



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)  
Факультет дошкольного образования  
Кафедра педагогики и психологии детства

**Коррекция психоэмоционального состояния детей  
старшего дошкольного возраста средствами изотерапии**

*выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Психология и педагогика дошкольного образования»*

Проверка на объем заимствований  
\_\_\_\_\_ % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.  
Зав. кафедрой ПиПД  
\_\_\_\_\_ Емельянова И.Е.

Выполнил (а):  
Студент (ка) группы ЗФ-402/097-3-1  
Скрипкина Екатерина Сергеевна

Научный руководитель:  
д.п.н., профессор кафедры ПиПД  
Мишанова Оксана Геннадьевна

Челябинск  
2018

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. Теоретические основы изучения психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста .....	8
1.1 Изучение психоэмоциональных состояний в психолого-педагогической литературе .....	8
1.2 Изотерапия в коррекции нарушений эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста.....	14
1.3 Условия реализации программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии....	20
ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ .....	34
ГЛАВА 2. Экспериментальное исследование внедрения изотерапии как средства коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.....	37
2.1 Результаты констатирующего этапа исследования .....	37
2.2 Реализация программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии .....	48
2.3 Результаты контрольного этапа эксперимента .....	62
ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ .....	66
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	68
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	71
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	79

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность** данного исследования заключается в использовании изотерапии в рамках учебно-воспитательного процесса дошкольного учреждения с целью коррекции психоэмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста. Среди глобальных проблем человечества, наиболее остро заявляющих о себе в XXI веке, особое место занимает психическое и физическое здоровье детей. Многочисленные подходы к решению этой проблемы чаще всего основываются на изучении внутрисемейной атмосферы, качестве медицинского обслуживания, отношений ребёнка с близкими взрослыми, социального окружения, а также восприимчивости детей к заболеваниям и другим внешним факторам.

Наряду с этим, менее изучены внутренние факторы, влияющие на психическое здоровье детей, становление исходно благополучной психики и важнейшие условия, определяющие это благополучие. В качестве одного из таких внутренних факторов, являющихся мощным регулятором психики ребёнка, а соответственно и его здоровья, можно рассматривать эмоциональную сферу как сложно организованную систему регуляции поведения ребёнка.

Педагоги дошкольных учреждений отмечают, что дети старшего дошкольного возраста подвержены различным эмоциональным перегрузкам, которые выражаются в нарушении общения, снижении психоэмоционального контроля, преобладании негативных эмоций и психоэмоциональных состояний. Частые драки и ссоры в группе дошкольников свидетельствуют о том, что у детей сильно нарушена эмоциональная сфера. Таким образом, у детей старшего дошкольного возраста в той или иной степени наблюдаются проблемы эмоциональной сферы. Справиться с этими проблемами возможно с помощью методов изотерапии, поскольку изобразительная деятельность находится в тесном взаимодействии с психическим развитием ребёнка. В

процессе изображения участвует не какая-то отдельная функция, а личность в целом, при этом художественно-эстетическое развитие детей является одним из пяти направлений развития и образования детей, согласно Федеральному государственному образовательному стандарту.

Анализ литературных источников, осмысление сформулированной выше проблемы в контексте психологического здоровья ребенка позволил выявить ряд противоречий между:

- потребностью современного общества в психологически здоровых людях и недостаточной возможностью социальных институтов воспитать, развить психологически здоровую личность в современных социально-экономических условиях;

- доступностью практического использования изобразительной деятельности как средства развития психологически здоровой личности на начальных этапах онтогенеза и недостаточной разработанностью программ, направленных на коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста;

- востребованностью изотерапии как самостоятельного направления в коррекционной работе и недостаточной изученностью практических возможностей изотерапии в работе с детьми старшего дошкольного возраста в ДОО.

Актуальность проблемы исследования и выявленные противоречия определили цель данного исследования.

**Цель исследования:** обосновать, разработать и проверить эффективность программы, направленной на коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии.

**Объект исследования:** психоэмоциональные состояния детей старшего дошкольного возраста.

**Предмет исследования:** коррекция психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии.

**Гипотеза исследования:** изотерапия как средство коррекции психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста будет эффективной, если в ходе психолого-педагогической деятельности будут созданы следующие психолого-педагогические условия реализации программы:

1. Организация предметно-пространственной развивающей среды, включающей в себя творческое взаимодействие педагога с детьми;
2. Создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка;
3. Применение приемов и методов, направленных на коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования, касающуюся изучения основных психоэмоциональных состояний детей дошкольного возраста.
2. Раскрыть сущностную характеристику психоэмоциональных состояний и их нарушений у детей старшего дошкольного возраста.
3. Разработать и внедрить программу коррекции психоэмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии.
4. Охарактеризовать и проанализировать полученные результаты исследования, сделать выводы.

**Методологической основой исследования** явилась культурно-историческая теория Л.С. Выготского, согласно положениям которые мы рассматриваем, развитие эмоциональной сферы ребенка с точки зрения ее социокультурной обусловленности; представления отечественных и зарубежных ученых (Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, С.Л. Рубинштейн, Д.К. Эльконин и др.), признающих центральную роль эмоций в развитии ребенка; исследования по проблеме психологического здоровья

(К.А. Альбуханова - Славская, Л.И. Анциферова, И.В. Дубровина); психический анализ эмоциональных явлений в детском возрасте (Г.М. Бреслав, В.К. Вилюнас, Е.Н. Лисова).

Значительную роль в обосновании проблемы исследования сыграли работы ведущих специалистов в области коррекционной психологии и психотерапии: Л.И. Божович, В.И. Гарбузова, А.И. Захарова, А.И. Копытина, А.М. Прихожан и другие.

#### **Методы и методики:**

- Теоретические: методы анализа, синтеза, обобщение и систематизация данных психолого-педагогических и методологических данных по теме исследования;
- Эмпирические: анализ продуктов художественно-изобразительной деятельности детей, констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент (в форме организованных коррекционно-развивающих занятий с детьми дошкольного возраста), контрольный эксперимент; проективная методика диагностики детской тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен; методика изучения самооценки детей дошкольного возраста «Лесенка» Т.В. Дембо - С. Я. Рубинштейн; методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» А.И. Захарова.
- Статистические: Т-критерий Вилкоксона.

**Экспериментальная база исследования:** экспериментальное исследование осуществлялось на базе МБДОУ ДС №267 г. Челябинска.

В исследовании приняло участие 30 старших дошкольников из них 16 девочек и 14 мальчиков, возраст детей 5 - 7 лет.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в систематизации теоретических представлений о возрастных особенностях эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста, причинах нарушений и путях их устранения средствами изотерапии; уточнена диагностическая и психотерапевтическая роль искусства и художественного творчества детей как средства коррекции психоэмоциональных нарушений. В

исследовании теоретически обоснована программа коррекции и развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста в процессе художественного творчества.

**Этапы исследования:** исследовательская работа проходила в период с сентября 2017г. по январь 2018 г. и состояла из трех этапов.

Первый этап (сентябрь 2017г.) — теоретический анализ научной литературы по теме исследования, формулировка проблемы, поиск основных направлений исследований, определение объекта, предмета исследования, его гипотезы, цели и задач.

Второй этап (октябрь – ноябрь 2017г.) - поиск методов и форм работы с детьми, подбор и адаптация программы, методов и методик диагностики и коррекции.

Третий этап (декабрь 2017г. - январь 2018г.) - проведение констатирующего и психолого-педагогического экспериментов.

**Практическая значимость исследования** состоит в том, что разработана и реализована программа коррекции эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста и полученные в ходе эксперимента данные подтверждают эффективность развивающего и коррекционного влияния изотерапии на детей с нарушениями эмоциональных состояний, в силу возрастной сложности рефлексии и вербализации.

**Структура квалификационной работы.** Квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, приложений. Содержание работы изложено на 90 страницах машинописного текста в компьютерном наборе. Список литературы включает 83 наименования.

## **ГЛАВА 1. Теоретические основы изучения психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста**

### **1.1 Изучение психоэмоциональных состояний в психолого-педагогической литературе**

Психоэмоциональное состояние — особая форма психических состояний человека с преобладанием эмоционального реагирования по типу доминанты. Эмоциональные проявления в реагировании на действительность необходимы человеку, так как они регулируют его самочувствие и функциональное состояние. Дефицит эмоций снижает активность центральной нервной системы и может явиться причиной снижения работоспособности. Чрезмерное влияние эмоциогенных факторов может вызвать состояние нервно-психического напряжения и срыв высшей нервной деятельности. Оптимальное эмоциональное возбуждение — условие готовности к эффективной деятельности и ее благоприятному для здоровья личности осуществлению. Так как психоэмоциональное состояние отличается от психического состояния именно выраженным преобладанием эмоций, необходимо более подробно остановиться на их определении и функциях[17].

Эмоции — это особый класс психических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями и мотивами, отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворённости, радости, страха и т.д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности. Эмоциональные состояния или эмоции представляют собой сложные и богатые реакции человека от взрывов страстей до тонких оттенков настроений[16].

Относительно классификации и функций эмоций существует множество подходов, одним из которых является информационная



концепция эмоций П.В. Симонова, которая относится к разряду когнитивистских теорий. В соответствии с этой теорией эмоциональные состояния определяются качеством и интенсивностью актуальной потребности индивида и оценкой, которую он даёт для вероятности её удовлетворения. Оценку этой вероятности человек производит на основе врожденного и ранее приобретенного индивидуального опыта, непроизвольно сопоставляя информацию о средствах, времени, ресурсах, предположительно необходимых для удовлетворения потребности, с информацией, поступившей в данный момент. Так, например, эмоция страха развивается при недостатке сведений о средствах, необходимых для защиты[29].

Все эмоции можно распределить на две большие группы, т.е. приятные и неприятные. Эмоции играют важную роль в жизни детей. Они помогают ребенку приспособиться к той или иной ситуации. Эмоции ребенка - это «послание» окружающим его взрослым о его состоянии [36].

Дети 3-5 лет уже в состоянии распознавать свое внутреннее эмоциональное состояние, эмоциональное состояние сверстников и выразить свое отношение к ним, т.е. ребенок дошкольник отлично понимает, что его друг расстроен, обижен или испуган. Благодаря этому эмоции участвуют в формировании социальных взаимодействий и привязанностей.

Детские эмоции влияют и на будущее поведение человека. Эмоции способствуют также социальному и нравственному развитию, которое начинается с известных большинству родителей и воспитателей вопросов «Что такое хорошо? Что такое плохо?». Эмоции являются источником радости и страдания, а жизнь без эмоций – как положительных, так и отрицательных – пресна и бесцветна[16].

Наблюдая за развитием ребенка нетрудно заметить: способность чувствовать возникает у него раньше, чем способность мыслить. У ребенка часто чувство, как правило, преобладает над разумом. И язык эмоций ребенку понятнее и ближе, чем язык рассуждений. Детские эмоции, помимо

высокой восприимчивости, захватывают всю личность. Сильные эмоциональные переживания быстрее вызывают в ребенке стрессовое состояние, способствуют истощению нервной системы. Такое же травмирующее действие оказывает и быстрая смена эмоций, особенно положительных на отрицательные [26].

Таким образом, ребенок нуждается в эмоциональных переживаниях, и ограничивать его в этом – значит обеднять его жизнь, искажать его характер. Но с другой стороны, сильные переживания истощают, невротизируют ребенка. Его стремление к эмоциональным состояниям подобно влечению мотылька к огню, если вовремя не остановить, он может пострадать.

О сложности эмоционального мира детей и влияния на него взрослых писали А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, П.Я.Гальперин, Б.В.Зейгарник. Они полагали, что воспитателю необходимо не только увидеть сам факт эмоционального переживания ребенка, но и установить его причину. Это не простая задача, поскольку переживания могут оказаться беспредметными и немотивированными. Множество современных программ нацелены главным образом на развитие познавательных процессов (восприятию, внимания, памяти, мышления), но наряду с этим необходимо уделить внимание развитию умения общаться, понимать чувства других людей, сочувствовать им, адекватно реагировать в сложных ситуациях, находить выход из конфликта. В целом, научить детей умению управлять своими эмоциями [28].

Психологи попытались определить и классифицировать эмоции. Оказалось, что люди различают шесть основных эмоций – радость, грусть, гнев, удивление и страх. Способность или умение правильно распознавать эмоциональные состояние другого человека – важный фактор в формировании отношений с людьми.

Эмоции выполняют оценочную роль, побуждают ребенка к деятельности, влияют на накопление и актуализацию его опыта [37].

При изучении эмоциональных явлений психологи разделяют их в зависимости от того, какое место они занимают в регуляции поведения и деятельности.

К первой группе относятся настроения – более или менее длительные эмоциональные состояния, образующие исходный фон жизнедеятельности. Ко второй – чувства: устойчивые эмоциональные отношения к определенному человеку или предмету. К третьей – собственно эмоции, реализующие психическое отражение и состояние организма.

Наиболее острые и устойчивые отрицательные эмоции ребенок испытывает при негативном отношении к нему окружающих его людей, особенно воспитателя и сверстников.

Отрицательные эмоции, вызванные взаимоотношениями с окружающими, выступают в виде различных переживаний: разочарования, обиды, гнева, или страха. Они могут проявляться ярко и непосредственно в речи, мимике, позе, движениях или иначе – в особой избирательности действий, поступков, отношения к другим людям [34].

Предлагают следующие типы детей в зависимости от их положения в группе сверстников. «Предпочитаемые» дети находятся в группе в атмосфере любви и поклонения. «Пренебрегаемые» и «изолированные» дети часто чувствуют по отношению к себе равнодушие сверстников или их снисходительность. Эмоциональное неблагополучие может приводить к психоэмоциональному напряжению и различным типам поведения.

Первый - это неуравновешенное, импульсивное поведение, характерное для быстро возбудимых детей. При возникновении конфликтов со сверстниками обиде. Негативные эмоции в этом случае могут быть вызваны как серьезными причинами, так и самыми незначительными.

Второй тип поведения характеризуется устойчивым негативным отношением к общению. Обида, недовольство, неприязнь надолго задерживаются в памяти, но они более сдержаны, чем дети первого типа. Основной чертой поведения детей третьего типа является наличием у них

многочисленных страхов. Следует отличать нормальные проявления страха у детей от страха как свидетельства эмоционального напряжения.

Страхи условно можно разделить на два вида: ситуационные и личностно обусловленные.

И в страхе, и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, т.е. в них отражается восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности.

Тревога - это состояние беспокойства в предчувствии реальной или воображаемой опасности. Наиболее часто тревога проявляется в ожидании, какого-либо события, которое трудно предугадать и которое может угрожать неприятными последствиями.

Работая с детьми, общаясь с ними изо дня в день, можно прийти к выводу: формирование «умных» эмоций и коррекцию недостатков эмоциональной сферы необходимо рассматривать в качестве одной из наиболее важных задач воспитания [17].

Чтобы работа носила целенаправленный, системный характер, нужно определить, что брать за основу, на какие эмоции опираться. Одной из наиболее удобных для практической цели классификаций, является классификация К.Изарда [16]. Эта классификация основана на фундаментальных эмоциях: интересе, радости, удивлении, горе, гневе, презрении, страхе, стыде, вине. Остальные эмоции рассматриваются как их производные.

Анализируя особенности развития эмоциональной сферы детей необходимо помнить о том, что для маленького человека характерно находиться в «плёну эмоций», потому что он не может управлять ими. Его чувства быстро возникают и также быстро исчезают. Главным направлением развития эмоциональной сферы должно стать формирование способности управлять чувствами. Методика Ю.А. Афонькина «Изучение управления собственными эмоциями» позволяет оценить способность ребенка управлять

собственными эмоциями. Анализ ответов детей показал, что 50% дошкольников не способны управлять собственными эмоциями [2].

Другим направлением в развитии чувств является изменение их динамики и содержания, когда чувства становятся устойчивыми, приобретают большую глубину, формируются высшие чувства – моральные, эстетические, познавательные. Так, у старших дошкольников проявляются сострадание, сочувствие, забота о близких людях, чувство долга, взаимопомощи, отзывчивости. Ребенок учится понимать не только свои чувства, но и переживания других людей. Он начинает различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению, через мимику, жесты, позу. Ему более понятны такие базовые эмоции как радость, гнев, печаль, сострадание [1].

Следовательно, устойчивые отрицательные эмоции дошкольник испытывает при негативном отношении к нему окружающих его людей, особенно воспитателя и сверстников. Устойчивые отрицательные эмоции, вызванные взаимоотношениями с окружающими, выступают в виде различных переживаний и могут проявляться у дошкольников в особой избирательности действий, поступков, отношения к другим людям.

Таким образом, анализ исследований по проблеме изучения психоэмоциональных состояний (Е.В. Антонова, Ю.А. Афонькина, Е.А. Белецкая, М.С. Бережная, У. Вейтен, Л.С. Выготский, Д.А. Георгиевская, Г.Д. Джукенова, Т.К. Донская, Н.В. Знаменская, Е.П. Ильин, Т.Ю. Киселева, А.И. Копытин, К.И. Королева, Л.Д. Лебедева, С.М. Малинина, В.В. Николаева, А. Спиваковская, Н.М. Федченко и др.) позволили нам определить основные понятия в научной литературе. Психоэмоциональные состояния ученые рассматривают как состояния, которые выражаются в форме непосредственного переживания ребенка, определяются качеством и интенсивностью актуальной потребности дошкольника и оценкой, которую он дает на основе индивидуального опыта. Психолого-педагогическая коррекция определяется учеными как

направленное психологическое воздействие на структуры психики с целью обеспечения полноценного развития и функционирования личности.

Мы в нашем исследовании понимаем коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии как один из видов психолого-педагогической помощи, деятельность, направленную на исправление нарушений эмоциональной сферы у старших дошкольников, а также деятельность, направленную на формирование у дошкольника нужных психологических качеств для повышения его социализации и адаптации к изменяющимся жизненным условиям.

## **1.2 Изотерапия в коррекции нарушений эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста**

Изотерапия широко используется в психокоррекционной практике. Она даёт положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами. Изобразительно-игровое пространство, материал, образ в рисунке являются для таких детей средством психологической защиты, которое помогает в трудных обстоятельствах [5].

Рисование – это творческий акт, позволяющий человеку ощутить самого себя, выразить свои мысли и чувства, развить эмпатию, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, выражать мечты и надежды. Это не только отражение в сознании окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Рисование развивает чувственно-двигательную координацию. Его достоинство заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций. Рисование выступает как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе отрицательных или негативных. Поэтому рисование широко используют для

снятия психического напряжения, стрессовых состояний, при коррекции неврозов, страхов [8].

Рисование, так или иначе, связано с укреплением психического здоровья, а потому может рассматриваться как значительный психологический и коррекционный фактор.

Уже на заре человеческой цивилизации жрецы, а затем и философы, педагоги использовали разные виды искусства для лечения души и тела. Использование разных видов искусства в целях врачевания наблюдалось в Древней Греции, Китае, Индии. Ещё в Древней Греции философы указывали на профилактическую и лечебную силу воздействия искусства. В Средние века практика изотерапии связана с теорией аффектов, которая изучала воздействие различных изображений на эмоциональное состояние человека[7].

В России по инициативе В.М.Бехтерева во второй половине XX века в лечебных и коррекционных целях разрабатывается и используется изотерапия, как в различных направлениях медицины, так и в психологии, в частности, специальной.

Это метод лечения посредством художественного творчества. Изотерапия - один из самых мягких и в то же время глубоких методов в арсенале психологов и психотерапевтов. Рисуя, занимаясь лепкой, выражая посредством искусства свою проблему или настроение вы как будто получаете закодированное послание от самих себя, из собственного подсознания. Метод изотерапии можно отнести к наиболее древним и естественным формам коррекции эмоциональных состояний, которым многие люди пользуются самостоятельно - чтобы снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться [11].

Специальные исследования выявили положительное влияние разных видов искусства на различные системы организма человека: сердечно-сосудистую, двигательную, дыхательную, центральную нервную. В результате этих исследований были сделаны выводы о том, что

отрицательные эмоции блокируют функции головного мозга, что приводит к потере ориентировки человека в окружающей среде, а положительные эмоции от общения с искусством, наоборот, оказывают лечебное воздействие на психосоматические процессы, содействуют психоэмоциональному напряжению человека, мобилизуют его резервные силы [14].

В условиях реформирования современного общества перед педагогами стоит задача создания адекватных условий воспитания и обучения каждому ребенку. Дети являются особой категорией, в работе с которыми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы. Одной из таких форм является изотерапия.

В настоящее время можно выделить несколько направлений использования искусства в коррекционной работе с детьми:

1. Психофизиологическое - связанное с коррекцией психосоматических нарушений.
2. Психотерапевтическое - связанное с воздействием на когнитивную и эмоциональную сферы.
3. Психологическое - выполняющее регулятивную, коммуникативную функции.
4. Социально-педагогическое - связанное с расширением общего и художественно-эстетического кругозора, с активизацией потенциальных возможностей ребенка в практической художественной деятельности и творчестве.

Реализация этих направлений в работе с детьми осуществляется через определенные психокоррекционные, коррекционно-развивающие методики, которые используются в рамках изотерапии.

В последнее время изотерапия всё больше включается в коррекционно-развивающую работу с детьми с эмоциональными нарушениями и даёт положительные результаты [13].

В свою очередь каждый вид изотерапии подразделяется на подвиды. Однако основой для всех видов изотерапии является художественная



деятельность субъекта, рисунок, лепка-лечебное воздействие, коррекция тех или иных нарушений в развитии, посредством изобразительной деятельности. Изотерапия по форме организации может быть индивидуальной и групповой.

В современной зарубежной и отечественной изотерапии (В.Е. Фолке, Т.В. Келлер, Р.Б. Хайкин, М.Е. Бурно) выделяют некоторые направления этого метода: использование уже существующих произведений изобразительного искусства путем их анализа и интерпретации детьми дошкольного возраста; побуждение детей к самостоятельным творческим проявлениям в изобразительной деятельности [14].

Применение изотерапии в медицине обусловлено лечебно-реабилитационными задачами, а в психологии и педагогике - в большей мере коррекционно-профилактическими.

Изотерапия дает положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами — задержкой психического развития, речевыми трудностями, нарушением слуха, умственной отсталостью, при аутизме, где вербальный контакт затруднен. Во многих случаях изотерапия выполняет психотерапевтическую функцию, помогая ребенку справиться со своими психологическими проблемами [19].

Изобразительно-игровое пространство, материал, образ в рисунке, являются для таких детей средством психологической защиты, которое помогает в трудных обстоятельствах.

Изотерапия, как указывает О. А. Карабанова, рассматривается, в первую очередь, как проекция личности ребенка, как символическое выражение его отношения к миру.

Характеризуя коррекционную направленность изотерапии, используемой в работе с детьми, О.А. Карабанова определяет три принципиальных отличия от учебных уроков рисования [22].

Первое связано с целями и задачами рисуночной терапии: изотерапия – это самовыражение в рисунке и моделирование конфликтной ситуации, а на уроках рисования – овладение средствами и техниками изображения.

Второе отличие касается продуктов изобразительной деятельности: в терапии изобразительной деятельности качество рисунка не выступает важным критерием его оценки (рисунок обладает собственной ценностью, связанной с последовательностью этапов разрешения личностных проблем ребёнка). На учебных занятиях основным при анализе рисунка является мера и качество овладения ребёнком системой образовательных средств.

Третье отличие состоит в различии функций взрослого в учебном и терапевтическом рисовании.

Использование изотерапии во многих случаях выполняет и психотерапевтическую функцию, помогая ребёнку справиться со своими психологическими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения. Как, например, в случае умственной отсталости, аутизма, грубых эмоциональных и поведенческих нарушений у ребенка и осуществляется в медицинских учреждениях или в специальных школах, или школах-интернатах. В других случаях изо-терапевтическая работа имеет скорее профилактический или «развивающий» характер, как, например, в случае наличия у ребенка легких эмоциональных и поведенческих расстройств, или определенных проблем психологического порядка, и проводится в обычных школах или при социальных центрах. Ребенок использует изобразительную деятельность как способ осмысления действительности и своих взаимоотношений с нею. По рисунку можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости. Следует учитывать, что изобразительный материал и образ является для ребенка средством психологической защиты, к которому он прибегает в трудных для себя обстоятельствах [22].

Изотерапия может способствовать достижению следующих целей:

Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам. Работа над рисунками, картинами, скульптурами является безопасным способом “ выпустить пар” и разрядить напряжение.

Облегчить процесс коррекции. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их в процессе вербальной психотерапии.

Получить материал для интерпретации и диагностических заключений. Продукты художественного творчества относительно долговечны, и пациент не может отрицать факт их существования. Содержание и стиль художественных работ дают учителю изобилие информации о ребёнке, который сам может помогать в интерпретации своих произведений [23].

Проработать мысли и чувства, которые ученик привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений. Наладить отношения между учителем и учеником. Совместное участие в художественной деятельности может способствовать созданию отношений эмпатии и взаимного принятия. Развить чувство внутреннего контроля. Работа над рисунками и картинами или лепка предусматривают упорядочивание цвета и форм. Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия изобразительным искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическим и зрительными ощущениями, развивают способности к восприятию [20]. Развивать художественные способности и повысить самооценку. Побочным продуктом изотерапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.

Кроме описанных эффектов, использование изобразительного искусства в работе с психокоррекционными группами даёт дополнительные результаты, стимулируя воображение и помогая разрешить конфликты и налаживать отношения между участниками. Искусство приносит радость, и это важно само по себе, независимо от того, рождается ли эта радость в

глубинах подсознания или она является результатом осознания возможности развлечься, а то и подурачиться.

При всем многообразии различных форм изо-терапевтической работы и значительных различиях между отдельными группами детей, им всем присущи некоторые общие особенности, которые необходимо учитывать. Одна из этих особенностей заключается в том, что дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия в том числе, изобразительная, для них более естественна [21].

Следует принимать во внимание и то, что дети более спонтанны и менее способны к рефлексии своих чувств и поступков. Поэтому их переживания, запечатленные в изобразительной продукции, более доступны для восприятия и анализа.

Таким образом, изотерапия дает положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами, является способом моделирования взаимоотношений и выражения эмоций; широко используется для снятия психического напряжения и коррекции психоэмоциональных состояний.

Мы понимаем изотерапию как один из самых оптимальных средств в коррекции эмоциональных состояний, которая рассматривается как проекция личности ребенка и как символическое отражение его отношения к миру.

### **1.3 Условия реализации программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии**

Изотерапия как средство коррекции психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста будет эффективной, если в ходе психолого-педагогической деятельности будут созданы специфические психолого-педагогические условия:

1. Создание предметно-пространственной развивающей среды, включающей в себя творческое взаимодействие по изучению различных техник рисования, методов и приемов рисования.

2. Создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка.

3. Разработка и внедрение программы коррекции, способствующей позитивному изменению основных показателей нарушений эмоциональной сферы у старших дошкольников.

*Сначала рассмотрим первое психолого-педагогическое условие: Создание предметно-пространственной развивающей среды, включающей в себя творческое взаимодействие по изучению различных техник рисования, методов и приемов рисования.*

Одним из главных показателей качества дошкольного образования является предметно–пространственная развивающая среда, созданная в соответствии с требованиями федеральных государственными образовательных стандартов дошкольного образования (ФГОС дошкольного образования). Предметно-пространственная развивающая среда должна обеспечивать возможность общения и совместной изо-деятельности детей со сверстниками и взрослыми, а также возможности для индивидуальной работы. Насыщенность среды должна соответствовать возрасту детей и содержанию Программы. Развивающая предметно-пространственная среда призвана обеспечить доступность изобразительной деятельности для детей старшего дошкольного возраста и реализацию их творческого потенциала.

Уголок изобразительной деятельности можно рассматривать как своеобразный художественно-творческий комплекс. Создание предметной среды дошкольного образовательного учреждения предполагает организацию художественно-творческого комплекса уголка изобразительной деятельности, который включает взаимодействие искусств и разных видов художественной деятельности, активизирующих самостоятельную деятельность дошкольников. Организация предметно-развивающей среды по

развитию изобразительной деятельности в соответствии с федеральным образовательным стандартом дошкольного образования отвечает следующим требованиям:

- Насыщенность;
- Трансформируемость пространства;
- Полифункциональность материалов;
- Вариативность среды;
- Доступность среды;
- Безопасность.

Существуют различные методики изотерапии, одной из которых является проективный рисунок, который может использоваться как в индивидуальной форме, так и в групповой работе. Основная задача проективного рисунка состоит в выявлении и осознании трудновербализуемых проблем и переживаний. Управляя и направляя тематику рисунков, можно добиться переключения внимания ребенка, концентрации его на конкретных значимых проблемах. Именно эти методы особенно эффективны при коррекции детских страхов. Проективное рисование рассматривается некоторыми авторами как вспомогательный метод, который позволяет диагностировать и интерпретировать затруднения в общении, эмоциональные проблемы и т.д. темы рисунков подбираются так, чтобы предоставить участникам возможность выразить графически или рисунком свои чувства и мысли. Метод позволяет работать с чувствами, которые субъект не осознает по тем или иным причинам [24].

Выбор педагогом техники работы зависит от его теоретических предпочтений и от состава группы. Изотерапия является коррекцией по средствам изобразительной деятельности и связана, главным образом, с визуальными искусствами: живописью, графикой, фотографией, скульптурой, коллажем, фотоколлажем.

Существуют определённые чёткие правила проведения изотерапии:

1. Обеспечить рабочее место.

2. Определить вид работы.
3. Сформировать цели и задачи.
4. Создать спокойную, деловую обстановку.
5. Пробудить интерес.
6. Временной промежуток 30-40 минут.
7. Менять формы занятий.
8. Подведение итогов (никакой критики, не превращать выставку в соревнование, не должно быть победителей и побеждённых).

Мы учим детей доводить начатое дело до конца, очень плохо, если он бросает свою работу на полпути. Позволяя не доканчивать, недоделывать, мы воспитываем неуверенного человека.

Темы, предлагаемые для рисования, могут быть, самыми разнообразными и касаться как индивидуальных, так и общегрупповых проблем. Обычно тема рисования охватывает:

1. Собственное прошлое и настоящее («Моя самая главная проблема в общении с детьми», «Ситуации в жизни, в которых я чувствую себя неуверенно», «Мой обычный день»);
2. Будущее или абстрактные понятия («Кем бы я хотел быть», «Три желания», «Остров счастья», «Страх»);
3. Отношения в группе («Что дала мне группа, а я ей», «Что я ожидал, что получил от общения в группе»).

Основными этапами коррекционного процесса с использованием метода проективного рисования являются [26]:

1. Предварительный, ориентировочный этап.
2. Выбор темы рисования, эмоциональное включение в процесс рисования.
3. Поиск адекватной формы выражения.
4. Развитие формы в направлении всё более полного, глубокого самовыражения, её конкретизация.

## 5. Разрешение конфликтно травмирующей ситуации в символической форме.

### Рисование «Волшебными красками».

Краски готовятся по рецепту: 2 ложки муки, 1,5 ложек соли, треть чайной ложки подсолнечного масла и немного воды. Замесить тесто как для блинов. После добавить 2 ложки клея ПВА. Далее в тесто добавлять гуашь того цвета, который нужно создать. Рисуют, на картоне не размазывая, а выливая на картон.

В проективном рисовании используются следующие методики:

1. Свободное рисование (каждый рисует, что хочет). Рисунки выполняются индивидуально, а обсуждение происходит в группе. Тема или задается, или выбирается членами группы самостоятельно. На рисование выделяется 30 мин., затем рисунки вывешиваются, и начинается обсуждение. Сначала о рисунке высказываются члены группы, а затем сам автор. Обсуждаются расхождения в интерпретации рисунка.

2. Коммуникативное рисование. Группа разбивается на пары, у каждой пары свой лист бумаги, каждая пара совместно рисует на определенную тему, при этом, как правило, вербальные контакты исключаются, они общаются с помощью образов, линий, красок. После окончания процесса рисования происходит обсуждение процесса рисования. При этом обсуждаются не художественные достоинства созданного произведения, а мысли, чувства по поводу процесса рисования, которые возникли у членов диад, и их отношение друг к другу в процессе рисования.

3. Совместное рисование. Несколько человек (или вся группа) молча рисуют на одном листе (например, группу, ее развитие, настроение, атмосферу в группе и т.д.) по окончании рисования обсуждается участие каждого члена группы, характер его вклада и особенности взаимодействия с другими участниками в процессе рисования.

4. Дополнительное рисование. Рисунок посылается по кругу – один начинает рисовать, другой продолжает, что-то добавляя, и т.д.



Таким образом, специфика применения этого условия состоит в организации предметно-пространственной развивающей среды, созданной в соответствии с требованиями ФГОС ДО, насыщенность которой должна соответствовать возрасту, включать взаимодействие искусств и разных видов и приемов изобразительности.

*Рассмотрим второе условие: Создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка.*

Важным условием эффективности программы коррекции является создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка. Изотерапия позволяет вернуть ребенка в ту атмосферу, которая окружала его в доизобразительный период: принятие, признание достоинств, понимание потребностей. Возвращается ощущение успешности и значимости для окружающих его действий: «я чего-то стою, что-то могу», «у меня есть способности», «я признан другими», «мое мнение учитывается», «я могу справляться с трудностями», «я не избегаю неудачи, а стремлюсь к успеху». В ходе взаимодействия с детьми ребенок меняет свои ожидания от социальных отношений: «я вижу успехи других детей», «мне легко общаться с взрослым», «меня понимают», «мне помогают, меня поддерживают». Поскольку контроль отсутствует, детям не приходится осваивать новые способы поведения, и на место утративших актуальность механизмов защиты приходит активность, обусловленная новыми установками: «я получаю удовольствие от творчества», «я соблюдаю правила, так как их нарушение мешает мне получать удовольствие от занятий» [5].

Рефлексивный анализ изобразительности детей осложнен их возрастными особенностями, а также особенностями, обусловленными проблемой, с которой ребенок пришел к психологу: как правило, это слабая дифференциация эмоций и чувств, ограниченный словарный запас, социальные страхи, механизмы психологической защиты. Поэтому задания, подбираемые психологом, должны быть таковы, чтобы коррекция проходила

в обход функций контроля и осознания. То есть для того, чтобы изменения произошли, от ребенка требуется только одно — быть активным в меру его возможностей. Сами условия, задания и взаимодействие с психологом помогут определить направление творческой деятельности, выбрать материалы, запустить механизм самоисцеления.

И процесс, и результат отличаются от того, к чему стремится ребенок в ходе присвоения функций рисунка (а фактически — в ходе развития и социализации) и на что ориентируют ребенка взрослые в процессе воспитания и образования. Ребенок не боится испачкаться, выйти за рамки листа и измазать стол (а по сути — нарушить традиционные барьеры активности). Тем не менее, ситуация «здесь и сейчас» не причиняет вреда ни ему самому, ни кому-то в окружении, она вполне укладывается в приемлемые социальные рамки [2].

Когда ребенок может быть активным в обход социальных норм, прививаемых ему с раннего детства, он становится менее тревожным и уязвимым, происходит снижение контроля и требований к результатам своих действий, и он просто получает удовольствие от своей активности. Без оценок, поправок, направлений со стороны взрослого. Только принятие и поддержка.

Таким образом, специфика применения второго условия состоит в следующем: изотерапия позволяет вернуть старшего дошкольника в атмосферу принятия и понимания его потребностей, возвращает ощущение успешности и значимости, обеспечивает поддержку. В ходе взаимодействия педагога с детьми ребенок меняет свои ожидания от социальных отношений: «я вижу успехи других детей», «мне легко общаться с взрослым», «меня понимают», «мне помогают, меня поддерживают». Следовательно, создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка способствует повышению эффективности программы коррекции психоэмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста.

*Рассмотрим третье условие: Применение приемов и методов, направленных на коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии.*

Коррекция психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста представляет собой организованную систему педагогических и психологических воздействий средствами изотерапии. Основным ее направлением является смягчение эмоционального дискомфорта у детей старшего дошкольного возраста, повышение активности и самостоятельности детей, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, таких как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность и др. Важным этапом такой работы является коррекция самооценки, уровня самосознания, формирование эмоциональной устойчивости и саморегуляции.

Коррекция психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста является организованной системой психолого-педагогических воздействий. Данная коррекция главным образом направлена на:

- Смягчение эмоционального дискомфорта детей старшего дошкольного возраста;
- Повышение активной деятельности и самостоятельности детей старшего дошкольного возраста;
- Профилактику вторичных личностных реакций детей старшего дошкольного возраста (агрессивность, чрезмерная возбудимость, тревога и т.д.).
- Коррекцию самооценки детей старшего дошкольного возраста;
- Формирование эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста.

Основная цель разработки и внедрения программы коррекции психоэмоционального состояния средствами изотерапии состоит в

гармонизации развития личности детей старшего дошкольного возраста через развитие способности самовыражения и самопознания.

Выделяют два основных механизма коррекционного воздействия, характерных для метода изотерапии. Первый механизм состоит в том, что изотерапия позволяет в особой символической форме реконструировать конфликтную травмирующую ситуацию и найти ее разрешение через переструктурирование этой ситуации на основе креативных способностей ребенка. Второй механизм связан с природой эстетической реакции ребенка, позволяющей изменить действие «аффекта от мучительного к приносящему наслаждение».

Рисование – это творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить эмпатию, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды. Это не только отражение в сознании детей старшего дошкольного возраста окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней.

Рисование развивает чувственно-двигательную координацию детей старшего дошкольного возраста. Его достоинство заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и болезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными, травмирующими образами.

Разработка и внедрение программы коррекции психоэмоционального состояния средствами изотерапии позволяет использовать гибкие формы изменения основных показателей нарушений эмоциональной сферы в работе с детьми старшего дошкольного возраста. Изотерапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом. Изо-терапевтические методики коррекции позволяют погружаться в проблему настолько, насколько ребенок готов к ее переживанию.

## *1. Информационная карта программы*

- 1.1. Тип программы – модифицированная;
- 1.2. Уровень реализации программы – дошкольное образование (старшая группа д/с);
- 1.3. Образовательная область – художественно-эстетическое развитие;
- 1.4. Виды деятельности:
  - Наблюдение за окружающим миром;
  - Продуктивная деятельность;
  - Игровая деятельность;
  - Коммуникативная деятельность;
  - Чтение художественной литературы.
- Уровень усвоения содержания образования – общекультурный, соответствующий ФГОС ДО;
- 1.5. Продолжительность реализации программы – один месяц (10 занятий), 2 раза в неделю по 35 минут каждое занятие.

## *2. Пояснительная записка*

На современном этапе одной из основных проблем у старших дошкольников является высокий уровень проявления негативных эмоциональных проявлений: страхов, тревожности, негативизме, неуверенности в себе. Творческая, изобразительная деятельность способна создать эмоционально теплую атмосферу в группе детского сада. При этом рядом с ребенком в детском саду должны находиться педагоги, способные замечать и оценивать их первые успехи в жизни, предупреждать эмоциональные нарушения и стабилизировать психоэмоциональные состояния детей.

Эффективным методом стабилизации психоэмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста, а также методом, направленным на профилактику эмоциональных нарушений, выступает метод изотерапии.

В процессе реализации данной программы старшие дошкольники не только обучаются рисовать, а постигают как, посредством изотерапии, справиться с проблемами, вызывающими у них негативные эмоции, дать выход творческой энергии. Старшие дошкольники вооружаются одним из доступных и приятных для них способов снятия эмоционального напряжения.

Использование приемов изотерапии в работе с детьми старшего дошкольного возраста позволит глубже понять внутренний мир ребенка, его проблемы, переживания, так как изотерапия ресурсна, она находится вне повседневных стереотипов, а значит, расширяет жизненный опыт ребенка и добавляет уверенности в своих силах.

#### *Теоретическое обоснование*

Программа коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии строилась с учетом опыта, накопленного в методических и теоретических исследованиях (Г.А. Бреслава, Ч.А. Измайлова, А.И. Копытина, Г.Л. Лендера, В.С. Мухиной, Н.М. Погосовой, Р.М. Рахматулиной, О.В. Хухлаевой, М.И. Чистяковой и др.). Методами изотерапии можно справиться с различными негативными состояниями, такими как – тревожность, страхи, депрессия, агрессивность и многими другими психологическими проблемами, которые мешают старшему дошкольнику жить и тормозят его развитие. С помощью изотерапии старший дошкольник учится контролировать свое психологическое состояние, т.к. оно может очень меняться, особенно, если в жизни присутствуют стрессовые ситуации.

Еще одно весомое преимущество изотерапии заключается в том, что она не имеет противопоказаний и дает отличные результаты при работе с детьми с эмоциональными проблемами. Приемы изотерапии позволяют получить доступ к самым скрытым переживаниям ребенка и корректно помочь ему, особенно при обращении к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсуждать

вербально. Работа над рисунками – это безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций (К.Рудестам). Приемы изотерапии позволяют проработать мысли и эмоции, которые ребенок привык подавлять.

Помимо всего этого у ребенка развивается чувство внутреннего контроля, т.к. при проведении занятий задействованы кинестетические и зрительные анализаторы, что стимулирует развитие сенсомоторных умений и в целом – правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и ориентацию в пространстве.

*Цель программы* – психолого-педагогическая поддержка позитивного психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии.

*Задачи программы:*

- 1) снятие эмоционального напряжения;
- 2) коррекция механизмов психологической защиты в виде агрессии;
- 3) коррекция тревожности, страхов, социальных барьеров;
- 4) развитие чувства собственной значимости;
- 5) формирование способов эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства);
- 6) поощрение позитивных форм активности (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.);
- 7) развитие умения контролировать свои действия;
- 8) развитие воображения.

*Критерии эффективности программы:*

- повышение уверенности в себе, адекватная самооценка;
- снижение тревожности;
- снижение количества страхов;

Таким образом, специфика применения данного психолого-педагогического условия состоит в разработке и внедрении программы

коррекции, направленной на смягчение эмоционального дискомфорта у детей старшего дошкольного возраста, повышение активности и самостоятельности детей, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями. В программе коррекции психоэмоционального состояния средствами изотерапии используются гибкие формы изменения основных показателей нарушений эмоциональной сферы, которые позволяют погружаться в проблему настолько, насколько ребенок готов к ее переживанию. Следовательно, эффективность программы зависит от разнообразия приемов и методов, применяемых педагогом на занятиях средствами изотерапии, направленных на коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, изотерапия как средство коррекции психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии будет эффективной, если:

В ходе психолого-педагогической деятельности будут созданы специфические психолого-педагогические условия:

1. Организация предметно-пространственной развивающей среды, включающей в себя творческое *взаимодействие педагога с детьми*. Предметно-пространственная развивающая среда, включающая в себя творческое взаимодействие, обеспечивает для детей рабочее место, определяет вид работы по изотерапии, позволяет сформулировать цели и задачи занятия, создать спокойную, деловую обстановку и пробудить у детей интерес.

2. Создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка. Принятие и понимание потребностей ребенка, при котором педагог-психолог должен быть эмоциональным в присутствии ребенка, ясно, четко, однозначно выражать свое отношение ко всему; быть доброжелательным с ребенком, так как это оказывает стимулирующее воздействие на его психическое развитие, а также способствует формированию уверенности в себе, и чувства защищенности.



3. Применение приемов и методов, направленных на коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии. Программа, направленная на коррекцию психоэмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии, способствует повышению активности и самостоятельности детей, устранению вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями.

## ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

1. Анализ исследований по проблеме изучения психоэмоциональных состояний (Е.В. Антонова, Ю.А. Афонькина, Е.А. Белецкая, М.С. Бережная, У. Вейтен, Л.С. Выготский, Д.А. Георгиевская, Г.Д. Джуkenова, Т.К. Донская, Н.В. Знаменская, Е.П. Ильин, Т.Ю. Киселева, А.И. Копытин, К.И. Королева, Л.Д. Лебедева, С.М. Малинина, В.В. Николаева, А. Спиваковская, Н.М. Федченко и др.) позволили нам определить понятия в научной литературе. Психоэмоциональные состояния ученые рассматривают как состояния, которые выражаются в форме непосредственного переживания ребенка, определяются качеством и интенсивностью актуальной потребности дошкольника и оценкой, которую он дает на основе индивидуального опыта. Психолого-педагогическая коррекция определяется как направленное психологическое воздействие на структуры психики с целью обеспечения полноценного развития и функционирования личности.

Устойчивые отрицательные эмоции дошкольник испытывает при негативном отношении к нему окружающих его людей, особенно воспитателя и сверстников. Устойчивые отрицательные эмоции, вызванные взаимоотношениями с окружающими, выступают в виде различных переживаний и могут проявляться у дошкольников в особой избирательности действий, поступков, отношения к другим людям.

2. Изотерапия дает положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами, является способом моделирования взаимоотношений и выражения эмоций; широко используется для снятия психического напряжения и коррекции психоэмоциональных состояний (М.С. Бережная, Е.М. Бурно, Д.А. Георгиевская, Г.Д. Джуkenова, А.И. Копытин, К.И. Королева, К.А. Михальченко). Дети старшего дошкольного возраста более спонтанны и менее способны к рефлексии своих чувств и

поступков. Поэтому их переживания, запечатленные в изобразительной продукции, более доступны для восприятия и анализа. Изотерапия – один из самых мягких и в то же время глубоких методов в коррекции эмоциональных состояний, которая рассматривается как проекция личности ребенка и как символическое отражение его отношения к миру. Различные методики изотерапии могут использоваться как, в индивидуальной, так и в групповой работе; развивают у ребенка чувство цвета и формы, способствуют разрешению конфликтных психотравмирующих ситуаций в символической форме, выявляют ролевые взаимоотношения в группе дошкольников.

3. Изотерапия как средство коррекции психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии будет эффективной, если в ходе психолого-педагогической деятельности будут созданы специфические психолого-педагогические условия:

В ходе психолого-педагогической деятельности будут созданы специфические психолого-педагогические условия:

1. Организация предметно-пространственной развивающей среды, включающей в себя творческое взаимодействие педагога с детьми. Предметно-пространственная развивающая среда, включающая в себя творческое взаимодействие, обеспечивает для детей рабочее место, определяет вид работы по изотерапии, позволяет сформулировать цели и задачи занятия, создать спокойную, деловую обстановку и пробудить у детей интерес.

2. Создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка. Принятие и понимание потребностей ребенка, при котором педагог-психолог должен быть эмоциональным в присутствии ребенка, ясно, четко, однозначно выражать свое отношение ко всему; быть доброжелательным с ребенком, так как это оказывает стимулирующее воздействие на его психическое развитие, а также способствует формированию уверенности в себе, и чувства защищенности.

3. Применение приемов и методов, направленных на коррекцию психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии. Программа, направленная на коррекцию психоэмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии, способствует повышению активности и самостоятельности детей, устранению вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями.

## **ГЛАВА 2. Экспериментальное исследование внедрения изотерапии как средства коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста**

### **2.1 Результаты констатирующего этапа исследования**

Планирование экспериментальной работы осуществлялось в соответствии с гипотезой нашего исследования, его целью и задачами, а также с учетом теоретических положений о влиянии изотерапии на психоэмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста, которые были изучены в главе 1 данной работы.

Экспериментальная работа проводилась в три этапа.

На первом организационном этапе экспериментального исследования решались задачи:

1. Теоретический анализ научной литературы по теме исследования, формулировка проблемы
2. Поиск основных направлений исследований
3. Определение объекта, предмета исследования, его гипотезы, цели и задач.

На втором этапе – проводились поиск методов и форм работы с детьми, подбор методов и методик диагностики и коррекции.

На третьем этапе - проведение констатирующего этапа, составление и проведение программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии, и контрольного эксперимента.

Таблица 2.1. Критерии и показатели

№	Критерии	Показатели	Методы
1	Эмоциональная оценка ребенком отношений с близкими взрослыми	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удовлетворен</li> <li>- Не удовлетворён</li> </ul>	Проективная методика диагностики детской тревожности «Выбери нужное лицо»Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен
2	Уровень и устойчивость самооценки ребенка	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Адекватная самооценка</li> <li>- Заниженная самооценка</li> <li>- Завышенная самооценка</li> </ul>	Методика изучения самооценки детей дошкольного возраста «Лесенка» Т.В. Дембо - С. Я. Рубинштейн
3	Преобладающие виды страхов	Актуализированные страхи	Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» А.И. Захаров и М. А. Панфилова

В качестве психодиагностических методик использовалась:

1) проективная методика диагностики детской тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, раскрывающая процесс взаимодействия ребенка с окружающей социальной средой, а также эмоциональную оценку ребенка удовлетворенностью этими отношениями;

2) методика изучения самооценки детей дошкольного возраста «Лесенка» Т.В. Дембо - С. Я. Рубинштейн;

3) методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» с целью выявления и уточнения преобладающих видов страхов у детей - А.И. Захаров и М. А. Панфилова, 1997;

Статистические: Т-критерий Вилкоксона.

Выбор и обоснование психодиагностических методик

1. Проективная методика диагностики детской тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), раскрывающая процесс взаимодействия ребенка с окружающей социальной средой, а также эмоциональную оценку ребенка удовлетворенностью этими отношениями.

Суть методики заключается в следующем: исследовать тревожность ребенка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми. 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. Экспериментальный материал: 14 рисунков (8,5x11 см) выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно

соответствующими контуры лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

Рисунки показывают детям в строго перечисленном порядке один за другим. Предъявив ребёнку рисунок, учитель даёт инструкцию следующего содержания:

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

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

3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?».

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

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

6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) идёт спать».

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

8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»

9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»

10. Агрессивное нападение. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»

11. Собираание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) убирает игрушки».

12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»



13. Ребёнок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) со своим мамой и папой».

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

Выбор ребёнком соответствующего лица и высказывания каждого ребёнка можно зафиксировать в специальном протоколе.

Протоколы подвергаются количественному анализу. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (И.Т.), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14)

Число эмоционально негативных выборов

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Число эмоционально негативных выборов}}{14} \cdot 100\%.$$

Данные протокола заносятся в таблицу, где вычисляется индекс тревожности каждого ребёнка.

2. Для изучения самооценки детей дошкольного возраста была использована методика «Лесенка» Т.В. Дембо - С. Я. Рубинштейн. Ребёнку предлагается бланк с «лестницами» слов, характеризующих уровни здоровья, умственного развития, характера и счастья.

Инструкция: «На бланке нарисованы лестницы, обозначающие здоровье, ум, характер и счастье. Если, условно на этих лестницах расположишь всех людей, то на верхней ступеньке первой лестницы расположатся «самые здоровые» девочки, мальчики, а на нижней — «самые больные» девочки, мальчики. По такому же принципу расположатся люди и на остальных лестницах. Укажи свое место на ступеньках всех лестниц.

Ход работы: после того, как ребенок выполнит задание по инструкции, экспериментатор предлагает ему ответить на следующие вопросы:

1. Каких людей ты считаешь здоровыми? умными? с хорошим характером? счастливыми?

2. Каких людей ты считаешь больными? глупыми? с плохим характером? несчастливymi?

3. Как ты понимаешь здоровье? ум? характер? счастье?

4. Почему ты выбрал эту ступень лестницы «здоровье»? ,лестницы «ум»? , лестницы «характер»? , лестницы «счастье»?

5. Чего тебе не хватает, чтобы быть здоровым? умным? с хорошим характером? счастливым?

Анализ данных: дети дошкольного возраста с адекватной самооценкой, как правило, указывают свое место на 4 - 5-й ступеньках лестниц, т. е. чуть выше среднего или близко к середине. Они воспринимают себя со средним здоровьем, умом, характером, счастьем и не склонны к крайностям в оценках. Очень различающиеся оценки по всем четырем лестницам могут свидетельствовать о неустойчивой самооценке ребенка.

Критерии оценки полученных результатов:

- 1) 0,1 — 0,3 балла — заниженная самооценка;
- 2) 0,4 — 0,7 балла — нормальная, средняя самооценка;
- 3) 0,8 — 1,0 балл — завышенная самооценка.

3. Для выявления и уточнения детских страхов была использована методика «Страхи в домиках», А.И. Захаров и М. А. Панфилова.

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует

контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься...».

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да» - «нет» или «боюсь» - «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый не зачитывал список страхов, а перечислял их по памяти, только иногда заглядывая в список.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Методы статистики: Т-критерий Вилкоксона.

Назначение критерия:

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.

Критерий–Т основан на ранжировании абсолютных величин разности между двумя рядами выборочных значений в первом и втором эксперименте (например «до» и «после» какого-либо воздействия). Ранжирование

абсолютных величин означает, что знаки разностей не учитываются, однако в дальнейшем наряду с общей суммой рангов находится отдельно сумма рангов как для положительных, так и для отрицательных сдвигов. Если интенсивность сдвига в одном из направлений оказывается большей, то и соответствующая сумма рангов также оказывается больше.

Этот сдвиг, как и в случае критерия знаков, называется типичным, а противоположный, меньший по сумме рангов сдвиг — нетипичным. Как и для критерия знаков эти два сдвига оказываются дополнительными друг к другу. Критерий  $T$ — Вилкоксона базируется на величине нетипичного сдвига, который называется в дальнейшем *Тэмпл*.

Подсчет  $T$ -критерия Вилкоксона производится по формуле:

$$T = \sum R_r$$

где  $R_r$ — ранговое значение сдвигов с более редким знаком.

Таким образом, представленные психодиагностические методики и метод статистики соответствуют цели и задачам экспериментального исследования.

Анализ полученных результатов констатирующего эксперимента по методике Р. Тэммпл, В. Амен, М. Дорки, показал, что 33% детей (10 чел.) имеют высокий уровень тревожности (рис.1). Эти дети выбирали от девяти до двенадцати раз грустное лицо предложенным картинкам. Обработывая результаты, мы сделали вывод, что эти дети испытывают сложности в отношениях с родителями, а также с ровесниками испытуемых. К испытуемым предъявляются завышенные требования, а в некоторых случаях наоборот, недооценивающее отношение со стороны взрослых.

66% (20 чел.) показали средний уровень тревожности. Эти дети обладают немного заниженной самооценкой, иногда испытывают неуверенность в себе.

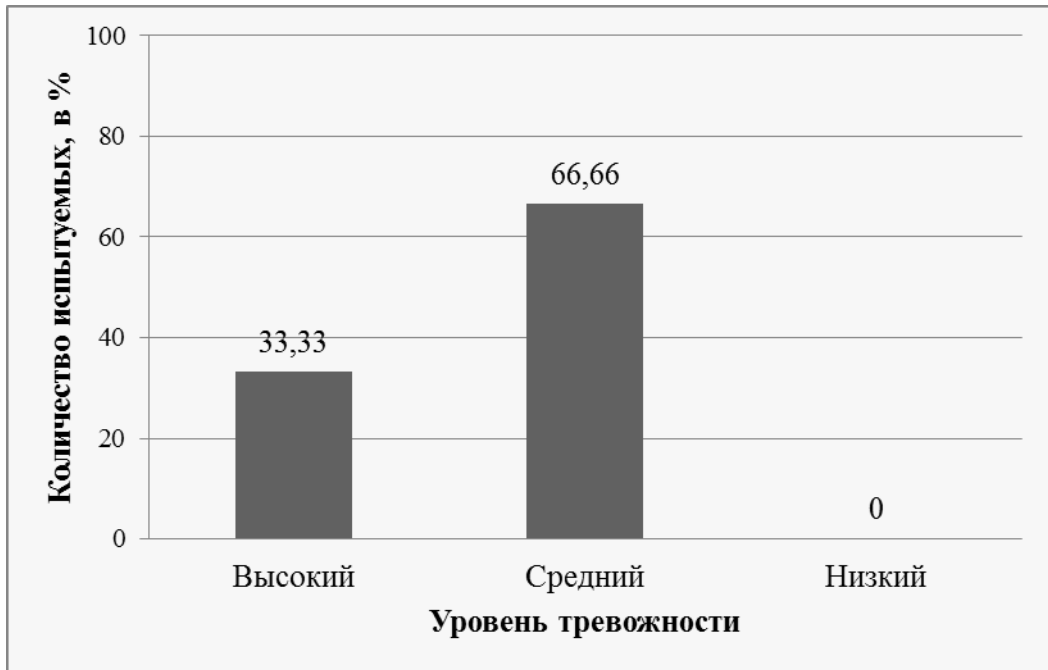


Рис. 2.1. Распределение уровней тревожности у детей старшего дошкольного возраста

Анализ полученных результатов констатирующего эксперимента по методике «Лесенка» Т.В. Дембо - С. Я. Рубинштейн показал, что 9 детей имеют завышенную самооценку, 14 детей – заниженную самооценку.

Таблица 2.2. Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике Дембо – Рубинштейн

	Уровень самооценки		
	Заниженная	Адекватная	Завышенная
% испытуемых	43,75	25	31,25

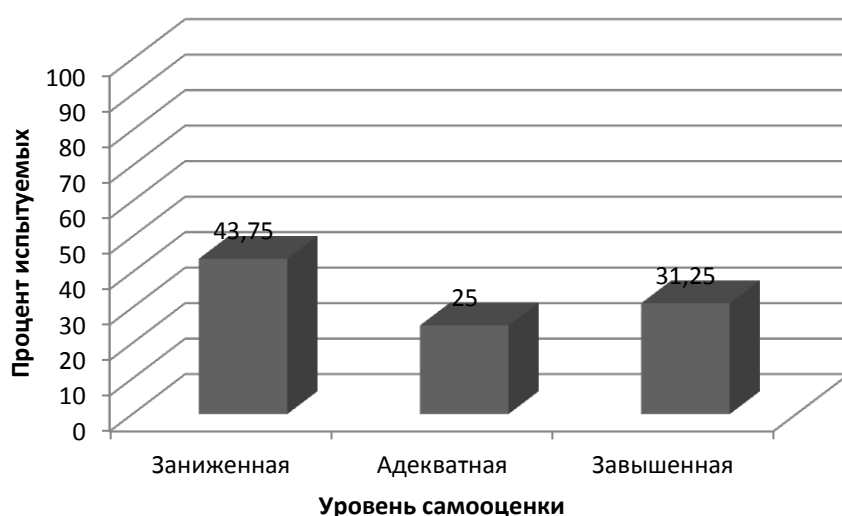


Рис. 2.2. Результаты исследования самооценки по методике Дембо – Рубинштейн

У таких детей при завышенной самооценке формируются высокие требования к себе, ставятся нереалистичные цели, при недостижении которых дошкольник заболевает. Дошкольники с заниженной самооценкой чувствуют себя плохими и недостойными похвалы. Ответственность за выполнение определенного задания вызывает у них сильную тревогу. Неуверенность приводит к меньшей продуктивности, а положительные события приносят меньше радости. Заниженная самооценка не позволяет дошкольнику полностью использовать свою энергию, которая выливается в повышенную тревожность. Следовательно, адекватная самооценка — первый шаг на пути уверенности дошкольника в себе.

Анализ полученных результатов констатирующего эксперимента по методике «Страхи в домиках», А.И. Захаров и М. А. Панфилова показал, что старшие дошкольники подвержены множеству различных страхов (табл.2.3; рис. 2.3).

Таблица 2. 3. Страхи, которым подвержены дети

Страхи, которым подвержены дети	%
1. Темнота	80
2. Сказочные персонажи	10
3. Кровь	40
4. Стихии	10
5. Врач	25
6. Транспорт	10
7. Животные	5

Исходя из исследования страхов, которым подвержены дети, выявилось, что дети больше всего подвержены страху темноты и страху крови и страху врача, менее подвержены страху сказочных персонажей, стихии, транспорта и животных (рис.2.3).

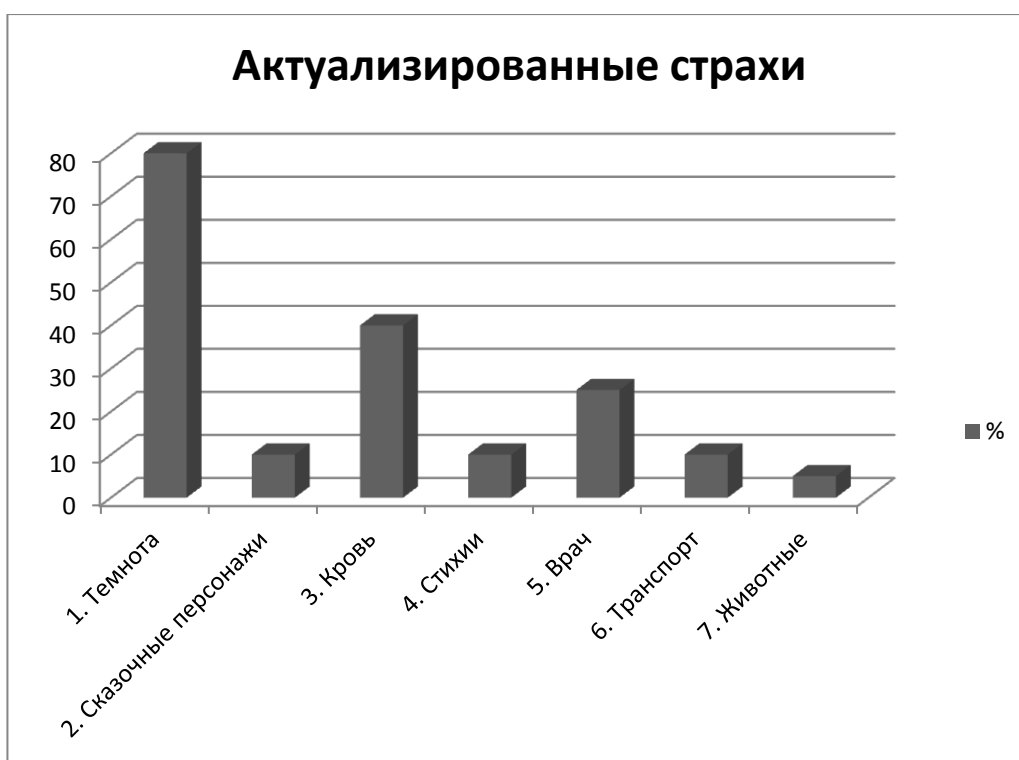


Рис. 2.3. Результаты исследования по методике «Страхи в домиках», А.И. Захаров и М. А. Панфилова

Анализ данных констатирующего эксперимента показал, что для многих детей старшего дошкольного возраста характерен высокий уровень тревожности и различных страхов, а также заниженная и завышенная самооценка, что свидетельствует о неуверенности детей и негативных эмоциональных проявлениях. Все это приводит к необходимости разработки и проведения со старшими дошкольниками программы коррекции, направленной на стабилизацию психоэмоционального состояния средствами изотерапии.

## **2.2 Реализация программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии**

*Организация занятий, кадровое обеспечение, необходимые материалы*

Цикл практических занятий рассчитан на 10 занятий. Занятия проводятся с одной группой два раза в неделю. Данная программа



коррекционно-развивающих занятий рассчитана на детей старшего дошкольного возраста (5 -7 лет). Занятия подобраны так, чтобы на протяжении всего занятия и всего курса сохранялся интерес у детей.

*Условия проведения занятий:*

- 1) принятие ребёнка таким, какой он есть;
- 2) нельзя не торопить, не замедлять изобразительный процесс;
- 3) учитывается принцип поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации;
- 4) начало и конец занятий должны быть ритуальными, чтобы сохранить у ребёнка ощущение целостности и завершенности занятия;
- 5) изобразительная деятельность не комментируется взрослым;
- 6) в рисунке ребёнку предлагается возможность импровизации.

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Во время занятия дети сидят в кругу. Круг - это, прежде всего, возможность открытого общения. Он создаёт ощущение целостности, завершенности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание.

Для занятий по профилю данной программы необходимо иметь:

- помещение с хорошим освещением
- рабочие столы, стулья, доска
- материалы и инструменты: акварельные краски, гуашь, восковые мелки, кисточки, листы формата А4.

В содержании программы занятий выделяются три блока, которые обеспечивают решение поставленных задач.

1 блок - развлекательные (контактные) - 1 занятие - включает объединение детей, задания направленные на создание доброй и безопасной

обстановки.

2 блок - коррекционно-направленные, обучающие - 8 занятий - коррекция эмоциональных нарушений (страхов, тревожности, неуверенности в себе), обучение.

3 блок – развлекательные, обучающие, итоговые.

Контрольный этап позволяет увидеть эффективность коррекционной работы. Контроль осуществляется с использованием всех диагностических материалов ранее использованных.

*Структура игрового занятия.*

- Ритуал приветствия - 1 минута.
- Разминка - 5 минут.
- Коррекционно-развивающий этап- 25 минут
- Подведение итогов- 3 минут.
- Ритуал прощания - 1 минуты.

### *3. Учебно-тематический план*

Таблица 2.4. Тематическое планирование занятий с детьми старшего дошкольного возраста

№	Темы занятия	Количество занятий
1	«Здравствуйте, это Я!»	1
2	«Конверты радости и огорчений»	1
3	«Связующая нить»	1
4	«Настроение»	1
5	«У страха глаза велики»	1

6	«Забавы ветра»	1
7	«Звездный дождь»	1
8	«Две стороны одной медали»	1
9	«Я бываю один...»	1
10	«Лесная история»	1
ИТОГО		10 занятий

#### 4. Содержание программы

##### Содержание занятия № 1 «Здравствуйте, это Я!»

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой), Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

— Игра «Мое имя»

Цель: идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».

Написать свое имя на листочке, самостоятельно выбрать цвет и размер букв, раскрасить буквы имени так, как хочется, дорисовать какими-нибудь красивыми деталями. Придумать прилагательные к своему имени: «Какой Я?».

- Дети садятся на пол в удобной для них позе. Ведущий говорит: «Устраивайтесь поудобнее, расслабьтесь, закройте глаза и послушайте, что происходит вокруг и внутри, вас. Произнесите свое имя сначала так, как вас

зовут сейчас, а потом так, как вас будут звать, когда вы вырастете. Почувствуйте, какие у вас красивые имена, они только ваши. Поднимите вверх ваши рисунки с именами, покажите друг другу, посмотрите, какие у вас красивые имена».

По окончании упражнения дети встают в круг, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания», назвав его «взрослым» именем.

### **Содержание занятия № 2 «Конверты радости и огорчений»**

Цель: снять эмоциональное напряжение, создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Передают по кругу друг другу маленький мячик, ласково здороваются друг с другом.

- Упражнение «Чудесные конверты»

«За целый день успевают произойти масса разных событий – что-то нас веселит, что-то нас удивляет, что-то нас радует, а что-то нас и огорчает. Давайте сделаем конвертики, в которых мы сможем собирать всё то, что запомнилось за день. В один из них мы будем собирать свои радости, а в другой будем прятать огорчения».

Предложить детям изготовить конверты. Для этого можно использовать как обычные почтовые конверты (которые затем нужно разрисовать), так и изготовить самостоятельно. Для этого можно придумать свою форму, выбрать сам материал (альбомные листы, белый/цветной картон, фольгу и т.д.) Когда конверт радости и конверт огорчений будет готов – начинайте их заполнять.

Взять небольшие бумажки и попросить детей нарисовать то, что обрадовало их, а что огорчило. И распределите это по соответствующим конвертам. Затем предложите детям с помощью рук изобразить весы. Что перевешивает? Радость? Отлично, скажите, что завтра, когда мы вновь будем заполнять наши конвертики – её, наверно, станет ещё больше! Перевают огорчения? Скажите, что, конечно, это грустно. Но ведь мы их убрали в конверт, они больше не в тебе – а вот в этом конверте. А значит, они потеряли

власть над тобой. А завтра мы вновь продолжим заполнять наши конвертики, и ещё посмотрим – что ж перевесит!

В процессе заполнения конвертов можно с ребёнком периодически пересматривать их содержимое, что-то обсуждать, убирать или добавлять. Пусть ребёнок сам решит, как долго он будет «вести» такие конверты. Когда он захочет прекратить – проведите «полную ревизию» содержимого. Потом предложите конверт с накопившимися радостями хранить в надёжном месте, чтобы всегда была возможность пересматривать его, если вдруг будет грустно. А вот с конвертом огорчений предложите «расправиться». Пусть ребёнок придумает способ, как огорчения навсегда уйдут из его жизни (скажем, конверт можно разорвать и затоптать; можно разрезать, или опустить в воду, и ждать пока размокнет и т.д.).

По окончании упражнения дети встают в круг, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания», назвав его «взрослым» именем.

### **Содержание занятия № 3 «Связующая нить».**

Цель: Достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние, формирование чувства близости с другими людьми.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой), Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (все разводят руки в стороны, затем опускают).

— Игра «Прогулка»

«Представьте, что сейчас с вами мы все вместе вышли на прогулку. Мы гуляем в красивом детском парке. Что там мы видим? (дети перечисляют).

Где бы вы хотели поиграть? У нас есть один большой лист бумаги. Давайте все вместе нарисуем это парк, где мы вместе гуляем. Нужно договориться кто, что будет рисовать, помогать друг другу».

По окончании упражнения дети садятся в круг и рассматривают совместный рисунок, обсуждают, что им больше всего понравилось, чья помощь была важной для каждого из них, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания, спасибо за прогулку!».

#### **Содержание занятия № 4 «Настроение»**

Цель: Снятие психоэмоционального напряжения, развитие способности понимать свое эмоциональное состояние, умения его выразить.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой). Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

- Игра «После дождя» (этюд на выражение радости)

Дети осторожно ступают, ходят вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ног. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

- Упражнение «Рисуем настроение».

Детям могут предлагаться следующие варианты занятий:

Выполнить рисунок на тему «Мое настроение сейчас».

Ребенок рисует эмоцию, какую захочет. После выполнения задания дети обсуждают, какое настроение пытался передать автор.

Рисунки могут быть как сюжетные, так и абстрактные, когда настроение передается через цвет, характер линий (плавные или угловатые, размашистые или мелкие, широкие или тонкие), композицию различных элементов. Абстрактные рисунки в большей степени способствуют отреагированию отрицательных эмоций (страха, напряжения), развитию воображения, самовыражения личности. Здесь снимаются ограничения, накладываемые уровнем сформированности художественных навыков ребенка.

При обсуждении рисунков следует избегать оценок технического мастерства автора (в том числе красиво - некрасиво), а следует обращать внимание на приемы (цвет, характер линий и т. д.), позволяющие передать настроение, переживания.

По окончании упражнения дети садятся в круг и рассматривают рисунки, обсуждают, что им больше всего понравилось, какое у них настроение, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания!».

### **Содержание занятия № 5 «У страха глаза велики».**

Цель: помогать детям избавиться от необоснованных страхов, порождающих агрессивное поведение, снятие эмоционального напряжения.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой). Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

- Упражнение «Преодолей свой страх».

Педагог-психолог читает детям стихотворения Н.Павловой «Я один остался дома».

*Я один остался дома... То, что было мне знакомо, Было милым и домашним, Стало странным, даже страшным. В темной комнате лежу, Озираюсь и дрожу. Что за чудище за креслом? Как оно туда залезло?! Из-за шторы скалит зубы Зверь мохнатый, страшный, грубый. Это волк, огромный, злой, Хочет пообедать мной! Он протягивает лапы... Помогите, мама, папа! Кубарем слетев с кровати, Отыскал я выключатель. Зажигаю яркий свет – Никаких чудовищ нет! Это кактус на окне показался волком мне. Засмеялся я сначала, А потом мне стыдно стало. Быстро прыгаю в кровать. Буду спать!*

После прочтения стихотворения педагог-психолог обращается к детям.  
- Давайте нарисуем наши страхи кляксами. А теперь смоём все страхи чистой водой. Так каждый из вас преодолет свой страх.

- Упражнение «Слушаем пословицы».

Педагог-психолог читает детям пословицы и обсуждает вместе с ними их главное содержание.

*Волков бояться - в лес не ходить. У страха глаза велики. Трусливому Афоньке и заяц - волк. Заяц и от тени своей шарахается. Трус до драки кулаками работает.*

- По окончании упражнения дети садятся в круг, обсуждают, что им больше всего понравилось, какое у них настроение, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания!».

### **Содержание занятия № 6 «Забавы ветра».**

Цель: помогать детям реально оценивать свои действия и действия сверстников; воспитывать у них умение управлять эмоциями через рисование, восприятие музыки, стихотворного слова; вырабатывать положительные мотивации своего поведения; формировать созидательные, а не разрушающие качества личности.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома



(улыбнуться и кивнуть головой), Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

- Упражнение «Забавы ветра».

Дети рассматривают разрозненные фрагменты картины «Забавы ветра», изображающей непогоду. Воспитатель обращается к детям с вопросами. - Что могло случиться? (Варианты ответов детей.) Какое настроение было у того, кто это сделал? Можно ли управлять настроением? Как? (Послушать музыку, рассказать о своих неприятностях друзьям, просить защиты и понимания, сделать что-то приятное.)

Педагог-психолог читает детям стихотворение: *Мечется ветер без сна и покоя в поле, в лесу, среди скал. Пыльную бурю пронес над землею, гнезда с деревьев срывал. Угомонился, но силой невиданной сколько наделал он зла: Птицы испуганы, гнезда раскиданы – Вот так забава была!* А теперь возьмите листочки бумаги, краски или карандаши и нарисуйте сильный ветер. Какой он?

- Релаксация «Поможем ветру успокоиться».

Педагог-психолог предлагает детям обозначить звуком силу ветра и свое настроение. Затем все слушают тишину, расслабляются «Покой в природе».

- По окончании упражнения дети садятся в круг, обсуждают, что им больше всего понравилось, какое у них настроение, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания!».

**Содержание занятия № 7 «Звездный дождь».**

Цель: способствовать эмоциональному раскрепощению детей, избавлению от страхов; развивать умение управлять своим поведением.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой), Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

- Упражнение «Как я ночь изображу?»

Педагог-психолог читает детям стихотворение Л.Яхнина «Ночь».

*Как я ночь изображу? Из чего ее сложу? Из лесов густых и темных, Из ветвей переплетенных. Из теней больших и черных, Из домов неосвещенных. Из подушек-облаков, Из крадущихся котов. Я рисунок зачернил – Стала ночь черней чернил, Но фонарик я зажег – Светит желтый огонек.*

Затем педагог-психолог обращается к детям.

- Как мальчик победил черную ночь и свои страхи? (С помощью фонарика и света.)

- Упражнение «Давайте сделаем ночь светлой».

Педагог-психолог предлагает детям нарисовать звездное небо.

По окончании упражнения дети садятся в круг и рассматривают рисунки, обсуждают, что им больше всего понравилось, какое у них настроение, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания!».

### **Содержание занятия № 8 «Две стороны одной медали».**

Цель: используя цветовые насыщенные тона и полутона, учить детей уравнивать поступки, сдерживать эмоции, избавляться от лживости и других негативных качеств.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой), Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе

утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

- Упражнение «Выбери цвет».

Детям предлагаются листы бумаги трех цветов и их оттенков: черный - серый; темно-синий - светло-синий; темно-фиолетовый - светло-фиолетовый. Педагог-психолог спрашивает детей: какой цвет им не нравится? Какое чувство он напоминает? (Злость, зависть, обида.).

- Упражнение «Круги надежды» (рисование).

Дети рисуют круги полутонами красок. Воспитатель им рассказывает: - У каждой медали есть две стороны. Так и у каждой краски есть насыщенные, темные тона и есть светлые, почти прозрачные полутона одного цвета. У нас остались листы, окрашенные светлыми красками, их полутонами.

Какие чувства вызывают они? (Варианты ответов детей.) Давайте назовем их так: пробуждение желаний; теплая встреча; надежда и попробуем нарисовать эти чувства, превращая темные пятна в светлые.

По окончании упражнения дети садятся в круг и рассматривают рисунки, обсуждают, что им больше всего понравилось, какое у них настроение, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания!».

### **Содержание занятия № 9 «Я бываю один...»**

Цели: помогать преодолевать страхи, связанные с чувствами ненужности, одиночества, боязнью быть непонятым; привлекать детей к свободной изо-деятельности, чтобы избавиться от плохого настроения; создавать психологический комфорт; воспитывать самостоятельность, желание создавать красивые рисунки.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой), Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе

утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

- Упражнение «Что я хочу?»

Педагог-психолог: «Ребята, вы оставались когда-нибудь одни, когда никто вас не понимает, не слушает, никого нет рядом? Чем бы вы хотели заниматься в такое время? (Варианты ответов детей.) Молодцы! Надо обязательно найти для себя дело. Давайте послушаем стихотворение о том, чем можно заняться, когда остаешься один.

*Я дела сам выбираю! Дома я один бываю, Но без дела не скучаю:  
Вырезаю из бумаги Самолеты, звезды, фанты; Мурку я читать учу, И на  
Мурку не кричу; Сам рисую лес и речку, Птиц, зверей и человечков, Завожу  
ключом коня, Чтобы конь возил меня.*

- Упражнение «Мастерская затейников».

Сегодня у нас работает «Мастерская затейников». Можно зайти туда, все рассмотреть и нарисовать что-нибудь. Дети рисуют.

По окончании упражнения дети садятся в круг и рассматривают рисунки, обсуждают, что им больше всего понравилось, какое у них настроение, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания!».

### **Содержание занятия № 10 «Лесная история».**

Цель: помочь детям справиться со страхами перед неизвестным, преодолевать чувство одиночества; вырабатывать положительные мотивации к проявлению дружеских взаимодействий с окружающими детьми; развивать ощущения радости и красоты мира с помощью цветовосприятия и пения.

— Приветствие:

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не говорить: Доброе утро, Рома (улыбнуться и кивнуть головой), Доброе утро, Катя (называются имена детей по кругу), доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают), доброе утро, небо (аналогичные движения руками), доброе утро, всем нам (обе разводят руки в стороны, затем опускают).

- Игра «Лесная история».

Детям предлагаются сухие веточки и листочки. Педагог-психолог рассказывает ситуацию. Мы попали в темный лес, где мало света, слышатся хруст веток, непонятные звуки и одинокие голоса птиц (слушание фонограммы). Как нам найти путь домой? Может быть, по одному пойти в разные стороны? Что еще можно сделать? (Варианты ответов.) Давайте пойдем вместе: может быть, кто-нибудь сможет нам помочь?

- Упражнение «Вместе весело шагать».

Дети подходят к листу большого формата. Солнышко откликнулось, послало нам один лучик, потом другой, и стали вырисовываться светлые пятна деревьев. (Рисуют поролоном.) Лес стал прозрачным и радостным, стали видны стволы и ветки деревьев. (Рисование ладошками и пальцами.) Птицы весело защебетали, перелетая с ветки на ветку, показали нам дорогу к дому, к родителям и друзьям, которые никогда не оставят в беде. По ходу рассказа дети рисуют фигуры птиц, родителей, детей.

Дети поют песню «Вместе весело шагать» и дружно водят хоровод.

По окончании упражнения дети садятся в круг и рассматривают рисунок, обсуждают, что им больше всего понравилось, какое у них настроение, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания! Вместе весело!».

- По окончании программы коррекции дать детей задание: выполнить вместе с ребенком упражнение «Мой портрет в лучах солнца».

Нарисовать солнце, в центре солнечного круга написать свое имя или нарисовать свой портрет. Затем вдоль лучей напиши вместе с ребенком все его достоинства, все хорошее, что он о себе знает. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Время выполнения 20-30 минут. Рисунки нужно повесить в любимый уголок ребенка.

### 2.3 Результаты контрольного этапа эксперимента

В ходе проведения контрольного этапа эксперимента с использованием психодиагностического комплекса методик и метода статистической обработки Т-критерия Вилкоксона, были получены следующие результаты.

Анализ полученных результатов контрольного эксперимента по методике Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки, показал, что у 10 % детей (3 чел.) остался высокий уровень тревожности (рис.4). Обработывая результаты, мы сделали вывод, что эти дети испытывают сложности в отношениях с родителями, а также с ровесниками испытуемых. Требуется дополнительная работа с родителями этих детей (просвещение и консультирование по вопросам детско-родительских отношений).

Между тем 90 % (27 чел.) показали средний уровень тревожности. Эти дети обладают адекватной самооценкой, уверены в себе.

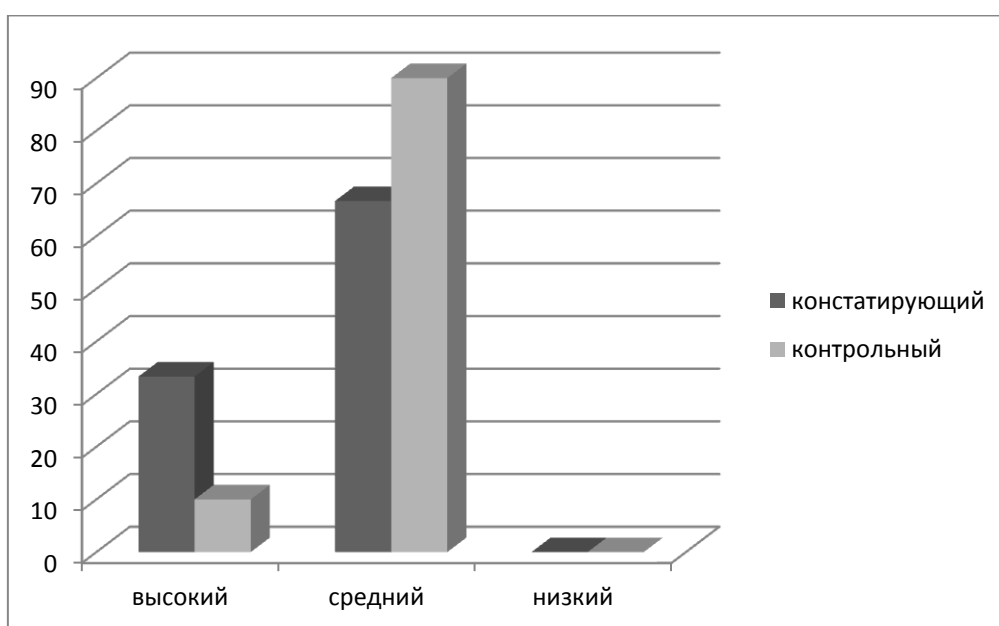


Рис. 2.4. Распределение уровней тревожности у детей старшего дошкольного возраста по результатам констатирующего и контрольного эксперимента

Таким образом, после проведения программы коррекции психоэмоционального состояния у 7 детей старшего дошкольного возраста снизился уровень тревожности.

Анализ результатов контрольного эксперимента по методике «Лесенка» Т.В. Дембо - С. Я. Рубинштейн показал, что завышенная самооценка диагностируется у 4 детей, у 8 детей – заниженная самооценка. А 18 детей имеют адекватную самооценку (рис. 2.5).

Таким образом, после проведения программы коррекции психоэмоционального состояния у 5 детей завышенная самооценка, а у 6 детей заниженная самооценка снизились до уровня адекватной. Увеличилось количество детей с адекватной самооценкой: с 7 человек до 18 человек – 60 %.

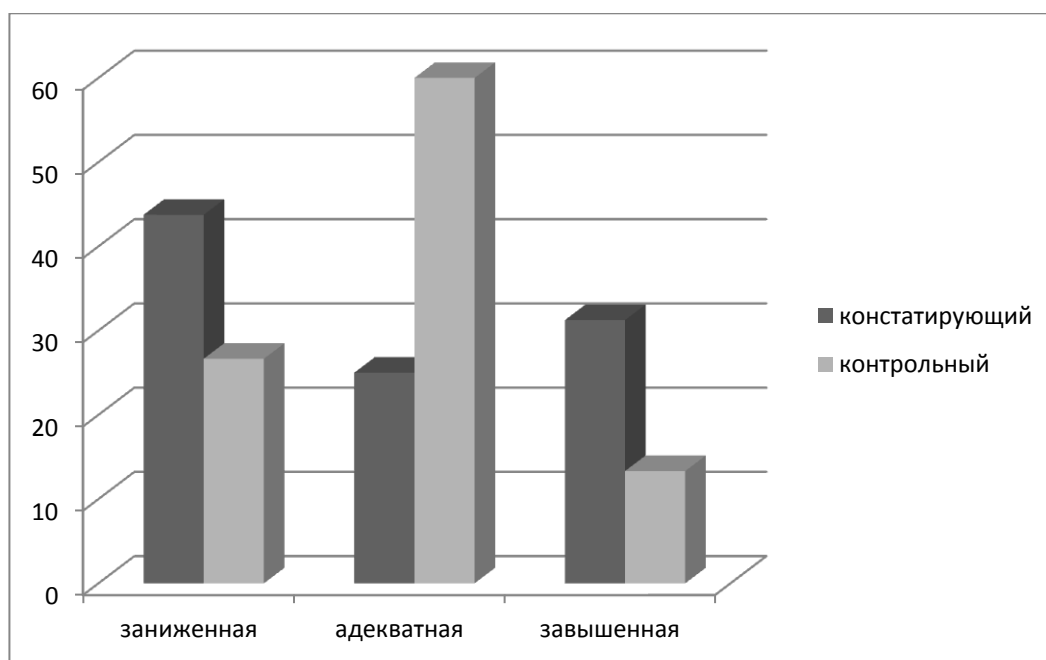


Рис.2.5. Результаты констатирующего и контрольного эксперимента распределения самооценки по методике Дембо – Рубинштейн

Анализ полученных результатов контрольного эксперимента по методике «Страхи в домиках», А.И. Захаров и М. А. Панфилова показал, что снизилось, как количество страхов, так и их интенсивность, исчез страх животных.

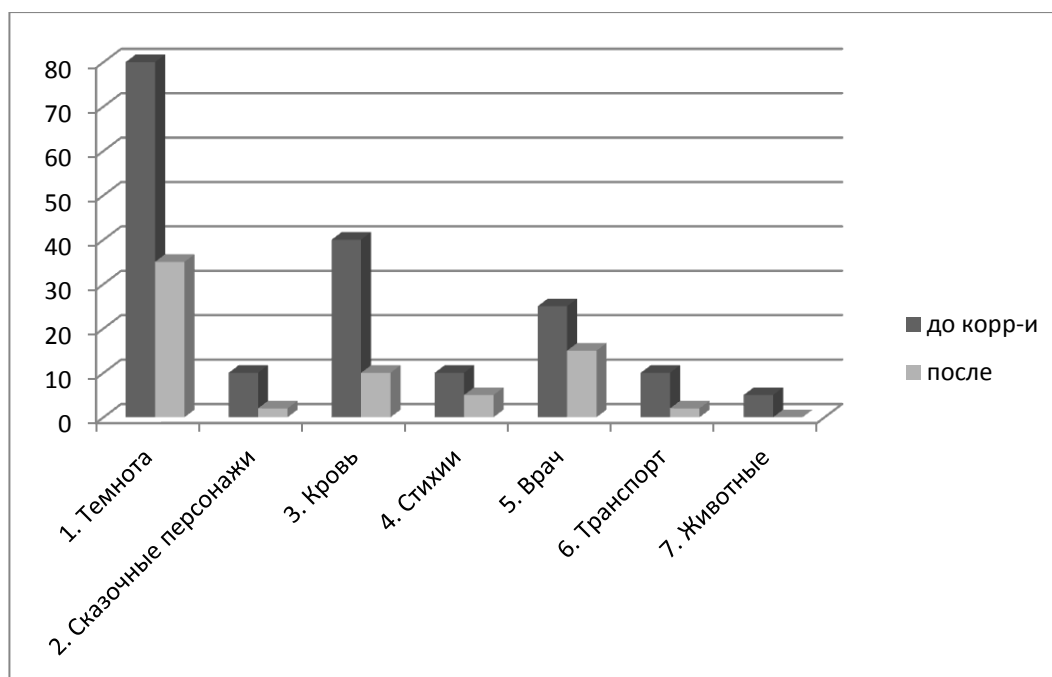


Рис.2.5. Результаты констатирующего и контрольного эксперимента по методике «Страхи в домиках»

Таким образом, после проведения программы коррекции психоэмоционального состояния у большинства детей отмечается снижение количества актуализированных страхов, снизилась их интенсивность.

Статистическая обработка результатов исследования с помощью метода статистики Т-критерия Вилкоксона доказала эффективность ( $T_{эмп} = 13$ ) разработанной и проведенной программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии. Полученное эмпирическое значение  $T_{эмп}$  находится в зоне значимости что свидетельствует о статистической достоверности полученных результатов исследования ( $T = 13, p < 0,01$ ). Расчеты Т-критерия представлены в приложении 2.

Таким образом, гипотеза о том, что изотерапия как средство коррекции психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста будет эффективной, если в ходе психолого-педагогической деятельности будут созданы три специфические психолого-педагогические условия, рассматриваемые в работе, доказана. Предложенная во второй главе



программа коррекции может успешно использоваться в работе педагога-психолога дошкольного учреждения для стабилизации психоэмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста.

## ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

1. Экспериментальная работа проводилась в три этапа. На первом организационном этапе экспериментального исследования решались задачи: 1. Теоретический анализ научной литературы по теме исследования, формулировка проблемы; 2. Поиск основных направлений исследований; 3. Определение объекта, предмета исследования, его гипотезы, цели и задач. На втором этапе проводились поиск методов и форм работы с детьми, подбор методов и методик диагностики и коррекции. На третьем этапе - проведение констатирующего этапа, составление и проведение программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии, и контрольного эксперимента.

2. В качестве психодиагностических методик использовались: 1) проективная методика диагностики детской тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен, раскрывающая процесс взаимодействия ребенка с окружающей социальной средой, а также эмоциональную оценку ребенка удовлетворенностью этими отношениями; 2) методика изучения самооценки детей дошкольного возраста «Лесенка» Т.В. Дембо - С. Я. Рубинштейн; 3) методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» с целью выявления и уточнения преобладающих видов страхов у детей - А.И. Захаров и М. А. Панфилова, 1997. Статистические: Т-критерий Вилкоксона.

3. Анализ данных констатирующего эксперимента показал, что для многих детей старшего дошкольного возраста характерен высокий уровень тревожности и различных страхов, а также заниженная и завышенная самооценка, что свидетельствует о неуверенности детей и негативных эмоциональных проявлениях. Все это приводит к необходимости разработки и проведения со старшими дошкольниками программы коррекции, направленной на стабилизацию психоэмоционального состояния средствами изотерапии.

4. Программа коррекционная психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии строилась с учетом опыта, накопленного в методических и теоретических исследованиях (Г.А. Бреслава, Ч.А. Измайлова, А.И.Копытина, Г.Л. Лендера, В.С. Мухиной, Н.М. Погосовой, Р.М. Рахматулиной, О.В. Хухлаевой, М.И. Чистяковой и др.). В процессе реализации данной программы старшие дошкольники не только обучаются рисовать, а постигают как, посредством изотерапии, справиться с проблемами, вызывающими у них негативные эмоции, дать выход творческой энергии. Старшие дошкольники вооружаются одним из доступных и приятных для них способов снятия эмоционального напряжения.

5. Статистическая обработка результатов исследования с помощью метода статистики Т-критерия Вилкоксона доказала эффективность ( $T_{\text{эмп}} = 13$ ) разработанной и проведенной программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии. Полученное эмпирическое значение  $T_{\text{эмп}}$  находится в зоне значимости что свидетельствует о статистической достоверности полученных результатов исследования ( $T = 13, p < 0,01$ ).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический обзор литературы по проблеме коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии позволил выявить, что психоэмоциональные состояния ученые (Е.В. Антонова, Ю.А. Афонькина, Е.А. Белецкая, М.С. Бережная, У. Вейтен, Л.С. Выготский, Д.А. Георгиевская, Г.Д. Джуkenова, Т.К. Донская, Н.В. Знаменская, Е.П. Ильин, Т.Ю. Киселева, А.И. Копытин, К.И. Королева, Л.Д. Лебедева, С.М. Малинина, В.В. Николаева, А. Спиваковская, Н.М. Федченко) рассматривают как состояния, которые выражаются в форме непосредственного переживания ребенка, определяются качеством и интенсивностью актуальной потребности дошкольника и оценкой, которую он дает на основе индивидуального опыта. Психолого-педагогическая коррекция определяется как направленное психологическое воздействие на структуры психики с целью обеспечения полноценного развития и функционирования личности.

Изотерапия дает положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами, является способом моделирования взаимоотношений и выражения эмоций; широко используется для снятия психического напряжения и коррекции психоэмоциональных состояний (М.С. Бережная, Е.М. Бурно, Д.А. Георгиевская, Г.Д. Джуkenова, А.И. Копытин, К.И. Королева, К.А. Михальченко). Изотерапия – один из самых мягких и в то же время глубоких методов в коррекции эмоциональных состояний, которая рассматривается как проекция личности ребенка и как символическое отражение его отношения к миру. Изотерапия как средство коррекции психоэмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии будет эффективной, если в ходе психолого-педагогической деятельности будут созданы специфические психолого-педагогические условия:

1. Предметно-пространственная развивающая среда, включающая в себя творческое взаимодействие, позволяющая обеспечить для детей рабочее место, определить вид работы по изотерапии, сформулировать цели и задачи занятия, создать спокойную, деловую обстановку и пробудить у детей интерес.

2. Создание педагогом атмосферы успешности, понимание потребностей и возможностей ребенка, при котором педагог-психолог должен быть эмоциональным в присутствии ребенка, ясно, четко, однозначно выражать свое отношение ко всему; быть доброжелательным с ребенком, так как это оказывает стимулирующее воздействие на его психическое развитие, а также способствует формированию уверенности в себе, и чувства защищенности.

3. Разработка и внедрение программы коррекции способствует позитивному изменению основных показателей нарушений эмоциональной сферы у старших дошкольников; способствует формированию саморегуляции и других важных качеств для развития у детей способности действовать исходя из сложившихся устойчивых оценок, а не ситуационно; дает возможность ребенку накапливать опыт оценки собственных действий и опыт самооценки.

В ходе проведения экспериментального исследования было выявлено, что преобладающая часть испытуемых имеет высокий уровень тревожности и различные страхи, а также заниженную и завышенную самооценку, что свидетельствует о неуверенности детей и негативных эмоциональных проявлениях. Все это привело нас к необходимости разработки и проведения со старшими дошкольниками программы коррекции, направленной на стабилизацию психоэмоционального состояния средствами изотерапии.

Программа коррекционная психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии строилась с учетом опыта, накопленного в методических и теоретических исследованиях (Г.А. Бреслава, Ч.А. Измайлова, А.И. Копытина, Г.Л. Лендера, В.С. Мухиной,

Н.М. Погосовой, Р.М. Рахматулиной, О.В. Хухлаевой, М.И. Чистяковой и др.). В процессе реализации данной программы старшие дошкольники не только обучаются рисовать, а постигают как, посредством изотерапии, справиться с проблемами, вызывающими у них негативные эмоции, дать выход творческой энергии. Старшие дошкольники вооружаются одним из доступных и приятных для них способов снятия эмоционального напряжения. Цикл практических занятий рассчитан на 10 занятий. Занятия проводятся с одной группой два раза в неделю. Данная программа коррекционно-развивающих занятий рассчитана на детей старшего дошкольного возраста (5 -7 лет). Занятия подобраны так, чтобы на протяжении всего занятия и всего курса сохранялся интерес у детей.

Статистическая обработка результатов исследования с помощью метода статистики Т-критерия Вилкоксона доказала эффективность ( $T_{эмп} = 13$ ) разработанной и проведенной программы коррекции психоэмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста средствами изотерапии. Полученное эмпирическое значение  $T_{эмп}$  находится в зоне значимости что свидетельствует о статистической достоверности полученных результатов исследования ( $T = 13, \rho < 0,01$ ). Так, после проведения программы коррекции психоэмоционального состояния у 7 детей старшего дошкольного возраста снизился уровень тревожности; у 5 детей завышенная самооценка, а у 6 детей заниженная самооценка снизились до уровня адекватной. Увеличилось количество детей с адекватной самооценкой: с 7 человек до 18 человек – 60 %; снизилось, как количество страхов, так и их интенсивность, исчез страх животных. Предложенная нами программа коррекции может успешно использоваться в работе педагога-психолога дошкольного учреждения для стабилизации психоэмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, задачи экспериментального исследования – решены. Следовательно, цель исследования – достигнута. Гипотеза исследования – подтверждена.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология / Г.С. Абрамова. – М.: Просвещение.- 2000. – 624 с.
2. Антонова Е.В. Изучение эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста / Е.В. Антонова, О.А. Томашевская // Молодой ученый. - 2015. - №6. - 560-564 с.
3. Афонькина Ю.А. Диагностика эмоционального интеллекта у дошкольников / Ю.А. Афонькина // Детский сад: теория и практика.- 2014. - № 4. - 7–10 с.
4. Баркан А.И. Практическая психология для родителей, или Как научиться понимать своего ребенка / А.И. Баркан – М., АСТ-ПРЕСС.- 1999.- 82 с.
5. Белецкая Е.А. Специфика формирования эмоциональной культуры детей в условиях ДОУ / Е.А. Белецкая // Дополнительное образование и воспитание. – 2012. - №11. - 11-15 с.
6. Бережная М.С. Арттерапия как метод социокультурной адаптации личности / М.С. Бережная // <http://www.art-education.ru/AE-magazine/new-magazine-1-2006.htm> (26.09.2017)
7. Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь / Б.М. Бим-Бад. – М.: АСТ, 2002.
8. Бурно Е.М. Терапия творческим самовыражением. М.: Медицина, - 1989.
9. Буянова А.Ю. Теоретические аспекты развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста / А.Ю. Буянова, Е.Ю. Кудрявцева // Образование и воспитание. - 2015. - №3. - 59-61 с.
10. Былкина Н.Д., Люсин Д.В. Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе // Вопросы психологии. №5 сентябрь-октябрь 2000. –38-48. с.

11. Вальдес Одрисола М.С. Арттерапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности: метод. пособие. М.: - Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2007. - 63 с.
12. Вайзман Н. Реабилитационная педагогика - М., 1996.
13. Венгер, А.Л. Психологическое консультирование и диагностика. В 2-х частях [Текст] / А.Л. Венгер. – М.: Генезис, 2001. – 425с.
14. Венгер А.Л. Психологические и рисуночные тесты: иллюстрированное пособие / А.Л. Венгер – М.: АЛАДОС-ПРЕСС, 2007. -159 с.
15. Вейтен У. Теории эмоций // Общая психология. – М., 2002. – 314 с.
16. Волгуснова Е.А. Особенности развития когнитивного компонента эмоциональной сферы дошкольников [Электронный ресурс] / Е.А. Волгуснова // Дошкольное образование. – 2015. – №4. –51-54 с.
17. Вострокнутов Н.В. Семья и дети – тренинг коррекции детско-родительских отношений [Текст] / Н.В. Вострокнутов, Н.К. Харитоновна. – 2003. – Л.: Нева. –183 с.
18. Выготский Л.С. Эмоции и их развитие в детском возрасте [Текст] / Л.С. Выготский. - М., 1982. - Т. 2. – 436 с.
19. Георгиевская Д.А. Использование арт-терапевтических техник в работе с детьми дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Д.А. Георгиевская // Молодой ученый. - 2016. - №7. - 320-322 с.
20. Герасимова В.И. Эмоции, темперамент, характер. – М., 2003. – 412с.
21. Грабенко Т.Н. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры: методическое пособие для педагогов, психологов и родителей / Т.Н.Грабенко Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. СПб. : Детство-пресс, 2004. 64 с.
22. Джукенова Г.Д. Возможности арт-терапии в коррекции эмоционального состояния личности дошкольника [Электронный ресурс] /Г.Д. Джукенова // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2014. - №28. –43-48 с.



23. Дмитриева С.А. Принципы и содержание психологической коррекции эмоциональных нарушений у воспитанников детского дома младшего школьного возраста. Методические рекомендации. Красноярск, 2005. - 32 с.
24. Долгова В.И., Шумакова О.А., Латюшин Я.В. Учебно-методический комплекс по практике в педагогическом училище (IV курс очной формы обучения). – Челябинск, 2004. – 92 с. (с. 30-37)
25. Донская Т.К. Арт-педагогика в современной образовательной парадигме / ТК. Донская // Наука. Искусство, культура. – 2013. - №2. – 144-152 с.
26. Ермолаев О.Ю. Математическая статистика для психологов. Учебник, 2-е изд. - М.: 2003 - 336 с.
27. Захаров А.И. Авторский пакет методик «Клинико-психологическое консультирование при неврозах у детей и подростков». М., 1997.
28. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении детей. - М., 1993.
29. Знаменская Н.В. Психологические критерии эмоционального развития детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Н.В. Знаменская // Актуальные проблемы психологического знания. - 2014. - №2. –80-87 с.
30. Изард К.Э. Эмоции человека /К.Э. Изард. - М.: Издательство МГУ, 2000. — 281 с.
31. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. — СПб: Питер, 2001. — 752 с.
32. Инамалиева Г.К. Психологические и лингвистические понятия эмоции [Электронный ресурс] / Г.К. Иманалиева // Наука и современность. – 2014. - №12. –200-204 с.
33. Иовлев Б.В., Карпова Э.Б. Психология отношений. Концепция В.Н. Мясищева и медицинская психология. - СПб: 1999 — 85 с.
34. Истратова О.Н. Психодиагностика / О.Н. Истратова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 375 с.

- 35.Капустина С.Ю., Кравцов А.В. Анализ эмоционального отношения к учению при обучении одаренных детей естественно-научным дисциплинам в профильных образовательных учреждениях // Инженерный журнал: наука и инновации, 2013, вып. 8.
- 36.Киселева Т.Ю. Арт-терапия как психолого-педагогическая технология [Электронный ресурс] /Т.Ю. Киселева // Сибирский педагогический журнал. - 2015. - №11. –218-225 с.
- 37.Кожохина С.В. Растем и развиваемся с помощью искусства / С.В. Кожохина. – СПб.: Речь, 2006. -216 с.
- 38.Кокоренко В.Л. Арттехнологии в подготовке специалистов помогающих профессий / В.Л. Кокоренко. – СПб.: Речь, 2005 с.101
- 39.Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб.: Лань, - 1999.
- 40.Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, -2002.
- 41.Копытин А.И. Арт-терапия в общеобразовательной школе. Метод.пособие. СПб.: Академия Посдипломного педагогического образования, - 2005.
- 42.Королева К.И. Арт-терапия как один из новых методов психологической коррекции / К.И. Королева // Научное обозрение. – 2015. - №3. –42-45 с.
- 43.Крэйг Г. Психология развития [Текст] / Г. Крейг. – СПб.: Изд-во Питер, 2000. – 992с.
- 44.Кузьмина Е.Р. Нарисуй мне о себе: практическая психология для взрослых и детей. М.: Когелет, - 2001. -48 с.
- 45.Куканова И. А. Изучение эмоционального отношения к школе детей из замещающих семей // Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского. 2011. № 24. 688–69 с.
- 46.Лебедева Л.Д Арт-терапия в педагогике //педагогика, - 2000, -№9. -с. 27-34.
- 47.Левченко И.Ю. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании / И.Ю. Левченко – М.: Академия, 2001. –248 с.

48. Леонтьев А.Н., Запорожец, А.В. Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста / А.Н. Леонтьев, А.В. Запорожец. – М.: «Международный Образовательный и Психологический Колледж», 1995. – 144 с.
49. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. – М., 1986.
50. Малинина С.М. Использование арт-терапии в эмоциональном развитии детей дошкольного возраста / С.М. Малинина // Теоретические и прикладные аспекты современной науки. – 2015. - №8. –75-78 с.
51. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми / И.М, Марковская. – СПб.: Изд-во Речь, 2002.
52. Мартыанова Г.Ю. Потенциал арт-терапии в системе коррекционной помощи дошкольнику [Электронный ресурс] / Г.Ю. Мартыанова // Психолог. – 2015. - №1. –94-118 с.
53. Матюхина М. В. Особенности мотивации учения младших школьников // Вопр. психол.1985. № 1. С. 43—48. [Электронный ресурс] URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1985/851/851043.htm>
54. Медведева Е.А, Левченко И.Ю., Комиссаров Л.Н., Добровольская Т.А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. М.: Издательский центр “Академия”, - 2001 .-246 с.
55. Меньшикова Е.А. Эмоциональное отношение к учебе младших школьников // Начальная школа. 2014. № 2, 17-20 с.
56. Михальченко К.А. Арттерапия в системе психокоррекционной помощи детям с проблемами в развитии [Электронный ресурс] К.А. Михальченко // Актуальные вопросы современной психологии: матер.междунар. науч. конф. (г. Челябинск, март 2011 г.). - Челябинск: Два комсомольца, 2011. - 60-63 с.
57. Мясичев В.Н. Психология отношений. – М. – Воронеж: Издательство МПО «МОДЭК», 1998

58. Николаева В.В. Использование средств арт-терапии в развитии эмоциональной сферы дошкольников / В.В. Николаева // Актуальные проблемы современности: наука и общество. – 2015. - №4(9). –34-38 с.
59. Немов Р.С. Психология [Текст] / Р.С. Немов. – М.: Просвещение Владос, 2003.
60. Новикова С.А. Влияние семьи на развитие эмоциональной сферы дошкольников / С.А. Новикова // Развитие родительских компетенций: матер. всерос. науч-практ. конф.- М., 2015. –161-167 с.
61. Овчарова Р.В. Практическая психология - М., Т.Ц. «Сфера», 1996.
62. Орехова О.А. Цветовая диагностика эмоций ребенка. СПб., 2002.
63. Панишева К.А., Щелина С.О. Формирование интереса к учебной деятельности // «Молодой учёный» . № 2 (106) . Январь, 2016 г. - с. 825-827
64. Паршукова И.Л. Артпедагогика как основа проектирования образовательного процесса детей дошкольного и младшего школьного возраста / И.Л. Паршукова // Психолого-педагогическое сопровождение процессов развития ребенка: мат. всерос. науч.-практ. конф. – СПб, 2014. - 25-27 с.
65. Пиаже Ж. Избранные психологические труды - М., 1969.
66. Петровский А.В. Общая психология / А.В. Петровский. 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1976. – 479 с.
67. Психологические тесты для профессионалов/ авт. сост Н.Ф. Гребень. – Минск: Современ.шк., 2007. – 496с.
68. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
69. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. Под ред. И.В. Дубровиной. М.: Academia, 1998.

70. Психолого-педагогическая диагностика : учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / под ред. И.Ю.Левченко, С.Д.Забрамной – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 320 с.
71. Пырьев Е.А. Эмоциональные отношения в структуре мотивации человека // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. 2013. №155 С.53-61.
72. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. – СПб., 1999
73. Рубинштейн С.А. Теоретические вопросы психологии и проблема личности. // Психология личности. Тексты. – М.: Издательство МГУ, 1982.
74. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко – СПб.: ООО «Речь», 2003. – 350 с.
75. Симонов В.М. Экспресс диагностика эмоционального отношения ребенка к школе на этапе его адаптации к обучению в первом классе.
76. Солодянкина О.В. Социальное развитие ребенка дошкольного возраста: Методическое пособие / О.В. Солодянкина. – М.: АРКТИ, 2006. – 88с.
77. Спиваковская А. Психотерапия: игра, детство, семья – ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2000.
78. Федченко Н.М. К проблеме развития эмоциональной сферы дошкольника / Н.М. Федченко // Педагогический опыт. – 2016. - №14. – 119-124 с.
79. Фельдштейн Д.И. Проблемы возрастной и педагогической психологии / Д.И. Фельдштейн. – М.: Международная педагогическая академия, 1995.
80. Фромм А. Азбука для родителей или как помочь ребенку в трудной ситуации – Екатеринбург: Изд-во АРД ЛТД., 1997.

- 81.Холодкова В.Ю. Функции детского рисунка в формировании личности методами арт-терапии / В.Ю. Холодкова // Приоритетные научные направления: от теории к практике. – 2016. - №21. –73-76 с.
- 82.Шадриков В.Д. Введение в психологию: эмоции и чувства. - М.: Логос, 2002.- 156 с.
- 83.Шоттенлоэр Г. Рисунок и образ в терапии. С-Пб., 2001.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

«Детский тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

Цель: Определить уровень тревожности.

Материалы: 14 рисунков показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, учитель дает инструкцию:

«Игра с младшими детьми» Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное?

«Ребенок и мать с младенцем»

«Объект агрессии».

«Одевание».

«Игра со старшими детьми».

«Укладывание спать в одиночестве».

«Умывание».

«Выговор».

«Игнорирование».

«Агрессивное нападение».

«Собирание игрушек».

«Изоляция».

«Ребенок с родителями».

«Еда в одиночестве».

Количественный анализ: Индекс тревожности равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к

общему числу рисунков: ИТ = число эмоционально негативных выборов \*100% / общее число рисунков.

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

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

Таблица 1 - Индивидуальные значения на констатирующем этапе по тесту тревожности Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амена

№ п/п	Имя испытуемого	Результат	Индекс тревожности, в %
1	И. К.	7	50
2	А. Б.	3	21,43
3	Б. Я.	8	57,1
4	С. Ч.	4	28,57
5	А. М.	3	21,43
6	М. С.	7	50
7	С. Ш.	5	35,71
8	В. Л.	4	28,57
9	А. М.	10	71,43
10	А. Е.	6	42,86
11	К. З.	9	64,29
12	К. Н.	11	78,57
13	Н.Б.	11	78,57
14	А. К.	12	85,71
15	О. Б.	4	28,57
16	М. С.	8	57,1

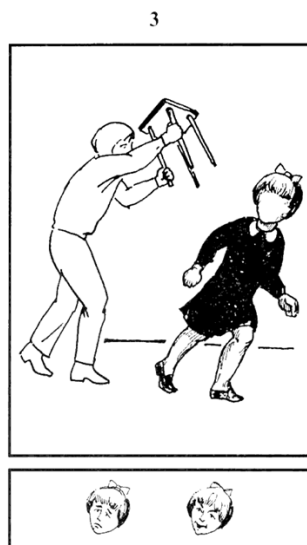


17	А. К.	6	42,85
18	М. А.	12	85,71
19	В. К.	3	21,43
20	А. С.	7	50
21	Р. В.	3	21,43
22	Н. Г.	4	28,57
23	С.К.	11	78,57
24	Л.У.	4	28,57
25	Л. Ц.	5	35,71
26	А. М.	9	64,29
27	Ж. А.	3	21,43
28	А. В.	6	42,86
29	С. Ф.	4	28,57
30	Д. Р.	3	21,43

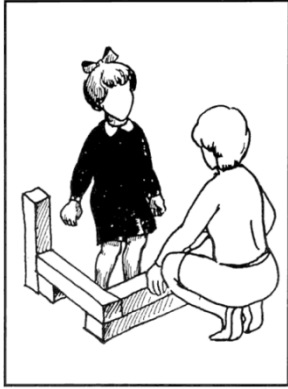
## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Стимульный материал к тесту тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)

Картинки к тесту для девочек



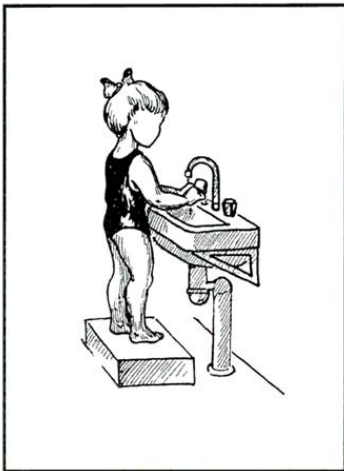
5



6



7



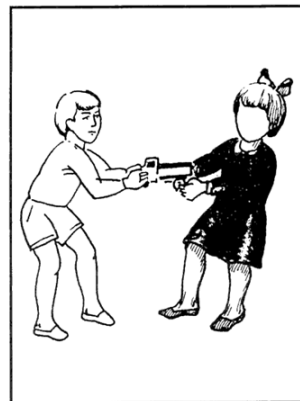
8



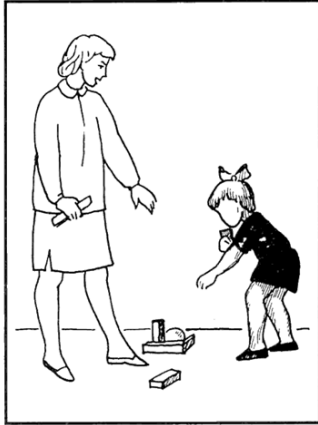
9



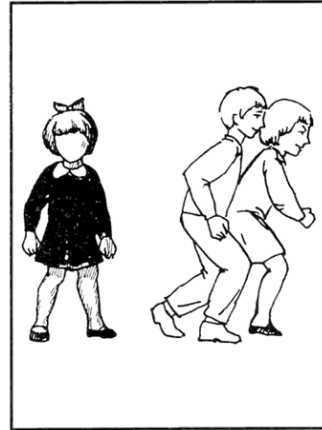
10



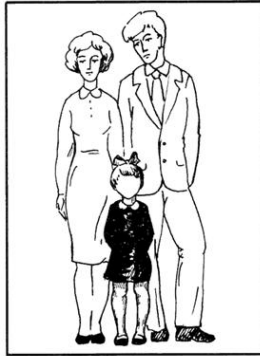
11



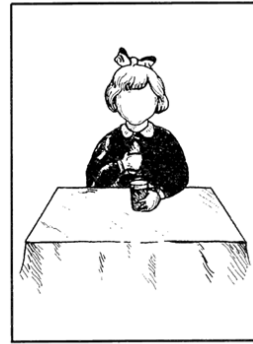
12



13

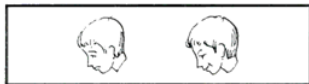


14

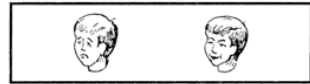


Картинки к тесту для мальчиков

1



2



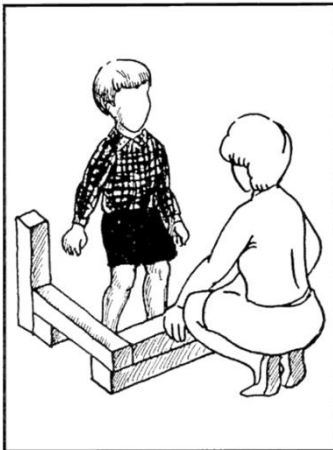
3



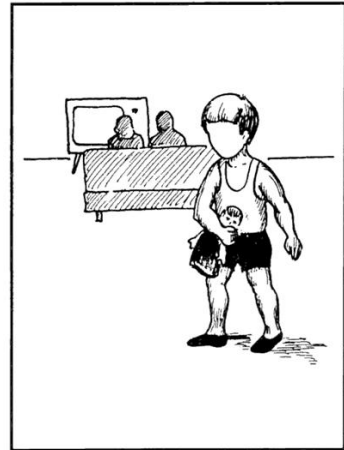
4



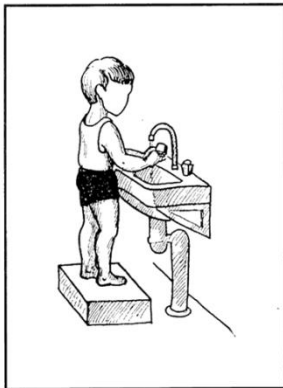
5



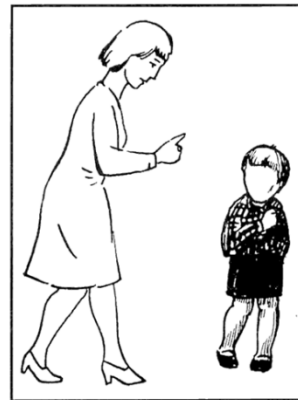
6



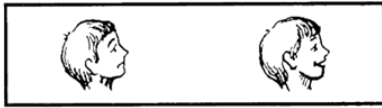
7



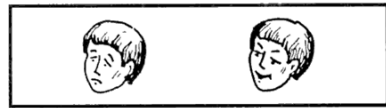
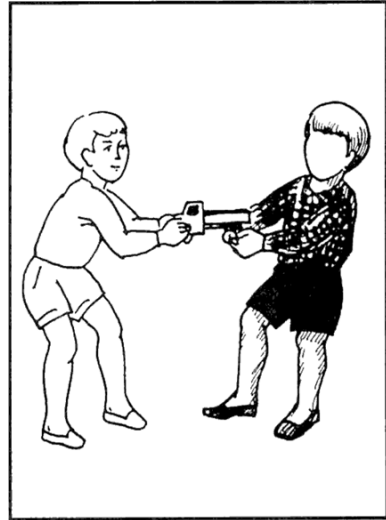
8



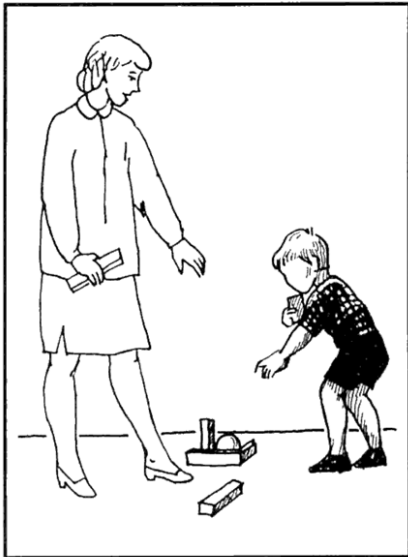
9



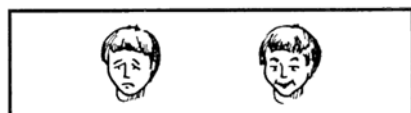
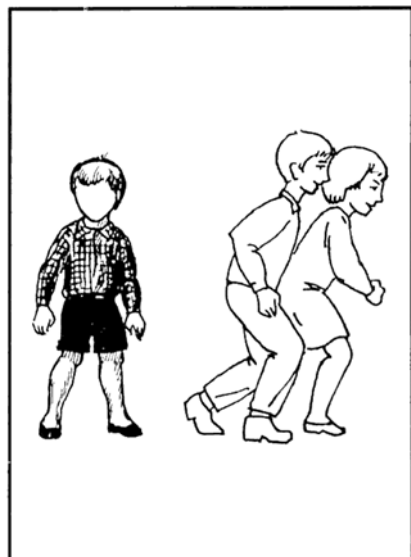
10



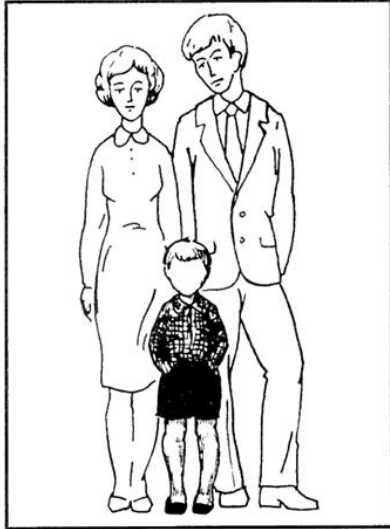
11



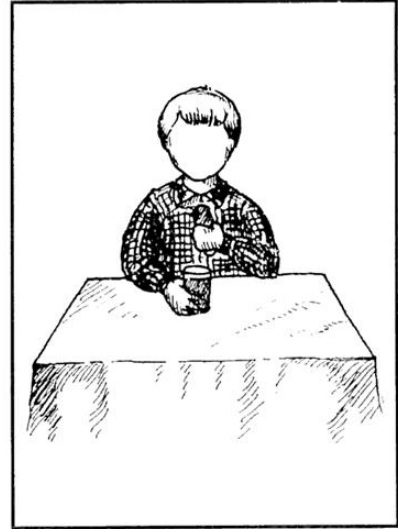
12



13



14



## Расчет T- критерия Вилкоксона

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	80	35	-45	45	27.5
2	10	2	-8	8	6.5
3	40	10	-30	30	23.5
4	10	5	-5	5	3.5
5	25	15	-10	10	11
6	10	2	-8	8	6.5
7	5	1	-4	4	2
8	33	10	-23	23	19.5
9	67	10	-57	57	29.5
10	44	27	-17	17	14.5
11	25	6	-19	19	17
12	31	13	-18	18	16
13	80	35	-45	45	27.5
14	10	2	-8	8	6.5
15	40	10	-30	30	23.5
16	10	5	-5	5	3.5
17	25	15	-10	10	11



18	10	2	-8	8	6.5
19	5	2	-3	3	1
20	33	10	-23	23	19.5
21	67	10	-57	57	29.5
22	44	27	-17	17	14.5
23	25	40	15	15	13
24	22	13	-9	9	9
25	36	10	-26	26	22
26	22	12	-10	10	11
27	44	12	-32	32	25
28	38	14	-24	24	21
29	50	16	-34	34	26
30	40	18	-22	22	18
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					<b>13</b>

**Результат:  $T_{Эмп} = 13$**

Критические значения  $T$  при  $n=30$

n	$T_{Кр}$	
	0.01	0.05
30	<b>120</b>	<b>151</b>

Полученное эмпирическое значение  $T_{эмп}$  находится в зоне значимости.