

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Психология и педагогика детства

(направленность (профиль))

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

на тему **ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ ИГРОТЕРАПИИ**

Студент

А.С. Калюжная

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Научный

А.Ю. Козлова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

руководитель

Руководитель программы д.п.н., профессор О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018г.

**Допустить к защите**

Заведующий кафедрой д.п.н., профессор О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018г.

Тольятти 2018

## Оглавление

Введение .....	3
Глава 1. Теоретические основы профилактики эмоциональных нарушений детей дошкольного возраста .....	13
1.1 Эмоциональные нарушения и их влияние на развитие личности ребенка дошкольного возраста .....	13
1.2 Теоретические основы организации процесса игротерапии в условиях дошкольной образовательной организации .....	16
Выводы по первой главе .....	29
Глава 2. Экспериментальная работа по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии .....	31
2.1 Выявление уровня эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет .....	31
2.2 Экспериментальное исследование возможностей игротерапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет .....	51
2.3 Определение эффективности профилактической работы.....	63
Выводы по второй главе .....	69
Заключение .....	71
Список используемой литературы .....	75
Приложения .....	79

## Введение

В условиях современной государственной образовательной политики одним из приоритетных направлений является формирование и сохранение физического, психического и эмоционального здоровья детей. По итогам различных исследований можно заметить, что за последние десятилетия возросло число негативных изменений в состоянии психоэмоционального здоровья детей. Прослеживается тенденция к значительному увеличению числа дошкольников эмоционально нестабильных, неуверенных в себе, испытывающих различного рода невротические состояния, страхи. И если не предпринимать мер для профилактики нарушений психоэмоционального развития и здоровья, то неизбежно сформируется та база, в рамках которой возникают отставание детей в личностном развитии и различные формы социально-психологической дезадаптации.

В словаре под редакцией Е.И. Шапарь данные эмоциональные реакции и проявления определяются как эмоциональные нарушения. Уточняя понятие «эмоциональные нарушения», приведем мнение А.Ш. Тхостова, который определяет эмоциональное нарушение как отсутствие способности к самостоятельному управлению собственными эмоциональными состояниями, в связи с отсутствием «осознаваемости» связи с вызвавшим ее явлением, либо предметом, в последствии влекущим к дезадаптации личности, проявляющейся в форме расстройства психического либо соматического характера, нарушений поведения и т.д. Суммируя вышеуказанное, можно сделать вывод, что эмоциональные нарушения есть сильнейшее переживание, проявляющееся в изменении собственного эмоционального состояния в сторону угнетения или подъема.

Вопрос наличия эмоциональных нарушений у дошкольников достаточно актуален, так как на данном этапе детства во всех сферах жизнедеятельности ребенка чрезвычайно значимы его эмоции и чувства. Такие авторы как Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.В. Запорожец,

А.Н. Леонтьев выделяют формирующую функцию эмоциональных состояний на данном этапе развития ребенка, говорят о его определяющем влиянии на формирующуюся личность, его будущий характер, поведение. Поэтому так важно сохранение здоровой эмоциональности детей, исключении эмоционального неблагополучия.

Более подробно понятие «эмоциональное благополучия – неблагополучие» на этапе дошкольного детства был раскрыт в работах учеников А.В. Запорожца: Л.А. Абрамян, О.В. Гордеева, А.Д. Кошелевой. Данные представители научного сообщества определили эмоциональное благополучие как положительное, устойчивое, комфортное для ребенка эмоциональное состояние, являющееся основой его позитивного отношения к окружающему его миру. Эмоциональное неблагополучие рассматривается данными авторами как негативное эмоциональное самочувствие детей, которое проявляется форме капризов, упрямого поведения, склонности к конфликтному поведению в процессе взаимодействия с окружающими, отсутствие способности к саморегуляции.

Данная магистерская работа направлена на рассмотрение одной из актуальных психолого-педагогических проблем – организации своевременной профилактики эмоциональных нарушений у детей старшего дошкольного возраста в детском учреждении, потому как адекватное развитие эмоциональной сферы в дошкольном детстве имеет огромное значение в последующей социализации ребенка в обществе.

Как показывают исследования множества психологов, именно на дошкольном этапе развития личности возможны корректировки в развитии будущей личности, позднее возможность практически исчезает, и эффективность коррекционно-развивающей работы снижается, так как психологические механизмы уже сложились и их сопротивление значительно.

И справедливо, что в настоящее время во всех детских Учреждения, внимание направлено на профилактику эмоционального неблагополучия, обеспечение благоприятной среды для полноценного развития ребенка.

Как показывают исследования Е.И. Изотовой, О.А. Карабановой, М. Клейн, Е.В. Никифоровой, при условии систематической и правильно организованной профилактической работы, эмоциональные нарушения, страхи, состояния тревоги проходят у детей до десятилетнего возраста. Следовательно, необходимо своевременное разрешение проблемы, развитие и включение компенсаторных механизмов в любую детскую деятельность, осуществление профилактики, начиная уже с дошкольного периода детства за счет использования базовых компенсирующих, адаптационных образовательных технологий.

Специфика дошкольного образования позволяет выделить такую технологию работы, направленную на профилактику нарушений в психоэмоциональном развитии и здоровье детей, как игровая. Как показывают исследования М.И. Чистяковой, данная технология наиболее эффективна, поскольку основана на ведущей деятельности ребенка.

Анализ исследования практики позволил выявить следующие **противоречия:**

– между потребностью общества в современном педагоге, способном обеспечить профилактику эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста и опорой на традиционные подходы в воспитании детей в недостаточной мере учитывающие особенности развития современных детей, их психоэмоционального мира;

– между достаточной разработанностью эффективных механизмов профилактики нарушений эмоционального плана у детей дошкольного возраста, применительно к индивидуальной практике и недостатком подобных исследований в отношении их профилактики в системе дошкольного образования;

– между необходимостью защиты, сохранения, укрепления психоэмоционального состояния дошкольников в процессе игротерапии и отсутствием реально работающих процедур профилактики эмоциональных нарушений в дошкольной образовательной организации.

Выявленные противоречия позволяют нам сформулировать **проблему исследования**: каковы потенциальные возможности методов игротерапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет?

**Цель исследования**: теоретически обосновать и экспериментально проверить возможности методов игротерапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет.

**Объект исследования**: профилактика эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет.

**Предмет исследования**: профилактика эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии.

**Гипотеза исследования** базировалась на предположении о том, что:

– эмоциональные нарушения ведут к возникновению эмоционального неблагополучия, характеризующегося недостаточной эмоциональной устойчивостью, естественностью поведения, доброжелательностью, трудностями с умением освобождаться от затаенных обид, самостоятельно управлять своими эмоциями, без помощи взрослого;

– профилактика эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет может осуществляться в процессе игротерапии, который предполагает поэтапное включение игротерапевтических методов, направленных на совершенствование умения: понимать эмоциональное состояние своё и других людей; регулировать собственные эмоциональные выражения, психофизическое напряжение в разнообразных ситуациях коммуникации; согласованного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в возможных конфликтных ситуациях и др.

– для обеспечения эффективности профилактической работы с детьми 5-6 лет необходимо организовать психолого-педагогическое просвещение

педагогов, а также психолого-педагогическое сопровождение родителей в вопросах профилактики эмоциональных нарушений детей в процессе игротерапии; обеспечить эффективное взаимодействие всех специалистов дошкольной образовательной организации, осуществляющих образовательную деятельность с детьми 5-6 лет.

В соответствии с целью и гипотезой исследования были определены следующие **задачи исследования:**

1) изучить психолого-педагогическую и методическую литературу по проблеме профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии;

2) определить уровни эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет;

3) определить и апробировать содержание, этапы, методы игротерапевтического процесса по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет.

**Теоретической основой явились положения:**

– положение о психологических особенностях детей старшего дошкольного возраста (В.С. Мухина, А.А. Хвостов, Л.И. Божович);

– учение о значимости условий социализации в обеспечении профилактики и коррекции нарушенного развития (Л.С. Выготский);

– определение социальной и психофизиологической основы возникновения нарушений эмоционального развития (В.А. Ананьев, П.К. Анохин, К.Е. Изард, А.В. Запорожец);

– подход, рассматривающий игротерапию, как основной способ профилактики и коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений у детей (Л.М. Костина);

– работы, посвящённые вопросам развития эмоциональной сферы дошкольников (Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, А.Д. Кошелева, Л.П. Стрелкова);

– подход к проблеме определения эмоционального благополучия-неблагополучия ребенка (Л.А. Абрамян, О.И. Бадулина, А.И. Захаров, А.М. Прихожан, М.Ю. Стожарова).

Для решения задач исследования использовались следующие теоретические **методы**: обзор источников психолого-педагогической и методической литературы, анализ и обобщение опыта практической деятельности. Эмпирические методы: констатирующий, формирующий и контрольный этапы эксперимента, психодиагностические методы, также методы качественной и количественной обработки итогов исследования.

#### **Основные этапы исследования:**

**Первый этап** – поисково-аналитический (2016–2017 г. г.). В процессе осуществления данного этапа проведен анализ психолого-педагогической и методической литературы с целью определения уровня научной разработки исследуемой проблемы, составлена программа исследования, определены исходные параметры, методологии и методы, определен понятийный аппарат исследования.

**Второй этап** – экспериментальный (2017–2018г. г.), заключался в разработке и апробации мероприятий, обеспечивающих профилактику эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии.

**Третий этап** – заключительно-обобщающий (2018 г.). Данный этап включал анализ и интерпретацию результатов проведенного эксперимента, обобщение, систематизацию его результатов и оформление материалов магистерской диссертации.

**Научная новизна** исследования заключается в том, что доказаны возможности процесса игротерапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет; выделены и описаны уровни эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в том, что:

- обоснованы показатели эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет;
- дана содержательная характеристика уровням эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет;
- обоснованы возможности процесса игротерапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет;
- обоснованы содержание, этапы и методы игротерапевтического процесса в профилактике эмоциональных нарушений детей 5-6 лет.

**Практическая значимость** исследования состоит в том, что разработана и апробирована профилактическая программа «Чудесная история», направленная на преодоление эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет. Данная программа может использоваться воспитателями и педагогами-психологами ДОО в процессе осуществления планомерной работы с детьми 5-6, направленной на обеспечения и сохранения их психоэмоционального здоровья.

**Экспериментальная база исследования:** МБУ детский сад № 27 «Лесовичок» г.о. Тольятти. На разных этапах исследования участвовали 40 детей 5-6 лет, 37 представителей родительского сообщества, воспитатели группы (2 человека), а также специалисты детского сада (музыкальный руководитель, педагог-психолог, учитель-логопед и инструктор по физической культуре).

**Апробация и внедрение результатов исследования.**

Итоги и некоторые аспекты формирующей части исследования презентовались в рамках научно-методических семинаров, были отражены в отчетах по научно-исследовательской работе в процессе обучения, представлялись в докладах в рамках выступления на секции кафедры «Дошкольная педагогика, прикладная психология» на ежегодной научно-практической конференции «Студенческие дни науки ТГУ» (г. Тольятти 2017, 2018 гг.)

Результаты диссертационного исследования были отражены в четырех публикациях.

### **Основные положения, выносимые на защиту.**

1. Эмоциональные нарушения ребёнка дошкольного возраста представляет собой отрицательно окрашенное эмоциональное состояние, которое выражается в нестабильности и неадекватности эмоциональных реакций при взаимодействии с окружающей действительностью, в доминировании отрицательных по содержанию эмоций, в выраженной тревожности и наличии страхов, превышающих возрастную норму;

2. Дети 5-6 лет характеризуются разными уровнями проявления эмоционального неблагополучия, критериями которых выступают:

- нестабильность эмоционального реагирования (частая смена эмоциональных реакций; преобладание неустойчивого настроения);

- неадекватность эмоционального реагирования (неадекватная ситуации форма и интенсивность эмоциональных реакций);

- доминирование эмоций, отрицательных по содержанию (частое проявление страха, печали, гнева; преобладание сниженного настроения);

- наличие эмоциональных отклонений (повышенная тревожность, страхи);

3. Поэтапное включение игротерапевтических методов, направленных на совершенствование умений понимать эмоциональное состояние своё и других людей, регулировать собственные эмоциональные выражения, психофизическое напряжение в разнообразных ситуациях коммуникации, согласованного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в возможных конфликтных ситуациях; формирование таких качеств, как эмпатия, доверие к людям и др., обеспечит профилактику эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет.

4. Своевременное психолого-педагогическое просвещение педагогов и других специалистов, а также психолого-педагогическое сопровождение родителей в вопросах профилактики эмоциональных нарушений детей в

процессе игротерапии; обеспечит эффективность профилактической работы с детьми 5-6 лет.

**Структура магистерской диссертации:** магистерская диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, приложения.

## **Глава 1. Теоретические основы профилактики эмоциональных нарушений детей дошкольного возраста**

### **1.1 Эмоциональные нарушения и их влияние на развитие личности ребенка дошкольного возраста**

В психологической и психиатрической практике существует несколько научно обоснованных классификаций эмоциональных нарушений. Но причины эмоциональных нарушений схожи, ими могут служить различные факторы: изменение гормонального фона, его нарушение вследствие патологических процессов в организме, проблемы центральной нервной системы, травматические или органические изменения в спинном или головном мозге, психические заболевания.

Проявляться эмоциональные нарушения могут различным образом, в виде хронической тревожности, и повышенной возбудимости, а также затяжной подавленности и тоске. Сюда же относят такие проявления, как повышенная зажатость, плаксивость, стеснительность, частая смена настроения без видимых на то причин, либо постоянное состояние эйфории, страхи, излишнее равнодушие, «ненатуральность» эмоциональных проявлений, экзальтированность и демонстративность

Вопросом выявления эмоциональных нарушений на дошкольном этапе развития посвятили свои труды такие ученые и исследователи как И.В. Алехина, Н.М. Амосов, Н.М. Матяш, Т.А. Павлова и др. Вышеуказанные ученые связывают появление проблем в эмоциональном развитии дошкольника с дефицитом прежде всего положительных эмоций и волевого усилия. Так Г.Е. Сухарева, В.В. Ковалев [12,16] на основании результатов своих исследований, отметили, наличие аффективной возбудимости в этом период детства, когда у ребенка по малозначимым причинам может моментально возникнуть состояние гнева, а после аффективной разрядки ребенок начинает плакать, испытывая чувство вины.

Г.М. Бреслав [4, 9] относил к эмоциональным нарушениям в дошкольном возрасте, прежде всего отсутствие эмоциональной децентрации, синтонии и саморегуляции когда ребенок не обладает способностью сопереживанию.

Но наиболее интересной и полной я считаю классификацию И.М. Чистякова, Н.И. Костерина [7, 14], где были выделены группы нарушений в эмоциональном развитии ребенка: расстройства настроения; расстройства поведения; нарушения психомоторики.

Рассмотрим более детально эмоциональные нарушения [19, 21], условно разделенные на 2 вида в связи с усилением эмоциональности и ее понижением. Так первую группу составят такие состояния, как эйфория, дисфория, депрессия, тревожный синдром, страхи. Ко второй группе относятся апатия, эмоциональная тупость, паратимии.

Эйфория – неадекватно повышенное, радостное настроение [17, 21]. Находящегося в таком состоянии ребенка определяют как импульсивного и нетерпеливого, стремящегося занять доминирующую позицию.

Дисфория – расстройство настроения, с преобладанием злобно-тоскливого, угрюмо-недовольного, при общей раздражительности и агрессивности [12, 21]. Ребенка находящегося в таком состоянии описывают как злого, неуступчивого и резкого.

Депрессия – состояние аффективного плана, характеризуется пониженным настроением отрицательного характера, пассивным поведением [7, 12].

Тревожный синдром – состояние, характеризующееся наличием беспричинной обеспокоенностью, нервным напряжением [2, 17]. Ребенок в таком состоянии не уверен в себе, у него наблюдается скованность движений, ярко выраженная напряжённость, может присутствовать плаксивость, эмоциональная чувствительность, отсутствие аппетита, беспокойные.

Страх – эмоциональное состояние, возникающее в случае осознания надвигающейся опасности – мнимой или реальной. Ребенок, в таком

состоянии робок, замкнут, выглядит испуганным. Как показывает практика [12], в дошкольный период это, как правило, страх перед неизведанным.

Апатия определяется как безучастное отношение ко всему происходящему вокруг, которое сочетается с отсутствием какой-либо инициативы. Психологи (Г.М. Бреслав, К.Э. Изард, А.Ш. Тхостов), отмечают тот факт, что при апатии утрата эмоциональных реакций может сочетаться с чувством поражения или отсутствием волевых побуждений. Таким образом, апатичный ребенок как выглядит вялым, равнодушным, пассивным.

Ко второй группе авторы относят проявление различных видов агрессии, которая сочетается с высоким уровнем тревоги и может проявляться как черта характера, либо как привычная вид реакции на вмешательство из окружающей ребенка действительности. По мнению авторов данной классификации, источником детской агрессивности является окружающая ребенка среда, в частности стиль воспитания родителей, их поведение и воспитание.

Все указанные виды эмоциональных нарушений нуждаются в своевременной коррекции и профилактике во избежание клинических случаев их проявления. И для эффективной организации деятельности по профилактике нарушений эмоциональной сферы, прежде всего, важно знать их причины.

Анализ литературы по клинической психологии показывает, что на сегодняшний день принято выделять следующие причины развития эмоциональных нарушений у детей [12,19].

1. Особенности психофизического развития ребенка, болезни, перенесенные в младенчестве.
2. Особенности психического развития.
3. Особенности семейного воспитания.
4. Особенности питания, экономическое положение семьи, воспитывающей ребенка.
5. Социальное окружение, особенно в детском коллективе.

## 6. Характер преобладающей деятельности ребенка.

Перечисленные причины детерминант эмоциональных нарушений в детском возрасте, авторы разделяют на следующие группы: биологические причины, и социальные причины. К биологическим причинам относят тип нервной системы ребенка, соматические особенности, биотонус, и т.д.

К социальным причинам относятся особенности взаимодействия ребенка с социальным окружением [4, 9].

К детерминантам развития эмоциональных нарушений у дошкольников относят предметную среду, включающую, например, игрушки, способствующие агрессивному поведению, которые влияют на выбор сюжета детской игры, выбору ролевого поведения и соответствующей эмоциональному выражению. Так же немаловажной детерминантой эмоционального развития детей являются также средства массовой коммуникации и интернет.

Каковы же психологические методы профилактики эмоциональных нарушений?

В отечественной и зарубежной психологии выделяются разнообразные методы профилактики нарушений в эмоциональной сфере [3, 13], например игротерапия. Данное направление является одним из ведущих на этапе дошкольного детства, потому как именно игра – ведущий вид деятельности на данном этапе взросления. Рассмотрим значение игротерапии в профилактике психоэмоциональных нарушений в дошкольном возрасте.

## **1.2 Теоретические основы организации процесса игротерапии в условиях дошкольной образовательной организации**

Игровая деятельность является универсальной формой взаимодействия, внутри которой, по определению Д.Б. Эльконина, осуществляются значительные определяющие дальнейшее ход развития ребенка – дошкольника изменения, так как детская игра это оптимальная форма

включения ребенка в мир человеческих взаимоотношений, в процессе которой ребенок готовится к переходу на следующий возрастной этап. И тот факт, что ООН обозначила игру неотъемлемым правом ребенка, говорит об огромном значении игры для полноценного развития личности. Так З. Фрейд [16, с. 347] писал: «Самая любимая и всепоглощающая деятельность ребенка – это игра...». Таким образом, мы можем сказать, что игра для ребенка является способом ориентировки окружающем его мире. И в игре же может научиться осознать свои эмоции и справляется с негативными их проявлениями. Игра имеет исключительное значение, это ключ к диагностике, профилактике и коррекции эмоциональных нарушений в дошкольный период детства.

По определению М.И. Чистяковой [16, 21], игровая терапия является основным методом воздействия на детей, цель которого дать возможность ребенку «прожить» в игре волнующие его ситуации, освободиться от негативных внутренних переживаний при полном внимании и сопереживании взрослого.

Использование игротерапии позволяет создать более доверительные отношений между участниками группы, способствует снижению общей напряженности. Если ребенок замкнут, отказывается от общения, у него наблюдаются фобии, сверхконформность и сверхпослушание, различного рода нарушения в поведении и вредные привычки либо неадекватная полоролевая идентификация, то здесь нужно использовать игротерапию.

На основе теоретического подхода выделяют следующие виды игротерапии: в психоанализе; центрированную на клиенте; отреагирования и т.д.

Также различают игротерапию по функциям взрослого в игре, это недирективная и директивная; «по форме организации деятельности различают индивидуальную и групповую игротерапию; по структуре используемого в игротерапии материала: игротерапию с неструктурированным материалом и игротерапию со структурированным

материалом» [25, с 123-124]. В зависимости от особенностей конкретного ребенка или группы детей, а так же в соответствии с задачами работы с клиентом и ее продолжительностью выбираются формы и виды игровой терапии.

Игротерапия способствует эффективной организации коррекционно-развивающего взаимодействия взрослого наставника с детьми; способствует установке позитивных межличностных отношений детей внутри группы; помогает в формировании доверия между взрослым и детьми. К основным задачам игровой терапии специалисты относят:

- облегчение психологического страдания ребенка;
- укрепление собственного «Я» ребенка, развитие чувства самооценности;
- развитие навыков регуляции собственного эмоционального состояния;
- восстановление доверительных отношений со взрослыми, сверстниками;
- коррекцию и профилактику эмоциональных нарушений и т.д.

Для обеспечения полноценного процесса игровой терапии необходимы различные игровые материалы: реалистические игрушки (семья кукол, кукольная мебель, игрушки – животные и т.д. Также к игровым материалам относят предметы – игрушки для отреагирования негативных эмоциональных состояний. Это могут быть солдатики, оружие, подушки, по которым ребенок сможет колотить и пр.

Игрушки и материалы, способствующие творческому самовыражению и снятию эмоционального напряжения. К ним относят различного рода конструкторы и мозаики, глину, краски и кисти, бумагу, ножницы, песок и воду элементы ряженья и прочее.

Изучение результатов научных исследований показало, что для корректировки отношения ребенка к себе и другим, улучшения психического самочувствия действенны направленная (директивная) и ненаправленная

(недирективная) игротерапии, отличающиеся по функциям и роли взрослого воспитателя, психолога, психотерапевта в игре.

Так при использовании направленной игротерапии, педагог принимает активное участие в игре ребенка, с целью актуализации в символической игровой форме бессознательных подавленных тенденций и их проигрывания в рамках социально-приемлемых стандартов и норм. В основе данной игротехники методические приемы и игры со структурированным игровым материалом и сюжетом. Это организованная сюжетно-ролевая игра, в которой дети в специально организованной игровой ситуации, выбирают разнообразные социальные и сказочные роли и воссоздают деятельность и отношения взрослых и детей разного возраста.

Игра направляет их проявлять качества, которые у них недостаточно развиты, игровая стимулирует и укрепляет их. В предлагаемой роли скрыты механизмы коррекционного воздействия, как на познавательную, так и эмоционально-волевою сферу личности ребенка.

Здесь, как показывает практика [15, 20], действенны игры-драматизации, в которых дети разыгрывают известный сюжет при обязательной свободе в выборе средств и поворотов сюжетов. Корректирующие возможности игры заключены в контроле педагогом игровой ситуации, где дети взаимодействуют в соответствии с ролью, но импровизируют в игровом поле сюжета. В процессе игрового перевоплощения и общения, возможна корректировка подавляемых негативных эмоций, страхов, уверенности в себе, способности к коммуникации.

Психотерапевтическую направленность носят и строительные игры, играя в которые дети могут свободно выражать свои конструктивные или деструктивные намерения.

Сюда же относят «группу игр этого фонда входят также игры, сочетающиеся с другими видами искусства: игры-танцы, игры-театрализации, музыкальная игровая импровизация, относящиеся к

неструктурированным играм. Эти методы игротерапии позволяют ребенку выразить свое эмоциональное состояние в свободной игровой форме изобразительной, музыкальной, хореографической и т.п. деятельности,» что позволяет ребенку глубже узнать себя, свои особенности, имея возможность самовыражения и коммуникации [13, 30].

В рамках смешанной игровой терапии педагогу необходимо обладать умением своевременно выделять произошедшие в поведении ребенка изменения и гибко использовать игровые ситуации, что значительно повышает эффективность работы.

Без сомнения, многообразие рассмотренных выше подходов к игротерапии еще раз подтверждает актуальность использования этого метода.

Ребенок и игра неразрывны, игрушка это сопровождает ребенка с первых дней и является значительным средством его развития. Помощь игрушки для подготовки малыша к вхождению в социальные отношения бесспорна. Исследования Н.М. Никольской Р.М. Грановской [26, 28], подтверждают значение игры в развитие личностных качеств ребенка. Поэтому многие методы психологической профилактики эмоциональных нарушений в детском возрасте основаны на игре как универсальном способе воздействия на личность ребенка.

Роль для маленького дошкольника велика, «ведь она способствует развитию его способностей к преодолению проблем в коммуникации и достижению психологического баланса. Процесс игротерапии позволяет ребенку моментально и свободно обучаться и приобретать навыки, которые без сомнения пригодятся ему в жизни.

Для дошкольников игротерапия в качестве методики профилактического воздействия бесценна, ее можно применять, начиная с двухлетнего возраста» [36, с. 10]. Труды исследователей и практиков в области игротерапии, свидетельствует, о том, что в процессе игры ребенок научается свободной коммуникации, активизируется его познавательный

интерес, значительно уменьшается уровень проявления гиперактивности и агрессивности и других эмоциональных нарушений.

Игротерапия в детском учреждении считается одной из основополагающих тенденций в современном воспитании. В штате любого дошкольного учреждения положена ставка психолога, развивающего детей посредством использования метода игротерапии. Элементы игровой терапии пронизывают любой вид детской деятельности в ежедневном распорядке дня. Ребенок – ведущий в ходе игротерапии и задача психолога поддерживать дружеские отношения с детьми и между ними в процессе коммуникации, помочь понять ребенку себя, способствовать самоотвержению его не только для себя, но и среди окружающих.

Почему игротерапия особенно значима для профилактики эмоциональных нарушений?

Потому как она способствует:

- моделированию в наглядно-действенной форме, этих отношений;
- последовательной децентрации, выделению «Я», росту социальной компетентности и способности к разрешению проблемных ситуаций;
- формированию и отработке умения адекватно реагировать на различные ситуации коммуникации;
- ориентировке ребенка на собственные эмоциональные состояния, осознания их смысла в целом и формирования ее новых значений;
- формированию способности ребенка к регуляции собственного эмоционального состояния в процессе деятельности на основе подчинения определенной системе правил, способствующих адекватной коммуникации.

С точки зрения игротерапевтов – практиков особое значение для успешного осуществления профилактики эмоциональных нарушений у дошкольников имеет организация условий проведения игровой терапии в специально оборудованном для игровых занятий помещении [26, 31].

Так комната для игровой терапии должна быть достаточно просторна для проведения различных видов игр: сюжетно-ролевых игр и игр-драматизаций, подвижных игр с правилами, разного плана упражнений под музыку, художественно-изобразительной деятельности; безопасна для участников занятий-игр, как на физическом, так и личностном уровне.

В игровой комнате с целью обеспечения психологической комфортности и отсутствию состояния, для участников игр-занятий должны быть созданы условия для уединения – «уголок уединения», если есть в этом необходимость. Тем самым мы даем ребенку возможность выбирать характер его участия в игре, право самостоятельно определять и регулировать степень его активности, так как чувство безопасности и комфорта, наиболее важно и значимо в формировании способности произвольной регулировать деятельности.

Определяя необходимые размеры игровой комнаты, нужно отметить что главное, что бы они позволили детям свободно взаимодействовать друг с другом и в то же время позволяли в нужный момент, при желании ребенка, уединиться. Без сомнения маленькая комната не позволит создать вышеуказанные условия, а если комната велика, она может спровоцировать неорганизованную, нецеленаправленную активность.

В набор мебели для игровой комнаты, авторы включают: шкаф с игрушками и разного рода играми, принадлежности для творческого выражения эмоционального состояния (бумага, краски, карандаши) стол с домом для кукол для игры «в семью»; место для художественно-изобразительной деятельности, рабочее место психолога, доска с мелом, ковер на полу. Хорошо если в такой комнате есть зеркало, которое при необходимости можно спрятать. Ящик с песком определенного размера даст возможность ребенку сконструировать свой мир. Если разместить на стенах рисунки детей и картинки из волшебных сказок и популярных мультфильмов, то это дополнительный штрих в создание комфортной для ребенка обстановке.

Если в процессе игротерапии ребенку захочется отдохнуть, выйти на время из игры, либо возникнет необходимость на некоторое время исключить ребенка из процесса по причине его агрессивности либо чрезмерной нецелевой активности, организованный «уголок уединения» и магнитофон или проигрыватель с определенным набором аудиозаписей – правильное решение.

К сожалению, в детском учреждении практически невозможно оборудовать игровую комнату окном Гезелла. Данный элемент позволяет осуществлять, с целью диагностики, наблюдение за детьми при отсутствии психолога в комнате. Так же оно незаменимо при супервизии. И особо значимо окно Гезелла при работе с родителями, так как оно дает возможность показать им личностные особенности их малыша, моделируя их в игре ребенком.

При оснащении комнаты для игротерапии и ее оборудовании необходимо помнить правило – выбор предметов и игрушек должен обеспечивать решение профилактических и коррекционных задач каждого игрового занятия.

Адекватная организация пространства для игротерапии должна обеспечивать:

- возможность моделирования и проигрывания ситуации общения, вызывающие у ребенка неадекватную реакцию;
- возможность отреагирования собственных эмоциональных состояний (злость, гнев, обида, ревность);
- развитие личностных качеств (произвольной регуляции, преодоления страха и тревожности, формирования уверенности в себе);
- развития познавательного интереса, восприятия, сенсомоторных качеств, наглядно-образного мышления, памяти, внимания, воображения.

Для решения этих задач в игровой комнате должны быть расположены предметы-заместители, сюжетные игрушки, предметы для игры с

фиксированной функцией, игрушки для игр-манипуляций, не имеющих четко структурированного сюжета и роли [11, 13].

Также важно иметь куклу с «пустым» лицом, которая позволит ребенку идентифицировать ее с любым значимым персонажем или самим собой. При наличии у ребенка физических дефектов или если он «ребенок-хроник» целесообразно иметь куклу, обладающую тем же дефектом.

Также «существует определенные требования для игры «в детский сад» («в школу») где используется кукольный набор с персонажами учителя, воспитателя, родителей, сверстников и прочими атрибутами. Для игры «в больницу» («в доктора») кроме набора кукол и кукольной мебели нужен набор для доктора.

Для осуществления вышеуказанных сюжетов должен быть набор кукольных животных, которые могут заменить людей (при наличии, например, барьеров, препятствующих обыгрыванию семейных отношений). Большое разнообразие персонажей-животных даст ребенку возможность выбрать персонаж для идентификации, что поможет специалисту выделить характерные личностные особенности ребенка и особенностей переживания им своих отношений со значимыми людьми» [33, с. 27-18]. В наборе животных, обязательны «дикие» (агрессивные) животные, что позволит ребенку выразить агрессию в социально приемлемой форме. Активно в игротерапии пользуются основным набором животных, позволяющим осуществить игру – драматизацию сказки «Репка», «Теремок» и др. [22, 32].

Незаменимы в процессе игротерапии перчаточные куклы, куклы – биабо и другие, надевающиеся на руку. Момент надевания ребенком на руку куклы способствует принятию им роли и идентификацию с персонажем. Через включение «кукольного театра» можно мягко и ненавязчиво разыграть конфликтную травмирующую ситуацию, помочь ребенку разобраться в ней, решить какой путь лучше. Такую же функцию могут выполнить маски различных персонажей сказок, в том числе маски животных.

Для обеспечения ребенку возможности проявить собственное эмоциональное отношение к значимым для него людям, предпочтительно использовать игрушки, позволяющие перемещать что – либо в пространстве в процессе игры. Так приближаясь к этому персонажу, «ребенок обозначает свое положительное к нему отношение, потребность близости, стремление к взаимодействию с ним, а удаляясь – обозначает неприятие, ревность, стремление к избеганию контактов, отсутствие желания вступать во взаимодействие» [32, с. 26]. Транспортируемые игрушки позволяют ребенку самостоятельно решать вопрос, как он хочет взаимодействовать, хочет ли вообще вступать в коммуникацию, безопасно исследовать игровую комнату, определять степень приближения и отдаления от психолога, сверстников, сохраняя необходимую меру личностной безопасности. К таким игрушкам относят разного типа транспорт, как легковой, так и пассажирский, воздушный, водный и т.д. «Для отреагирования агрессивных проявлений помогут дикие агрессивные животные, например волк, крокодил, дракон. Так же в игровой комнате могут находиться игрушечные пистолеты, автоматы, наручники, щит и меч, шумовые музыкальные игрушки (барабан, бубны, горн), набор игрушечных солдатиков и соответствующего армейского оборудования, включая военную технику» [35, с. 423].

Наличие в игровом пространстве строительных наборов различного размера важны для выражения конструктивных и деструктивных намерений и проигрывания наиболее типичных конфликтных ситуаций. В свободном пользовании должны быть предметы, из которых можно построить дом, пещеру, крепость (большие кубы, легкие и безопасные для ребенка). Ими можно воспользоваться для игры-драматизации сказки «Теремок».

Для подвижных игр и игр-соревнований пригодятся мячи различного диаметра и состава, набор кеглей, мишени с мячиками-липучками, скакалки, настольные игры. В игровой комнате полезно расположить «фортунные» игры для формирования эмоциональной устойчивости и произвольной регуляции.

Игрушки в игровой комнате должны находиться в определенном порядке, для того чтобы ребенок, освоив этот порядок, смог легко ориентироваться в ней, что обеспечит ему уверенность в стабильности и постоянстве мира. В решения вопроса уборки игровой комнате практики-игротерапевты поразительно единодушны: не ребенок. Это может быть ассистент психолога или лицо, поддерживающего помещение в чистоте.

Существуют определенные показания для проведения индивидуальной и групповой форм игротерапии [18, 23].

Так выделяют индивидуальную и групповую игротерапию. Что показательно, в игровой терапии групповые цели не ставятся, и не преследуется задача достижения сплоченности группы. Хотя задача такого плана может иметь место при работе с целой группой при условии общих социально значимых групповых целей.

Резюмируя мнение основной массы игротерапевтов, групповая игровая терапия очень эффективна и только она способна обеспечить гармоническое развитие личности [17, 20]. Но необходимо отметить, что распространена практика применения индивидуальной игровой терапии, что свидетельствует о том, что в некоторых случаях только индивидуальная работа более эффективна.

Выбор формы проведения занятий зависит от характера испытываемых ребенком трудностей. Так В. Акслейн [26,30], в своих исследованиях отмечает, что, если трудности ребенка связаны с социальной дезадаптацией, следует обратиться к групповой игротерапии. Если же трудности связаны с особенностями эмоционального развития, эмоциональных отношений следует первоначально поработать индивидуально. Следовательно, мы можем говорить о двух этапах, составляющих процесс игротерапии. На первом этапе индивидуальной игротерапии, в комфортных условиях, осуществляется знакомство и установление контакта, работа на доверительные отношения и взаимопонимание. Второй этап – групповая форма игровой терапии, позволяет суммировать полученный ранее

положительный и перенести его в реальную ситуацию коммуникации. То есть, здесь мы можем по-другому «сформулировать вопрос о выборе формы игровой терапии и будет звучать так: в каких случаях необходимо выбрать групповую форму игровой терапии, а когда предпочтительнее начать с индивидуальной?»

Определяющим показателем для выбора формы игротерапии определенно должно служить присутствие у ребенка потребности в коммуникации, либо стремление к более значимому статусу [25, 26]. Так как в условиях отсутствия интереса к коммуникации, к какой-либо работе над собой, актуальна задача его формирования, и здесь требуется длительная индивидуальная игротерапия.

Но нужно учитывать тот факт, что если у ребенка присутствует низкий уровень сформированности игровых действий, это может оказаться препятствием для включения ребенка в группу, потому как при наличии у него эмоционально негативных проявлений такой ребенок окажется источником значительных проблем в организации стабильности взаимоотношений в группе. Здесь предпочтительнее первоначально осуществление индивидуальной игротерапии.

Показаниями для определения групповой формы игровой терапии могут стать: сложности в коммуникации, несформированность коммуникативных навыков, социальный инфантилизм, трудности произвольной регуляции ребенком поведения и деятельности, нарушения поведения, трудности эмоционального и личностного развития, фобические реакции.

Для организации же индивидуальной формы игровой терапии являются: отсутствие потребности в общении с другими, актуальное стрессовое состояние ребенка, явное асоциальное поведение, ревнивое отношение к сиблингам, перерастающее в форму острого аффективного переживания, ускоренное сексуальное развитие.

Определяя размер группы, можно сказать, что это зависит от трудностей участников группы, уровня сформированности у них игровой деятельности, а так же что от возможностей организации комфортных условий для работы группы. Количество участников группы может колебаться от трех до семи детей, в некоторых случаях доходить до девяти человек.

Среди наиболее популярных и действительно эффективных видов игротерапии выделяют куклотерапию [15,17] за счет ее образности, наглядности и материальности. Именно эти параметры позволяют ребенку наиболее глубоко проникнуть в игровую реальность, «сродниться» со своим персонажем. Излюбленное занятие детей – дошкольников давать своим куклам имена реальных людей, значимых сказочных персонажей. И здесь наблюдая за игрой, можно многое понять, определить пути профилактики и коррекции.

На сегодняшний момент так же широко распространены: шахматная и музыкальная игровая терапия. Эти средства способствуют решению нескольких задач: понимания трудностей, воздействия на разум малыша, его эмоции и чувства.

Игра в наше время стала лучшей практикой, которая активизирует развитие ребенка, независимо от его физических и личностных особенностей. Ребенок учится самостоятельно думать, размышлять, анализировать и принимать свои решения.

Эмоции, которые ребенок испытывает в игре – это переживание им его отношения к окружающему миру и к самому себе. Препятствия на пути удовлетворения различных потребностей порождают отрицательные эмоции, а удача в достижении цели – положительные. Эмоции, участвуя в регуляции поведения, способствуют целостной оценке ситуации – благоприятна она или опасна. Кроме того, эмоции способствуют усилению, ускорению и оптимизации когнитивных психических процессов в проблемных ситуациях, так как они непосредственно связаны с энергетическими процессами в

организме (эмоциональные реакции связаны с функционированием лимбических структур мозга, где располагаются центры вегетативной нервной системы, регулирующие деятельность внутренних органов) [19, 21].

В этом заключается причина того, что профилактика эмоциональных нарушений, формирование и развитие аффективной сферы ребенка в семье и образовательном учреждении и выделяется как одна из центральных, так как положительное эмоциональное состояние есть условие становления полноценной личности.

### **Выводы по первой главе**

Как показал теоритический анализ литературы по проблеме исследования, возникновение проблем в эмоциональной сфере ребёнка, связано с дефицитом у него положительных эмоций и волевого усилия. Так, Г.Е. Сухарева, В.В. Ковалев на основании результатов своих исследований, отметили, наличие аффективной возбудимости в этом период детства, когда у ребенка по малозначимым причинам может моментально возникнуть состояние гнева, а после аффективной разрядки ребенок начинает плакать, испытывая чувство вины.

И.М. Чистякова, Н.И. Костерина в своих исследованиях нарушения в развитии эмоциональной сферы ребенка выделила два вида, обуславливая их усилением эмоциональности и ее понижением. Так первую группу составили состояния дисфории, эйфории, депрессии, страхи, тревожный синдром. Ко второй группе отнесены состояния: паратимия, апатия, эмоциональная тупость.

Все указанные виды эмоциональных нарушений нуждаются в своевременной коррекции и профилактике во избежание клинических случаев их проявления.

Обобщая изученные теоритические положения по проблеме, можно сказать, что в практике используются разнообразные методы профилактики

эмоциональных нарушений у детей, но эффективной признана игровая терапия, так как ведущий вид деятельности в дошкольный период детства является игра.

Игра активно влияет на все основные процессы взросления личности ребенка, глубоко затрагивает личные эмоциональные переживания. Посредством принятия, отражения, вербализации выражаемых в игровой деятельности чувств педагог регулирует игровое воздействие в организованном им диалоге с ребенком. Первоначально в игровой деятельности, а позднее уже в реальной жизни, ребенок может самостоятельно выбирать адекватные средства достижения цели; определять последствия своих действий и поступков; брать на себя ответственность за свое поведение и поступки; адекватно реагировать на чувства и эмоциональные состояния других людей, на события и явления окружающей действительности. Что и является показателями произвольности поведения.

И при своевременном определении уровня эмоционального неблагополучия ребенка, эффективном выборе методов и приемов игрового воздействия, их систематически грамотном использовании, то у «проблемных» детей повысится способность самостоятельно регулировать свое поведение и эмоциональные состояния на доступном для них уровне, значительно снизится тревожность, в разы меньше будут возникать состояния страха или фрустрации.

Для определения уровня эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет будет организована экспериментальная работа, содержание и результаты которой представлены в следующей части нашей работы.

## Глава 2. Экспериментальная работа по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии

### 2.1 Выявление уровня эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет

Согласно цели, гипотезе и задачам исследования нами был осуществлен констатирующий этап эксперимента с целью определения уровня эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет через изучение уровня проявления у детей страхов, тревоги, гнева, агрессивности.

В связи с этим нами были выделены критерии и показатели определения уровня эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет. Данные критерии и показатели – основа подбора методов нашего эмпирического исследования.

Экспериментальная работа проводилась на базе МБУ детского сада № 27 «Лесовичок» г.о. Тольятти. На всех этапах исследования, принимали участие 40 детей 5-6 лет, 37 представителей родительского сообщества, воспитатели группы (2 человека), а так же специалисты ДОО (музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, учитель-логопед и педагог-психолог).

Опираясь на исследования И.П. Брызгунова, Н.Н. Заваденко, М.Ю. Никаноровой и других ученых, мы выделили показатели для определения уровня эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет. Данные показатели – основа подбора методик нашего эмпирического исследования отражены в таблицах 1,2.

Таблица 1 – Диагностическая карта констатирующего эксперимента (дети)

Показатели	Диагностические методики
уровень негативизма, враждебности, конфликтности ребёнка	Проективная диагностическая методика» Джорджа Бука «Дом. Дерево. Человек

уровень агрессивности, ее направленности и интенсивности	Проективная диагностическая методика М.А. Панфиловой «Кактус»
уровень тревожности ребенка в определенных социальных ситуациях	«Тест тревожности» Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена

Таблица 2 – Диагностическая карта констатирующего эксперимента (взрослые)

Показатели	Диагностические методики
Уровень чувства комфортности ребенка в группе	«Анкета по изучению эмоциональной сферы у дошкольников» Т.А. Данилиной для родителей
Степень выраженности эмоциональных состояний ребенка	«Наблюдение за проявлениями эмоций ребенка» Н.Д. Денисовой для педагогов

Учитывая представленные выше показатели, были определены диагностические методики, направленные на изучение уровня эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет:

- для фиксирования проявлений агрессивности, негативизма, враждебности, конфликтности ребёнка был выбрана методика Джорджа Бука «Дом. Дерево. Человек»;

- для определения состояний эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия проявлений страха, его направленности и интенсивности использовалась методика М.А. Панфиловой «Кактус»;

- с целью определения характерных для ребенка проявлений тревоги в различных жизненных ситуациях была выбрана методика Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена «Тест тревожности»;

- выделены дополняющие друг друга анкета для родителей Т.А. Данилиной по изучению эмоциональной сферы дошкольников и методика Н.Д. Денисовой «Наблюдение за проявлениями эмоций ребенка» для педагогов.

Данные методики позволят определить уровень эмоционального неблагополучия в условиях детского сада, в процессе коммуникации с воспитателем, со сверстниками, в рамках организационной деятельности и режимных моментах. Однако существует опасность возникновения некоторых трудностей:

- невозможность избежать субъективной оценки наблюдателя при интерпретации результатов наблюдаемых явлений;

- фиксация наблюдателем внешних проявлений эмоционального состояния, а различные эмоции могут выражаться одинаково. Так при чувстве страха, и от удивления у нас широко открыты глаза и увеличены зрачки; а при застенчивости, или отсутствии желания общаться человек опускает глаза и голову; слезы могут быть вызваны как страхом, так и печалью или гневом.

С целью снижения количества ошибок на этапе интерпретирования результатов, нами тщательно фиксировались внешние проявления поведения, длительное время осуществлялось наблюдение, потом приступили к анализу результатов.

Наблюдения за ребенком происходило в естественной ситуации: в группе, на прогулке, в момент прихода в детский сад и ухода из него. В процессе наблюдения за детьми экспериментальной группы учитывались: общий эмоциональный фон (положительный, либо отрицательный), который способствовал более четкому определению эмоционального неблагополучия ребенка.

Следующий параметр, имеющий значение – выраженность эмоций. Дошкольники в большинстве случаев не достаточно владеют культурными формами выражения эмоций, часто не способны сдерживать собственные эмоциональные проявления, такие, как например, плач, крик и т. п. Мы в процессе исследования постарались выявить разнообразие эмоционального мира ребенка, определить насколько он умеет или не умеет выделять эмоциональные оттенки.

Также нами была принята за параметр определения эмоционального неблагополучия ребенка его эмоциональная подвижность. Дети чрезвычайно эмоциональны, их эмоции детей намного подвижнее, чем у взрослых, и во внешнем плане наблюдается быстрая их смена. Однако значительная быстрота и частота смены настроений, может свидетельствовать о повышенной эмоциональной подвижности и неустойчивости.

Эмоции – это переживание человеком его отношения к окружающему миру и к самому себе. Препятствия на пути удовлетворения различных потребностей порождают отрицательные эмоции, а удача в достижении цели – положительные. Эмоции, участвуя в регуляции поведения человека, способствуют целостной оценке ситуации – благоприятна она или опасна. Кроме того, эмоции способствуют усилению, ускорению и оптимизации когнитивных психических процессов в проблемных ситуациях, так как они непосредственно связаны с энергетическими процессами в организме (эмоциональные реакции связаны с функционированием лимбических структур мозга, где располагаются центры вегетативной нервной системы, регулирующие деятельность внутренних органов).

В этом заключается причина того, что своевременная диагностика и профилактика эмоциональных нарушений, формирование и развитие аффективной сферы ребенка в семье и детских учреждениях является одним из центральных направлений, так как позитивное эмоциональное состояние ребенка является важнейшим параметром успешного развития личности.

Рассмотрим более подробно диагностические методики для определения эмоционального неблагополучия детей 5-6, и детально проанализируем результаты проведенной экспериментальной работы. Списки детей экспериментальной группы представлены в приложении А, контрольной группы в приложении Б.

Методика 1. Проективная методика исследования личности человека «Дом. Дерево. Человек» (Дж. Бук).

Цель: определение эмоционального состояния ребенка, выявление уровня негативизма, враждебности, конфликтности.

Материалы: Лист бумаги (формат А 4), простой карандаш.

Содержание: взрослый предлагает ребенку нарисовать дом настолько хорошо, насколько он сможет, объясняя при этом, что можно нарисовать дом любого типа, какой захочется, можно стирать нарисованное сколько угодно и обдумывать рисунок тоже можно столько времени, сколько понадобится. Взрослый акцентирует внимание ребенка на том, что надо постараться хорошо нарисовать, а потом постараться изобразить дерево и человека.

Качественная интерпретация работ детей, включает учет расположения нарисованного на поверхности листа, пропорций изображенных фигур и различных деталей изображения, их величина относительно друг друга, манеру раскрашивания, нажим карандаша, частоту корректировки изображения, либо его частей. В рамках определения, в работе ребенка, содержательной части изображенного, учитывалось эмоциональное состояние изображенных, их деятельность.

Таким образом, учет отдельных значительно выделенных деталей или ряда деталей позволяет определить наличие конфликтных проявлений, страхов, эмоциональных переживаний ребенка в эксперименте. На этапе интерпретации, учитывая все особенности изображенного в комплексе, необходимо наблюдать и фиксировать все то, что ребенок говорит, что чувствует, так как символичность деталей для каждого индивидуальна. Так, к примеру, если в рисунке ребенок не нарисовал человеку рот, глаза, это может свидетельствовать о наличии трудностей в организации, либо включении в процесс коммуникации или об отрицание необходимости вообще общаться с кем-то.

Обобщая особенности пропорции изображения дома, дерева и человека, можно говорить о значительном влиянии, ценности для ребенка

вещей, ситуаций или отношений, которые прямо или косвенно отражены в работе ребенка. Так изображение человека меньше всех остальных объектов, возможно, свидетельствует о испытании субъектом чувства «ненужности» в его ближайшем окружении.

Учет перспективы позволяет оценить отношение человека к его ближайшему окружению. Здесь необходимо обратить внимание на положение изображения относительно зрителя, направленность движения изображенных фигур.

Негативными показателями в состоянии детей 5-6 лет, такими как состояние тревожности, агрессивные проявления, раздражение, в рамках данной методики нам служили такие параметры как: длительность штриховки в рисунке, нежелание рисовать окна; частая корректировка изображения; очень широкое дерево, далеко расставлены руки; явное выделение талии, лица в изображении человека, руки, ноги не нарисованы; погибшее дерево, не совсем здоровый человек; выделенное лицо.

Охарактеризуем подробнее результаты наблюдения за процессом рисования детьми.

Виталий Г. получив инструкцию к заданию, приступил к его выполнению через 8 минут, долго искал карандаш нужного цвета, отвлекался на окружающие его предметы. В процессе рисования, совершенно не проявлял заинтересованности к выполняемой задаче. Мог долго поднимать упавший карандаш или ластик с пола, наблюдать за окружающей его действительностью. Постоянно отвлекался, импульсивно жестикулируя. Внимание на своей работе мог сосредоточить на незначительное количество времени, тут же мог отвлечься на посторонние предметы, такое поведение наблюдалось на протяжении всего процесса исследования. Наблюдалось отсутствие нажима на карандаш при рисовании, движения носили резкий, нестабильный и неуверенный характер, процесс штриховки был длительным по времени, ребенок часто исправлял, перерисовывал. Человек на рисунке был изображен с большими глазами и плотно прижатыми к телу руками. При

изображении дерева мальчик ярко выделил облака. Рассматривая рисунок в целом можно сказать, что изображения как бы «зависли», не имея опоры, на ограниченном пространстве листа. По очередности первым изобразил человека. В процессе выполнения задачи, Виталий проявлял беспокойство, неуверенность и нежелание рисовать, по окончании работы сильно вспотели ладони рук. В целом, рисунок Виталия свидетельствует о наличии, повышенного уровня тревожности, страха.

Валерия М. так же не сразу приступила к работе, достаточно долго задумчиво сидела за столом, наблюдались внешние признаки неуверенности, было видно, как дрожат ее руки, когда он трогала свои волосы. В процессе рисования, девочка старалась отгородиться и закрыть свою работу, низко склоняя голову над листом. В процессе раскрашивания увлеклась заданием и уже не так тщательно закрывала рукой свою работу. Изображенные на рисунке линии прерывистые, что возможно говорит о наличии у девочки тревожности и страха. Узкая, вытянутая вверх крона с обломанными ветками, говорит о интравертности ребенка, отсутствии у нее желания взаимодействовать со сверстниками, о наличии страха и тревоги. Дом у Валерии был изображен без дверей, пропорционально по отношению к дереву и человеку гораздо меньше по размеру, что возможно определяется чувством незащищенности, возможно по причине напряженности во взаимоотношениях родителей. Человек был нарисован без опоры, отсутствовала линия земли, с прижатыми к телу руками в виде тонких палочек, без пальцев. В рисунке наблюдается выделение отдельных мелких деталей.

Дмитрий П. приступил к работе сразу, без раздумий. Но, не закончив рисовать дом, мальчик начал рисовать дерева и так далее. В процессе рисования не проявлял интереса к продукту своей деятельности. Рисунок получился нечетким, тусклым, малоинтересным, грустным от отсутствия ярких красок. Несмотря на отсутствие старания и стремления качественно выполнить работу, работал над заданием долго. В процессе рисования

постоянно крутил листок в разные стороны, отвлекался на посторонние предметы, громко и импульсивно проговаривая то, что он делает, жестикулировал. Такое поведение характеризовало его эмоциональное включение, видимо он прорисовывал собственные страхи. Большую часть времени уделял прорисовке дерева, ветки которого в частично изобразил обломанными и с острыми частями. Человека изобразил с прямыми сведенными ногами, четко выделяя глаза. Большинство изображений были заштрихованы, как бы спрятаны за множеством маленьких и больших тучек.

Светлана Л. – медленно и неуверенно приступила к рисованию. Внешне наблюдались признаки неуверенности, девочка беспокойно вертелась. Девочка переключалась с одного изображения на другое. Много времени девочке понадобилось для тщательно выполненного рисунка домика, который был представлен без оконных и дверных проемов. Изображение дерева нарисовано быстро и получилось неярким, безжизненным. Ветви дерева были сломаны с острым краем. Человек так же не вызвал у девочки затруднений, персонаж был безглазым, безруким и безногим. По окончании рисования Светлана дала пояснение, что на рисунке изобразила себя и это говорит о том, что ребёнку явно недостаточно внимания, участия и заботы со стороны взрослых. Девочка явно тревожна, трудности вызывают любые коммуникации с окружающими. В каждой части изображения, девочка изобразила какие-либо яркие и мелкие детали. Все изображения выполнены без опоры, как бы парящими над землей.

Характеризуя особенности поведения детей, по результатам рисования, имеющих незначительное количество проявлений негативного плана:

Александр Т. приступил к работе сразу, но к деятельности особого интереса не проявлял. Карандаш выбирал наугад, закрыв глаза. Мальчик работал легко, без напряжения, не корректируя рисунок. Однако во внешнем плане наблюдались признаки неуверенности, страх нарисовать неправильно. Часто переспрашивал, всё ли он делает правильно. В процессе рисования мог вслух комментировать свое изображение, например, говорил о том как у него

всё очень красиво, прекрасно получается рисовать, ведь ему нравится рисовать. Все персонажи были нарисованы легко и уверенно. Изображенный на рисунке человек оказался с тортом и подарком, со слов мальчика, это папа готов отпраздновать день рождения мальчика. Дом и дерево занимают достаточно большое пространство на листе, не ограничены в пространстве. У дома есть дверь, шторы на окнах и кошка на подоконнике. Мальчик объяснил необходимость штор, как защиту от чужих людей и возможностью спрятаться за ними, в случае возникновения опасной с его точки зрения ситуации (злой дядя или грозная собака). Дерево изображено с четко прорисованной кроной с большим количеством листьев, в виде зеленых завитков. На рисунке яркое голубое небо и желтое солнышко, без облаков. Рисование сопровождалось комментариями ребенка, о том, как он боится грозы и не любит тучи, поэтому на рисунке нет ни одной тучки и облачка. Возможно, это говорит о чувстве тревоги, которое ребенок испытывает в случае, когда вынужден остаться один, либо видит незнакомого человека, собаку или, когда громко гремит гроза.

Так же можно выделить рисунки детей, не имеющих негативных черт:

Мария Л. к выполнению задания приступила сразу, с большим удовольствием, интересом и желанием. В процессе исследования находилась в эмоционально положительном состоянии. Рисуя, девочка не отвлекалась, проявляла явное старание и получала удовлетворение от результатов своей деятельности. Сначала девочка нарисовала дом, долго его закрашивала, выбирала яркие цвета, любовалась тем, как красиво у нее получается, улыбалась, цвет выбирала быстро, не задумываясь. При изображении человечка, выбирала яркие цвета для закрашивания одежды, тихо комментируя, как она красиво рисует. В последнюю очередь быстро нарисовала дерево. Все объекты Мария расположила близко к низу листка. Все объекты расположены на зеленой травке с соблюдением пропорция. На рисунке сияет яркое солнышко на голубом небе. В целом рисунок девочки

получился радостным и ярким, все линии в рисунке чёткие, плавные, исправлений и стираний не наблюдалось.

Количественные результаты по методике «Дом. Дерево. Человек» представлены на рисунке 1.

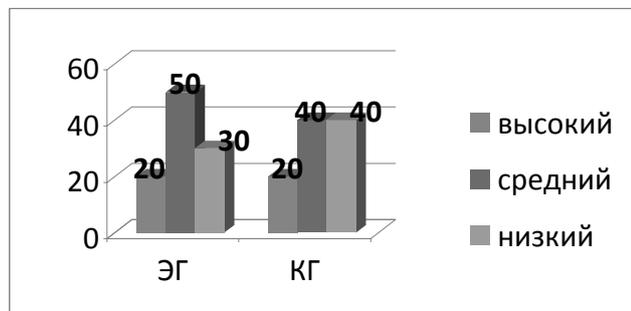


Рисунок 1 – Результаты выявления уровня негативизма, враждебности и конфликтности у детей 5-6 лет

Резюмируя итоги по тесту «Дом. Дерево. Человек», можем сказать, что у большинства детей, как в контрольной, так и в экспериментальной группе выявлен средний и низкий уровень негативизма, враждебности и конфликтности. Результаты интерпретации позволяют нам можно сделать вывод, что в отличие от других детей группы у 5 человек (25%) в рисунках присутствуют явные признаки, свидетельствующих о негативно окрашенных внутренних переживаниях, таких как тревога, страх, агрессия, гнев.

По итогам беседы с детьми, можно обозначить противоречивый характер ответов, раскрывающих содержание их рисунков. Данный факт, возможно, свидетельствует о наличие у исследуемых внутренних конфликтов, которые могут являться следствием имеющихся трудностей в налаживании коммуникации с окружающими людьми. То есть, можно говорить о том, что у детей присутствует стремление к взаимодействию, но есть препятствия в реализации данной потребности.

Недостаточный уровень сформированности навыков коммуникации вызывает чувство тревоги, страх испытать неудачу, боязнь несостоятельности или не успешности в различных ситуациях коммуникации. В связи с этим дети предпочитают избегать общения, либо

реагируют конфликтным поведением, агрессивностью, как бы заранее защищаясь. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости проведения с детьми планомерной работы по формированию простейших навыков регуляции собственной эмоционального состояния для решения трудностей в налаживании коммуникации с окружающими людьми.

Охарактеризуем проективную методику исследования личности человека «Кактус» (М.А. Панфилова).

Материалы: Лист бумаги (формат А4), простой карандаш.

Содержание: взрослый предлагает ребенку на листе бумаги изобразить кактус, так как ему хочется. Перед началом работы не допускаются дополнительные объяснения и вопросы. Участнику предлагается достаточно времени. После окончания работы взрослый проводит с ребенком беседу, задавая следующие вопросы:

- Кактус домашний или дикий?
- Его можно потрогать?
- Кактусу нравится, когда за ним ухаживают?
- У кактуса есть соседи?
- Какие растения его соседи?
- Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

В рисунке можно наблюдать проявления следующих качеств испытуемых:

- агрессивность – изображение длинных, торчащих в разные стороны игл;
  - импульсивность – наличие отрывистых линий, интенсивный нажим;
  - эгоцентризм – крупное изображение расположено в центре листа;
  - зависимость, неуверенность – мелкое изображение внизу листа;
  - демонстративность, открытость – большое количество отростков
- необычная форма кактуса
- скрытность, осторожность – наличие зигзагообразных линий, изображенных по контуру или внутри рисунка;

- оптимизм – яркая расцветка изображения;
- тревога – наличие внутренней штриховки, выбор темных оттенков, прерывистость линий;
- женственность – мягкость и плавность линий, изображение цветов, украшающих рисунок;
- экстравертированность – присутствие на рисунке цветов других кактусов;
- интровертированность – изображение одинокого кактуса;
- стремление к домашней защите – наличие цветочного горшка;
- стремление к одиночеству – изображение кактуса дикорастущим.

Интерпретация данных по методике позволяет проанализировать результаты на качественном уровне и выделить группу дошкольников в количестве 15 человек (75%) которой в различной мере присущи негативные эмоциональные состояния, но особенно явно признаки агрессивности выявлены у 20% испытуемых. Результаты исследования показали, что 40% (8 человек) испытуемых детей-экстраверты. У 4 детей (20%) группы наблюдается предпочтение к домашней защите. У 20% испытуемых наблюдается стремление осторожно вступать в коммуникацию с другими. Неуверенность в правильности своих действий наблюдается у 35% участников. По результатам выявления внешних проявлений можно подробнее охарактеризовать детей, принимающих участие в эксперименте:

София С. Изображенный ею кактус небольшой и расположен ближе к нижней границе листка, что свидетельствует о наличии чувства тревоги и отсутствии уверенности в себе. На этапе рисования кактуса выбрала карандаш синего цвета, что возможно говорит об отсутствии заботы и ласки со стороны отца (родители вместе не живут, ребенок редко видит отца). Четкая прорисовка цветочного горшка подтверждает предположение, что девочка стремится к единению внутри семьи. Изображая иглы у кактуса, София нарисовала в виде кудрявых, как бы завитых линий, что

свидетельствует о проявлении женственности ее натуры. Прерывистые линии говорит о свойственной ей импульсивности.

София дала следующие ответы: 1 – домашний, 2 – совсем не колется, можно его трогать, 3 – нравится, 4 – нет, 5 – когда вырастет и станет большим и сильным.

Вера Т. Ребёнок долго колебался, высказывал чувство страха, что у него не получится нарисовать, контуры рисунка прерывисты и едва различимы. В процессе рисования наблюдалась сильная дрожь в руках. Анализ рисунка и внешние поведенческие реакции Веры во время выполнения задания, позволяют предположить наличие у ребенка высокого уровня эмоциональной тревожности и агрессивности, неуверенность в своих силах, скрытность и низкая самооценка (анамнез показал, что в семье новорожденный брат и Вера чувствует некую пустоту, и снижение внимания и заботы по отношению к себе), об этом явно свидетельствует большое количество длинных и часто расположенных иголок на кактусе, агрессивно торчащих в разные стороны. Нижние иголки выглядят «угловатыми» и зигзагообразными.

Ответы на вопросы вызвали у Софии затруднение, девочка долго думала, нервно вытирая руки о платье. Ответы на вопросы были следующие: 1 – дикий из Африки, 2 – сильно колется, когда его хотят тронуть, 3 – ему приятно, когда ухаживают за ним, 4 – ему хочется чтобы были соседи, но живет одиноко, 5 – он будет долго расти и все быстро вырастет длинные и колкие иголки.

Дмитрий П. рисовал достаточно долгое время. Интерпретирую рисунок мальчика можно говорить о его эгоцентризме, страхе, желании занимать лидирующую позицию. При помощи черного карандаша мальчик изобразил большой кактус, используя всю поверхность листка. Кактус был изображен с большими, острыми иглами, торчащими отовсюду. Резкость линий и наличие сильного нажима подтверждают вышеуказанные характеристики.

Ответы мальчика: 1 – дикий, 2 – колючий, 3 – это хорошо, когда ухаживают, но этот кактус сам по себе, 4 – хочет, чтобы о нем заботились, 5 – будет всегда таким.

В процессе работы над заданием дети, испытывающие чувство тревожности, в основном работали молча, для ответа на вопрос им требовалась значительное время, возможно из-за неуверенности в правильности своего ответа, тем их работы можно охарактеризовать как неторопливо-медлительный.

По итогам анализа результатов по диагностической методике «Кактус», в экспериментальной группе получены следующие результаты: высокий уровень агрессии выявлен у 20% человек, средний уровень у 50% участников, низкий уровень у 30% испытуемых. На рисунке 2 представлены итоги выявления уровня агрессивности у детей контрольной и экспериментальной групп.

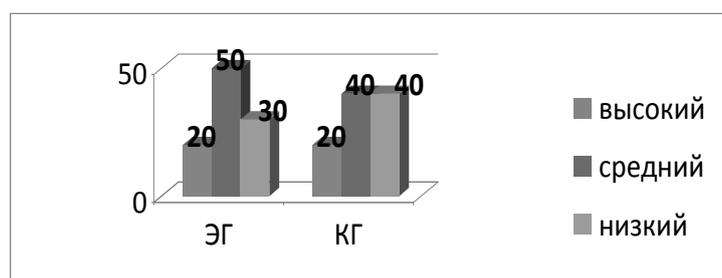


Рисунок 2 – Результаты выявления уровня агрессивности у детей 5-6 лет

Методика 3. «Детский тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен).

Цель: определение характерных для ребенка проявлений тревожности в различных для него жизненных ситуациях.

Материалы: методическое руководство, протоколы, стимульный материал, состоящий из 14 рисунков размером 8.5x 11 см, инструкция по количественной и качественной обработке результатов и нормативные показатели.

Содержание: в процессе исследования взрослый предъявляет ребенку рисунки в строгой последовательности, согласно нумерации ребенку предъявляется рисунок, который сопровождается инструкцией-разъяснением взрослого следующего плана:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Затем взрослый в специальном протоколе фиксирует каждый выбор ребенка, его высказывания. По окончании диагностики протоколы, полученные от каждого ребенка подвергаются анализу по двум формам: количественной и качественной.

В процессе осуществления анализа, учитывая данные протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):  $ИТ = \frac{\text{Число эмоциональных негативных выборов}}{14} \times 100\%$ .

В зависимости от уровня индекса тревожности выделяются 3 группы детей:

- 1) имеющих высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- 2) имеющих средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
- 3) имеющих низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

Итоги по данной методике показали, что почти все дети экспериментальной группы имеют либо высокий, либо средний индекс тревожности. Результаты методики свидетельствуют о том, что дети этой группы в большинстве случаев придают различным жизненным ситуациям отрицательную значимость. Это позволяет говорить о наличии у них высокой степени эмоционального неблагополучия, критериями которого являются отрицательная эмоциональная окрашенность опыта переживания различных ситуаций коммуникаций.

На этапе качественного анализа результатов, протокол каждого ребенка анализируется отдельно. Здесь можно определить особенности эмоционального опыта ребенка в той или иной ситуации.

Особо значимы результаты по рисункам:

4 – «Одевание»;

6 – «Укладывание спать в одиночестве»;

14 – «Еда в одиночестве»;

Дети, с отрицательным опытом такого рода ситуациях, как правило, обладают наивысшим ИТ.

Отрицательный опыт в ситуациях:

2 – «Ребенок и мать с младенцем»;

7 – «Умывание»;

9 – «Игнорирование»;

11 – «Собирание игрушек».

С большой степенью вероятности будут иметь высокий или средний ИТ.

Как показало исследование, тревогу у детей вызывают ситуации, моделирующие отношения ребенок-ребенок: «Агрессивное нападение» (Вера Т., Дмитрий П., София С.), «Игра с младшими детьми» (Мария Л., Виталий Г.), «Игра со старшими детьми» (Юлия Ш.), «Объект агрессии» (Вера Т., Дмитрий П., София С., Юлия Ш.), «Изоляция» (Юлия Ш.).

Незначителен уровень тревоги в ситуациях ребенок-взрослый: «Выговор» (Юлия Ш.), «Ребенок и мать с младенцем» (Мария Л., Виталий Г.), «Игнорирование» (Юлия Ш.).

Интерпретация результатов по методике Р. Тэмбла, М. Дорки и В. Амена представлены в приложении В. Итоги количественно анализа в экспериментальной группе отражены в рисунке 3.

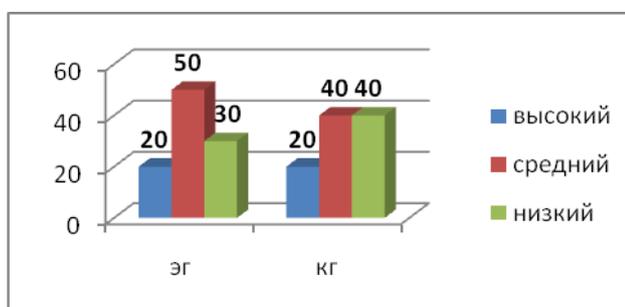


Рисунок 3 – Итоги определения уровня тревожности по методике Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена у детей 5-6 лет

Четвёртая методика для родителей – «Анкета изучения эмоциональной сферы дошкольников» Т.А. Данилиной (Приложение Г) позволяет выявить уровень эмоционального развития дошкольника, особенности его эмоциональных проявлений в условиях семьи.

Участие в анкетировании приняли 37 родителей.

Исследование по данной методике осуществлялось индивидуально с каждым членом родительского сообщества экспериментальной группы. Каждому участнику исследования была дана инструкция о том, как необходимо заполнять анкету. Далее анкетуемый уведомлялся о том, что он не ограничен временными рамками в процессе заполнения данной анкеты.

Анализ результатов методики показал, что высокий уровень проявления эмоций как радости, страха гнева, удивления, печали родители наблюдали у своих детей все родители.

Дети ярко и открыто проявляли радость у 30% родителей. Анализ анкеты показал, что при пробуждении, дети, как правило, находятся в прекрасном настроении. Причиной радости, по мнению родителей, являются ситуации близкого общения внутри семьи, общая деятельность, будь то игровая или трудовая как с родителями, так и сверстниками, друзьями, просто покупка сладостей, получение долгожданных подарков, совместное чтение книг и просмотр мультфильмов и т.д. Радость, со слов родителей находит свое проявление в громком и заливистом смехе, открытой улыбке, подпрыгивании, хлопании в ладоши, радостных возгласах. Проявления страха родители отмечали у 4 детей (Вера Т., Виталий Г., Дмитрий П., Ксения И.) при нахождении ребенка в темной комнате, при неожиданных и резких звуках, неприятной и неожиданной встрече с незнакомым ребенку животным (собака, кошка, лошадь) пауком, тараканом. Состояние страха выражалось в громких криках, подпрыгивании и нервном дергании плечами, плаксивости, попытках избежать неприятного события, желаний закрыться, обращении за помощью к взрослому. По мнению родителей, проявления гнева наблюдаются у 5 испытуемых детей (Валерия М., Александр Т.,

Владимир М., Силвано К., Роман К.). Выделялись такие проявления гнева у детей как, раздраженное топание ногами, мимическое искажение лиц, сжимание кулаков, покраснение кожного покрова и учащенное дыхание;

- удивление выказывали 5 детей;

- печаль присуща 4 дошкольникам. Такого плана дети при различных обстоятельствах могут впасть в уныние, расплакаться и долгое время находиться в таком состоянии.

Средний уровень по показателям наблюдается у всех участников группы.

- проявления эмоции радости у 50% испытуемых;

- боязнь темноты, незнакомцев, животных и насекомых в 40% случаев;

- эпизодический гнев испытывают – 45% участников;

- проявление удивления – 55% группы;

- эпизодические проявления печали характерны – 45% участников.

Итоги оценки родителями эмоциональных проявлений у детей, по низкому уровню выглядит следующим образом:

- радость проявляли 25 % участников;

- страх испытывают 20%детей;

- 25% участников проявляли гнев, как реакцию на отрицательное взаимодействие со сверстниками;

- эмоцию удивление выказывали 25% детей;

- у 4 участников (Вера Т., Юлия Ш., Дмитрий П., Валерия М.) наблюдалось эмоция печаль, вызванная, как правило, отсутствием желания идти в детский сад, вступать в коммуникацию со сверстниками.

Анализ итогов анкетирования родителей показал, что в большинстве случаев яркие эмоциональные проявления принимаются ими не серьезно, и с их точки зрения носят временный характер. Возможно, такое отношение к проявлениям эмоций ребенка связано с психолого-педагогической неграмотностью родителей в вопросах эмоционального развития детей 5-6 лет.

Анализ результатов констатирующего эксперимента показал, что высокий уровень эмоционального неблагополучия присущ 15 % детей экспериментальной группы (Вера Т., Дмитрий П., Валерия М.) и у 10 % в контрольной группе (Дарья З., Матвей М.). Данной группе характерно: отсутствие эмоциональной устойчивости, неестественность поведения, недоброжелательность, отсутствием умения освободиться от затаенных обид. Ребенок с высоким уровнем эмоционального неблагополучия не владеет способами регулятивной деятельности в ситуации, отсутствует умение управлять собственным эмоциональным состоянием.

40 % детей экспериментальной группы со средним уровнем эмоционального неблагополучия и 45% детей в контрольной группе характеризуются недостаточной эмоциональной устойчивостью, естественностью поведения, доброжелательностью, трудностями с умением освободиться от затаенных обид, самостоятельно управлять своими эмоциями.

Низкий уровень эмоционального неблагополучия выделен у 45 % детей экспериментальной группы и 45 % в контрольной группе. Детям данной группы характерно: эмоциональная устойчивость, естественность поведения, доброжелательность, «необидчивость», способность самостоятельно управлять своими эмоциями, умение адаптироваться к различным изменениям в окружающей его действительности, преодолевая трудности разной степени сложности, умение организовывать эмоционально положительное взаимодействие с окружающими, пользуется языком эмоций.

Результаты выявления уровня эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет на констатирующем этапе эксперимента представлены на рисунке 4.

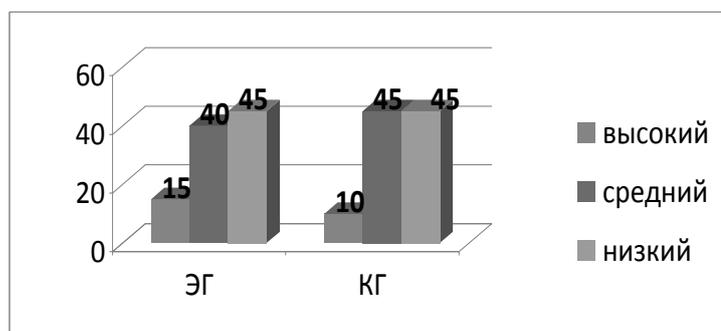


Рисунок 1 – Результаты выявления уровня эмоционального благополучия у детей 5-6 лет

Результаты констатирующего эксперимента указывают на необходимость проведения профилактической психолого-педагогической работы с детьми 5-6 лет, имеющими высокий и средний уровни эмоционального благополучия.

## 2.2 Экспериментальное исследование возможностей процесса игротерапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет

В соответствии с целью, гипотезой исследования и результатами констатирующего эксперимента нами была определена цель формирующего этапа – осуществить работу по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии, а именно: снижение у экспериментальной группы детей уровня проявления страха, гнева, агрессивных и тревожных состояний, повышение степени их эмоционального благополучия.

Согласно положениям гипотезы, была разработана психолого-педагогическая профилактическая программа «Чудесная история» направленная на профилактику эмоционального благополучия у детей 5-6 лет. Данная программа состоит из трех взаимосвязанных блоков.

1 блок программы включает подготовительную работу с педагогами, осуществляющими взаимодействие с детьми экспериментальной группы с целью обогащения их знаний о различных вариантах профилактики

эмоционального неблагополучия, оказания консультативной и методической помощи в создании эмоционально комфортных для ребенка условий. Работа осуществлялась в форме лекториев, проведение «круглых столов», консультаций, игротренингов.

В совокупности с психологическим просвещением педагогов по проблеме, осуществлялись мероприятия профилактического характера по сохранению и улучшению их эмоционального здоровья. Известный факт, что педагог, испытывая эмоции отрицательного плана, находясь в некомфортном для него состоянии, не способен эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность. Для предупреждения негативных последствий эмоционального перенапряжения педагогов с целью обеспечения комфортности в рамках осуществления исследования нами была осуществлена работа по принятию педагогическим сообществом Учреждения техник саморегулирования собственного эмоционального состояний (занятия с элементами игротренинга, включающие игровые упражнения с элементами дыхательной гимнастики и релаксационные упражнения).

Так, например, с педагогами в рамках цикла консультаций просветительского характера, было проведена консультация-беседа на тему: «Эмоциональные нарушения. Виды и профилактика», и если большинство из присутствующих могли достаточно полно дать характеристику ребенку с тем или иным нарушением, то предложение определить пути их профилактики, вызвало у педагогов затруднение, а предложенные варианты были однотипными. После же проведения ряда консультации, бесед, в процессе игротренингов, где педагоги узнавали, опробовали на себе новые интересные формы профилактики эмоциональных нарушений, у них рождались интересные предложения о трансформировании игровых упражнений, о применении игры в процессе занятий, в режимных моментах. Педагоги делились своими находками друг с другом, рассказывали о результативности их применения, о реакции детей. Так, например инструктор по физической культуре Елена Владимировна предложила игровое упражнение «Сбрось

камень с плеч». Как показала практика упражнение можно свободно включать в занятия в физкультурном, музыкальном зале, использовать как динамическую паузу. Оно позволяет расслабиться, снять психомышечное напряжение, восстановиться после длительного напряжения в области плечевого пояса и спины; также благотворно действует на осанку детей и придает толику уверенности в себе и своих силах.

В ходе реализации занятий с элементами игротренинга педагоги практиковались в умении использовать возможности игротерапевтических технологий, имели возможность в форме мастер-классов презентовать наиболее понравившиеся формы работы с детьми. К примеру, учитель-логопед представила возможности использования элементов песочной игровой терапии в своей работе. Использование песка, вызывает позитивное эмоциональное состояние, помогает в работе с тревожными и застенчивыми детьми, помогает достучаться до каждого ребёнка. Как показала презентация результатов работы учителя-логопеда Наталии Николаевны у детей была отмечена значительная положительная динамика в процессе автоматизации корригирующих звуков. Так же значительно увеличился словарный запас, дети стали свободно использовать грамматические обороты языка. Как отмечали родители и педагоги, работающие с детьми экспериментальной группы, они свободнее вступали в коммуникации, вели себя раскрепощенно и непосредственно и начали формироваться навыки рефлексии и умения взаимодействовать в группе.

Положительный эффект от программы так же заключался создании цикла игр на развитие простейших навыков саморегуляции у детей старшего дошкольного возраста, на снятие психомышечного напряжения.

Все материалы наработанные педагогами в процессе работы над обозначенной проблемой имеют высокоинформативный и практико-ориентированный характер и эффективны в профилактической работе с детьми. Работа, осуществленная с педагогами в первом блоке нашей программы, по отзывам педагогов, работающих с детьми экспериментальной

группы, способствовали значительному сокращению случаев проявления у детей агрессивных и тревожных проявлений.

Обучение же педагогов релаксационным техникам, технике дыхания, мышечного расслабления, со слов участников профилактической программы, значительно снизило общее эмоциональное напряжение и способствовало формированию позитивного восприятия жизни.

Педагоги увлеченно искали и пробовали в группе новые игровые упражнения, трансформировали предложенные в рамках программы.

Таким образом, цель работы с педагогами была достигнута: значительно обогащены их знания о различных вариантах профилактики эмоционального неблагополучия, оказана консультативная и методическая помощь в создании эмоционально комфортных для ребенка условий.

Во втором блоке осуществлялась психолого-педагогическое сопровождение родителей, в вопросах профилактики эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет.

Цель данного блока программы – повышение психолого-педагогической компетентности родителей по проблеме, а также посредством цикла игротренингов сформировать навыки адекватного отреагирования на эмоциональные проявления детей различного характера и насыщенности. Для осуществления вышеуказанной цели были проведены консультации, собрания, размещена информация в «групповых уголках для родителей», организованы различные формы взаимодействия родителей и детей, дискуссии в группе, занятия с элементами игротренинга.

Индивидуальное консультирование осуществлялось также с целью осознания и принятия родителями проблем своих детей. Здесь мы постарались максимально четко выделить индивидуальные особенности их ребенка, определить «ближайшую зону развития».

Опрос родителей, позволил определить круг актуальных для них вопросов по проблеме и позволил нам, в рамках групповых дискуссий, оказать положительное влияние на педагогические установки родителей

через активное обсуждение опыта психологов – практиков, моделирование в процессе игры интересных ситуаций, их анализ.

В рамках работы с родителями были организованы и проведены следующие мероприятия:

- выставка коллажей, сделанных родителями и детьми совместно «Счастливые моменты нашей семьи»,
- психологическая акция «Мы есть друг у друга»,
- цикл игротренингов «Эмоциональная нестабильность. Как быть?»,
- родительское собрание «Страх »
- мастер-класс «Игры и упражнения на развитие доверительных отношений с ребенком»,
- мини-мастерская «Игры и игрушки от плохого настроения, осуществлены по запросу родителей консультации индивидуального и информационно-просветительского плана на тему: «Эмоциональная нестабильность в дошкольном возрасте. Как быть?», «Причины возникновения детской тревожности», «Способы улучшения эмоционального климата в семье».

Как отмечали родители, наиболее результативны были мероприятия практического плана, такие как цикл игротренингов «Эмоциональная нестабильность. Как быть?», где они смогли проиграть смоделировать различные ситуации взаимодействия с ребенком, находящимся в различных эмоциональных состояниях. Так, например мама Веры Т., тревожной и скованной девочки, примерив на себя такую роль, поняла все плюсы и минусы выбора такого стиля поведения в коммуникации и на индивидуальной консультации согласилась с необходимостью пересмотреть свой стиль взаимодействия с дочерью. В последующем тесная работа с некоторыми родителями благотворно повлияла на эмоциональное самочувствие ребенка не только в детском саду, но и на климат внутри семьи. Активное участие в профилактической работе принимали участие папы детей, привлеченные к взаимодействию мамами, что значительно

повысило положительную динамику у их детей. Так активное участие в работе обоих родителей Дмитрия П. решило проблему со страхами ребенка.

Все мероприятия с родителями детей экспериментальной группы осуществлялись либо в музыкальном зале дошкольного Учреждения вечером, либо в пространстве групповой комнаты.

В третьем блоке программы представлены цикл занятий с элементами игротренинга, направленных на профилактику эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет. Блок включает тематические разделы: «Профилактика повышенной тревожности и страхов», «Овладение детьми языком эмоций», «Формирование умение осуществлять адекватное взаимодействие».

По результатам наблюдений за детьми в процессе занятий можно выделить следующие: дети проявляли ярко выраженные признаки эмоциональной напряжённости. Так, Валерия М., у которой согласно проведённому тестированию проявились признаки демонстративности и агрессивности, испытывала трудности во взаимодействии с детьми. Девочка предпочитала активную позицию в играх, но вела себя неадекватно, старалась толкнуть ребёнка, который действовал вразрез ее плану действий. Первоначально дети уступали ей, но в дальнейшем предпочитали избегать общения с ней. Очевидно, что проблема эмоционального неблагополучия связана именно с повышенной агрессивностью, а для того, чтобы компенсировать недостаток общения (внимания), она вынуждена демонстрировать себя своим ярким поведением.

Учитывая выявленные особенности, с детьми с высоким уровнем эмоционального неблагополучия во второй половине дня проводились индивидуальные занятия с использованием индивидуальных заданий, игр, упражнений.

Так же можно отметить, что на начальном этапе проведения работы с детьми, они чувствовали напряжение, действовали осторожно, наблюдая на реакцию окружающих, их эмоциональное состояние, отказывались принимать участие в некоторых упражнениях и играх. Некоторые явно

испытывали состояние страха и тревоги. На данном этапе педагогом применялись приемы и техники, показывающие эмоциональное принятие, словесно и вербально проявлялось одобрение и поддержка каждому участнику группы. Этому та же способствовали игровые упражнения и задания на знакомство, на установление позитивно – эмоциональной коммуникации. Здесь использовались игры – приветствия, игры с именами. Ребятам предлагалось поучаствовать в этюдах, игровых упражнениях на осознание собственных возможностей, развитие уверенности в себе; развитие простейших навыков произвольной регуляции эмоций; умения без страха проявлять свои эмоции в процессе взаимодействия с другими детьми. В процессе коммуникации дети значительно оживились, все занятие осуществлялось в тесном взаимодействии в процессе совместных с психологом действий. Большинство детей были активны, с удовольствием принимали участие в играх и выполняли те или иные задания. Заметно выделялись в инициативности Валерия М., Мария Л., Дмитрий П., Ксения И. Юлия Ш., Никита О., Аня Р.

Так, например, в игре «Ласковые имена», где нужно было вспомнить, как ласково детей называют родные и близкие, Аня Р. назвала больше 7 ласковых имен, такие как: Анюта, Аннушка, Нюта, Наточка, Лапушка, Солнце, Ласточка и т.д. И когда другие дети не могли вспомнить ласковые имена, девочка придумывала их легко и предлагала им. Многие дети принимали помощь девочки с благодарностью и улыбкой, такие как Вера Т., Михаил Д.

После детям была представлена возможность поиграть в игру «Узнай эмоцию». Детям предлагалось из расположенных на стенде картинок выбрать соответствующую эмоцию. Не все дети смогли справиться с заданием, и тогда, им было предложено рассмотреть пиктограммы, на которых были изображены чувства, вызвавшие затруднения, сделан акцент на той части лица, которая явно выражает чувство (глаза, брови, рот). Так же детям было предложено перед зеркалом мимически данные эмоции.

На занятиях второго блока программы («Формирование умения осуществлять адекватное взаимодействие») тревожные дети Вера Т., Мария Л. чувствовали себя ощутимо свободнее, наблюдение со стороны показало, что чувствуя себя раскованно и в безопасности, они проявляли индивидуальность, стремились самоутвердиться.

На наш взгляд третий блок программы – «Профилактика повышенной тревожности и страхов» дети прошли намного легче, чем предыдущие два. На данном этапе работы дети преодолели свое стеснение и зажатость, чему значительно способствовали упражнения с элементами игротерапии на снятие мышечного напряжения, которые осуществлялись постоянно на протяжении всех блоков программы. Участники группы вели себя значительно свободнее, наблюдались яркие эмоциональные реакции (Валерия М., Ксения И.), раскованно работали, не боясь высказать свое мнение на обсуждаемую проблемную ситуацию. Так, например Вера Т., часто пропускавшая свое участие в прощальном круге, очень открыто и эмоционально поделилась своими ощущениями, ее порыв был одобрительно встречен всеми участниками, и в последующие разы она с удовольствием высказывала свое мнение, абсолютно не стесняясь других. Можно сказать, что данный этап экспериментальной работы прошел результативно.

Так, на одном из занятий данного блока, для снятия психоэмоционального напряжения и отрицательных эмоций детям, было предложено игровое упражнение «Уходи, Злюка!», где они по желанию комфортно располагались на ковре, закрыв глаза, постарались отвлечься от всех эмоций, расслабится под музыку, определить, где в их теле спряталась злость и постарались прогнать ее. Это упражнение очень понравилось детям, они приняли задачу, и с успехом с ней справились.

В конце каждого занятия у детей была возможность поделиться эмоциями, впечатлениями, которые у них были в начале занятия, появились в процессе, рассказать, что их вызвало, почему они изменились или остались прежними и почему.

Как правило, дети отмечали положительные эмоции, как они счастливы, удивлены тем, как у них все получается, рады как другие справляются.

Особенно детям понравился ритуал прощания «Ура, салют», упражнение, направленное на совершенствование умения самостоятельно уменьшать уровень аффективности собственных реакций, тревоги адекватным способом.

В процессе упражнения дети рвут в произвольном направлении разноцветной листы бумаги на кусочки. Далее одновременно, по сигналу бросают вверх эти кусочки, сопровождая движение различными возгласами.

Считаем возможным утверждать, что многие из реализованных в программе игровых упражнений и заданий полифункциональны, т. е. с их помощью можно решать разноплановые задачи. Так одна игра для одного ребенка станет толчком для повышения самооценки, для другого – будет обладать тонизирующим эффектом, а для третьего – станет тренировкой в организации позитивной коммуникации.

Хочется также отметить ярко выраженные положительные результаты от занятий уже к концу первого месяца реализации программы. Дети стали лучше относиться друг к другу. Так, например Валерия М., которая ранее предпочитала действовать достаточно агрессивно (ударить, толкнуть и т.д.), постепенно научилась выражать свое недовольство словесно (например, «Мне не нравится, как ты делаешь»). Также для осуществления целенаправленной работы была подобрана, частично адаптирована картотека игр на:

- снижение уровня тревоги в процессе взаимодействия, через овладение адекватными способами установления контакта со сверстниками, на понимание и принятие чувств другого и сопереживание им;

- различение и определение собственных чувств, и умение выражать их приемлемым для других способом и др.

Совместно усилиями педагогов, родителей и детей создано автодидактическое полисенсорное многофункциональное пособие «Сенсорный чемоданчик» с различными фиджетами, в том числе авторскими, выполненными совместно взрослыми и детьми.

Фиджет (от английского глагола fidget – вертеть что-то в руках). Сенсомоторным фиджетом может быть любой предмет или игрушка, которая помогает «занять руки», тем самым позволяет справиться с возбуждением или нежелательным поведением ребенка.

Использование сенсомоторных фиджетов, как показал опыт, способствует сохранению психоэмоционального здоровья, обогащению чувственного опыта ребенка через совершенствование работы всех видов анализаторов, поэтому посредством каждого из них можно формировать, развивать и совершенствовать:

- зрительное восприятие;
- тактильно-двигательное восприятие;
- слуховое восприятие;
- восприятие пространственно-временных отношений;
- восприятие особых внешних и внутренних свойств предметов через развитие осязания, обоняния, барических ощущений, вкусовых качеств;
- мелкую и общую моторику, графомоторные навыки.

На сегодняшний день темп жизни приводит к тому, что зачастую и дети, и взрослые находятся в условиях психологической, эмоциональной, сенсорной перегрузки, так как на нас постоянно воздействуют внешние звуковые и световые раздражители, что вызывает внутренний дискомфорт [6].

У ребенка реакция на внутренний дискомфорт проявляется в:

- раздражительности;
- нервозности;
- быстрой смене настроения;
- плаче;

- попытке заблокировать перегруженный сенсорный ввод (закрывать уши и глаза руками, отворачиваться, попытаться избежать чего-либо и т.д.);
- отсутствующем или, «подозрительном» взгляде;
- неожиданном отключении (засыпание).

Здесь очень важно дать мозгу время «разложить все по полочкам» и снять напряжение.

Это возможно с помощью использования сенсомоторных инструментов – фidgetов. Идея состояла в том, что в групповой комнате в доступном для ребенка месте располагается удивительный, яркий, привлекательный «Сенсорный чемоданчик» (автодидактическое полисенсорное многофункциональное пособие, созданное руками педагогов, родителей и детей), просторная «Сенсорная сумка» или необычная «Сенсорная корзинка» с различными фidgetами, в том числе авторскими, выполненными совместно взрослыми и детьми. И в случае, когда ребенок начинал терять самообладание и ему было трудно контролировать собственные эмоциональные проявления, в процессе образовательной деятельности, в режимных моментах, педагоги предлагали ему выбрать сенсомоторный фidget, который действительно помогал ему справиться с возбуждением, агрессией или другим нежелательным поведением.

Как показал опыт использования автодидактического полисенсорного многофункционального пособия «Сенсорный чемоданчик» поначалу, детей необходимо побуждать использовать сенсомоторные фidgetы и инструменты, но затем они начинали пользоваться ими самостоятельно, так как это позволяло им восстановить самообладание и комфортное внутреннее состояние. Поскольку индивидуальные сенсорные потребности у каждого ребенка различны, сенсорные инструменты, входящие в автодидактическое полисенсорное многофункциональное пособие «Сенсорный чемоданчик» были подобраны разноплановые по цвету, форме, фактуре и назначению:

- для снятия внутреннего мышечного напряжения используются такие сенсомоторные фidgetы, которые можно сжимать, разжимать, тянуть,

вертеть (сенсорные мягкие шарики, мячики, набивные мешочки и игрушки, змейка-рубик, скрепки и проволока в изоляции и т.д.);

- для идентификации своих эмоций ребенок может использовать такие сенсомоторные фиджеты, как зеркало и карточки с изображениями эмоций. Ребенку предлагалось постараться сохранить выражение на своем лице и посмотреть в зеркало, запомнить, а потом сравнить его с карточками из «Сенсорного чемоданчика»;

- для снятия агрессивных проявлений и аффективного состояния годятся фиджеты, которые можно трясти, толкать, топтать, надавливать на них, рисовать и стирать.

Также использовались визуальные и звуковые фиджеты-таймеры для того, чтобы стимулировать ребенка успокоиться в ходе манипулирования с ними.

Ценность фиджетов, входящих в набор автодидактического полисенсорного многофункционального пособия «Сенсорный чемоданчик» заключается в получении возможности понять, какие виды психоэмоциональной и сенсорномоторной деятельности способствуют успокоению ребенка.

Если ребенок в «сенсорном чемоданчике» чаще выбирал игрушку-вертушку, то в стрессовой ситуации мы ему предлагали ему сделать пять вздохов, что служило в качестве успокаивающего средства.

Если же ребенок в качестве успокаивающего средства предпочитал фиджеты давления, то, как правило, срабатывали физическая нагрузка (физкультурная минутка или динамическая пауза).

Как показала практика фиджет, предоставляет ребенку возможность использовать психоэмоциональный и сенсорный подход, чтобы справиться с возбуждением, агрессией или другим нежелательным поведением.

### 2.3 Определение эффективности профилактической работы

С целью определения изменений количественного и качественного характера в уровне эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет был проведен контрольный эксперимент. Данный этап был организован с целью выявления результативности осуществленной в рамках формирующего эксперимента работы по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии.

Проведенное повторно диагностическое обследование с использованием методик, предъявленных ранее в рамках констатирующего эксперимента, позволило выявить положительные изменения в уровнях эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет экспериментальной группы.

Итоги контрольной части эксперимента делают возможным сделать вывод, что у большинства детей, имевших в начале исследования высокий уровень эмоционального неблагополучия (Вера Т., Дмитрий П., Валерия М.), заметна положительная динамика по результатам выполнения диагностических заданий.

Так, например рисунки данной группы детей, указывают на динамику снижения уровня тревоги, агрессивности, и других эмоциональных состояний отрицательной окраски. Ранее детям были характерно, насыщение рисунка прерывистыми линиями, резкими штрихами, раскрашивание в тёмные цвета, что отображало присутствие в их внутреннем состоянии агрессии, тревоги, гнева и страха, то на момент контрольного среза выделилась тенденция на повышение насыщенности рисунков позитивными эмоциями и яркими красками. В процессе занятий с элементами игротерапии, дети высвобождали свой запас негативно окрашенных переживаний, в процессе коммуникации это проявлялось как некое «снятие груза с их хрупких плеч». Уже после двух месяцев слаженной работы педагогов и родителей, ребята (Валерия М., Александр Т.) общались значительно мягче, ласковее и намного спокойнее, научились в речи выражать свое отношение к

сверстникам и взрослым, проявляли желание оказать некую помощь и принимали совет и поддержку от других. А на этапе завершения формирующей части исследования сюжет, а что наиболее важно содержание рисунков приобрело позитивный и оптимистический настрой.

По итогам интерпретации приобретенных данных по методике «Дом. Дерево. Человек» в экспериментальной группе значительно меньше детей с высоким уровнем негативизма, враждебности и конфликтности- 2 человека (10%), средний уровень у 8 детей (40%), низкий уровень у 10 детей (50%). Результаты сравнения данных экспериментальной и контрольной групп представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Количественные результаты выявления уровня негативизма, враждебности и конфликтности у детей 5-6 лет

группа	высокий	средний	низкий
ЭГ	2(10%)	8(40%)	10(50%)
КГ	4(20%)	8(40%)	8(40%)

Таким образом, полученные результаты позволяют нам выделить значительную положительную динамику у детей экспериментальной группы по итогам выявления уровня негативизма, враждебности и конфликтности.

Итоги определения степени проявлений агрессивного плана у каждого ребёнка, участвующего в исследовании, с помощью диагностической методики «Кактус» представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Сравнительные результаты по методике «Кактус»

группа	высокий	средний	низкий
ЭГ	2(10%)	15(75%)	3(15%)
КГ	4(20%)	8(40%)	8(40%)

Качественный анализ результатов методики позволяет сделать вывод о снижении количества детей в группе с высоким уровнем проявлений агрессивного плана на 10%, что говорит о положительных результатах проведенной работы.

Анализ выполнения диагностической методики в контрольной группе показал отсутствие каких-либо сдвигов. Высокий уровень в контрольной группе показали 20% участников (Кристина М., Аделина Р., Алина Г., Ульяна М.), в экспериментальной группе 10% (Валерия М., Саша Д.). В контрольной группе средний уровень был выявлен у 40% (Назили Ф., Екатерина Б., Виктория Я., Анастасия Т., Матвей Г., Илья У., Платон Д., Николай Р.), 75 % детей в экспериментальной группе (15 человек). Низкий уровень у 40 % детей контрольной группы (Елена Н., Милана Г., Милана Б., Андрей Н., Даниил Н., Маргарита С., Полина Д., София Ф.), в экспериментальной группе 15% (Светлана А., Вера Т., Виталий Г.), это свидетельствует об эффективности организованной с детьми экспериментальной группы работы по профилактике эмоциональных нарушений.

Результаты проведения методики представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Сравнительные результаты по методике Р. Тэмбла, М. Дорки и В. Амена «Тест тревожности»

группа	высокий	средний	низкий
ЭГ	2(10%)	15(75%)	3(15%)
КГ	4(20%)	8(40%)	8(40%)

Сравнительный анализ результатов, доказывает результативность проведение ряда игротренингов в рамках профилактической психолого-педагогической программы «Чудесная история». Так, количество детей в экспериментальной группе с высоким уровнем тревожности на контрольном этапе эксперимента составило 10% (Вера Т., Дмитрий П.), что меньше на 10%, чем на констатирующем этапе эксперимента.

В контрольной группе процентное соотношение по уровням сохранилось прежним. Так высокий уровень наблюдается у 4 детей (Кристина М., Аделина Р., Ульяна М., Алина Г.), средний уровень у 40% участников группы (8детей), низкий уровень тревоги у 8 участников (40%). Полученные результаты свидетельствует об эффективности организованной

с детьми экспериментальной группы работы по профилактике эмоциональных нарушений.

Осуществленное родителями повторное наблюдение в рамках модифицированной анкеты Т.А. Данилиной по изучению эмоциональной сферы дошкольников выявило тенденцию к увеличению частоты проявления положительных эмоций у детей и значительное снижение частоты проявления негативных эмоциональных реакций у детей экспериментальной группы. Результаты проведения анкетирования родителей детей 5-6 лет представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты проведения анкетирования родителей на контрольном этапе эксперимента

	проявления положительных эмоций у детей	проявления негативных эмоциональных реакций у детей
ЭГ	18(90%)	2(10%)
КГ	9(45%)	11(55%)

Таким образом, представленные выше результаты, позволят нам говорить, о снижении количества детей, испытывающих тревогу, гнев, агрессию в ситуациях коммуникации. По мнению родителей Веры Т., Дмитрия П., Валерии М., их дети стали более эмоционально открытыми, чаще испытывать радость и удовольствие от взаимодействия, как со сверстниками, так и взрослыми.

Результаты по итогам проведения методики Н.Д. Денисовой «Наблюдение за эмоциональными проявлениями ребёнка» в игровой деятельности, режимных моментах, свободной деятельности, педагогами экспериментальной группы, отображены в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты наблюдения педагогов в условиях ДОО за эмоциональными проявлениями детей

Эмоциональное проявление	Уровень/количество детей		
	высокий	средний	низкий

радость	40%	50%	10%
страх	5%	55%	40%
гнев	5%	60%	35%
удивление	35%	55%	10%
печаль	10%	55%	35%

Таким образом, можем представить обобщённые данные итогов проведения диагностического исследования участников экспериментальной группы, направленного на выявление уровня эмоционального неблагополучия детей 5–6 лет на контрольном этапе эксперимента.

Обобщенные результаты комплекса диагностических методик позволяют нам определить группы детей с высоким, средним и низким уровнем эмоционального неблагополучия. Так высокий уровень эмоционального неблагополучия выявлен у 2 детей экспериментальной группы (Вера Т., Дмитрий П.), средний уровень неблагополучия наблюдается у 6 участников экспериментальной группы (Миша Д., Ксения И., Валерия М., Саша Д., Никита О., Юлия Ш.), низкий уровень по данному параметру наблюдался 12 детей (60%). В контрольной группе сдвигов процентном соотношении по уровням не наблюдается. Полученные результаты доказывают эффективность организованной с детьми 5-6 лет работы по профилактике эмоциональных нарушений. Количественные результаты сравнения итогов выявления уровня эмоционального неблагополучия отражены в таблице 8.

Таблица 8 – Результаты контрольного этапа эксперимента

Уровень/количество детей			
группа	высокий, %	средний, %	низкий, %
экспериментальная	2(10%)	6(30%)	12(60%)
контрольная	2(10%)	9(45%)	9(45%)

Наглядно результаты сравнения итогов определения уровня эмоционального неблагополучия представлены на рисунке 5.

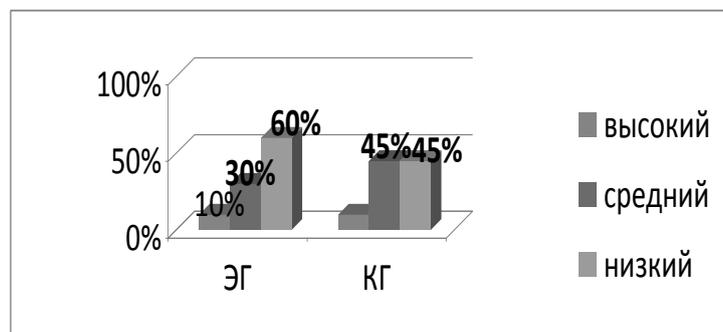


Рисунок 5 – Результаты контрольного этапа эксперимента

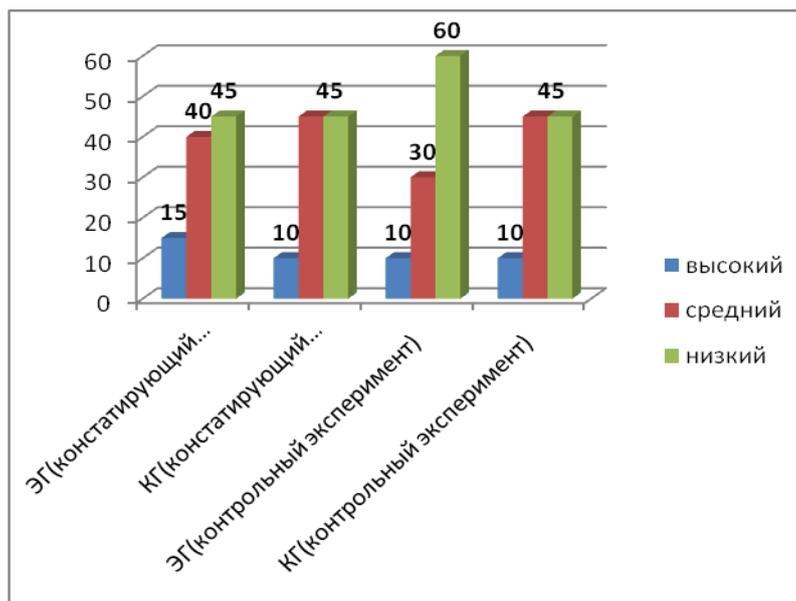


Рисунок 6 – Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов экспериментов в ЭГ и КГ

Итоги контрольного этапа эксперимента показали, что количество детей с высоким уровнем эмоционального неблагополучия уменьшилось на 10 %, тогда как в контрольной группе показатель сохранился и составил 10 % от общего количества участников этой группы. Данные показатели доказывают эффективность проведенной на формирующем этапе эксперимента работы по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет.

## **Выводы по второй главе**

Экспериментальное исследование, направленное на профилактику эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет, включало три этапа.

Цель констатирующего этапа – определить уровень эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет в условиях детского сада в процессе коммуникации с воспитателем, со сверстниками, в рамках организационной деятельности и режимных моментах. Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента показал, что у детей 5-6 лет экспериментальной и контрольной групп отмечается высокий (15%) и средний (40%) уровни эмоционального неблагополучия. Результаты констатирующего эксперимента указывают на необходимость проведения профилактической психолого-педагогической работы с детьми 5-6 лет, имеющими высокий уровень эмоционального неблагополучия.

Формирующий этап эксперимента, был проведен с целью осуществления работы по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в процессе игротерапии, а именно: снижение у экспериментальной группы детей уровня проявления страха, гнева, агрессивных и тревожных состояний, повышение степени их эмоционального благополучия.

Согласно положениям гипотезы, была разработана психолого-педагогическая профилактическая программа «Чудесная история», направленная на профилактику эмоционального неблагополучия детей 5-6 лет.

В результате включения педагогом-психологом и другими специалистами ДОО элементов игротерапии дети смогли проработать свой негативный эмоциональный опыт, имели возможность отреагировать собственные эмоции; в достаточной мере овладели простейшим навыкам саморегуляции собственного эмоционального состояния; научились гибкости поведения, приобрели умения находить адекватный выход из проблемных ситуаций. Занятия способствовали овладению детьми 5-6 лет языком эмоций

как способом понимания и выражения собственных эмоциональных проявлений и распознавания эмоций окружающих его людей.

На контрольном этапе исследования сравнение уровней эмоционального неблагополучия до и после формирующего эксперимента позволило выделить позитивную динамику исследуемых показателей в экспериментальной группе, что нашло подтверждение на контрольном этапе исследования. Итоги проведенного контрольного этапа позволили увидеть значительное снижение уровня эмоционального неблагополучия у участников (на 16% по среднему и высокому уровням в совокупности) экспериментальной группы, в контрольной группе показатели детей остались прежними.

## Заключение

Выполненная магистерская работа направлена на изучение одной из актуальных психолого-педагогических проблем – организации своевременной профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет в ДОО, потому как адекватное развитие эмоциональной сферы в дошкольном детстве имеет огромное значение в последующей социализации ребенка в обществе. С помощью эмоции человек познает мир, общается, что насыщает его жизнь богатством переживаний.

Актуальность исследования обусловлена потребностью общества в современном педагоге, способном обеспечить профилактику эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста, недостаточной разработанностью эффективных механизмов и отсутствием реально работающих процедур педагогической профилактики эмоциональных расстройств в дошкольном Учреждении.

В диссертационном исследовании отмечается, значительная роль такой базовой компенсирующей, адаптационной образовательной технологии работы, направленной на профилактику эмоциональных нарушений и на психоэмоциональное развитие и здоровье детей, как игровая. В ряде исследований отечественных ученых (В.С. Мухина, А.А. Хвостов, Л.И. Божович), посвященных проблеме определения эмоционального благополучия-неблагополучия ребенка, рассматривается игротерапия, как основной способ профилактики и коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений у детей.

Работы ученых (Л.М. Костина, К.Е. Изард, А.Д Кошелева) достаточно убедительно доказывают, что поэтапное включение игротерапевтических методов, направленных на совершенствование умения: понимать эмоциональное состояние своё и других людей; регулировать собственные эмоциональные выражения, психофизическое напряжение в разнообразных ситуациях коммуникации; согласованно взаимодействовать со сверстниками

и взрослыми в возможных конфликтных ситуациях, значительно способствует снижению уровня эмоционального неблагополучия у ребенка старшего дошкольного возраста.

Согласно положениям гипотезы и задачам исследования была разработана психолого-педагогическая профилактическая программа «Чудесная история», направленная на профилактику эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет. Работа по данной программе осуществлялась в трех направлениях.

В рамках первого направления была проведена подготовительная работа с педагогами, осуществляющими взаимодействие с детьми экспериментальной группы с целью обогащения их знаний о различных вариантах профилактики эмоционального неблагополучия, оказания консультативной и методической помощи в создании эмоционально комфортных для ребенка условий.

В совокупности с психологическим просвещением педагогов по проблеме, осуществлялись мероприятия профилактического характера по сохранению и улучшению их эмоционального здоровья.

Второе направление программы – психолого-педагогическое сопровождение родителей в вопросах профилактики эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет. Здесь была проведена работа по повышению психолого-педагогической компетентности родителей по проблеме, а также посредством цикла игротренингов сформированы навыки адекватного отреагирования на эмоциональные проявления детей различного характера и насыщенности.

Третье направление работы по программе было представлено в форме цикла занятий с элементами игротренинга, направленных на профилактику эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет. Данный блок включал тематические разделы: «Профилактика повышенной тревожности и страхов», «Овладение детьми языком эмоций», «Формирование умения осуществлять адекватное взаимодействие».

В результате, в процессе игротерапии дети смогли проработать свой негативный эмоциональный опыт, имели возможность отреагировать собственные эмоции; в достаточной мере овладели простейшим навыкам саморегуляции собственного эмоционального состояния; научились гибкости поведения, приобрели умения находить адекватный выход из проблемных ситуаций. Занятия способствовали овладению детьми 5-6 лет языком эмоций как способом понимания и выражения собственных эмоциональных проявлений и распознавания эмоций окружающих его людей.

Итоги исследование уровня эмоционального неблагополучия до и после формирующего эксперимента позволило выделить позитивную динамику исследуемых показателей детей в экспериментальной группе.

Таким образом, на основании результатов полученных на контрольном этапе исследования можно сказать, что гипотеза нашего исследования подтверждена.

Потенциальные возможности методов игротерапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет значительны. Планомерное поэтапное включение игротерапевтических методов, направленных на совершенствование умения: понимать эмоциональное состояние своё и других людей; регулировать собственные эмоциональные выражения, психофизическое напряжение в разнообразных ситуациях коммуникации; согласованного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в возможных конфликтных ситуациях способствует эффективной профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-6 лет.

Организация психолого-педагогического просвещения педагогов, а также психолого-педагогическое сопровождение родителей в вопросах профилактики эмоциональных нарушений детей в процессе игротерапии; обеспечение эффективного взаимодействия всех специалистов дошкольной образовательной организации, осуществляющих образовательную деятельность с детьми 5-6 лет, значительно влияет на результаты профилактической работы.

Результативность данной магистерской работы позволяет рекомендовать включение в профилактическую деятельность воспитателей и педагогов-психологов ДОО программы «Чудесная история» с целью снижения уровня эмоционального неблагополучия у детей 5-6 лет.

## Список используемой литературы

1. Агаркова, Е.И. Детские страхи: Решение проблемы в условиях детского сада [Текст] / Е.И. Агаркова. – М.: Аркти, 2016. – 64 с.
2. Андрееенко, Т.А. Развитие эмоциональной отзывчивости старших дошкольников. ФГОС [Текст] / Т.А. Андрееенко, О.В. Алекинова. – СПб.: Детство-Пресс, 2014. – 96 с.
3. Афонькина, Ю.А. Охрана и укрепление психического здоровья дошкольника. Технология здоровьесбережения [Текст] / Ю.А. Афонькина, И.А. Галай, Н.И. Трифонова. – М.: Аркти, 2014. – 287 с.
4. Баенская, Е.Р. Помощь в воспитании детей с особым эмоциональным развитием (ранний возраст) [Текст] / Е.Р. Баенская. – Альманах ИКП РАО, - 2001. - № 3. - 3 с.
5. Бреслав, Г.М. Проблемы эмоциональной регуляции общения у дошкольников [Текст] / Г.М. Бреслав. – М.: Владос, 2011. – 59 с.
6. Годовникова, Л.В. Коррекционно-развивающие технологии в ДОУ: программы развития личностной, познавательной сферы. ФГОС [Текст] / Л.В. Годовникова, И.В. Возняк, А.А. Морозова. – В.: Учитель, 2014. – 187 с.
7. Гринин, Л.Е. Психодиагностика детей в дошкольных учреждениях: методики, тесты, опросники [Текст] / Л.Е. Гринин, Н.Е. Волкова-Алексеева. – В.: Учитель, 2015. – 318 с.
8. Денисова, Н.Д. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет [Текст] / Н.Д. Денисова. – В.: Учитель, 2012 г. – 202 с.
9. Детская практическая психология: Учебник/ Под. общ. ред Т.Д. Марцинковской. – М.: Гардарики, 2005. – 225 с.
10. Ежкова, Н.С. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. Часть 1 [Текст] / Н.С. Ежкова. – М.: Владос, 2011. – 127 с.

11. Ежкова, Н.С. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. Часть 2 [Текст] / Н.С. Ежкова. – М.: Владос, 2011. – 52 с.
12. Заболотная, Э.Р. Сказки-подсказки: методический игровой материал [Текст] / Э.Р. Заболотная. – Ростов-на Дону: Феникс, 2012. – 266 с.
13. Запорожец, А.В. Воспитание эмоций и чувств у дошкольника [Текст] Пособие для воспитателя детского сада / под ред. А.Д. Кошелевой. – М. : Просвещение, М., 1985. – 176 с.
14. Захарова, И.Ю. Лечебно-педагогическая диагностика детей с нарушениями эмоционально-волевой сферы [Текст] / И.Ю. Захарова, Е.В. Моржина. – М.: Теревинф, 2014. - 80 с.
15. Истратова, О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники О.Н. Истратова / О.Н. Истратова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2013. – 350 с.
16. Карелина, И.О. Проблема эмоционального благополучия дошкольника. Учебно-методическое пособие [Текст] / И.О. Карелина. – Р.: ЯПГУ, 2011 г. – 137с.
17. Клиническая психология / Под общ. ред. Н. В. Тарабриной. – СПб.: Питер, 2011. — 352 с.
18. Колодич, Е. Н., Коррекция эмоциональных нарушений у детей и подростков: Учеб. пособие для студентов психологических факультетов, практических психологов [Текст] / Е. Н. Колодич – М.: Аркти, 2016– 321 с.
19. Колос, Г.Г. 28 занятий для преодоления неуверенности и тревожности у детей 5 - 7 лет [Текст] / Г.Г. Колос. – М.: Аркти, 2016. – 72 с.
20. Костерина, Н.В. Психология индивидуальности (эмоции) [Текст] / Н.В. Костерина. – М.: Владос, 2011. – 116 с.
21. Кошелева А.Д. Проблема эмоционального мироощущения ребенка //Психолог в детском саду. 2000. № 2-3. – С. 25 – 38.
22. Кравченко, Ю.Е. Психология эмоций. Классические и современные теории исследования [Текст] / Ю.Е. Кравченко. – М.: Форум, 2015. – 544 с.

23. Кряжева, Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5 – 7 лет [Текст] / Н.Л. Кряжева – Ярославль: Академия развития, 2000. – 208 с.
24. Кулганов, В.А. Психологические особенности развития детей и профилактика неврозов [Текст] / В. А. Кулганов, Н. В. Сорокина. – СПб.: Детство-Пресс, 2012. - 160 с.
25. Лебединская, К.С. Нарушения психического развития в детском и подростковом возрасте. [Текст] Учебное пособие для вузов / К.С. Лебединская, В.В. Лебединский. – М.: Академический проект, 2013. – 303 с.
26. Нагаева, Л.Г. Преодолеваем детские страхи. Практическое руководство для родителей и педагогов [Текст] / Л.Г. Нагаева. – СПб.: Литера, 2011. – 48 с.
27. Лебединский, В.В. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция [Текст] / В.В. Лебединский, О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг. – М.: Просвещение, 1990. - 194 с.
28. Малахова, А.Н. Диагностика и коррекция страхов и тревожности у детей. ФГОС [Текст] / А.Н. Малахова. – М.: Детство-Пресс, 2016. – 208 с.
29. Михеева, Е.В. Развитие эмоционально-двигательной сферы детей 4-7 лет: рекомендации, развивающие игры, этюды. ФГОС [Текст] / Е.В. Михеева. – В.: Учитель, 2014. – 155 с.
30. Москалюк, О.В. Педагогика взаимопонимания: занятия с родителями [Текст] / О.В. Москалюк, Л.В. Погонцева. В.: Учитель, 2013. – 123 с.
31. Сазонова, Н.П. Преодоление агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду и семье [Текст] / Н.П. Сазонова. – СПб.: Детство-Пресс, 2011. – 128 с.
32. Свистунова, Е.В. Разноцветное детство. Игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия [Текст] / Е.В. Свистунова, Е.В. Горбунова, Е.А. Мильке. – М.: Форум, 2014. – 192 с.

33. Староверова, М.С. Психолого-педагогическое сопровождение детей с расстройствами эмоционально-волевой сферы [Текст] / М.С. Староверова, О.И. Кузнецова – М.: Владос, 2014 – 143 с.
34. Черняева, А.В. Программа развития эмоционально-волевой сферы детей 5-7 лет [Текст] / А.В. Черняева. – В.: Учитель, 2013. – 70 с.
35. Шапарь, В. Б. Новейший психологический словарь / В.Б. Шапарь, В.Е. Россоха, О.В. Шапарь. – М.: Феникс, 2009. – 816 с.
36. Mastropieri, M.A. Excerpt from *The Inclusive Classroom: Strategies for Effective Instruction*, by [Text] / M.A. Mastropieri, T.E. Scruggs. –edition, 2007. – 69 p.
37. Blackman, J.A. Attention-deficit/hyperactivity disorder in preschoolers. Does it exist and should we treat it [Text] / J.A. Blackman – *Pediatric Clinics of North America*, 2011. – 1025p.
38. Biederman, J. Behavioral inhibition as a risk factor for anxiety disorders. *Anxiety disorders in children and adolescents* [Text] / J. Biederman, J.F.Rosenbaum, J.Chaloff, J.S. March. – New York: Guilford Press, 2015. – 187 p.
39. Biederman, J.3-year follow-up of children with and without behavioral inhibition [Text] / J. Biederman, J.F. Rosenbaum, E.A. Bolduc-Murphy, S.V. Faraone, J. Chaloff, D.R. Hirshfeld // *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. – № 32, P. 814–821.
40. Adamec, R.E. Behavioral inhibition and anxiety: Dispositional, developmental, and neural aspects of the anxious personality of the domestic cat. In [Text] / R.E. Adamec, C.S. Stark-Adamec. – Chicago, IL: University of Chicago Press. – 324p.

## Приложение А

### Список детей экспериментальной группы

№ п/п	Данные ребенка (имя)	возраст (лет, месяцев)
1.	Никита О.	5 лет 2 месяца
2.	Александр Д.	5 лет 6 месяцев
3.	Валерия М.	5 лет 11 месяца
4.	Мария Л.	5 лет 1 месяц
5.	Дмитрий П.	5 лет 6 месяцев
6.	Ксения И.	5 лет 10 месяцев
7.	Юлия Ш.	5 лет 2 месяца
8.	Анна Р.	5 лет 6 месяцев
9.	Михаил Д.	5 лет 9 месяцев
10.	Вера Т.	5 лет 3 месяца
11.	Виталий Г.	5 лет 4 месяца
12.	Светлана Л.	5 лет 2 месяца
13.	Александр Т.	5 лет 10 месяцев
14.	София С.	5 лет 8 месяцев
15.	Кристина О.	5 лет 10 месяцев
16.	Лиана А.	5 лет 4 месяца
17.	Ольга Ж.	5 лет 2 месяца
18.	Степан Р.	5 лет 2 месяца
19.	Андрей П.	5 лет 4 месяца
20.	Данила В.	5 лет 3 месяца

## Приложение Б

### Список детей контрольной группы

№ п/п	Данные ребенка (имя)	возраст (лет,месяцев)
1.	Кристина М.	5 лет 1 месяц
2.	Аделина Р.	5 лет 6 месяцев
3.	Алина Г.	5 лет 10 месяцев
4.	Ульяна М.	5 лет 4 месяца
5.	Назили Ф.	5 лет 2 месяца
6.	Екатерина Б.	5 лет 2 месяца
7.	Виктория Я.	5 лет 4 месяца
8.	Анастасия Г.	5 лет 6 месяцев
9.	Матвей Г.	5 лет 9 месяцев
10.	Илья У.	5 лет 4 месяца
11.	Платон Д.	5 лет 2 месяца
12.	Николай Р.	5 лет 6 месяцев
13.	Елена Н.	5 лет 10 месяцев
14.	Милана Б.	5 лет 11 месяца
15.	Милана Г.	5 лет 1 месяц
16.	Маргарита С.	5 лет 2 месяца
17.	София Ф.	5 лет 6 месяцев
18.	Андрей Н.	5 лет 2 месяца
19.	Даниил Н.	5 лет 4 месяца
20.	Полина Д.	5 лет 6 месяцев

## Приложение В

Результаты обследования  
по методике Джорджа Бука «Дом. Дерево. Человек»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребёнка	Номер показателя													Колич. (баллы)	Уровень		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
1.	Никита О.	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	3 (4)	средний
2.	Виталий Г.	-	-	-	-	+	-	+	+	+	+	-	+	-	-	-	6 (11)	высокий
3.	Юлия Ш.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	3 (3)	низкий
4.	Мария Л.	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	2 (2)	низкий
5.	Кристина О.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
6.	Ксения И.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	3 (4)	средний
7.	Валерия М.	+	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	6 (10)	высокий
8.	Анна Р.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
9.	Михаил Д.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	3 (4)	средний
10.	Вера Т.	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	-	-	2 (5)	средний
11.	Александр Д.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	3 (5)	средний
12.	Светлана Л.	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	-	-	6 (10)	высокий
13.	Александр Т.	-	+	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-	4 (4)	средний
14.	София С.	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	2 (4)	средний
15.	Дмитрий П.	-	-	+	+	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-	-	6 (13)	высокий
16.	Лиана А.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	3 (4)	средний
17.	Ольга Ж.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0 (0)	низкий
18.	Степан Р.	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	-	-	-	-	3 (4)	средний
19.	Андрей П.	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	-	+	-	4 (7)	средний
20.	Данила В.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	1 (1)	низкий

## Приложение Г

Результаты обследования  
по методике Джорджа Бука «Дом. Дерево. Человек»  
(контрольная группа)

№ п/п	Имя ребёнка	Номер показателя													Колич. (баллы)	Уровень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
1.	Кристина М.	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	3 (4)	средний
2.	Аделина Р.	-	-	-	-	+	-	+	+	+	+	-	+	-	6 (11)	высокий
3.	Алина Г.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+		+	3 (3)	низкий
4.	Ульяна М.	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	2 (2)	низкий
5.	Назили Ф.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
6.	Екатерина Б.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (4)	средний
7.	Виктория Я.	+	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+	6 (10)	высокий
8.	Анастасия Г.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
9.	Матвей Г.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (4)	средний
10.	Илья У.	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	2 (5)	низкий
11.	Платон Д.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (5)	средний
12.	Николай Р.	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	6 (10)	высокий
13.	Елена Н.	-	+	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	4 (4)	низкий
14.	Милана Б.	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	2 (4)	средний
15.	Милана Г.	-	-	+	+	-	-	-	+	+	-	+	+	-	6 (13)	высокий
16.	Маргарита С.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+		+	3 (4)	средний
17.	София Ф.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0 (0)	низкий
18.	Андрей Н.	+	-	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	5 (10)	средний
19.	Даниил Н.	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	+	4 (7)	низкий
20.	Полина Д.	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	+	-	3 (5)	средний

## Приложение Д

Результаты обследования по методике М.А. Панфиловой «Кактус»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Номер показателя														Количество показателей
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1.	Никита О.	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	2
2.	Виталий Г.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	+	-	8
3.	Юлия Ш.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	5
4.	Мария Л.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	4
5.	Кристина О.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	4
6.	Ксения И.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	3
7.	Валерия М.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	7
8.	Анна Р.	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	2
9.	Михаил Д.	+	-	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	-	6
10.	Вера Т.	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	3
11.	Александр Д.	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+	2
12.	Светлана Л.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	7
13.	Александр Т.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+	4
14.	София С.	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	+	-	5
15.	Дмитрий П.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	+	+	-	7
16.	Лиана А.	-	-	-	+	-	-	+	+	-	-	+	+	-	-	4
17.	Ольга Ж.	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
18.	Степан Р.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	+	5
19.	Андрей П.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	+	4
20.	Данила В.	-	-	-	+	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	2

## Приложение Е

Результаты обследования по методике М.А. Панфиловой «Кактус»  
(контрольная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Номер показателя														Количество показателей
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1.	Кристина М.	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	+	2
2.	Аделина Р.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	+	-	8
3.	Алина Г.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	5
4.	Ульяна М.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	-	+	-	-	4
5.	Назили Ф.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	4
6.	Екатерина Б.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	3
7.	Виктория Я.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	7
8.	Анастасия Г.	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	2
9.	Матвей Г.	+	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	-	-	-	7
10.	Илья У.	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	3
11.	Платон Д.	-	-	-	+	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+	3
12.	Николай Р.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	7
13.	Елена Н.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	-	6
14.	Милана Б.	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	+	-	5
15.	Милана Г.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	+	+	-	7
16.	Маргарита С.	-	-	-	+	-	-	+	+	-	-	+	+	-	-	4
17.	София Ф.	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
18.	Андрей Н.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	+	5
19.	Даниил Н.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	+	4
20.	Полина Д.	-	-	-	+	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	2

## Приложение Ж

Результаты обследования  
по методике Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена «Тест тревожности»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Количество выборов грустного лица	Индекс тревожности	Уровень тревожности
1.	Никита О.	6	43%	средний
2.	Виталий Г.	11	78%	высокий
3.	Юлия Ш.	7	50%	средний
4.	Мария Л.	6	43%	средний
5.	Кристина О.	6	43%	средний
6.	Ксения И.	7	50%	средний
7.	Валерия М.	12	85%	высокий
8.	Анна Р.	6	43%	средний
9.	Михаил Д.	2	14%	низкий
10.	Вера Т.	11	78%	высокий
11.	Александр Д.	2	14%	низкий
12.	Светлана Л.	2	14%	низкий
13.	Александр Т.	2	14%	низкий
14.	София С.	5	35%	средний
15.	Дмитрий П.	13	93%	высокий
16.	Лиана А.	7	50%	средний
17.	Ольга Ж.	1	7%	низкий
18.	Степан Р.	1	7%	низкий
19.	Андрей П.	7	50%	средний
20.	Данила В.	5	35%	средний

## Приложение И

Результаты обследования  
по методике Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена «Тест тревожности»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Количество выборов грустного лица	Индекс тревожности	Уровень тревожности
1.	Кристина М.	6	43%	средний
2.	Аделина Р.	11	78%	высокий
3.	Алина Г.	7	50%	средний
4.	Ульяна М.	6	43%	средний
5.	Назили Ф.	6	43%	средний
6.	Екатерина Б.	7	50%	средний
7.	Виктория Я.	12	85%	высокий
8.	Анастасия Г.	6	43%	средний
9.	Матвей Г.	2	14%	низкий
10.	Илья У.	1	7%	низкий
11.	Платон Д.	2	14%	низкий
12.	Николай Р.	2	14%	низкий
13.	Елена Н.	2	14%	низкий
14.	Милана Б.	5	35%	средний
15.	Милана Г.	13	93%	высокий
16.	Маргарита С.	2	14%	низкий
17.	София Ф.	1	7%	низкий
18.	Андрей Н.	1	7%	низкий
19.	Даниил Н.	7	50%	средний
20.	Полина Д.	5	35%	средний

## Приложение К

Анкета к методике Т.А. Данилиной

«Наблюдение за особенностями эмоциональных проявлений у ребёнка»

(модификация)

Уважаемые родители! Просим Вас ответить на вопросы анкеты и отметить удобным для Вас способом, выбранный ответ. Ваши и искренние ответы позволят нам определить направления психолого-педагогической работы с вашими детьми в вопросах развития их эмоциональной сферы и подготовить рекомендации индивидуального характера для каждого ребенка.

Имя ребёнка \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

1. Как засыпает Ваш ребёнок?

- очень быстро
- требуется время (от 30 мин. и больше)
- просит, чтобы с ним кто – то посидел
- просит, чтобы оставили свет включенным

2. Во время сна Ваш ребенок:

- спокоен, не просыпается без нужды
- беспокоен, часто меняет положение тела
- крутится во сне, вскрикивает
- может заплакать во сне
- может заговаривать во сне

3. Какое настроение у ребенка утром, после пробуждения?

- веселое, спокойное состояние
- раздражительное состояние
- ребенок может долго плакать, не объясняя причин
- грустное

1. Как Вы считает, зачем ребенку посещать детский сад?

- не сидеть одному дома
- для подготовки к последующему обучению в школе
- что бы научиться общаться со сверстниками
- для развития способностей ребенка
- другое

5. С каким настроением Ваш ребёнок идет в детский сад?

- радостным
- отсутствует желание идти в детский сад
- предпочитает оставаться дома
- капризы, истерика

6. Какова причина отсутствия желания ребёнка идти в детский сад?

- непонимание со стороны воспитателя
- сильная привязанность к матери
- не выспался
- трудности в общении со сверстниками

1. Как часто Ваш ребенок испытывает страх?

- часто
- иногда
- не испытывает

2. В каких ситуациях Вы наблюдаете страх у ребенка?

- в темном помещении
- когда кто – то громко кричит, ругает ребенка
- без причины
- при прослушивании страшной истории, сказки
- при встрече с животными, насекомыми и др.

3. В чем проявляется страх у ребенка?

- ребенок плачет
- ребенок может убежать
- ребенок может испытывать ярость

- постарается спрятаться
- может позвать взрослых на помощь
- старается справиться со страхом самостоятельно

4. Какова реакция Вашего ребенка на агрессивное поведение сверстников или взрослых (ругают, кричат, отнимают что – то, угрозы и др.)?

- постарается отойти от обидчика
- ответная реакция похожего плана
- вызывающее веселье, смех
- проявления гнева, ярости (кидает игрушки, гримасничает, обзывается).

обзывается).

- начинает плакать
- может замкнуться, испытывает желание уединиться

5. Какое состояние чаще всего испытывает Ваш ребенок?

- спокойствие
- плаксивость
- возбуждение
- безразличие

12. Сколько необходимо времени ребенку сто бы успокоится, после пережитого страха, тревоги, гнева?

- от 10 мин до получаса
- более часа
- более суток

13. Каковы взаимоотношения с животными у Вашего ребенка?

- любит играть с ними, доброжелателен к животным
- испытывает сильное эмоциональное возбуждение от встречи с ними
- боится животных
- агрессивно к ним настроен
- безразличен

14. Каково эмоциональное состояние ребенка в процессе общения со сверстниками?

- агрессия
- безразличие
- доброжелательность
- эмоциональное возбуждение

15. Делится ли Вами ребенок своими впечатлениями от проведенного в садике дня?

- да
- иногда
- нет

16. Часто ребенок жалуется на трудности в общении со сверстниками?

- да
- иногда
- нет
- да, рассказывает, что дети не берут его в игру
- обижают
- не дружат
- отбирают игрушку
- громко кричат

17. Способен ли Ваш доказать свою точку зрения перед взрослыми?

- да
- не всегда
- нет

18. Умеет ли Ваш ребенок доказать свою точку зрения перед сверстниками?

- да
- часто
- иногда
- нет

19. При помощи чего Ваш ребенок может отстаивать свои интересы?

- используя аргументы

- уговорами и просьбами
- может вежливо попросить
- использует физические способы (отнять игрушку, отодвинуть человека, оттолкнуть и др.)
- при помощи слез, истерик

20. Всегда ли вы согласны с супругом (ой) в вопросах развития эмоциональной сферы ребенка?

- всегда
- иногда
- нет

Благодарим Вас за искренние ответы.

Желаем успехов в воспитании и развитии эмоциональной сферы Вашего ребёнка!

## Приложение Л

### Образовательная программа (план) деятельности (формирующий эксперимент)

№ П/П	Название блоков, тем	Дата	Количество часов	
			общее	в том числе
1	Психолого-педагогическое обследование	Октябрь	2	
2	<b>Блок «Овладение детьми языком эмоций»</b>		8	
	1 «Волшебный мир эмоций» (знакомство)	Октябрь		1
	2 «Мое цветное настроение»	Октябрь		1
	3 «Что мне делать с этим настроением?»	Октябрь		1
	4 «Веселые минутки»	Октябрь		1
	5 «Волшебная история»	Ноябрь		1
	6 «Путешествие в чудесную страну»	Ноябрь		1
	7 «Посмотри вокруг»	Ноябрь		1
	8 Итоговое занятие «Я знаю ...»	Ноябрь		1
3	<b>Блок «Формирование умения осуществлять адекватное взаимодействие»</b>		8	
	9 «Веселые куклы»	Декабрь		1
	10 «Раз, два, три...»	Декабрь		1
	11 «Согреем гостей с севера»	Декабрь		1
	12 «Как быть, если...»	Декабрь		1
	13 «Подари радость»	Декабрь		1
	14 «Вместе мы сила»	Январь		1
	15 «Моя сила»	Январь		1
	16 Итоговое занятие «Подарок моей мечты»	Январь		1

<b>4</b>		<b>Блок «Профилактика повышенной тревожности и страхов»</b>		8	
	17	Сухой песок «Мое настроение»	Февраль		1
	18	Сухой песок «Солнечные ладошки»	Февраль		1
	19	Сухой песок «Я не боюсь»	Февраль		1
	20	Сухой песок «Море - море»	Февраль		1
	21	Сухой песок «Чудесная картина»	Февраль		1
	22	Сухой песок «Сокровище»	Март		1
	23	Влажный песок «Мы знаем – мы умеем»	Март		1
	24	Итоговое занятие «Давай покажем »	Март		1
<b>6</b>	25	<b>Итоговое занятие всего курса</b>		1	1
		Выставка детских работ «Мои мечты»	Март	1	1
<b>7</b>		Психолого-педагогическое обследование	Апрель	2	

## Приложение М

Конспект занятия для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Тема «Волшебный мир эмоций»

Занятие предназначено для детей 5-6 лет, направлено на развитие эмоциональной, коммуникативной, личностной, волевой сферы. Занятие включает в себя игровые упражнения, направленные на создание комфортной психологической среды для ребенка.

Цели:

1. Развитие умения выделять различные эмоциональные состояния по внешним признакам через мимику, пантомимику, интонацию.
2. Формирование навыков адекватного эмоционального отреагирования на различные ситуации коммуникации.

Задачи

- Создать психологи комфортную обстановку в группе.
- Способствовать развитию у детей умения расслабляться, овладению простейшими приемами регуляции собственного эмоционального состояния, релаксации, снятие психического напряжения.
- Совершенствовать умение выделять эмоциональное состояние персонажа на картинке, в видеофрагменте.
- Развивать умение проявлять адекватные эмоциональные реакции в процессе игрового взаимодействия.

Оборудование:

- лист обоев длиной 1,5 м.;
- картинки с изображением персонажей;
- видеофрагмент «Поссорились»;
- набор фломастеров 12 цветов;
- магнитофон, аудиозаписи «Мокрый лепесток», «Волшебная дорога», «Барбарики»;

- мягкие подушки по количеству детей, морская ракушка.

Предварительная работа.

1. Знакомство с эмоциями на занятиях.
2. Чтение художественных произведений, Рассказ В. Осеева «Волшебное слово», сказка «Жихарка», «Сказка о рыбаке и золотой рыбке» и т.д.

3. Работа с пиктограммами.

Ход занятия:

Ритуал приветствия:

Педагог-психолог:

Доброе утро мои маленькие друзья! Я рада видеть Вас!

- Дети, возьмитесь за руки, посмотрите друг на друга, подарите улыбку друг другу, ощутите тепло рук друзей.

- Ребят, посмотрите, что у меня в руках?

- Да, это морская ракушка, она шепчет мне волшебные добрые слова, которыми можно поприветствовать друг друга.

Упражнение «Я рад (а), что вместе мы»

- Друзья сейчас мы будем передавать эту ракушку друг другу, и произносить добрые слова. (Дети передают ракушку по кругу)

- Ребята, вам понравилась игра? Приятно Вам было слушать в свой адрес добрые слова? (радостное, хорошее)

- Друзья, наша ракушка предлагает нам отправиться в путешествие на планету радостных эмоций. Путь туда и на пути нам встретятся трудности. Вы готовы отправиться в путешествие? Присаживайтесь на наш разноцветный ковер-самолет и мы отправляемся. Закрываем глаза, представьте, что мы летим на нашем ковре-самолете. Вот под нами волшебный синий лес, быстрая река, высокие горы (звучит музыка).

Станция «Настроение»

Педагог-психолог:

Чувства разные бывают у зверей, у рыбок, птиц и у людей. Настроение на всех влияет, это факт. Кому-то грустно, кто-то рад, один испуган, другой сердит. И поможет нам во всем «Азбука настроения».

-Ребята, посмотрите, здесь растет необычное дерево. Подойдем поближе? На дереве яблоки, да не простые, а яблоки с настроением. Помогите мне определить какое настроение вот у этого яблока. Дети играют в игру «Скажи какое настроение у яблока», по очереди выбирает яблоко и определяет его настроение, состояние. Другие участнику по предложению взрослого могут добавлять и озвучивать свои варианты ответа

Игра «Кто здесь лишний»

Педагог показывает детям три картинки с изображенными на них персонажами, испытывающими различные состояния и предлагает убрать лишнюю картинку, не подходящую к пиктограмме. – Здесь, девочки и мальчики, есть пиктограмма и три картинки с эмоциями.

- Очень хорошо! Вы справились с заданием просто отлично! Молодцы! Отправляемся дальше. (Дети располагаются на волшебном ковре – самолете).

Станция «Сказочная»

- Ребята кто из вас любит сказки? Какие сказки вы знаете?

- Как меняется ваше настроение, когда вам читают их? Ваше настроение зависит от сюжета?

- А давайте, поиграем, я буду вам читать отрывки из сказок, а ваша задача показать настроение, которое вы испытываете от них. Громко хлопайте в ладоши, если радостное, топайте ногами если грустное.

Готовы? Слушаете.

Педагог читает несколько отрывков из русской народной сказки «Царевна лягушка» и др. Дети показывают свое настроение мимикой, жестами, возгласами.

- Очень хорошо, ребята. Готовы отправляться дальше? Посмотрите ребята, что это?

Игра «Парашют»

Дети располагаются вокруг «парашюта», берутся за его петли, в центре «парашюта» педагог помещает воздушный шарик. Задача детей вместе заставить шарик взлететь и опуститься обратно.

- Ребята, вам понравилось играть? А получилось ли поиграть в нее одному?

- Значит, вместе играть веселее и интереснее.

- Отправляемся дальше

Планета радостных эмоций.

Ребята вот и планета радостных эмоций. Мы прибыли.

- Ребята на этой планете есть жители. Как вы думаете, какие они?  
(радостные, веселые).

- Как вы думаете, что едят жители этой планеты? (радостные сладости).

- Ребята а у нас есть большой лист, на котором я предлагаю вам нарисовать жителя радостной планеты. Педагог предлагает детям расположиться на полу, обвести контур тела от головы до пяток.

- Ребята, как нам сделать его радостным? Готовы?

- Лицо, что с ним происходит когда вы рады кого-то видеть? Правильно. Появляется улыбка. Педагог предлагает одному из детей изобразить на листе улыбку.

- Нарисуйте что еще необходимо жителю радостной планеты. Дети рисуют все необходимое – рот, нос, волосы, уши. Прекрасно! Далее фигура прикрепляется на стенде, предлагается детям рассмотреть результат стараний.

- Ребята как вы считаете, какая музыка нравится жителям планеты, любят ли танцевать? (ответы детей)

- А давайте придумаем движения для жителей этой планеты? Давайте, потанцуем как жители радостной планеты. (Дети двигаются под веселую музыку).

- Какой зажигательный танец вы станцевали. Очень мне понравилось с вами, мои друзья путешествовать, но пришло время возвращаться. Закрываем глаза и считаем до трех. Вот мы и вернулись.

Рефлексия.

Педагог предлагает детям расположиться по кругу и передавать ракушку.

- Саша, поделись с нами, расскажи, что понравилось тебе в нашем путешествии? Расскажи нам о своем настроении?

Таким образом, описывает свои чувства каждый участник.

Педагог-психолог: Друзья, я рада, что вам все понравилось, я с удовольствием путешествовали в вашей компании. Мы сегодня узнали много интересного. Я желаю вам хорошего радостного настроения, знаю, что вы будете дружно и уважительно друг к другу относиться. Жду вас на следующем занятии.

## Приложение Н

Результаты обследования на контрольном этапе эксперимента  
по методике Джорджа Бука «Дом. Дерево. Человек»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребёнка	Номер показателя													Колич. (баллы)	Уровень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
1.	Никита О.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
2.	Виталий Г.	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	-	-	2 (5)	средний
3.	Юлия Ш.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	1 (1)	низкий
4.	Мария Л.	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	2 (2)	низкий
5.	Кристина О.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
6.	Ксения И.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (4)	низкий
7.	Валерия М.	+	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+	6 (10)	высокий
8.	Анна Р.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
9.	Михаил Д.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	2 (2)	низкий
10.	Вера Т.	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	2 (5)	средний
11.	Александр Д.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
12.	Светлана Л.	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	6 (10)	высокий
13.	Александр Т.	-	+	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	4 (4)	средний
14.	София С.	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	2 (4)	средний
15.	Дмитрий П.	-	-	-	+	-	-	-	+	-	-	+	+	+	3 (4)	средний
16.	Лиана А.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (4)	средний
17.	Ольга Ж.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0 (0)	низкий
18.	Степан Р.	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	-	-	3 (4)	средний
19.	Андрей П.	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	+	4 (7)	средний
20.	Данила В.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	1 (1)	низкий

## Приложение О

Результаты обследования на контрольном этапе эксперимента  
по методике Джорджа Бука «Дом. Дерево. Человек»  
(контрольная группа)

№ п/п	Имя ребёнка	Номер показателя													Колич. (баллы)	Уровень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
1.	Кристина М.	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	3 (4)	средний
2.	Аделина Р.	-	-	-	-	+	-	+	+	+	+	-	+	-	6 (11)	высокий
3.	Алина Г.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+		+	3 (3)	низкий
4.	Ульяна М.	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	2 (2)	низкий
5.	Назили Ф.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
6.	Екатерина Б.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (4)	средний
7.	Виктория Я.	+	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+	6 (10)	высокий
8.	Анастасия Г.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1 (1)	низкий
9.	Матвей Г.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (4)	средний
10.	Илья У.	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	2 (5)	низкий
11.	Платон Д.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	3 (5)	средний
12.	Николай Р.	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	6 (10)	высокий
13.	Елена Н.	-	+	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	4 (4)	низкий
14.	Милана Б.	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	2 (4)	средний
15.	Милана Г.	-	-	+	+	-	-	-	+	+	-	+	+	-	6 (13)	высокий
16.	Маргарита С.	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+		+	3 (4)	средний
17.	София Ф.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0 (0)	низкий
18.	Андрей Н.	+	-	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	5 (10)	средний
19.	Даниил Н.	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	+	4 (7)	низкий
20.	Полина Д.	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	+	-	3 (5)	средний

## Приложение II

Результаты обследования на контрольном этапе эксперимента  
по методике М.А. Панфиловой «Кактус»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Номер показателя														Количество показателей
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1.	Никита О.	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	2
2.	Виталий Г.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	+	-	8
3.	Юлия Ш.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	5
4.	Мария Л.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	4
5.	Кристина О.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	4
6.	Ксения И.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	3
7.	Валерия М.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	7
8.	Анна Р.	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	2
9.	Михаил Д.	+	-	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	-	6
10.	Вера Т.	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	3
11.	Александр Д.	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+	2
12.	Светлана Л.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	5
13.	Александр Т.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+	4
14.	София С.	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	+	-	5
15.	Дмитрий П.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	+	+	-	5
16.	Лиана А.	-	-	-	+	-	-	+	+	-	-	+	+	-	-	4
17.	Ольга Ж.	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
18.	Степан Р.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	+	5
19.	Андрей П.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	+	4
20.	Данила В.	-	-	-	+	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	2

## Приложение Р

Результаты обследования на контрольном этапе эксперимента  
по методике М.А. Панфиловой «Кактус»  
(контрольная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Номер показателя														Количество показателей
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1.	Кристина М.	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	+	2
2.	Аделина Р.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	+	-	8
3.	Алина Г.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	5
4.	Ульяна М.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	-	+	-	-	4
5.	Назили Ф.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	4
6.	Екатерина Б.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	3
7.	Виктория Я.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	7
8.	Анастасия Г.	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	2
9.	Матвей Г.	+	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	-	-	-	7
10.	Илья У.	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	3
11.	Платон Д.	-	-	-	+	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+	3
12.	Николай Р.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	7
13.	Елена Н.	-	+	-	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	-	6
14.	Милана Б.	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	+	-	5
15.	Милана Г.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	+	+	-	7
16.	Маргарита С.	-	-	-	+	-	-	+	+	-	-	+	+	-	-	4
17.	София Ф.	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
18.	Андрей Н.	-	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	+	5
19.	Даниил Н.	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	+	4
20.	Полина Д.	-	-	-	+	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	2

## Приложение С

Результаты обследования на контрольном этапе эксперимента  
по методике Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена «Тест тревожности»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Количество выборов грустного лица	Индекс тревожности	Уровень тревожности
1.	Никита О.	6	43%	средний
2.	Виталий Г.	11	78%	высокий
3.	Юлия Ш.	7	50%	средний
4.	Мария Л.	6	43%	средний
5.	Кристина О.	6	43%	средний
6.	Ксения И.	7	50%	средний
7.	Валерия М.	12	85%	высокий
8.	Анна Р.	6	43%	средний
9.	Михаил Д.	6	43%	средний
10.	Вера Т.	7	50%	средний
11.	Александр Д.	2	14%	низкий
12.	Светлана Л.	6	43%	средний
13.	Александр Т.	2	14%	низкий
14.	София С.	5	35%	средний
15.	Дмитрий П.	6	43%	средний
16.	Лиана А.	7	50%	средний
17.	Ольга Ж.	1	7%	низкий
18.	Степан Р.	5	35%	средний
19.	Андрей П.	7	50%	средний
20.	Данила В.	5	35%	средний

## Приложение Т

Результаты обследования на контрольном этапе эксперимента  
по методике Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена «Тест тревожности»  
(экспериментальная группа)

№ п/п	Имя ребенка	Количество выборов грустного лица	Индекс тревожности	Уровень тревожности
1.	Кристина М.	6	43%	средний
2.	Аделина Р.	11	78%	высокий
3.	Алина Г.	7	50%	средний
4.	Ульяна М.	6	43%	средний
5.	Назили Ф.	6	43%	средний
6.	Екатерина Б.	7	50%	средний
7.	Виктория Я.	12	85%	высокий
8.	Анастасия Г.	6	43%	средний
9.	Матвей Г.	2	14%	низкий
10.	Илья У.	1	7%	низкий
11.	Платон Д.	2	14%	низкий
12.	Николай Р.	2	14%	низкий
13.	Елена Н.	2	14%	низкий
14.	Милана Б.	5	35%	средний
15.	Милана Г.	13	93%	высокий
16.	Маргарита С.	2	14%	низкий
17.	София Ф.	1	7%	низкий
18.	Андрей Н.	1	7%	низкий
19.	Даниил Н.	7	50%	средний
20.	Полина Д.	5	35%	средний