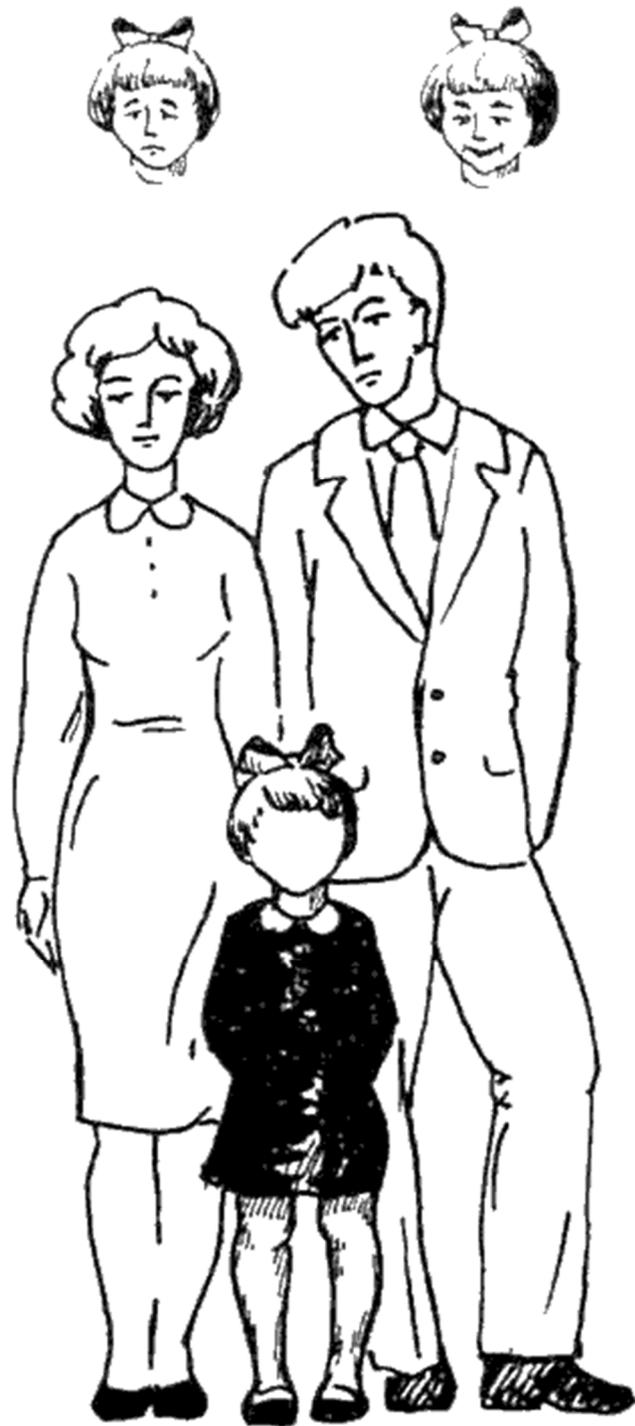


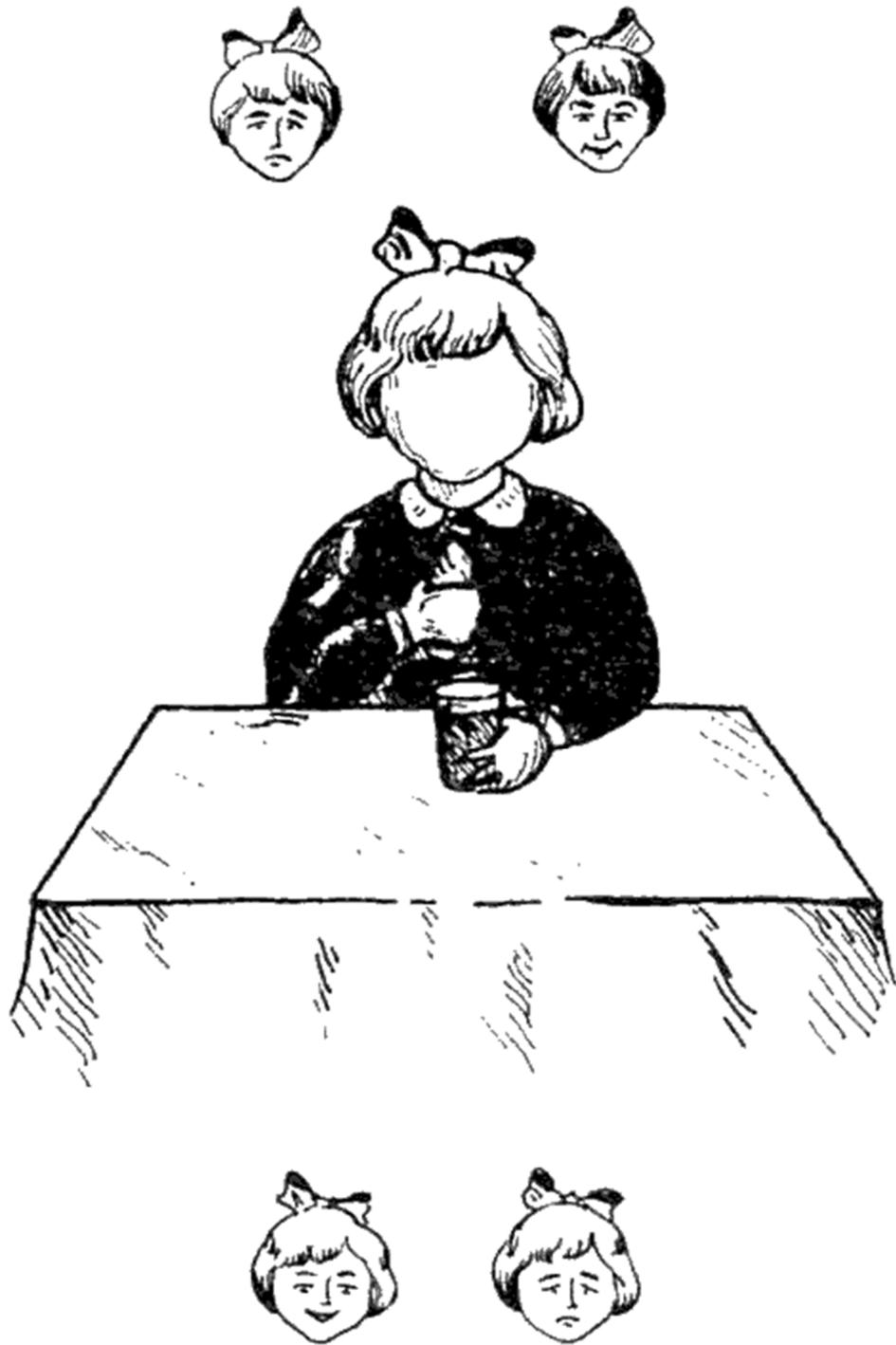












### Образец протокола:

Имя: Николай  
Возраст: 6 лет  
Дата: 10.11.96 г.

Рисунок	Высказывание	Выбор	
		Веселое лицо	Печальное лицо
1. Игра с младшими детьми	Ему надоело играть	+	
2. Ребенок и мать с младенцем	Гуляет с мамой, люблю гулять с мамой	+	
3. Объект агрессии	Хочется ударить его стулом. У него грустное лицо		+
4. Одевание	Он пойдет гулять. Надо одеваться	+	
5. Игра со старшими детьми	Потому что у него дети	+	
6. Укладывание спать в одиночестве	Я всегда беру спать игрушку		+
7. Умывание	Потому что он умывается	+	
8. Выговор	Мама хочет уйти от него		+
9. Игнорирование	Потому что тут малыш	+	
10. Агрессивность	Потому что кто-то отбирает игрушку		+
11. Собираание игрушек	Мама заставляет его, а он не хочет		+
12. Изоляция	Они не хотят играть с ним		+
13. Ребенок с родителями	Мама и папа гуляют с ним	+	
14. Еда в одиночестве	Пьет молоко, и я люблю пить молоко	+	

Протоколы каждого ребенка подвергаются количественному и качественному анализу.

#### Количественный анализ

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

$$T = \frac{\text{Число эмоциональных негативных выборов}}{14} \times 100\%$$

В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

- а) высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- б) средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
- в) низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

#### Качественный анализ

Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают рис. 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего, будут обладать наивысшим ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях,

изображенных на рис. 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок – взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»).

3. Диагностика эмоциональной сферы дошкольников, проективная методика - рисунки «Дорога в детский сад» и «Я иду в школу».[8] Процесс тестирования состоит из двух частей - рисования и беседы. На все уточняющие вопросы ребенка следует отвечать, что он может рисовать, как ему хочется. В протоколе отмечается: отношение к заданию; последовательность рисования предметов, деталей; паузы более 15 секунд; стирание деталей; спонтанные комментарии ребенка; эмоциональные реакции и их связь с изображаемым содержанием. После окончания рисования психолог задает ряд вопросов о рисунке, например: «Что ты нарисовал? А кто еще идет рядом с тобой? Что делают дети? Им весело или скучно? Почему?» и т. д. Нужно попытаться выяснить смысл нарисованного ребенком, уточнить значение определенных деталей. Интерпретация рисунка.

Анализ структуры рисунка содержит учет количества изображенных на рисунке объектов - как неживых предметов, так и детей, животных. Очень важно изучить расположение их по отношению друг к другу, поскольку рисунок может отражать реальные события (воспринимаемые), желаемые, или то, чего ребенок боится, избегает.

Близость ребенка к зданию или к другу, когда дети изображены, взявшись за руки, показывает эмоциональное благополучие. Если же ребенок помещает себя в отдалении от группы детей, здания детского сада, это свидетельствует об отдаленности, отчуждении себя от других, чувстве тревожности по отношению к детскому саду [19]. Анализ особенностей нарисованных фигур, предметов. Эмоциональное отношение ребенка к другим детям и детскому саду в целом выражается прежде всего в:

1) количестве изображаемых деталей: присутствуют ли голова, волосы, уши, глаза, зрачки, ресницы, лоб, шея, плечи, руки, пальцы, ступни и т. д. у человека; полностью ли изображено здание - стены, крыша, двери, окна (открыты ли они), крыльцо, занавески, ручки дверей, дорога - булыжник или асфальт, тропинка, посыпанная песком, и т. д;

2) декорировании - детали одежды и украшения: шапка, воротник, банты, портфель, ремень, пуговицы; цветы на окнах; вдоль дороги - цветы, колючки и т. п. Самых значимых и близких людей ребенок, как правило, изображает большими по величине. Иногда крупная фигура воспитателя, расположенная в центре на листе бумаги, может говорить о его авторитарности, подавлении других. Значительно меньшими, чем других взрослых и детей, рисуют себя те, кто неуверен, низко оценивает себя, чувствует свою неумелость и требует внимания, заботы, ласки окружающих.

Информативна и абсолютная величина фигуры. Большие фигуры, здания, занимающие целый лист бумаги, рисуют импульсивные, уверенные в себе, склонные к доминированию дети. Изображение маленьких фигур нередко связано с тревожностью, чувством небезопасности. При анализе процесса рисования следует обращать внимание на последовательность изображения деталей, людей, предметов, животных; на возвращение к уже нарисованным объектам, деталям, фигурам; паузы; спонтанные

комментарии; цвет Изображение в первую очередь себя может говорить об эгоцентризме ребенка; если он изображает мать, воспитателя, то они для него особо значимы, эмоционально близки. Если фигура человека декорирована, есть основание полагать, что ребенок хочет быть похож на него.

Возвращение к рисованию каких-то деталей может указывать на главное, доминирующее переживание, связанное с определенными деталями рисунка. Паузы перед рисованием чаще всего связаны с напряженными, конфликтными отношениями и являются внешними проявлениями диссонанса мотивов. Ребенок как бы решает: рисовать ему этого человека, объект, предмет или нет.

Стирание изображенного, перерисовка может быть связана с негативными эмоциями к человеку или же наоборот, с желанием как можно лучше изобразить предмет или человека. Здесь уже педагог (психолог) судит по конечному результату.

Комментарии ребенка проясняют смысл рисуемого, выдают наиболее эмоционально значимое для него. Положительное эмоциональное отношение к детскому саду (школе), друзьям выражается в ярких чистых тонах рисунка. О негативном отношении ребенка к детскому саду (школе), его отрицательных эмоциях будет свидетельствовать преобладание темных тонов, нелюбимых красок.

4. Анкета «Критерии агрессивности у ребёнка», авторы Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М., 1992

**Цель:** определение уровня агрессивности ребёнка дошкольного возраста.

**Процедура проведения:** Воспитателю предлагается сопоставить каждое определение с ребёнком. Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл. Подсчитывается итоговая сумма баллов, на основании чего делается вывод об уровне агрессивности ребёнка.

**Бланк для ответов.**

Утверждение	Да	Нет
Временами кажется, что в него вселился злой дух.		
Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.		
Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.		
Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.		
Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит.		
Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.		
Он не прочь подразнить животных.		
Переспорить его трудно.		
Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.		
Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.		
В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.		
Часто не по возрасту ворчлив.		
Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.		
Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.		
Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.		
Легко ссорится, вступает в драку.		
Старается общаться с младшими и физически более слабыми.		
У него нередко приступы мрачной раздражительности.		
Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.		

Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.		
--	--	--

**Интерпретация:**

Данная интерпретация описывает ситуативную агрессивность ребенка.

**От 1 до 5 баллов** – минимальный уровень агрессии. На самом деле подавленная агрессия – такой же повод для беспокойств, как и агрессивность. Не проявляющий никаких признаков агрессии ребенок – не сможет настаивать на своем, высказывать свою точку зрения и постоять за себя. В таком случае предпочтительным будет обращение к психологу.

**От 6 до 10 баллов** – средняя агрессивность. Средняя степень агрессии нормальный показатель для всех детей.

**От 11 до 15 баллов** – повышенный уровень агрессии. Повышенный уровень агрессии у детей, тоже распространенный случай и зачастую связан с эмоциональным расстройством ребенка. В таком случае, необходимо уделять больше времени ребенку, прислушиваться к его просьбам. В наказаниях быть последовательными и не унижать личность малыша. Научить возможным способам подавления гнева. Развивать способность к сочувствию.

**От 16 до 20 баллов** – высокий уровень агрессивности. Определив высокую агрессивность ребенка, скорее всего это и без теста будет заметно, необходимо обратиться за психологической помощью к специалисту.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты исследования

Таблица 2.1 - Анализ протоколов обследования этапа наблюдения выборки. Социально - эмоциональное развитие

Обследуемый	Результат	Уровень
В.Т	61БАЛЛ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
М.С	73 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО
В.К	66 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
П.К	74 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО
П.Д.	67 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Р.П.	60 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Р.В.	53 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО. ГРАНИЦА.
Л.В.	83 БАЛЛА	СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ
В.М.	63БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО
С.И.	50 БАЛЛОВ	НИЗКИЙ УРОВЕНЬ
К.К.	75 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Г.А.	58 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО

Итого:

Средний уровень - 1ребенок 8%

Ниже среднего - 10 детей 84%

Низкий уровень – 1 ребенок 8%.

Таблица 2.2 - Протокол исследования эмоционального состояния ребенка. Цветовой тест Люшера

Имя ребенка	Этапы обследования	3	4	2	5	1	6	0	7
В.Т.	1	7	0	6	5	4	3	2	1
	2	0	6	7	3	5	4	1	2
М.С.	1	6	0	7	1	2	4	5	3
	2	5	0	1	7	3	2	6	4
В.К.	1	0	7	6	1	2	4	5	3
	2	0	6	7	3	1	4	2	5
П.К.	1	3	2	7	0	1	4	5	6
	2	0	2	3	1	4	6	5	7
П.Д.	1	0	2	5	1	7	3	4	6
	2	2	0	7	1	4	3	5	6
Р.В.	1	3	0	6	7	1	5	2	4
	2	3	6	7	1	5	4	6	3
П.Р.	1	0	7	2	1	5	3	6	4
	2	0	2	7	5	4	1	3	6
Л.В.	1	0	3	1	5	4	7	6	2
	2	0	1	7	3	2	5	6	4
М.В.	1	1	3	0	2	7	4	6	5
	2	0	7	5	6	1	3	2	4
С.И.	1	7	1	0	6	3	5	2	4
	2	0	7	6	1	4	2	5	3
К.К.	1	3	6	1	0	2	5	4	7
	2	3	4	5	7	0	1	6	2
Г.А.	1	7	0	5	1	3	4	2	6
	2	5	0	7	3	4	1	2	6

#### ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ.

##### Мальчик В.Т

Первая пара цветов; черный, серый - чувство безнадежности, обреченности, стремление сопротивляться всему, неадекватность.

Основные цвета на последних позициях: 6-й — 8-й позициях, имеет место какой-либо конфликт, тревожность, неудовлетворенность из-за неблагоприятных обстоятельств.

Эмоциональное состояние - 1 балл - черный и серый в начале ряда. Ребенок находится в кризисном состоянии, требуется помощь специалистов (психолога, психотерапевта).

ДЕВОЧКА М.С: на первой позиции коричневый и серый - весьма негативное состояние, стремление уйти от сложных проблем, а не бороться с ними. Фиолетовый и серый - напряжение, стремление оградить себя от конфликтов, стресса.

Эмоциональное состояние 2 балла

ДЕВОЧКА В.К.: первые цвета – серый, черный - отрицание каких-либо ограничений своей личности, активное стремление к деятельности. Тревожность, неуверенность в своих силах, но при этом завышенная требовательность, желание достичь признания своей личности.

Последние цвета – зеленый, фиолетовый; состояние, близкое к стрессовому, чувство оскорбленного достоинства, неверие в свои силы. Желтый, фиолетовый - эмоциональное разочарование и чувство беспокойства, тревоги, разочарования.

Эмоциональное состояние – 2 балла. Эмоциональное состояние ребенка неудовлетворительное - требуется помощь психолога, педагога.

МАЛЬЧИК П.К – первые цвета – красный, зеленый; деловое возбуждение, активное стремление к цели, преодолению всех трудностей, стремление к высокой оценке своей деятельности. Серый, желтый - негативное состояние, стремление уйти от проблем, а не решать их.

Последние позиции; фиолетовый, коричневый, фиолетовый, черный - стресс, вызванный нарушением желательных взаимоотношений, повышенная выскатательность к другим. Напряжение из-за ограничения в самостоятельных решениях, стремление к взаимопониманию, откровенному выражению мыслей.

Эмоциональное состояние – 3 балла. Удовлетворительное эмоциональное состояние.

МАЛЬЧИК П.Д: первые цвета – серый, зеленый - негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды. Зеленый, серый - состояние фрустрации, раздраженность из-за ряда неудач, снижение волевых качеств:

Последние позиции: желтый, коричневый - напряженность стремления скрыть тревогу под маской уверенности и беспечности.

Фиолетовый, коричневый - стресс, вызванный нарушением желательных взаимоотношений, повышенная взыскательность к другим.

Эмоциональное состояние – 2 балла. Эмоциональное состояние ребенка неудовлетворительное - требуется помощь психолога, педагога.

ДЕВОЧКА Р.В:

Первые цвета – красный, серый. Сдерживаемое возбуждение, чувство утрачиваемой перспективы, вероятность нервного истощения.

Красный, коричневый. Сильное напряжение, вызванное иногда самоограничением либидо, отсутствие дружеских контактов, неуверенность в своих силах.

Последние позиции. Зеленый, желтый. Состояние нерешительности, тревожности, разочарования.

Коричневый, желтый. Напряженность стремления скрыть тревогу под маской уверенности и безопасности.

Эмоциональное состояние – 3 балла, удовлетворительное эмоциональное состояние.

МАЛЬЧИК П.Р.

Первые цвета. Серый, черный. Весьма негативное состояние, обида, чувство угнетенности, вероятность неадекватных решений.

Серый, зеленый. Негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды

Последние цвета. Красный, коричневый. Сильное напряжение, вызванное иногда самоограничением либидо, отсутствие дружеских контактов, неуверенность в своих силах.

Коричневый, зеленый. Негативное состояние из-за чрезмерного самоконтроля, упрямое желание выделиться, сомнения в том, что это удастся.

ДЕВОЧКА Л.В.

Первые позиции. Серый, красный, негативное состояние, возвышенные требования к окружающим, не всегда адекватная активность.

Серый синий. негативное состояние, желание спокойной ситуации.

Последние позиции. Коричневый, зеленый. Негативное состояние из-за чрезмерного самоконтроля, упрямое желание выделиться, сомнения в том, что это удастся.

Коричневый, фиолетовый. Негативное состояние из-за неудовлетворенного стремления к чувственной гармонии.

Эмоциональное состояние – 2 балла. Эмоциональное состояние ребенка неудовлетворительное - требуется помощь психолога, педагога.

МАЛЬЧИК М.В.

Первичные цвета – синий, красный. Чувство целостности, активное и не всегда осознанное стремление к тесным отношениям. Потребность во внимании со стороны других.

Первичные – серый, черный. Весьма негативное состояние, обида, чувство угнетенности, вероятность неадекватных решений.

Последние цвета – коричневый, фиолетовый, негативное состояние из-за неудовлетворенного стремления к чувственной гармонии.

Последние цвета – зеленый, желтый. Состояние нерешительности, тревожности, разочарования.

Эмоциональное состояние – 3 балла. Удовлетворительное эмоциональное состояние.

МАЛЬЧИК С.И

Первичные цвета – черный, синий. Весьма негативное состояние, стремление уйти от проблем («оставили бы в покое»).

Серый, черный. Весьма негативное состояние, обида, чувство угнетенности, вероятность неадекватных решений.

Последние цвета – зеленый, желтый. Состояние нерешительности, тревожности, разочарования.

Фиолетовый, красный. Стрессовое состоя из-за неудач в активных, иногда необдуманных действий!

Эмоциональное состояние – 1 балл. Ребенок находится в кризисном состоянии.

ДЕВОЧКА К.К.

Первые цвета – красный, коричневый, негативное настроение, огорчение из-за неудачи, нежелание лишиться благ приятной ситуации.

Красный, желтый. Деловое, слегка повышенное возбуждение, увлеченность, оптимизм, стремление контактам, расширение сферы деятельности.

Последние цвета - желтый, черный, напряженность, чувство неуверенности, настороженности, стремление избежать контроля извне.

Коричневый, зеленый. Негативное состояние из-за чрезмерного самоконтроля, упрямое желание выделиться, сомнения в том, что это удастся.

Эмоциональное состояние – 3 балла. Удовлетворительное эмоциональное состояние.

МАЛЬЧИК Г.А.

Первичные цвета – черный, серый, чувство безнадежности, обреченности, стремление сопротивляться всему, неадекватность.

Фиолетовый, серый - напряжение, стремление оградить себя от конфликтов, стресса.

Последние цвета – зеленый, коричневый - состояние, близкое к стрессовому, неадекватно повышенный самоконтроль необоснованное стремление к признанию.

Эмоциональное состояние - 2

ИТОГ:

- эмоциональное состояние средний уровень - 4 ребенка.
- эмоциональное состояние ниже среднего уровень - 5 детей
- эмоциональное состояние низкий уровень - 2 ребенка.

Протоколы обследования группы старших дошкольников «тест тревожности».

Разработан американскими психологами Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен

Таблица 2.3 - Анализ протоколов исследования по методике «теста тревожности», разработанный американскими психологами Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен

ребенок	Эмоционально - положительные	Эмоционально - отрицательные	Всего ответов.
Г.А	6	8	14
С.И.	3	11	14
М.С.	7	7	14
В.К.	4	10	14
П.К	5	9	14
П.Д.	8	6	14
Р.П.	7	7	14
Р.В.	6	8	14
Л.В.	9	5	14
К.К.	8	6	14
В.Т.	5	9	14

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

$$T = \frac{\text{Число эмоциональных негативных выборов}}{14} \times 100\%$$

$$\text{Г.А} / T = 8 * 100 \div 14 \quad T = 57\%$$

$$\text{С.И.} / T = 11 * 100 \div 14 \quad T = 78\%$$

$$\text{М.С} / T = 7 * 100 \div 14 \quad T = 50\%$$

$$\text{П.К} / T = 9 * 100 \div 14 \quad T = 64\%$$

$$\text{В.К.} / T = 10 * 100 \div 14 \quad T = 71\%$$

$$\text{П.Д.} / T = 6 * 100 \div 14 \quad T = 42\%$$

$$\text{Р.П.} / T = 7 * 100 \div 14 \quad T = 50\%$$

$$\text{Р.В.} / T = 8 * 100 \div 14 \quad T = 57\%$$

Л.В. / Т = 5 \* 100 ÷ 12 Т = 35%  
 К.К. 6 \* 100 ÷ 12 Т = 42%  
 В.Т / Т = 9 \* 100 ÷ 12 Т = 64%

«Критерии агрессивности у ребенка»  
 (Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко)  
 Таблица 2.4 – Анализ протоколов исследования агрессивности детей анкеты «Критерии агрессивности у ребенка» (Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко)

ребенок	Баллы	Уровень агрессивности
В.Т	11	повышенный
М.С.	12	повышенный
В.К	13	повышенный
П.К	7	средний
П.Д.	9	средний
Р.В.	13	повышенный
Р.П.	17	высокий
Л.В	6	средняя
М.В.	15	высокая
С.И.	10	средняя
К.К.	5	минимальный
Г.А.	16	высокая

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.  
 Высокая агрессивность – 15–20 баллов.  
 Средняя агрессивность – 7–14 баллов.  
 Низкая агрессивность – 1–6 баллов.

Таблица 2.5 – сводная таблица оценки критериев развития эмоциональной устойчивости старших дошкольников

	В.Т	М.С	В.К	П.К	П.Д	Р.В.	Р.П	Л. В	В. М	С. И	К.К	Г.А
Уровень эмоциональной устойчивости	неудовлетворительный	удовлетворительный	Кризисный	удовлетворительный	удовлетворительный	Неудовлетворительно	удовлетворительно	удовлетворительно	благоприятно	Кризисный	удовлетворительно	благоприятно
Индекс тревожности	высокий	высокий	высокий	высокий	средний	высокий	высокий	средний	средний	высокий	средний	высокий
самооценка	Низкая,	завышенная	низкая	заниженная	заниженная	заниженная	низкая	заниженная	высокая	низкая	заниженная	высокая

а												
Уро вен ь агрес сии	повы шенн ый	повы шенн ый	пов ыш енн ый	сред няя	сред няя	повы шенн ый	высо кий	сред няя	выс ока я	ср ед няя	мини маль ный	выс ока я

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Программа формирования эмоциональной устойчивости у старших дошкольников в условиях ДОУ

Программа формирования устойчивости старших дошкольников в условиях МБОУ.

Подготовка ребенка к обучению в начальной школе – первая и очень значительная ступень в его жизни. От степени освоения им новой – учебной деятельности, приобретения умения учиться во многом зависит от дальнейшего обучения ребенка, развитие его как субъекта учебного процесса и формирование его отношения к школе.

В подготовительной группе цель коррекционной работы это – активизировать мотивационный и интеллектуальный потенциал ребенка, в привлекательной для него форме показать интересные стороны познавательной деятельности и собственные возможности ребенка в этой сфере. Учитывая основные трудности развития старших дошкольников, в качестве основных развивающих задач выделяют следующие:

- развитие навыков произвольного внимания и восприятия;
- формирование приемов образного и логического запоминания.
- расширение объема памяти;
- обучение приемам аналитико-синтетической деятельности;
- развитие рефлексивно-регулятивных и контрольно-оценочных действий;
- знакомство с приемами целеполагания и планирования деятельности;
- формирование связной и последовательной речи.

А так же немаловажной задачей является и коррекция эмоциональной сферы. Именно управление своими эмоциями, умение контролировать свое поведение, является одним из залогов успешной адаптации к школе, а так же и успешного обучения.

Таким образом, специальный психологический курс коррекционно-развивающих занятий в со старшими дошкольниками имеющих эмоциональную неустойчивость, решает комплекс задач по интеллектуально-личностно-деятельностному развитию, подготавливая их к переходу на следующую ступень школьного образования.

Модель диагностико-коррекционной помощи детям с проблемами эмоциональной устойчивости выстроена на основе принципиальных положений отечественной психологии об объективных законах психического развития нормального и аномального ребенка, заложенных Л.С. Выготским в теории культурно-исторического развития психики и получивших дальнейшее развитие в трудах его последователей.

Учитывая результаты эксперимента, нами была разработана программа психолого-педагогической коррекции эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях МБОУ.

Данная программа строилась с учетом и элементами метода позитивной психодрамы, разработанной П.Н. Москвитиным и адаптированной под условия МБОУ. Также использованы элементы сказкотерапии из программы разработанной Лубак Т. Н.

У старших дошкольников контрольной группы мы использовали технологию «Обучение релаксации» М.Ю. Астапова. Ну и естественно, что бы гармонизировать работу правого и левого полушария головного мозга, что очень важно при

формировании различных психических процессов, в том числе и эмоциональной сферы, в занятиях по коррекции эмоциональной устойчивости на определенных этапах занятий применяются нейропсихологические упражнения.

Основная цель нашей коррекционной программы – коррекция эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ.

Задачи программы:

- снять эмоциональное напряжение у детей;
- понизить уровень тревожности или привести в адекватное состояние;
- понизить уровень агрессивности;
- научить детей договариваться между собой, позитивно выходить из конфликтных ситуаций;
- научить распределять эмоции на положительные и отрицательные, и управлять ими;
- дать понятие, как возможно контролировать свое поведение, научить этому качеству;
- научить сопереживать другим;
- повысить уровень рефлексии;
- обучить технике релаксации.

Методы, используемые в коррекционной работе:

1. Беседа – метод организации коммуникативного взаимодействия, применяемый в коррекционной работе для отработки и развития коммуникативных умений участников.
2. Групповая дискуссия – публичное обсуждение участниками определенных тем или позиций, рассмотрение их с разных точек зрения.
3. Арттерапия – это метод коррекции и развития посредством художественного творчества.
4. Игротерапия – метод коррекции эмоциональных и поведенческих.
5. Элементы сказкотерапии расстройств у старших дошкольников, в основу которого положена игра.
6. Психогимнастика – использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе.
- 7 Элементы релаксации
8. Рефлексия – мыслительный процесс, направленный на самопознание, анализ своих состояний, способностей, поведения.

Данная коррекционная программа рассчитана как минимум на 30 занятий. Продолжительность каждого занятия 25 – 30 минут, в зависимости от функционального состояния детей на занятии. В количество занятий не включена дополнительная работа с детьми при подготовке к самому занятию.

Первый - 5 занятий, задача этих занятий - установить эмоциональный контакт с детьми, дать положительный настрой и стимулировать желание приходить на занятия.

Второй – 20 занятий, задача которых непосредственно – коррекционная.

Третий, заключительный этап - 5 занятий. Задача, закрепить наработанные элементы эмоциональной устойчивости, провести рефлексю.

Структура занятия:

1. Встреча с детьми (психологический настрой на занятие, приветствие, определенный заданный ритуал);
2. Специальные игровые нейропсихологические упражнения, которые будут способствовать включению детей в занятие.
3. Непосредственно коррекционные упражнения.
4. Релаксационные упражнения (включая музыкотерапию, аэротерапию).

Прощание с детьми.

Тематическое планирование представлено в таблице 6.

Таблица 3.1 – Тематическое планирование психолого-педагогической коррекционной программы для развития эмоциональной устойчивости старших дошкольников

тема	Цели и задачи	Упражнения, формы работы.
1. давайте познакомимся.	установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы. развивать внимание к окружающим людям.	Игра «Приветствие», создание ритуала (нейропсихологическое упражнение). Упражнение «поделись эмоциями» создание эмокниги. Релаксация.
2 - 5 занятия на понимание сути эмоций, управление эмоциями.	Развитие способности к работе по определенным правилам, Продолжение знакомства с участниками коррекционной программы, исследование эмоций Работа с эмоциями. Положительные эмоции, отрицательные эмоции.	Ритуал - приветствие. Разминка «Человек с зонтом» нейропсихологическое упражнение «Кулак – ладонь» Игры на эмоциональное состояние в определенных ситуациях. Обсуждение эмоциональной ситуации. Релаксация.
6 «Не бойся»	Снятие негативных эмоций, активизация позитивных переживаний, Работа с эмоциями страха «интерпретация под занятием рассказа Н.Носова Живая шляпа».	Ритуал «Приветствие», нейропсихологические упражнения. Игра – разыгрывание части сюжета, беседа, вывод, придумать другую историю. Релаксация.
7 «Не бойся»	Работа с эмоциями страха. Снятие тревожности. Интерпретация сказки «У страха глаза велики».	Ритуал приветствия. Нейропсихологические упражнения. «Будь внимателен!» Разыгрывание и обсуждение сказки. Релаксация.

Продолжение таблицы 3.1

8 – 10	создать условия для личностного роста участников тренинга, использование эмокнижки для понимания эмоционального фона во время занятия. Тренировка управления эмоциями. Интерпретация рассказов , о различных страхах.	Работа с эмокнижкой, определение эмоционального состояния, нейроупражнения. Интерпретация сказок «Серое ухо» - боязнь темноты. «Маленький ежик». «Мальчик и светлячок»
11. «Волшебные слова»	Достижение взаимопонимания в целях работы программы. Создать позитивное поле, для того, что бы дети на уровне бессознательного могли говорить вежливые слова и научиться договариваться. Интерпретация рассказа В. Осеевой «Волшебное слово».	Ритуал приветствия, нейропсихологические упражнения Разыгрывание и обсуждение рассказа В.Осеевой «Волшебное слово». Релаксация.
12 – 15	снятие негативных эмоций, активизация позитивных переживаний, работа с эмокнижкой на понимание эмоционального состояния ребенка. Интерпретация сказок и рассказов, которые нацелены на развитие вежливости и умения договариваться»	Ритуал приветствие, нейропсихологические упражнения. Разыгрывание и обсуждение сказок и рассказов, которые нацелены на развитие вежливости и умения договариваться» Отрывок из Сказки С.Михалкова «Теремок». «Сказка о глупом Мышонке» С. Михалков. “Телефон” Н. Носов «Два товарища» Л. Толстой Константин Реннер «Сказка про медвежонка невежу». Релаксация.

Продолжение таблицы 3.1

<p>16. «Не дерись».</p>	<p>Развивать внимание к окружающим предметам. Развивать умение сдерживать свои негативные эмоции, Учить отказываться от агрессии. Интерпретация сказки «Маленький медвежонок» Николаева Виктория Владимировна.</p>	<p>Упражнение приветствие, нейропсихологические упражнения. Разыгрывание и обсуждение сказки «Маленький медвежонок» Релаксация.</p>
<p>17- 20 «Не дерись»</p>	<p>Развивать внимание к окружающим предметам. Развивать умение сдерживать свои негативные эмоции, Снижение агрессивности, Учить отказываться от агрессии. Интерпретация рассказов и сказок по теме агрессивные действия.</p>	<p>Упражнение приветствие, нейропсихологические упражнения. Разыгрывание и обсуждение рассказов и сказок эпизод из сказки «Теремок С.Михалкова. Эпизод из сказки С.Маршака «Кошкин дом». «Сказка о том, как злость Олю и Толю в плен поймала». Релаксация.</p>
<p>21. «Ты самый лучший»</p>	<p>развитие самопознания, повышение самооценки, развивать осознание своей значимости, умение отсеивать свою позицию. Интерпретация рассказа Д. Драгунского «Где это видано».</p>	<p>Упражнение приветствие, нейропсихологические упражнения. Разыгрывание и обсуждение рассказа Д. Драгунского «Где это видано». Релаксация.</p>
<p>22 – 25 «Ты самый лучший»</p>	<p>развитие самопознания, повышение самооценки, развивать осознание своей значимости, умение отсеивать свою позицию. Интерпретация рассказов и сказок на повышение самооценки и осознания своей значимости.</p>	<p>Упражнение приветствие, нейропсихологические упражнения. Разыгрывание и обсуждение рассказа Л.Пантелева, «Честное слово». В.Осеева «Сыновья», «Печень» Релаксация.</p>

*Продолжение таблицы 3.1*

<p>26 «Я. Такой самый особенный и самый хороший и ты то же»</p>	<p>Развитие эмпатии, осознание своей индивидуальности, и индивидуальности другого участника тренинга. Осознание и понимание своих эмоций и эмоций другого человека. Интерпретация рассказа В. Осеевой «Синие листья».</p>	<p>Упражнение приветствие, нейропсихологические упражнения. Разыгрывание и обсуждение рассказа В. Осеевой «Синие листья». Релаксация.</p>
<p>27-30 «Я. Такой самый особенный и самый хороший и ты то же» И последнее, завершающее занятие.</p>	<p>Развитие эмпатии, осознание своей индивидуальности, и индивидуальности другого участника тренинга. Осознание и понимание своих эмоций и эмоций другого человека. Интерпретация рассказа на осознание своей индивидуальности.</p>	<p>Упражнение приветствие, нейропсихологические упражнения. Разыгрывание и обсуждение рассказов В.Осеева «Волшебная иголочка» «До первого дождя». «Три товарища». Обсуждение эмоционального состояния детей после проведенных занятий, какая история понравилась больше всего.</p>

**СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ:**

1. Встреча с детьми (психологический настрой на занятие, приветствие);
2. Упражнения, способствующие включению детей в занятие: игровые приемы, телесный контакт, познание себя и окружающих; нейропсихологические упражнения.
- 3 блок (работа по основной теме); - в основе работы игровые сюжеты. – формирующий блок может состоять из нескольких или одного составного блока.
4. Релаксационные упражнения;
5. Прощание с детьми.

**КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ.**

**1.Давайте познакомимся.**

Цель: установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы.

Оборудование: карандаш простой, акварельные краски, лист альбома.

Задачи:

- установить контакт с детьми;
- дать понятие - эмоции;
- показать как изображаются эмоции;
- сделать эмокнижку, которая в последствии будет необходима на дальнейших занятиях.

Оборудование.: цветная бумага, клей, карточки с изображением эмоций.

Упражнение 1. Приветствие. 5 минут.

Первичное упражнение нейропсихологическое. Дети садятся за круглый стол. Один ребенок кладет правую руку на середину стола, следующий ребенок кладет свою правую руку на руку другого ребенка, и так по очереди каждый ребенок, который участвует в занятии, кладет правую руку, после правой руки сверху дети кладут левую руку, создается горка из рук детей. После этого идет счет - раз, два, три – и при слове «Привет» резко поднимают руки и отводят в стороны. Повторение приветствия три раза (примечание: при дальнейших занятиях упражнение усложняется, меняется сторона и порядок).

2. Упражнение на настройку работать. - 5 минут

«Человек с зонтом». Текст будет заучен в результате всех дальнейших занятий.

Повторяем за мной и сопровождаем каждую строку стихотворения ритмическими движениями ударом рук или хлопком.

3. Знакомство с эмоциями, с изображением эмоций. Упражнение – «Домик эмоций». 10 минут

4 создание «Эмокнижки». 10 минут

5 Рефлексия. Упражнение на релаксацию. 1 минута.

### **Занятие 6. Блок «Не бойся».**

Цель занятия: снятие эмоционального напряжения, понижение тревожности, работа со страхами.

Задачи: развитие

- способности к работе по определенным правилам;

- снятие негативных эмоций, активизация позитивных переживаний;

- работа с эмоциями страха.

Оборудование : шляпа мужская, для разыгрывания рассказа, музыкальное оборудование.

1. Приветствие. Ритуал приветствие. Нейропсихологическое упражнение усложняется по мере освоения детьми предыдущих действий. - 5 минут

2. Настрой на работу Упражнение «Вот шагает гражданин, он один, совсем один». После проведения данного упражнения обсуждение с детьми, какие эмоции вызывало у вас это упражнение?

Покажите эти эмоции при помощи «Эмокнижки». 5 минут

3. Интерпретация рассказа Н Носова «Живая шляпа». За автора выступает психолог, а разыгрывают ситуации дети из второй подгруппы, дети первой подгруппы смотрят. В момент когда дети испугались живой шляпы и решили бросать в нее предметами, показ останавливается с вопросом – чего испугались дети? Как вы думаете, а стоит ли бояться?. А почему шляпа живая?. Как бы вы поступили на месте героев? После ответа детей, продолжается разыгрывание рассказа. После окончания разыгрывания подводятся итоги. А стоило ли вообще бояться? Что бы сделали вы, если бы у вас возникла в квартире такая ситуация. Как правильно надо было сделать? 15 минут

4. Подведение итогов, что понравилось, покажите ваше настроение на «эмोकнижке». - 3 минуты

5. Релаксационное упражнение. - 2 минуты

### **Занятие 11 «Волшебные слова».**

Цель занятия: научить детей говорить вежливые слова, научить детей договариваться.

Задачи:

- продолжить развивать эмоциональные положительные эмоции от добрых слов и поступков;
- создать позитивное поле, для того, что бы дети на уровне бессознательного могли говорить вежливые слова и научиться договариваться;
- развить стремление говорить хорошие слова, совершать добрые поступки;
- дать понимание необходимости делиться, а жадность это негативная эмоция.

Оборудование: краски и кисточки для разыгрывания рассказа. Музыкальный центр.

1. Приветствие. Упражнение нейропсихологическое. В отличии от первых занятий оно значительно усложнилось после позитивного «привет!» идет ритмический рисунок хлопков в ладоши. – 5 минут

2. настрой на дальнейшую позитивную работу. Упражнение «Как бегемот бегал по кухне». Определение своего эмоционального состояния после упражнения с помощью «Эмокнижки». – 5 минут

3 Интерпретация рассказа В.Осеевой «Волшебное слово». Дети, которые показывают рассказ из другой подгруппы. Дети данной подгруппы смотрят. За автора говорит психолог.

В тот момент, когда главный герой просит у сестры краски, говоря волшебные слова, психолог останавливает действие и задает вопрос «Что было бы, если мальчик начал опять говорить нехорошие слова своей сестре?». «Почему, когда мальчик подошел к сестре, она так некрасиво повела себя?».

После чего дети заканчивают рассказ. Вопрос психолога. «Кто из вас так же себя ведет, когда ему , что то нужно взять»? «Как правильно просить»? «Чем вам понравился рассказ?». «Чем не понравился?». «А как можно по другому проиграть рассказ». – 15 минут

4 подведение итогов после обсуждения рассказа. – какие эмоции вы испытали. Какие эмоции вызвал у вас рассказ, покажите через «Эмокнижку». – 3 минуты

6. Релаксация. - 2 минуты.

## 16.Занятие « Не дерись».

Цель занятия: снизить агрессивность детей. Дать понятия решение вопросов без агрессии, умение договариваться.

Задачи;

- развивать внимание к окружающим предметам.
- развивать умение сдерживать свои негативные эмоции,
- учить отказываться от агрессии.

Оборудование «Домик эмоций» разноцветные воздушные шарики.

Интерпретировать сказку «Маленький медвежонок»

1. Ритуал приветствия. Нейропсихологическое упражнение. - 5 минут.

2. Настрой на занятия - упражнение «Шарики эмоций». Если у детей во время упражнения возникнет желание лопнуть какой то шарик, можно, но он должен объяснить почему? - 5 минут

3. Интерпретация сказки «Маленький медвежонок» - 15 минут. За автора говорит психолог, за других главных героев разыгрывают дети другой подгруппы.

В тот момент, когда по сценарию медвежонок подошел к зверятам и сжал кулаки, психолог останавливает сценку и задает вопросы «Почему медвежонок сжал кулаки». «Как на самом деле относились к нему зверятам»? «Как бы вы сами поступили в такой ситуации»? Почему Медвежонок думал, что все его хотят обидеть? Так ли это было на самом деле? Почему дети в детском саду сказали Медвежонку, что они не будут с ним дружить? Из-за чего они так подумали? Что помогло Медвежонку подружиться со зверятами? Что бы ты еще ему посоветовал сам?

4. Подведение итогов, после обсуждения сказки. При помощи эмокнижки оцените поступок медвежонка на следующий день. 3 минуты
5. Релаксация. - 2 минуты

Занятие 21 «Ты самый лучший».

Цель блока занятий: повысить самооценку и осознать свою значимость.

Задачи:

- развитие самопознания, повышение самооценки,
- развивать осознание своей значимости, умение отсеивать свою позицию.
- Интерпретировать рассказа Д. Драгунского «Где это видано».

Оборудование: музыкальный проигрыватель для сценки.

1. Ритуал приветствия. Нейропсихологическое упражнение. - 5 минут.
2. настрой на занятие - упражнение «Король боровик». Показ при помощи эмокнижек, какое настроение у ребенка перед занятием. – 5 минут.
3. Интерпретация рассказа В. Драгунского «Где это видано» за автора читает психолог, за главных героев подготовленные дети из другой подгруппы психологической коррекции. В момент, когда Миша перестал петь, рассказ останавливается, и задаются вопросы» почему так тихо пел Миша, как бы вы поступили на месте Миши?

После продолжается показ. Очень важно при интерпретации рассказа правильно указать на то, что Денис пел громко и старался, хотя слуха нет. Потом задается вопрос». «Смогли бы вы так же как Денис петь громко? А почему».

4. Подведение итогов, после проведения показа. Покажите при помощи эмокнижки отношение к Мишке и к Дениске.

5. Релаксация.

Занятие 26

«Я. Такой самый особенный и самый хороший и ты то же».

Цель занятия: Развитие эмпатии, осознание своей индивидуальности, и индивидуальности другого участника тренинга.

Задачи:

- поднятие самооценки:
- расширение кругозора:
- осознание и понимание своих эмоций и эмоций другого человека.
- Интерпретация рассказа В. Осеевой «Синие листья».

Оборудование: листы и цветные карандаши.

1. Ритуал приветствия. Нейропсихологическое упражнение. - 5 минут.
2. Настрой на работу. Упражнение «Домик эмоций» - 5 минут.
3. Интерпретация рассказа В. Осеевой «Синие листья». 15 минут

За автора читает психолог, за двух героев девочек, ребята из другой коррекционной группы. Когда одна из девочек снова отказывает дать синий карандаш, потому что не разрешает брат, действие останавливается, и идет обсуждение. Чего на самом деле хочет девочка? Почему она прямо не говорит, что ей жалко давать этот карандаш? Как бы вы поступили на ее месте?.

После короткого обсуждения продолжается интерпретация рассказа.

Почему у Лены листочки синие были?. Кто прав из девочек?. Как называется поступок подружки Лены?.

4. подведение итогов занятия. Раскрашиваем зеленым карандашом листочки, но перед этим, каждый ребенок берет зелёный карандаш и дает другому ребенку. - 4 минуты

5 Релаксация. 1 минута.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты опытно-экспериментального исследования

Таблица 4.1 – Анализ протоколов обследования этапа наблюдения выборки. Социально - эмоциональное развитие

Обследуемый	Результат	Уровень
В.Т	70 БАЛЛ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
М.С	75 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО
В.К	63 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
П.К	81 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО
П.Д.	70 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Р.П.	61 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Р.В.	50 БАЛЛА	НИЗКИЙ УРОВЕНЬ
Л.В.	92 БАЛЛА	ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ
В.М.	64 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО
С.И.	51 БАЛЛОВ	НИЗКИЙ УРОВЕНЬ
К.К.	81 БАЛЛ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Г.А.	56 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО

Итог:

Высокий уровень - 1 ребенок 8%  
Средний уровень - 0% ребенок 0%  
Ниже среднего - 9 детей 75%  
Низкий уровень – 2 ребенок 17%.

Таблица 4.2 – Сводная таблица первичной и повторной диагностики социально-эмоционального развития старших дошкольников

обследуемый	Первичное обследование	Повторное обследование	Первичный уровень	Вторичный уровень
В.Т	61БАЛЛ	70 БАЛЛ	НИЖЕ СРЕДНЕГО	НИЖЕ СРЕДНЕГО
М.С	73 БАЛЛА	75 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО	НИЖЕ СРЕДНЕГО
В.К	66 БАЛЛОВ	63 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО	НИЖЕ СРЕДНЕГО
П.К	74 БАЛЛА	81 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО	НИЖЕ СРЕДНЕГО
П.Д	67 БАЛЛОВ	70 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Р.П	60 БАЛЛОВ	70 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Р.В	53 БАЛЛА	50 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО. ГРАНИЦА.	НИЗКИЙ УРОВЕНЬ
Л.В.	83 БАЛЛА	92 БАЛЛА	СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ	ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ
В.М	63БАЛЛА	64 БАЛЛА	НИЖЕ СРЕДНЕГО	НИЖЕ СРЕДНЕГО
С.И	50 БАЛЛОВ	НИЗКИЙ УРОВЕНЬ	51 БАЛЛ	НИЗКИЙ УРОВЕНЬ
К.К	75 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО	81 БАЛЛ	НИЖЕ СРЕДНЕГО
Г.А.	58 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО	56 БАЛЛОВ	НИЖЕ СРЕДНЕГО

Таблица 4.3 – Сводная таблица протоколов диагностики эмоционального состояния ребенка до реализации коррекционной программы и после реализации. Цветовой тест Люшера.

Имя ребенка	Этапы обследования	3	4	2	5	1	6	0	7
В.Т.	1	7	0	6	5	4	3	2	1
	2	0	6	7	3	5	4	1	2
	3	0	4	7	5	1	3	6	2
	4	5	0	1	3	6	4	7	2
М.С.	1	6	0	7	1	2	4	5	3
	2	5	0	1	7	3	2	6	4
	3	0	2	6	3	5	1	4	7
	4	0	2	5	3	1	4	7	6
В.К.	1	0	7	6	1	2	4	5	3
	2	0	6	7	3	1	4	2	5
	3	0	6	3	7	1	4	5	2
	4	0	5	1	7	2	3	4	6
П.К.	1	3	2	7	0	1	4	5	6
	2	0	2	3	1	4	6	5	7
	3	6	1	5	3	4	7	2	0
	4	6	3	5	2	4	7	1	0
П.Д.	1	0	2	5	1	7	3	4	6
	2	2	0	7	1	4	3	5	6
	3	5	1	6	0	7	3	2	4
	4	0	5	6	1	7	3	4	2
Р.В.	1	3	0	6	7	1	5	2	4
	2	3	6	7	1	5	4	6	3
	3	3	1	5	4	7	6	0	2
	4	3	4	5	6	7	1	0	2
П.Р.	1	0	7	2	1	5	3	6	4
	2	0	2	7	5	4	1	3	6
	3	5	7	6	3	0	1	2	4
	4	6	5	7	3	1	0	2	4
Л.В.	1	0	3	1	5	4	7	6	2
	2	0	1	7	3	2	5	6	4
	3	1	4	2	3	0	6	5	7
	4	4	1	2	3	5	0	6	7
М.В.	1	1	3	0	2	7	4	6	5
	2	0	7	5	6	1	3	2	4
	3	0	5	6	2	4	5	7	1
	4	0	4	6	5	7	3	1	2
С.И.	1	7	1	0	6	3	5	2	4
	2	0	7	6	1	4	2	5	3
	3	0	6	5	7	1	4	2	3
	4	0	5	6	7	2	4	1	3
К.К.	1	3	6	1	0	2	5	4	7
	2	3	4	5	7	0	1	6	2
	3	3	4	0	1	6	2	7	5
	4	3	5	1	0	6	2	5	7
Г.А.	1	7	0	5	1	3	4	2	6
	2	5	0	7	3	4	1	2	6
	3	0	6	5	4	1	7	2	3
	4	6	5	0	4	1	3	7	2

Анализ таблицы: В.Т. - 3 (+ +) - негативное состояние, стремление уйти от проблем, а не решать их. Позиция ( - - ) - негативное состояние из-за чрезмерного самоконтроля, упрямое желание выделиться, сомнения в том, что это удастся.

4 (+ +) - напряжение, стремление оградить себя от конфликтов, стресса.

Позиция (- -) - состояние, близкое к фрустрации из-за ограничения свободы желаемых действий, стремление избавиться от помех.

М.С. - 3 позиция (+ +) - негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды.

Позиция (- -) - напряженность, чувство неуверенности, настороженности, стремление избежать контроля извне.

4 - позиция (+ +) - негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды.

Позиция (- -) стрессовое состояние из-за неприятных ограничений, запретов, стремление сопротивляться ограничениям, уйти от заурядности.

В.К. - 3 позиция (+ +) - чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство.

Позиция (- -) стрессовые состояния из-за неосуществившегося самоутверждения.

4 - позиция (+ +) весьма негативное состояние, стремление уйти от всего сложного, трудного, от волнения.

Позиция (- -) напряженность стремления скрыть тревогу под маской уверенности и беспечности.

П.К. - 3 позиция (+ +) - активное стремление к эмоциональной разрядке.

Позиция (- -) - эмоциональная напряженность, желание выйти из неблагоприятной ситуации.

4 - позиция (+ +) - напряжение, страх одиночества, желание уйти из неблагоприятной ситуации.

Позиция (- -) - чувство неудовлетворенности, эмоциональной напряженности.

П.Д. - 3 позиция (+ +) - неопределенное настроение, стремление к согласию и гармонии.

Позиция (- -) - состояние фрустрации, раздраженность из-за ряда неудач, снижение волевых качеств:

4 - позиция (+ +) - чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство.

Позиция (- -) - несколько угнетенное состояние, тревожность, ощущение бесперспективности.

Р.В. - 3 позиция (+ +) - деловое возбуждение, активное стремление к деятельности, впечатлениям, удовольствиям.

Позиция (- -) - эмоциональная напряженность, желание выйти из неблагоприятной ситуации.

4 - позиция (+ +) - деловое, слегка повышенное возбуждение, увлеченность, оптимизм, стремление к контактам, расширение сферы деятельности.

Позиция (- -) - эмоциональная напряженность, желание выйти из неблагоприятной ситуации.

П.Р. - 3 позиция (+ +) - возбуждение, направленность на сильные эмоциональные переживания.

Позиция (- -) - состояние, близкое к фрустрации, чувство разочарования, нерешительность.

4 - позиция (+ +) - негативное состояние, разочарованность, стремление к покою, желание уйти от активности.

Позиция (- -) - состояние, близкое к фрустрации, чувство разочарования, нерешительность.

Л.В. - 3 позиция (+ +) настроение в общем положительное, стремление к позитивному эмоциональному состоянию, взаимовыдержке.

Позиция (- -)- напряжение из-за ограничения в самостоятельных решениях, стремление к взаимопониманию, откровенному выражению мыслей.

4 - позиция (+ +)- настроение в целом положительное, стремление к позитивному эмоциональному состоянию, взаимовыдержке.

Позиция (- -)- стресс, вызванный нарушением желательных взаимоотношений, повышенная взыскательность к другим.

М.В. - 3 позиция (+ +) чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство.

Позиция (- -)- состояние беспокойства в связи со скрываемым желанием получить помощь, поддержку.

4 - позиция (+ +)- негативное состояние, стремление уйти от проблем, а не решать их.

Позиция (- -)- сильное напряжение, стремление избавиться от негативного стрессового состояния.

С.И. 3 позиция (+ +)- весьма негативное состояние, стремление уйти от всего сложного, трудного, от волнения

Позиция (- -)- сильное напряжение, чувство беспомощности, желание выйти из эмоциональной ситуации.

4 - позиция (+ +)- чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство.

Позиция (- -)- сильное возбуждение, тягостные переживания, отношения со средой считает для себя враждебными, возможны аффективные поступки.

К.К - 3 позиция (+ +)- деловое, слегка повышенное возбуждение, увлеченность, оптимизм, стремление контактам, расширение сферы деятельности.

Позиция (- -)- поиски идеализированной ситуации.

4 - позиция (+ +)- повышенное возбуждение, не всегда адекватная увлеченность, стремление произвести впечатление

позиция (- -) напряжение из-за ограничения в самостоятельных решениях, стремление к взаимопониманию, откровенному выражению мыслей.

Г.А. 3 позиция (+ +)- весьма негативное состояние, стремление уйти от всего сложного, трудного, от волнения

Позиция (- -)- сильное возбуждение, тягостные переживания, отношения со средой считает для себя враждебными, возможны аффективные поступки.

4 - позиция (+ +)- чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство.

Позиция (- -)- состояние, близкое к фрустрации из-за ограничения свободы желаемых действий, стремление избавиться от помех.

По результатам данной диагностики выявления эмоционального состояния ребенка получились следующие результаты.

Таблица 4.4 – Сводная таблица эмоционального состояние детей контрольной группы до проведения коррекционной программы и после проведения. эксперимента

исследуем ый	Эмоциональн ое состояние до эксперимента	уровень	Эмоциональн ое состояние после эксперимента	Уровень
В.Т	1	Ребенок находится в кризисном состоянии, требуется помощь специалистов	2	неудовлетворитель ное
М.С	2	неудовлетворитель ное	3	удовлетворительно е
В.К	2	неудовлетворитель ное	2	неудовлетворитель ное
П.К	3	удовлетворительно е	3	удовлетворительно е
П.Д	2	неудовлетворитель ное	3	удовлетворительно е
Р.В.	3	удовлетворительно е	3	удовлетворительно е
П.Р.	2	кризисное	2	неудовлетворитель ное
Л.В	2	неудовлетворитель ное	4	Хорошее
М.В	3	удовлетворительно е	3	удовлетворительно е
С.И.	1	кризисное	2	неудовлетворитель ное
К.К	3	удовлетворительно е	4	хорошее
Г.А	2	неудовлетворитель ное	2	неудовлетворитель ное

После проведенного эксперимента получились следующие результаты:

- высокий уровень эмоционального состояния – 2 ребенка;
- средний уровень (удовлетворительное эмоциональное состояние) – 5 ребенка;
- ниже среднего уровня (неудовлетворительное эмоциональное состояние) – 5 детей;
- низкий уровень (кризисное состояние) - 0

Анализ диагностики «Теста тревожности» на вычисление индекса тревожности ИТ детей, после проведенного эксперимента.

Таблица 4.5 – Сводная таблица результатов ИТ по проведенной диагностики «теста тревожности» до проведения коррекционной программы и после проведения коррекционной программы

ребенок	Эмоционально - положительные	Эмоционально - отрицательные	Эмоционально - положительные	Эмоционально - отрицательные	Всего ответов.
Г.А	6	8	7	7	14
В.М	7	7	7	7	14
С.И.	3	11	6	8	14
М.С.	7	7	7	7	14
В.К.	4	10	6	8	14
П.К	5	9	7	7	14
П.Д.	8	6	8	6	14
Р.П.	7	7	8	6	14
Р.В.	6	8	8	6	14
Л.В.	9	5	10	4	14
К.К.	8	6	7	7	14
В.Т.	5	9	7	7	14

Итого:

Г.А - /  $T = 7 * 100 \div 12$   $T = 50\%$  - средний уровень  
 С.И - /  $T = 8 * 100 \div 12$   $T = 57\%$  - высокий уровень  
 М.С- /  $T = 7 * 100 \div 12$   $T = 50\%$  - средний уровень  
 В.К- /  $T = 8 * 100 \div 12$   $T = 57\%$  - высокий уровень  
 П.К - /  $T = 7 * 100 \div 12$   $T = 50\%$  - средний уровень  
 П.Д. - /  $T = 6 * 100 \div 12$   $T = 42\%$ - средний уровень  
 Р.П - /  $T = 6 * 100 \div 12$   $T = 42\%$ - средний уровень  
 Р.В - /  $T = 6 * 100 \div 12$   $T = 42\%$ - средний уровень  
 Л.В - /  $T = 4 * 100 \div 12$   $T = 33\%$  - средний уровень  
 К.К - /  $T = 7 * 100 \div 12$   $T = 50\%$  - средний уровень  
 В.Т. - /  $T = 7 * 100 \div 12$   $T = 50\%$  - средний уровень  
 В.М - /  $T = 7 * 100 \div 12$   $T = 50\%$  - средний уровень

Анализ протоколов исследования агрессивности детей анкеты «Критерии агрессивности у ребенка» сводная таблица (Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко).

Таблица 4.6 –сводная таблица уровня агрессивности дошкольников до проведения коррекционной работы и после проведения коррекционной работы

ребенок	Баллы	Баллы	Уровень агрессивности	Уровень агрессивности
В.Т	11	10	повышенный	повышенный
М.С.	12	8	повышенный	средний
В.К	13	13	повышенный	повышенный
П.К	7	6	средний	средний
П.Д.	9	6	средний	низкий
Р.В.	13	13	повышенный	повышенный
Р.П.	17	16	высокий	высокий
Л.В	6	5	средний	низкий
М.В.	15	15	высокий	высокий
С.И.	10	10	средний	повышенный
К.К.	5	5	минимальный	низкий
Г.А.	16	16	высокий	высокий

Низкий уровень агрессивности 3 ребенка – 25%

Средний уровень агрессивности 2 ребенка – 17%

Повышенный уровень агрессии 4 ребенка – 33%

Высокий уровень агрессивности 3 ребенка 25%

Таблица 4.7 – Расчет для Т - уровень показателей критерия социально – эмоционального развития

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до}-t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
61	70	9	9	10,5
73	75	2	2	3,5
66	63	-3	3	6
74	81	7	7	9
67	70	3	3	6
60	70	10	10	12
53	50	-3	3	6
83	92	9	9	10,5
63	64	1	1	1,5
50	51	1	1	1,5
75	81	6	6	8
58	56	-2	2	3,5
сумма				78

Таблица 4.8 – Расчет T- критерия по уровню показателей эмоционального состояния до формирующего эксперимента и после

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до} - t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	2	1	1	3
2	3	1	1	3
2	3	1	1	3
2	4	2	2	6,5
1	2	1	1	3
3	4	1	1	6,5
1	2	1	1	3
сумма				28

Таблица 4.9 – Расчет T- критерия по уровню показателей Индекса тревожности до формирующего эксперимента и после

Имя ребенка	ИТ ДО ЭКСПЕРИМЕНТА	ИТ ПОСЛЕ ЭКСПЕРИМЕНТА	Разность		ранг
ГА	57	50	7	7	2
ВМ	50	57	-7	7	2
СИ	78	50	-28	28	10
МС	50	57	7	7	2
ВК	71	50	-21	21	6
ПК	64	42	-22	22	7
ПД	42	42	0		
РП	50	42	8	8	9
РВ	57	33	-24	24	8
ЛВ	35	50	-16	16	5
КК	50	50	0		
ВТ	64	50	-14	14	4
итого					55

Таблица 4.10– Расчет T- критерия показателей по уровню агрессивности старших дошкольников до проведения коррекционной программы и после

Таблица 4.10– Расчет T- критерия показателей по уровню агрессивности старших дошкольников до проведения коррекционной программы и после

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до} - t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
11	10	-1	1	2,5
12	8	-4	4	6
13	13	0	0	
7	6	-1	1	5
9	6	-3	3	2,5
13	13	0	0	
17	16	-1	1	2,5
6	5	-1	1	2,5
15	15	0	0	
10	10	0	0	
5	5	0	0	
16	16	0	0	
сумма				21

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрение исследования эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях ДООУ

Таблица 5 - Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику. 1-й этап «Целеполагание внедрения по теме программа психолого-педагогической коррекции эмоциональной устойчивости старших дошкольников в условиях МБОУ»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения</b>	Изучение и анализ анкет родителей, воспитателей, непосредственно работающих на группах, Выявление детей, имеющих эмоциональную нестабильность и проблемы поведенческого плана.	Анализ беседы, анкетирование, консультирование.	Беседа с родителями и воспитателями д/с		сентябрь	психолог
<b>1.2. Поставить цели внедрения</b>	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение, ППК МДОУ	Педсовет	1	октябрь	методист, психолог\члены ППК
<b>1.3. Разработать этапы внедрения</b>	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ состояний дел в детском саду, анализ программы внедрения	Совещание	1	Октябрь	Методист, психолог, заведующий
<b>1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения</b>	Анализ уровня подготовленности педколлектива, анализ работы в детском саду по теме предмета	Анализ состояния программы внедрения. Обсуждение по группам (компенсирующей направленности)	Педсовет	1	Октябрь	Методист Психолог Члена ППК

	внедрения					
--	-----------	--	--	--	--	--

### 2-й этап « Формирование положительной психологической установки на внедрение»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>2.1.Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации детского сада и родителей детей детского сада</b>	Формирование готовности внедрить тему. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Формирование готовности внедрить тему. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Обоснование практической значимости внедрения. Тренинги( для родителей и педагогов детского сада)	2	Сентябрь, октябрь	Психолог, методист
<b>2.2.Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива и родителей детей детского сада</b>	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения по проблеме исследования в других детских садах. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Методической консультации. Консультации для родителей	Изучение опыта, проработка проблем с детьми имеющих проблемы с поведением, эмоционально-нестабильные дети. Так же работа с родителями и таких детей		Сентябрь, октябрь, ноябрь.	методист, психолог, социальный педагог

### 3-й этап «Изучение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>3.1.Изучить всем коллективом необходимые документы о предмете внедрения</b>	Изучение и анализ каждым воспитателем материалов по проблеме исследования.	Фронтально	Семинары, включение в программу «Ветер перемен»	2	декабрь	Методист, воспитатель, психолог

<b>3.2. Изучить сущность предмета внедрения</b>	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов.	Фронтально и входе самообразования.	Семинары, тренинги.	2	Январь	Методист, воспитатель, психолог
<b>3.3. Изучить методику внедрения темы</b>	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и входе самообразования	Семинары, тренинги	2	Февраль	психолог

4-й этап «опережающее освоение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы</b>	Определение состава инициативной группы, организационная работа. Исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседование о суждениях	Дискуссии	3	Апрель	Заведующий, психолог, методист. Социальный педагог
<b>4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе</b>	Изучить теории предмета внедрения, методики внедрения.	Самообразование. Научно-исследовательская работа. Обсуждение. Тренинги. Проектирование.	Семинары инициативной группы, консультации	1	Апрель	психолог
<b>4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения темы</b>	Анализ создания условий для опережающего внедрения	Изучить состояние дел, обсуждение. Экспертная оценка	Собрание	1	май	Заведующий, методист, психолог
<b>4.4. Проверить методику внедрения</b>	Работа инициативной группы по новой	Изучение состояния дел в детском саду,	Посещение открытых занятий в старших и	4	1-е полугодие	Специалисты, воспитатели

	методике	корректировка методики.	подготовительных группах			
--	----------	-------------------------	--------------------------	--	--	--

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>5.1.Мобилизовать педколлектив на внедрение по проблеме исследования</b>	Анализ работы деятельности педагогов	Сообщение о результатах работы.ППК МДОУ.	Педсовет. Психологический практикум	1	январь	Психолог методист
<b>5.2.Развить знания и умения на предыдущем этапе</b>	Обновление знаний о предмете	Обмен опытом, тренинги.	Консультирование, семинар, практикум	1	Январь, февраль, март	психолог
<b>5.3.обеспечить условия для фронтального внедрения</b> <b>5.4.освоить всем коллективом предмет внедрения,</b>	Анализ создания условий для фронтального внедрения Фронтальное усвоение предмета внедрения	Изучение состояния дел, обсуждения  Наставничество, обмен опытом, анализ, корректировка технологии.	Собрание  Заседание методических объединений, консультации, практические занятия	1  1	Май  январь	

6-й этап «совершенствование работы над темой»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>6.1.Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе</b>	Совершенствование знаний	Наставничество, обмен опытом, анализ	Конференция	1	январь	Методист психолог
<b>6.2.Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения</b>	Анализ зависимости конечного результата по 1-му условию от создания условий для внедрения	Анализ состояния дел детском саду, обсуждение, доклад	Собрание	1	январь	психолог
<b>6.3.Совершенствовать методику освоения темы</b>	Формирование единого методического обеспечения освоения темы	Анализ состояния дел в детском саду, обсуждение	Посещение занятий	4	Каждое полугодие	Заведующий, психолог, методист

		, доклад				
--	--	----------	--	--	--	--

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>7.1. изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования</b>	Изучения и обобщение внутри детсадовского опыта, работать по проблеме исследования.	Посещение, наблюдение, изучение, анализ.	Открытые занятия, буклеты, стенды	Не менее 4	Сентябрь, декабрь	Психолог методист
<b>7.2.осуществить наставничество</b>	Обучения воспитателей других школ над темой	Наставничество, тренинги	Выступление на семинарах в других детских садах Проведение МО на территории и МДОУ	Март, апрель, май		Заведующий, психолог, методист
<b>7.3.Осуществить пропаганду передового опыта внедрения</b>	Пропаганда опыта внедрения в работе	Выступление	Семинар практикум	1	февраль	методист
<b>7.4.Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на пред.этапах</b>	Обсуждение динамики, работа над темой	Наблюдение, анализ	Семинар	1	февраль	Заведующий Методист психолог