

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №30 комбинированного вида.

Рассмотрено:

Педагогический совет:

Протокол № \_1\_ от 27.08. 2020 г.

*Обобщение психолого-педагогического опыта работы по теме:  
«Арт - терапия как средство эмоциональной саморегуляции личности старшего  
дошкольника с ТНР»*

Педагога-психолога МБДОУ №30  
Рыжовой Натальи Евгеньевны

2020г.

2020г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Актуальность опыта.....	5
2. Научно - методологический аппарат.....	8
3. Этапы исследования.....	9
4. Теоретико - методологические основы исследования эмоциональной саморегуляции.....	10
5. Арт-терапия как метод психолого-педагогической коррекции .....	14
6. Новизна опыта .....	15
7. Экспериментальное изучение влияние арт - терапии на уровень эмоциональной саморегуляции личности старшего дошкольника с ТНР.....	18
8. Заключение.....	35
9. Адресная направленность.....	36
10. Список литературы.....	37
11. Приложение.....	38

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ОПЫТА.**

Среди глобальных проблем человечества особое место занимает психическое и физическое здоровье детей. Многочисленные подходы к решению этой проблемы чаще всего основываются на изучении внешних факторов.

Наряду с этим, значительно менее изучены внутренние факторы, влияющие на психическое здоровье детей, становление исходно благополучной психики и важнейшие условия, определяющие это благополучие. В качестве одного из таких внутренних факторов, являющихся основополагающим регулятором психики ребёнка, а соответственно и его здоровья, можно рассматривать эмоциональную сферу, как сложно организованную систему регуляции поведения и деятельности. Ежегодное диагностирование психического уровня развития детей в МБДОУ №30», констатирует наличие у детей таких нарушений эмоционально-волевой сфере, как:

- страхи, не являющиеся возрастными, тревожность, мнительность;
- болезненная чувствительность, впечатлительность;
- застревание на отрицательных эмоциях;
- устойчивое негативное отношение к общению, конфликтность;
- недоверие к окружающим, жестокость;
- повышенная агрессивность;
- снижение активности, самостоятельности, инициативности детей;
- отсутствие или недостаточное развитие навыков адекватного проявления эмоциональных переживаний, навыков саморегуляции поведения.

В комплексе данные проблемы приводят к несформированности эмоциональной саморегуляции дошкольников.

По мнению А.А.Ершова, саморегуляция понимается как свойство личности, проявляемое в способности, во-первых, сохранять свою целостность, единство психических явлений, движение к сознательно поставленной цели, равновесие внутренних и внешних сил, во-вторых, целенаправленно самоизменяться, развивать свое «Я», отдельные черты, потребности, стиль поведения.

**Эмоциональная саморегуляция** — это способность эмоционально реагировать на жизненные события социально приемлемым образом, сохраняя достаточную гибкость. Изучение стиля родительского поведения у родителей, обратившихся к психологу в связи с эмоциональными нарушениями детей, проблемами в поведении и т.д., выявляет наличие признаков дисгармонии родительско - детских отношений.

Таким образом, данная проблема не теряет своей актуальности. Поэтому необходим поиск новых здоровьесберегающих технологий, позволяющих сбалансировать эмоциональное состояние, показать наиболее приемлемые способы эмоциональных реакций и т.п.

Анализ профессиональной деятельности педагогов и специалистов в ДОО, с учетом ФГОС, показывает, что становится недостаточно использовать только традиционные приемы компенсации и коррекции отклонений в развитии. В связи с этим возникает необходимость поиска новых эффективных способов работы, применение новых форм и методов. Наряду с использованием традиционных методов, важную роль в преодолении трудностей развития могут сыграть методы арт-терапии. В связи с чем, в настоящее время все более активно применяется такой инновационный здоровьесберегающий подход, как психотерапия искусством.

Воздействие посредством изобразительного творчества - арт-терапия или «терапия творческим самовыражением».

Арт-терапия как метод психологической коррекции эмоциональной саморегуляции основывается на том, что состояние внутреннего «Я» ребенка отражается в продуктах его творчества, избавляя от чрезмерного напряжения, внутреннего конфликта, позволяет «выплеснуть»

негативные переживания, гармонизирует внутреннее состояние. В продуктивной творческой деятельности ребенок получает возможность не только уменьшить излишнее возбуждение, тревожность, агрессивность, недоверие к окружающему миру, но и обрести уверенность в себе и успех, а также связанные с ним положительные переживания и образцы поведения.

Кроме того, одной из наиболее значимых характеристик арт-терапевтического взаимодействия является опыт позитивной совместной деятельности, развитие коммуникативной активности, актуализации ролей «зритель - художник», придание ценности детским переживаниям. Психотерапевтическим воздействием сотворчества на эмоциональное, а также нравственное развитие личности занимались А.И. Аржанова, И.П. Воропаева, В.Г. Нечаева, Р.В. Овчарова, Н.Э. Фаас.

Таким образом, Арт - терапия обладает возможностями мягкой гуманной поддержки личности ребенка, развивает его способности к самопознанию (Дж. Аллан, М. Бурно, А.И. Копытин, Л.Д. Лебедева, Ловенфельд, Е.Г. Макарова) .

Актуальность опыта заключается в использовании методов Арт - терапии в рамках учебно-воспитательного процесса дошкольного учреждения с целью профилактики и коррекции негативных эмоциональных состояний детей – дошкольников, развитие эмоциональной саморегуляции, что обусловило выбор темы творческой темы: «Арт - терапия как средство эмоциональной саморегуляции личности дошкольника»

Работа в данном направлении соответствует принципам ФГОС и способствует разностороннему развитию детей с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей.

**Ведущая идея опыта:** *целенаправленное и системное использование метода арт - терапии в качестве средства эмоционального воздействия способно корректировать уровень эмоциональной саморегуляции дошкольников.*

**Цель:** исследование влияния метода арт - терапии на эмоциональную саморегуляцию личности дошкольника, разработка новых форм и методов работы в данном направлении, обобщение психолого-педагогического опыта по теме исследования.

**Объект:** саморегуляция как психологический феномен.

**Предмет:** арт - терапия как средство эмоциональной саморегуляции личности старшего дошкольника с ТНР.

**Гипотеза исследования** имеет сложный характер и содержит следующие допущения:

- Существует связь между методами арт- терапии и эмоциональной саморегуляцией.
- Целенаправленное и системное использование арт - терапии в качестве средства психотерапевтического воздействия способно корректировать уровень эмоциональной саморегуляции старших дошкольников с ТНР;
- Возможно развитие уровня эмоциональной саморегуляции ребенка в условиях формирующего эксперимента, если учитывать следующие факторы: взаимодействие должно быть активным и индивидуализированным; развитие навыков эмоциональной саморегуляции посредством арт-терапии должно быть системным, а взаимодействие специально организованным; использование определенных методов должно быть разнообразным и варьироваться, в зависимости от особенностей эмоциональной вовлеченности дошкольника.

**Задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ литературных источников по проблеме исследования.
2. Выявить специфику использования методов арт - терапии, в качестве средства коррекции эмоциональной саморегуляции.
3. Экспериментально исследовать влияние метода арт - терапии на уровень саморегуляции личности дошкольника.

**Методы исследования:** теоретический анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования, эксперимент, наблюдение, психодиагностические методы, методы математической статистики.

Теоретико-методологической основой исследования явились принципы личностного подхода, единства теории и практики, системности, принцип развития.

**Этапы исследования:**

В ходе нашей работы, в соответствии с поставленными задачами, были реализованы следующие этапы исследования:

№	Вид работы	Сроки, база
1 Этап	Изучение психолого-педагогической литературы по теме исследования, формулирование и определение цели, объекта, предмета, задач исследования;	сентябрь 2017г. - ноябрь, 2017г.
2 Этап	Разработка и систематизация практического материала, определение содержания коррекционно-развивающих, выбор методов арт - терапии.	декабрь, 2017г. - февраль, 2018г.
3 Этап	Опытно-экспериментальная апробация разработанного содержания;	февраль 2018г. - май 2018г. База исследования: МБДОУ №30 группа компенсирующей направленности для детей с ТНР <ul style="list-style-type: none"> <li>• октябрь 2017- май 2018 г.</li> <li>• октябрь 2018г.- май 2019г.</li> <li>• октябрь 2019г.- май 2020г.</li> </ul>
4 Этап	Обобщение психолого-педагогического опыта по теме исследования	

В соответствии с целью и задачами экспериментальной работы была разработана система групповых коррекционно-развивающих занятий, имеющих определенную тематическую направленность в зависимости от возрастной категории дошкольников.

**Теоретико - методологические основы исследования эмоциональной саморегуляции**

Исследование проблемы саморегуляции является одной из наиболее актуальной в отечественной психологии. Ее проблематика привлекает внимание многих психологов, занимающихся вопросами личности и ее индивидуальных отличий (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, А.В. Брушлинский, К. А. Абульханова, Б.Г. Ананьев, Б.М. Теплов, В.Н. Дружинин, В.П., Зинченко, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, Е.Д. Божович, Б.Д. Эльконин, А.Маслоу, К. Роджерс, Э. Берн и др.), она имеет определенный исторический базис в философии (Аристотель, Ф. Гегель, И. Кант, Н.Н. Бердяев и др.) и психологии .

Согласно О.А. Конопкину, саморегуляция целенаправленной активности выступает как наиболее общая и сущностная функция целостной психики человека. Таким образом, проблема психической саморегуляции является одной из наиболее глобальных и фундаментальных проблем общей психологии.

Ее исследование открывает большие возможности для понимания и объяснения общих закономерностей построения и реализации человеком своей произвольной активности, для определения условий успешного психического развития ребенка, для исследования индивидуально-

типических особенностей деятельности и поведения, для продуктивного участия в решении широкого спектра очень разнообразных практических задач.

Понимание данной проблемы особенно важно для участников педагогического процесса, осуществляющих непосредственное общение с дошкольниками, так как именно в данном возрасте происходит наиболее интенсивное развитие активной психической саморегуляции. Саморегуляция - это одно из важнейших новообразований личности ребенка, определяющее ее дальнейшее становление. Происходит развитие самосознания, ориентировка личности на собственную оценку.

В последнее время в современной психологии выделяется новый, вид саморегуляции - эмоциональная саморегуляция.

Навыки эмоциональной саморегуляции - одно из наиболее важных и сложных новообразований дошкольного возраста, который характеризуется формированием процессов индивидуализации.

Существует три условно выделяемых класса эмоциональных переживаний: эмоции, чувства и аффекты.

Эмоции – это своеобразные состояния психики, накладывающие отпечаток на жизнь, деятельность, поступки и поведение человека.

В большом психологическом словаре эмоции рассматриваются как особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности. К классу эмоций относятся настроения, чувства, аффекты, страсти, стрессы. Это так называемые «чистые» эмоции. Они включены во все психические процессы и состояния человека».

Чувство, по мнению Ю. Саенко, представляет собой устойчивое отношение человека к личностно значимому, представляющему для него ценность объекту или событию. Это эмоции, возникающие на базе социальных и духовных потребностей. Чувства, в отличие от эмоций, выражающих отношение к ситуациям, относятся к личностно значимым объектам. Эмоции и чувства могут не совпадать и даже противоречить друг другу. Чувства, по мнению автора, характеризуются устойчивостью, длительностью, принадлежностью к чертам личности, а эмоции кратковременны, они непосредственно переживаются в данный момент.

В психологии выделяют компоненты *эмоций*:

1. Переживание - отражение субъектом своих собственных состояний.
2. Физиологический компонент. Он имеет следующие проявления: изменение вегетативных показателей, секреторные реакции, расстройства пищеварительной системы, электрическая активность мозга, химический и гормональный состав крови, мочи, слюны и т.д.
3. Мышечные реакции - мышечное напряжение, гипертонус мышц и т.д.

Экспрессивный компонент – мимические, сенсомоторные, звуковые.

Рассмотрим основные функции эмоций: функция оценки, функция побуждения, регулирующая функция, функция активации, экспрессивная функция.

Ю.В. Саенко полагает, что регуляция эмоций - осознание человеком своих эмоциональных переживаний, биологически и социально целесообразное их использование для достижения цели и удовлетворения потребности. Эмоциональная саморегуляция подразумевает применение знания о своих эмоциях для решения проблемы о которой они сигнализируют. Предполагается максимально возможное внешнее выражение, разрядку эмоциональных состояний конструктивными способами, которые не нарушают права и свободы других людей. Эмоциональная саморегуляция - это преобразование деструктивных эмоций в конструктивные, то есть способствующие продуктивному осуществлению текущих или предстоящих деятельности и общению.

А.В. Болотовой отмечается, что регуляция эмоций не означает контроль их внешней экспрессии, соответствующей общественным стереотипам, накладывающий запрет на открытое эмоциональное выражение, что особенно касается отрицательных эмоций. Это не подавление или вытеснение эмоций, а конструктивное их преобразование .

Особенностью эмоциональной саморегуляции дошкольников является первоначальное формирование данной система. Уровень сформированности эмоциональной саморегуляции является ключевым показателем в освоении базовых учебных навыков, коммуникативной сферы. Таким образом, развитие эмоциональной саморегуляции - одна из центральных линий работы педагога-психолога в ДОО. Разнообразие видов деятельности, которые осваивает дошкольник, объединяет одно - в них формируется важнейшее личностное новообразование этого возраста - произвольная регуляция поведения и деятельности, способность к самоконтролю.

Эмоциональная сфера ребенка, как и другая, не дана ему от рождения, она находится в процессе формирования и становления.

Эмоции носят адаптационную функцию, участвуют в формировании социальных взаимодействий и привязанностей. Они влияют на будущее поведение человека, способствуют социальному и нравственному развитию. Именно поэтому так важно научить ребенка уже в дошкольном возрасте управлять своими чувствами и эмоциями, регулировать их самому.

Приобретает актуальность коррекция уровня эмоциональной саморегуляции различными методами. Н.Н. Лебедева, Г.Л. Лэндтрет упоминают о возможности использования арт - терапии для коррекции уровня эмоциональной саморегуляции, эффективность его применения до сих пор не нашла экспериментального подтверждения.

### **Арт-терапия как метод психолого-педагогической коррекции**

Арт-терапия (от англ. art - искусство; therapy - терапия, лечение) — метод психотерапии, использующий для лечения и психокоррекции художественные приёмы и творчество, такие как рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй и многое другое.

Арт-терапия или терапия искусством является относительно новым методом психотерапии. Элементы теории арт-терапии появились в 40 —60-е гг. XX в. в русле психодинамического направления на базе положений классического психоанализа З.Фрейда и аналитической психологии К. Юнга. В 60 —80-е гг. теоретическая концепция арт - терапии пополнилась взглядами гуманистических психологов (К. Роджерс, Ф. Перлз, А. Маслоу, Р. Мей), психологической теорией игр, динамической психиатрией, групп-анализом и др. Применение метода арт-терапии в работе с детьми в целях коррекции и оптимизации их развития началось еще в XIX в. в практике педагогов, дефектологов и врачей. Приемы изобразительной деятельности и рисования использовались для преодоления недостатков в развитии сенсомоторных способностей, стимулирования познавательного развития детей, имеющих интеллектуальные трудности. Основная цель арт-терапии связана с гармонизацией личности через развитие ее способностей самовыражения и самопознания. Метод основан на двух базовых психологических способностях человека: символической функции мышления и воображения и творческих процессах самовыражения, связанных с направленностью на поиск новых путей решения проблемы.

Искусство как символическая деятельность стимулирует креативные (творческие) возможности человека, поэтому арт-терапия основана на искусстве и творческих продуктивных формах активности. Символический язык искусства позволяет преодолеть действие защитных механизмов, выделить проблемы и проанализировать их. Коррекционное воздействие арт-терапии связано с работой пяти основных психологических механизмов:

1. **Символическое реконструирование** - механизм, позволяющий в символической форме воссоздать психотравмирующую ситуацию, найти ее разрешение через переструктурирование проблемы и реинтеграцию самой личности на основе самопознания;

2. **Отстранение** - механизм, связанный с выделением в объекте новых маловероятных значений, позволяющих увидеть новые стороны и значения реальности, что является необходимым условием конструктивного разрешения конфликтов;
3. **Эмоциональная децентрация** - механизм, позволяющий выйти за пределы эмоциональной «связанности» и «сужения поля ориентировки» и увидеть свою проблему со стороны;
4. **Катарсис** — эмоциональное отреагирование проблемы, механизм, связанный с природой эстетической реакции и обусловленный ею;
5. **Присвоение социально-нормативных личностных смыслов** - механизм, обеспечивающий личностный рост и самопознание человека, направленный на преодоление чувства одиночества и помогающий обретению взаимопонимания в общении. Основан на том, что творческое прочтение произведения искусства и переживание его содержания способствуют восстановлению коммуникации с миром.

#### **А.А. Осипова описывает основные задачи арт-терапии:**

1. Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам (работа над рисунками, картинами, скульптурами является безопасным способом выпустить «пар» и разрядить напряжение).
1. Облегчить процесс лечения. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их в процессе вербальной коррекции. Невербальное общение легче ускользает от цензуры сознания.
2. Получить материал для интерпретации и диагностических заключений. Продукты художественного творчества относительно долговечны, и клиент не может отрицать факт их существования. Содержание и стиль художественных работ дают возможность получить диагностическую информацию.
3. Проработать мысли и чувства, которые могут находиться в подавленном состоянии. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений.
4. Наладить отношения между психологом и клиентом. Совместное участие в художественной деятельности может способствовать созданию отношений эмпатии и взаимного принятия.
5. Развить чувство внутреннего контроля. Работа над рисунками, картинами или лепка предусматривают упорядочивание цвета и форм.
6. Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия изобразительным искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями и развития способности к их восприятию.
7. Развить художественные способности и повысить самооценку. Побочным продуктом арт-терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития. Арт-терапия дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям

Традиционно различают индивидуальную и групповую форму арт-терапии. Приоритет отдается групповой форме.

Рассмотрим основные виды арт-терапии:

1. Рисуночная терапия и терапия, основанная на изобразительном искусстве;
2. Драматерапия;
3. Музыкалотерапия;
4. Танцевальная терапия;

5. Библиотерапия;
6. Терапия киноискусством.

Наиболее разработаны техники рисуночной терапии. Такие методы терапии, как психодрама, сказко- и мифотерапия, построены на общих для всех видов арт-терапии механизмах и специфических для данного метода техниках и в настоящее время являются самостоятельными.

Таким образом, арт-терапии, как в творческой деятельности ребенка, учитывающей его самооценку, уровень его притязаний и другие личностные особенности, прослеживается также психокоррекционная направленность. Такой эффект достигается благодаря возможности самовыражения ребенка в творческих видах деятельности, которые способствуют расслаблению, снятию напряженности, снижению агрессивности, повышению самооценки и возникновению положительных эмоций.

Таким образом, арт-терапия как метод психолого-педагогической коррекции является наиболее эффективным средством психокоррекционного воздействия на эмоциональную сферу ребенка, дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, помогает при интерпретации вытесненных переживаний, способствует осознанию ощущений и чувств.

### **Экспериментальное изучение влияние арт - терапии на уровень эмоциональной саморегуляции личности дошкольника.**

Формирующий эксперимент был организован с учетом проверки гипотезы исследования. Мы предполагали, что существует связь между уровнем эмоциональной саморегуляции и использованием метода арт-терапии.

Развитие уровня эмоциональной саморегуляции возможно в условиях формирующего эксперимента, если учитывать следующие факторы:

1. Взаимодействие должно быть активным и индивидуализированным;
2. Развитие навыков эмоциональной саморегуляции посредством арт -терапии должно быть системным, а взаимодействие специально организованным;
3. Использование определенных методов должно быть разнообразным и меняться, в зависимости от особенностей эмоциональной вовлеченности дошкольника.

Работа по данному направлению предусматривала создания определенных коррекционно - развивающих программ. Предполагался квази - эксперимент, то есть наличие одной экспериментальной группы, анализ результатов в динамике.

Согласно первому этапу была разработана серия коррекционно - развивающих занятий, отвечающая целям и задачам исследования, систематизирован практический материал, определение содержания коррекционно-развивающих, выбор методов арт - терапии.

### **Представим результаты поэтапно:**

**База исследования:** МБДОУ №30 группа компенсирующей направленности для детей с ТНР

**Сроки реализации:** декабрь 2017г. - май 2020 г.

**Тема:** *Цвет как средство эмоциональной саморегуляции личности*

Эксперимент предусматривал создание серии коррекционно - развивающих занятий «Эмоциональный цвет» (приложение 1), направленный на развитие эмоциональной саморегуляции старших дошкольников.

Эксперимент проходил в течение учебного года, всего было проведено 34 занятия.

Работа велась как в групповой, так и в индивидуальной форме. До и после эксперимента было проведено тестирование старших дошкольников.

### Пакет диагностических методик:

1. Методика В.М.Минаевой. «Диагностика эмоциональной сферы ребенка»
2. Анкета качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка по десятибалльной шкале для родителей.

### Программа состоит из четырех блоков:

<b>1 блок</b>	Диагностика.	2 занятие
<b>2 блок</b>	Цветовая визуализация	6 занятий
<b>3 блок</b>	Цветовое дыхание	5 занятий
<b>4 блок</b>	Живопись. Итоговая диагностика. Рефлексия.	6 занятий

**Цель программы:** *развитие уровня эмоциональной саморегуляции личности старшего дошкольника с ТНР.*

### Задачи:

1. Создание условий для эффективного развития уровня эмоциональной саморегуляции личности.
2. Диагностировать уровень саморегуляции и уровень эмоциональной саморегуляции личности старшего дошкольника.
3. Формировать навыки владения способами эмоционального саморегулирования.

### Методы и техники, используемые в программе:

1. Цветотерапия - корректировка психоэмоционального состояния ребенка при помощи определенных цветов.
2. Релаксация - подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего и нервного напряжения.
3. Концентрация - сосредоточение на своих зрительных, звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.
4. Функциональная музыка - успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание.
5. Игротерапия - используется для снижения напряженности, мышечных зажимов, тревожности. Повышения уверенности в себе, снижения страхов.
6. Психогимнастика - выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимы.

На основе комплексного тестирования были получены эмпирические данные.

Прекрасным средством познания чувственного мира ребенка являются рисовальные тесты (пробы).

Рисунок дает ребенку возможность создать систему информации с использованием графических знаков в период, когда устная речь предоставляет ему гораздо более бедные коммуникативные средства. В силу этого именно посредством детского рисунка можно узнать о внутреннем мире ребенка то, что трудно, практически невозможно, постичь другими способами.

Рисунки удобны для организации исследования; весь необходимый инструментарий – это лист бумаги и карандаш; ребенок как бы сам фиксирует при помощи карандаша движение мысли.

Это дает возможность воспитателю-исследователю обращать больше внимания на изменение эмоционального состояния испытуемого, отмечать особенности самого процесса рисования.

В числе рисовальных проб, которые могут быть использованы для диагностики эмоциональной сферы дошкольников, - рисунки «Дорога в детский сад» и «Я иду в школу».

Для графического проекционного тестирования необходимы: лист белой бумаги (21 X 29 см), набор цветных карандашей, резинка. Ребенку предлагается нарисовать дорогу в детский сад (школу), не уточняя при этом содержания будущего рисунка.

### Методика В.М.Минаевой. «Диагностика эмоциональной сферы ребенка»

Предложенные задания в данном тесте позволят исследовать эмоциональное развитие детей 5-7 лет (в пределах обозначенных эмоций), а так же определенные изменения после окончания развивающих занятий.

**Задание 1.** Изучение особенностей использования детьми мимики и пантомимики при демонстрации заданной эмоции.

Проводится индивидуально, в двух сериях.

*Первая серия.* Ребенку предлагается продемонстрировать веселого, печального, испуганного, сердитого, удивленного мальчика, (девочку). Каждое эмоциональное состояние называют по мере выполнения.

Выразительное средство, используемое ребенком при демонстрации указанного эмоционального состояния, обозначают знаком «+» в соответствующей графе таблицы 1.

Таблица 1.

Ф.И. ребенка:

Веселый	Печальный	Испуганный	Сердитый	Удивленный
М П	М П	М П	М П	М П

М- мимика, П- пантомимика

*Вторая серия.* Ребенку предлагают назвать и изобразить героя сказки или мультфильма, который был веселым, печальным, испуганным, сердитым, удивленным. Эмоциональное состояние героя называют по мере выполнения задания или отказа от выполнения предыдущего. В таблицу 2, записывают, какой персонаж выбрал ребенок. Знаком «+» обозначают используемое выразительное средство во время изображения предъявленного героя.

Таблица 2

Ф.И. ребенка:

Веселый	Печальный	Испуганный	Сердитый	Удивленный
М П П	М П П	М П П	М П П	М П П

М- мимика, П- пантомимика П- персонаж

*Обработка данных.* Анализируется использование детьми выразительных средств при показе каждого эмоционального состояния. Сравнивают результаты первой и второй серии исследования.

**Задание 2.** Изучение выразительности речи.

(Проводится индивидуально).

Ребенку предлагают произнести фразу: « У меня есть собака» весело, печально, испуганно, сердито, удивленно.

Адекватно переданную эмоцию обозначают знаком «+» в соответствующей графе таблицы 3.

Таблица 3.

Ф.И. ребенка:

Веселый	Печальный	Испуганный	Сердитый	Удивленный

--	--	--	--	--

*Обработка данных.* Делают сравнительный анализ выразительности речи у детей при передаче разных эмоциональных состояний.

**Задание 3.** Изучение восприятия детьми графического изображения эмоций.

*(Проводится индивидуально).*

Ребенку предлагают карточки с графическим изображением чувств. Предъявляют по одной с вопросом:

« Какое это лицо».

Ответы детей записывают в таблицу 4.

Ф.И. ребенка.								
Спокойный	Радость	Грусть	Злость	Гнев	Обида	Удивление	Страх	Стыд

*Обработка данных.* Выясняют, как воспринимают дети графические изображения эмоциональных состояний. Сравнивают графические изображения по сложности восприятия их детьми.

### **Анкета для родителей**

Оцените качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка по десятибалльной шкале.

Ф.И. ребенка.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>

1. Желание общаться со сверстниками.
2. Продуктивная деятельность, инициативность в общении, играх, в деятельности.
3. Агрессивность ребенка в контактах со сверстниками.
4. Обидчивость ребенка в контактах со сверстниками.
5. Тревожность ребенка.
6. Проявление сочувствия, помощи, поддержки другим.
7. Умение соблюдать правила и нормы, организовывать себя.
8. Умение познакомиться и поддерживать дружеские отношения.
9. Умение рассказать о себе и поделиться событиями в жизни.

### **НОВИЗНА ОПЫТА:**

Заключается в разработке и апробации комплексных занятий по формированию навыков владения способами эмоционального саморегулирования во всех видах образовательной деятельности и необходимости проведения в комплексе образовательного процесса с учетом возрастных и психологических особенностей детей с ТНР.

Данные по методика В.М.Минаевой. «Диагностика эмоциональной сферы ребенка» и рисуночным тестам:

Таблица 1. Сопоставительная таблица на выявление уровня эмоциональной саморегуляции за 2017-2018 уч.год:

сроки: октябрь, 2017 год:

возраст детей: 6-7 лет

Ф.И. ребенка	Сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования.			
	Пассивные формы психической адаптации	Выработка эмоциональных стереотипов чувственного контакта с миром	Активная адаптация к нестабильной ситуации	Эмоциональное взаимодействие с другими людьми
1. Лиза А	-	+	-	-
2. Максим Б.	+	+	-	-
3. Илья М.	+	+	-	+
4. Женя К.	-	-	-	-
5. Миша М.	+	-	-	+
6. Лена Р.	-	-	-	-
7. Игнат И.	-	-	-	-
8. Коля Л.	-	-	-	-

9. Рита Б.	+	+	-	+
10. Ксюша Б.	+	+	-	+
11. Данил И.	-	-	-	-
12. Ева Г..	+	+	-	-
13. Ева Б.	+	+	-	+
14. Данил С.	-	-	-	-
15. Карина Е.	+	+	-	+
16. Арсений П.	-	-	-	-

**ВЫВОД:** Таким образом, на начало учебного года у 37% (6 чел) детей наблюдается не сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования по всем 4 критериям.

### Анкета для родителей

Ф.И. ребенка	шкала									
	Кол-во детей 16 чел.	16	26	36	46	56	66	76	86	96
				4 чел	2 чел	3 чел	3 чел	4 чел	-	-

**ВЫВОД:** Таким образом, оценка качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка на начало учебного года охватывает шкалы ниже и выше среднего. Высокий балл отсутствует.

Графики 1.



График 2.



## **ВЫВОД:**

Таким образом, у большинства дошкольников (90%) уровень тревожности имеет высокие показатели, это свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребёнка к тем или иным жизненным ситуациям. При интерпретации данных тревожность, испытываемая ребёнком в той или иной ситуации, рассматривается как проявление его отрицательного эмоционального опыта и препятствует нормальному эмоциональному развитию.

Сравнительный анализ результатов методики В.М. Минаевой и анкеты для родителей до проведения серии коррекционно-развивающих занятий показывает относительно неустойчивые уровни сформированности навыков владения способами эмоционального саморегулирования у 100% детей.

Далее работа была направлена на достижение цели и задач исследования, а также проверку гипотезы.

Были определены следующие основные цели, задачи, принципы, условия и направления работы с детьми.

Целью данного курса занятий является создание необходимых предпосылок для овладения навыками эмоциональной саморегуляции, при помощи методов арт - терапии.

### **В этой связи были поставлены следующие задачи:**

1. Способствовать преодолению негативных переживаний дошкольников.
2. Снижение уровня тревожности, эмоционального напряжения, развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение конструктивно выражать собственное.
3. Способствовать снижению количеству страхов.
4. Создание условий конструктивного выхода агрессии, смягчение агрессивных проявлений, обучение приемам саморегуляции.

В основу серии коррекционно-развивающих занятий заложены следующие основополагающие принципы:

1. Принцип единства диагностики и коррекции был одним из основополагающих при составлении коррекционно-развивающей программы - коррекционно-развивающая работа с дошкольниками осуществлялась на основе проведенной диагностики эмоциональной сферы дошкольников.
2. Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребенка.
3. Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач задает необходимость их определения в любой коррекционной программе. Системность задач отражает взаимосвязанность развития различных сторон личности ребенка и неравномерность их развития.
4. Принцип комплексности методов психологического воздействия,

являясь одним из наиболее прозрачных и очевидных принципов построения коррекционно-развивающих программ, утверждает необходимость использования всего многообразия методов, техник и приемов из арсенала практической психологии.

1. Принцип поощрения (и проявление этого психологического поощрения) достижений ребенка в плане обретения творческой самостоятельности и продуктивности.
2. Принцип символического отреагирования детских страхов, агрессивности, тревожности и превращение их в объект творческой проработки. Графическое изображение страха не усиливает его, а наоборот снижает напряжение от тревожного ожидания его реализации.

Эксперимент предусматривал создание серии коррекционно - развивающих занятий по формированию навыков владения способами эмоционального саморегулирования, направленных на

развитие эмоциональной саморегуляции дошкольников. Группа испытуемых включала детей – 6-7 лет. Эксперимент проходил в течение года, всего было проведено 32 занятия в период с декабря по май. Продолжительность занятия 30 минут. Работа велась исключительно в групповой форме. До и после эксперимента было проведено комплексное тестирование. Подробное описание занятий, календарно тематическое планирование представлено в приложении.

Для реализации поставленных задач использовались следующие элементы арт - терапии:

- 1) рисуночная терапия (собственно арт-терапия);
- 2) музыкотерапия;
- 3) танцевальная терапия.
- 4) видеотерапия
- 5) игротерапия
- 6) цветотерапия

Таблица 4. Структура программы по коррекции эмоциональной сферы дошкольников средствами арт – терапии

Блок	Количество занятий	Задачи	Методы и приемы коррекции эмоциональной сферы
Установочный	2- знакомство 2- диагностика	установление дружеской атмосферы среди дошкольников; первичная диагностика побуждение к сотрудничеству и активному взаимодействию принятие правил работы группы	Элементы рисуночной терапии: Рисование на тему «Автопортрет», «Мое имя»
Основной	32 ч.	снижение эмоционального напряжения; овладение навыками «цветодыхания» коррекция уровня тревожности; снижение количества страхов - овладение навыками эмоциональной саморегуляции поведения.	- игротерапия - цветотерапия - изотерапия (использование различных рисуночных техник и материалов) - танцевальная терапия («Музыка с мамой» Е.Железнова) - музыкотерапия - видеотерапия - оригами
Итоговый	3 ч.	- контрольная диагностика - анализ результатов - рефлексия	коллаж

Таблица 2. Сопоставительная таблица на выявление уровня эмоциональной саморегуляции за 2018-2019 уч.год:

**сроки: май 2018 г.**

*возраст детей: 6-7 лет*

Ф.И. ребенка	Сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования.			
	Пассивные формы психической адаптации	Выработка эмоциональных стереотипов чувственного контакта с миром	Активная адаптация к нестабильной ситуации	Эмоциональное взаимодействие с другими людьми
1.Лиза А.	+	+	+	+
2.Максим Б.	+	+	+	+

3. Илья М.	+	+	+	+
4. Женя К.	+	+	-	-
5. Миша М.	+	+	+	+
6. Лена Р.	+	+	-	-
7. Игнат И.	+	+	-	-
8. Коля Л.	+	+	-	-
9. Рита Б.	+	+	+	+
10. Ксюша Б.	+	+	+	+
11. Данил Д.	+	+	-	-
12. Ева Б.	+	+	+	+
13. Данил Д.	+	+	-	-
14. Карина Е.	+	+	+	+
15. Арсений П.	+	+	-	+

**ВЫВОД:** Таким образом, на конец учебного года наблюдается высокая сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования по всем 4 критериям у 53%(8 чел.), изменения в динамике наблюдаются и у детей с низким уровнем саморегуляции(см. таблицу выше). У них произошли улучшения по 2-3 критериям, что составляет—41%. У одного ребенка динамика нестабильна—6%.

#### Анкета для родителей

Ф.И. ребенка	шкала									
Кол-во детей 16 чел.	16	26	36	46	56	66	76	86	96	106
						2 чел	2 чел	2 чел	2 чел	7 чел

**ВЫВОД:** Таким образом, оценка качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка в конце года охватывает шкалы среднего, выше среднего и высокого уровня.

График 1.

**Сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования группа детей с ТНР**  
**май, 2018 г.**  
 кол-во-15 чел.

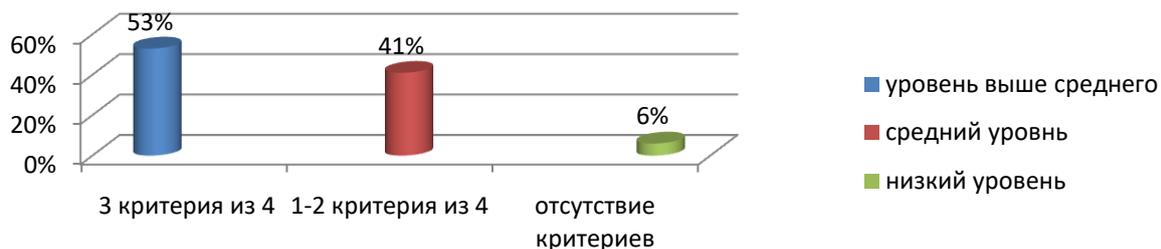
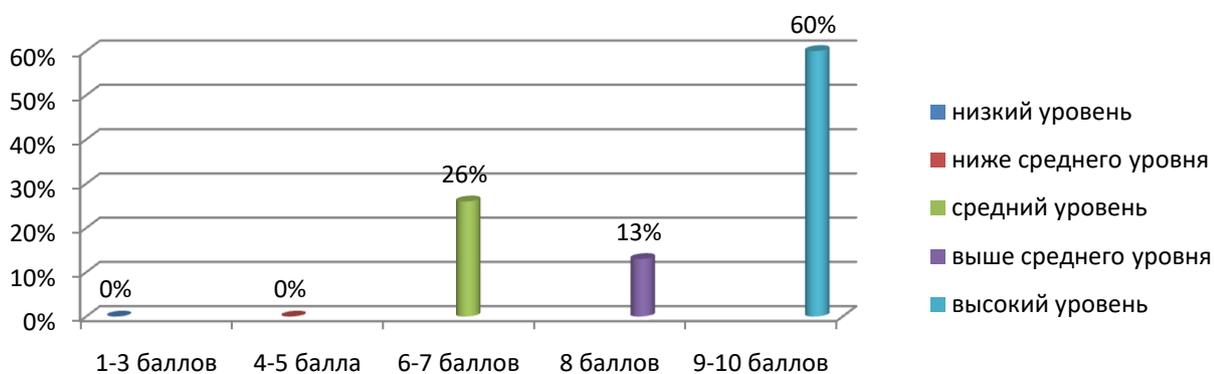


График 2.

**Оценка качества эмоционального состояния и поведения ребенка**  
**( анкета для родителей)**  
 срок: май, 2018



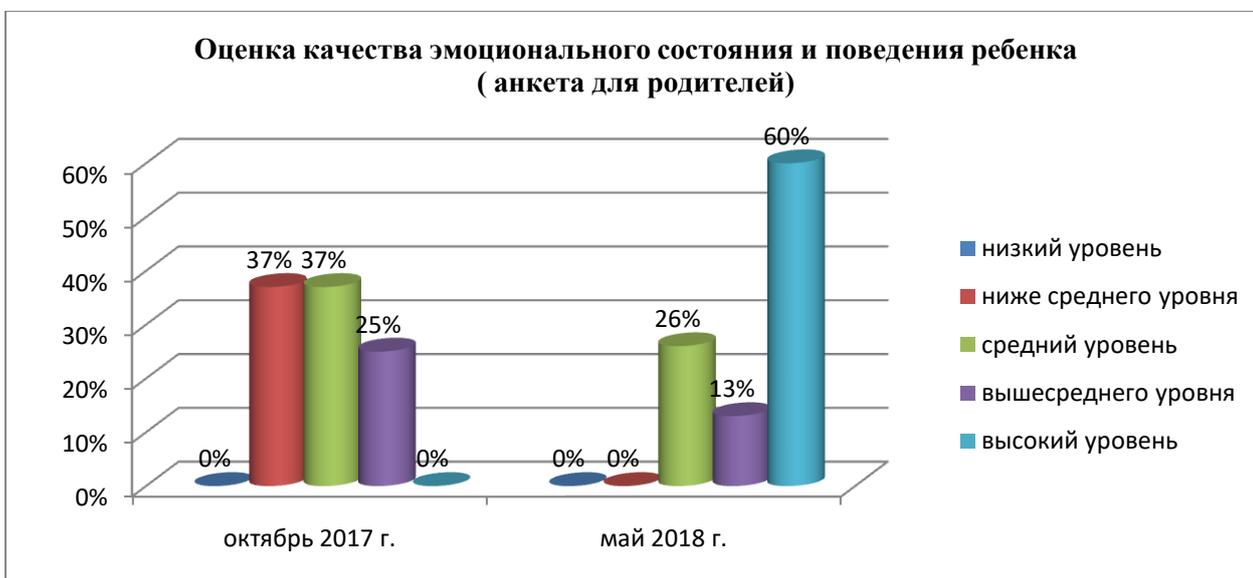
**ВЫВОД:**

Сравнительный анализ результатов методики В.М. Минаевой и анкеты для родителей после проведения серии коррекционно-развивающих занятий показывает относительно устойчивые уровни сформированности навыков владения способами эмоционального саморегулирования у 60% детей.

*Сравнительный анализ за 2017-2018 учебный год: график 1.*



График 2.



**ВЫВОД:**

Таким образом, в совокупности, можно сделать вывод, что показатели по каждому уровню имеют положительную динамику.

Уровень агрессивности и тревожности существенно снизились, в ходе занятий повысился общий эмоциональный фон, дети научились слушать и слышать друг друга, более корректно выражать свои желания и просьбы, научились вербализировать переживания, стали более уверенными в себе.

Таким образом, анализируя сравнительные результаты по трем методикам, можно сделать общий вывод о том, что серия коррекционно-развивающих занятий, а также соблюдения всех вышеобозначенных условий позволила нивелировать отрицательные эмоциональные состояния у детей и повысить уровень эмоциональной саморегуляции дошкольников комбинированной группы для детей с ТНР.

**Сроки: октябрь, 2018 года:**

*возраст детей: 6-7 лет*

Ф.И. ребенка	Сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования.
--------------	---

	Пассивные формы психической адаптации	Выработка эмоциональных стереотипов чувственного контакта с миром	Активная адаптация к нестабильной ситуации	Эмоциональное взаимодействие с другими людьми
1. Ярослав П.	+	-	-	-
2. Артем А.	-	+	-	+
3. Матвей М.	+	+	-	+
4. Максим С.	+	+	-	+
5. Ярослав М.	-	-	-	+
6. Артем Л.	-	-	-	-
7. Настя В.	+	+	-	+
8. Егор И.	-	-	-	-
9. Алина Е.	-	-	-	+
10. Наташа Г.	+	+	-	+
11. Тарас Х.	+	-	-	-
12. Слава С.	+	+	-	+
13. Дима Р.	-	-	-	-
14. Арсений П.	+	+	-	+
15. Анфиса М.	+	+	-	+

**ВЫВОД:** Таким образом, на начало учебного года у 20% (3 чел) детей наблюдается не сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования по всем 4 критериям.

#### Анкета для родителей

Ф.И. ребенка	шкала									
	16	26	36	46	56	66	76	86	96	106
Кол-во детей чел.	16	1 чел	1 чел	3 чел	2 чел	3 чел	3 чел	2 чел	-	-

**ВЫВОД:** Таким образом, оценка качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка на начало учебного года охватывает шкалы ниже и выше среднего. Высокий бал отсутствует.

Графики 1.

**Сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования группа детей с ТНР**  
**октябрь, 2018 г.**  
 кол-во-15 чел.

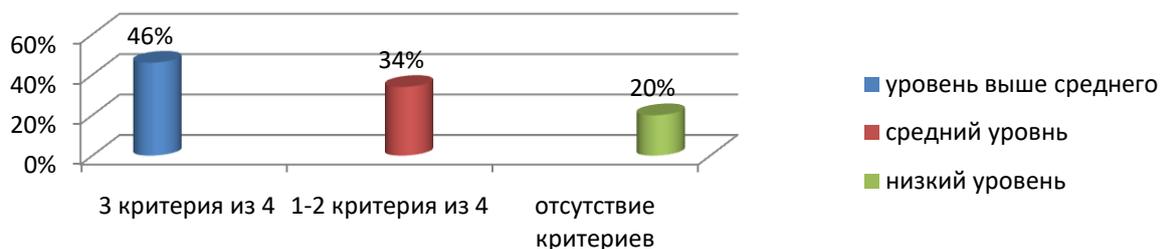
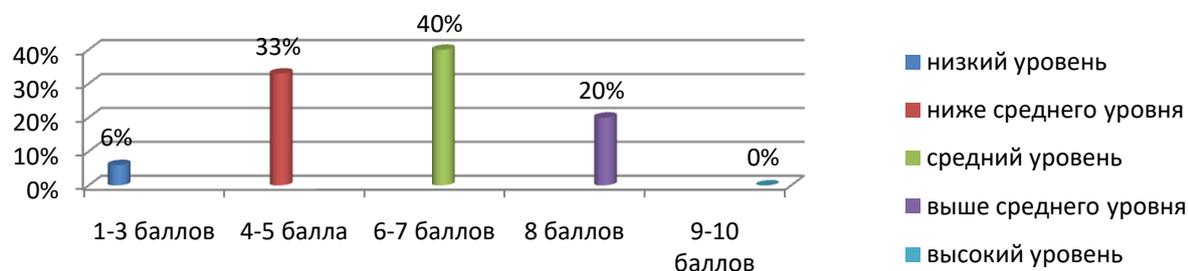


График 2.

**Оценка качества эмоционального состояния и поведения ребенка ( анкета для родителей)**  
**срок: октябрь, 2018**



**ВЫВОД:**

Таким образом, у большинства дошкольников (94%) уровень тревожности имеет высокие показатели, это свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребёнка к тем или иным жизненным ситуациям. При интерпретации данных тревожность, испытываемая ребёнком в той или иной ситуации, рассматривается как проявление его отрицательного эмоционального опыта и препятствует нормальному эмоциональному развитию.

Сравнительный анализ результатов методики В.М. Минаевой и анкеты для родителей до проведения серии коррекционно-развивающих занятий показывает относительно устойчивые уровни сформированности навыков владения способами эмоционального саморегулирования у 100% детей.

**Сроки: май, 2019 года:**

*возраст детей: 6-7 лет*

Ф.И. ребенка	Сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования.			
	Пассивные формы психической	Выработка эмоциональных стереотипов	Активная адаптация к нестабильной	Эмоциональное взаимодействие с другими людьми

	адаптации	чувственного контакта с миром	ситуации	
1. Ярослав П.	+	+	-	+
2. Артем А.	-	+	-	+
3. Матвей Н.	+	+	+	+
4. Максим С.	+	+	+	+
5. Ярослав М.	+	+	-	+
6. Артем А.	+	+	-	-
7. Настя В.	+	+	+	+
8. Егор И.	+	+	-	-
9. Алина Е.	+	+	-	+
10. Наташа Г.	+	+	+	+
11. Тарас Х.	+	+	+	-
12. Слава С.	+	+	+	+
13. Дима Р.	-	-	-	+
14. Арсений П.	+	+	+	+
15. Анфиса М.	+	+	+	+

**ВЫВОД:** Таким образом, на конец учебного года наблюдается высокая сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования по всем 4 критериям у 40%(6 чел.), изменения в динамике наблюдаются и у детей с низким уровнем саморегуляции(см. таблицу выше). У них произошли улучшения по 2-3 критериям, что составляет—54%. У одного ребенка динамика нестабильна—6%.

#### Анкета для родителей

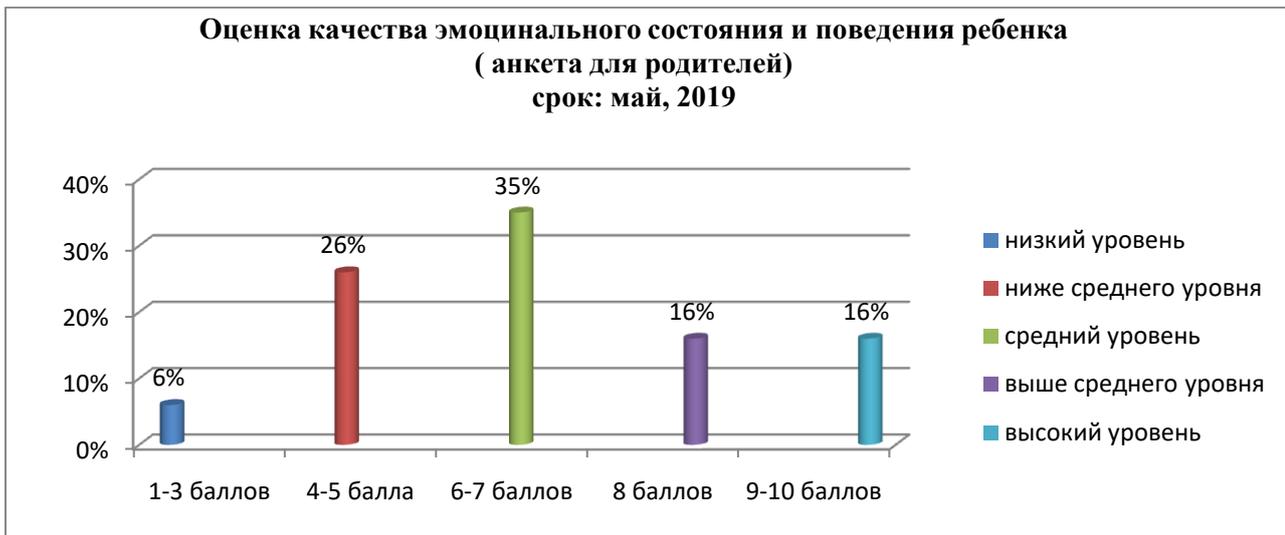
Ф.И. ребенка	шкала									
	16	26	36	46	56	66	76	86	96	106
Кол-во детей чел.	16		1 чел	2 чел	1 чел	3 чел	2 чел	2 чел	2 чел	2 чел

**ВЫВОД:** Таким образом, оценка качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка в конце года охватывает шкалы среднего, выше среднего и высокого уровня.

График 1.



График 2.



**ВЫВОД:**

Сравнительный анализ результатов методики В.М. Минаевой и анкеты для родителей после проведения серии коррекционно-развивающих занятий показывает относительно устойчивые уровни сформированности навыков владения способами эмоционального саморегулирования у 40% детей.

*Сравнительный анализ за 2018-2019 учебный год: график 1.*



График 2.



**ВЫВОД:**

Таким образом, в совокупности, можно сделать вывод, что показатели по каждому уровню имеют положительную динамику.

Уровень агрессивности и тревожности существенно снизились, в ходе занятий повысился общий эмоциональный фон, дети научились слушать и слышать друг друга, более корректно выражать свои желания и просьбы, научились вербализировать переживания, стали более уверенными в себе.

Таким образом, анализируя сравнительные результаты по трем методикам, можно сделать общий вывод о том, что серия коррекционно-развивающих занятий, а также соблюдения всех вышеобозначенных условий позволила нивелировать отрицательные эмоциональные состояния у детей и повысить уровень эмоциональной саморегуляции дошкольников комбинированной группы для детей с ТНР.

Таблица 3. Сопоставительная таблица на выявление уровня эмоциональной саморегуляции за 2019-2020 уч.год:

**Сроки: октябрь, 2019 года**

*возраст детей: 6-7 лет*

Ф.И. ребенка	Сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования.			
	Пассивные формы психической адаптации	Выработка эмоциональных стереотипов чувственного контакта с миром	Активная адаптация к нестабильной ситуации	Эмоциональное взаимодействие с другими людьми
1.Алеша Т.	+	+	-	+
2. Алеша Б.	+	+	-	+
3. Виолетта Б.	+	+	-	+
4. Максим Г.	-	-	-	-
5. Кирилл И.	-	-	-	-
6. Даша Ч.	-	-	-	-
7. Саша Б.	+	+	-	-
8. Савва М.	+	+	-	+

9. Варя Х.	+	+	-	+
10. Артем Л.	+	+	-	+
11. Тарас Х.	+	+	-	+
12. Саша П.	+	+	-	+
13. Алина П.	+	+	-	+
14. Ваня И.	+	+	-	+

**ВЫВОД:** Таким образом, на начало учебного года у 21% (3 чел) детей наблюдается не сформированность навыков владения способами эмоционального саморегулирования по всем 4 критериям.

### Анкета для родителей

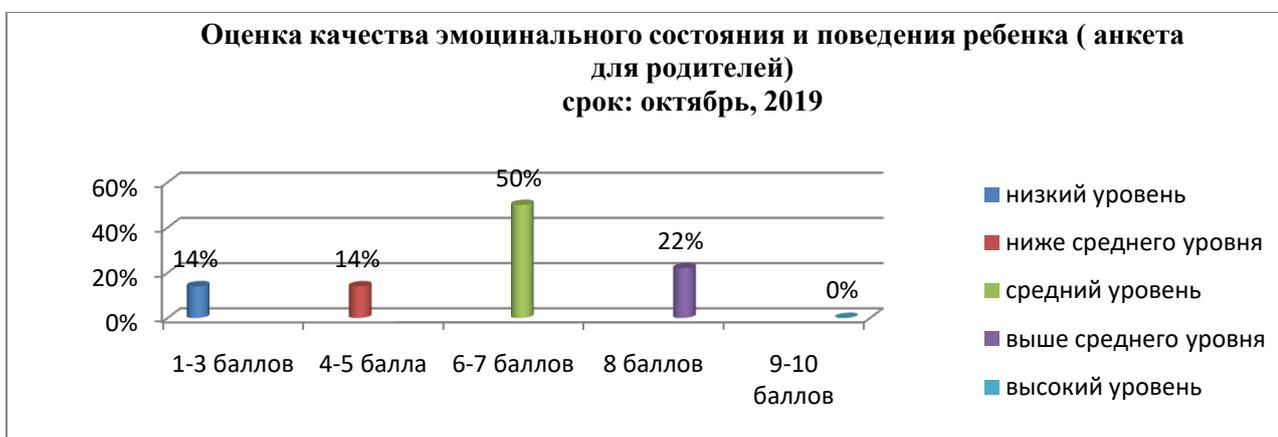
Ф.И. ребенка	шкала									
	16	26	36	46	56	66	76	86	96	106
Кол-во детей чел.	16	1 чел	1 чел	2 чел	2 чел	3 чел	3 чел	2 чел	-	-

**ВЫВОД:** Таким образом, оценка качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка на начало учебного года охватывает шкалы ниже и выше среднего. Высокий балл отсутствует.

Графики 1.



График 2.



### ВЫВОД:

Таким образом, у большинства дошкольников (89%) уровень тревожности имеет высокие показатели, это свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребёнка к тем



Кол-во детей чел.	16			1 чел	1 чел	1 чел	3 чел	2 чел	2 чел	2 чел	2 чел
-------------------	----	--	--	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

**ВЫВОД:** Таким образом, оценка качества эмоционального состояния и поведения своего ребенка в конце года охватывает шкалы среднего, выше среднего и высокого уровня.

График 1.



График 2.



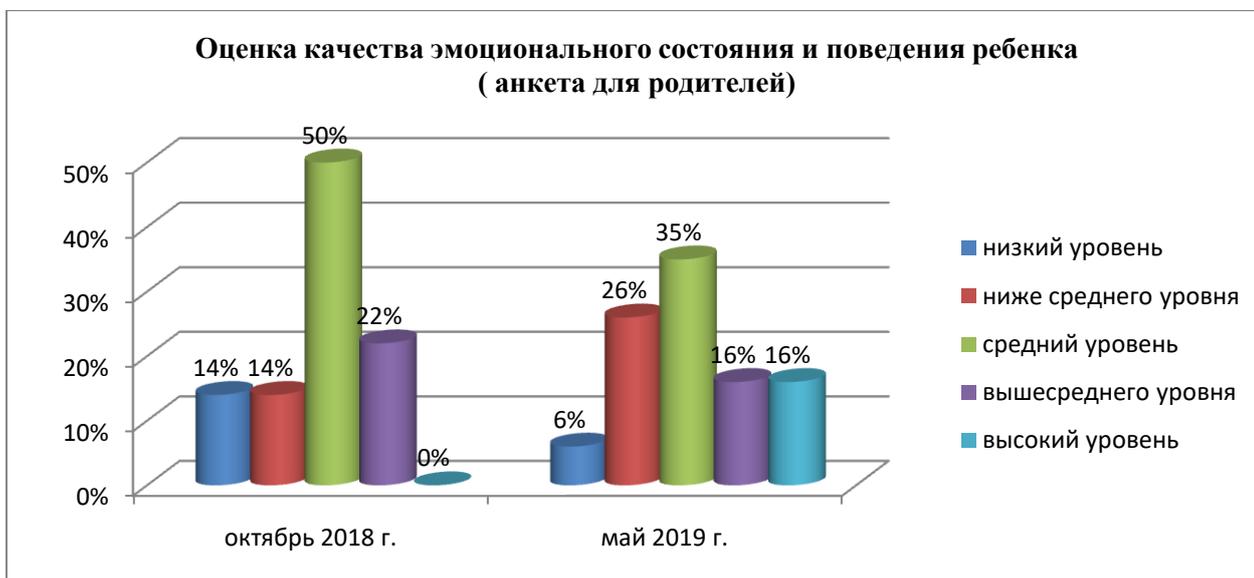
**ВЫВОД:**

Сравнительный анализ результатов методики В.М. Минаевой и анкеты для родителей после проведения серии коррекционно-развивающих занятий показывает относительно устойчивые уровни сформированности навыков владения способами эмоционального саморегулирования у 40% детей.

**Сравнительный анализ за 2018-2019 учебный год: график 1.**



График 2.



**ВЫВОД:**

Таким образом, в совокупности, можно сделать вывод, что показатели по каждому уровню имеют положительную динамику.

Уровень агрессивности и тревожности существенно снизились, в ходе занятий повысился общий эмоциональный фон, дети научились слушать и слышать друг друга, более корректно выражать свои желания и просьбы, научились вербализовать переживания, стали более уверенными в себе.

Таким образом, анализируя сравнительные результаты по трем методикам, можно сделать общий вывод о том, что серия коррекционно-развивающих занятий, а также соблюдения всех вышеобозначенных условий позволила нивелировать отрицательные эмоциональные состояния у детей и повысить уровень эмоциональной саморегуляции дошкольников комбинированной группы для детей с ТНР.

С целью выявления эффективности программы, направленной на коррекцию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии после проведения формирующих воздействий, мы провели контрольный эксперимент. Его цель состояла в проверке гипотезы исследования, уточнении и корректировке методов и приемов работы. На этапе контрольного среза использовались те же методики, что и на этапе констатирующего эксперимента.

Анализ результатов за период с 2017-2020 г.г. показал следующее:



## ВЫВОД:

Таким образом, анализ результатов реализации серии коррекционно-развивающих занятий, направленных на развитие эмоциональной саморегуляции дошкольников посредством методов арт-терапии, позволяет констатировать существенные положительные изменения в развитии эмоциональной сферы старших дошкольников в группе комбинированной направленности для детей с ТНР.

## Заключение

Результаты выполненного нами теоретико-прикладного исследования изучения арт-терапии как средства коррекции эмоциональной саморегуляции дошкольников подтверждают гипотезу и позволяют сформулировать следующие выводы:

1. Анализ психолого-педагогической литературы показал, что арт-терапия как метод психолого-педагогической коррекции является наиболее эффективным средством психокоррекционного воздействия на эмоциональную сферу ребенка, дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, помогает при интерпретации вытесненных переживаний, способствует осознанию ощущений и чувств.

Между тем, исследования свидетельствуют, что эмоциональная сфера дошкольников характеризуется неустойчивостью и динамичностью. Отличительной чертой ее является появление первоначальных отрицательных эмоциональных состояний: тревожность, повышенная эмоциональная напряженность ребенка, возбудимость, что приводит к снижению устойчивости

поведения, деструктивному поведению в форме агрессивности, наличие чувства страха, агрессии, которые впоследствии могут, приводит к формированию неблагоприятных вариантов личности и мешает полноценному развитию эмоциональной саморегуляции.

1. Результаты проведенного экспериментального исследования свидетельствуют о том, что у дошкольников появляются отрицательные эмоциональные состояния: уровень тревожности у большинства испытуемых имеет высокие показатели, это свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребёнка к тем или иным жизненным ситуациям, отсутствию сформированной эмоциональной саморегуляции.
2. У большинства дошкольников данной экспериментальной группы количество страхов превышает норму и свидетельствует о патологическом нарушении;
3. Большинство творческих работ детей (65%) демонстрируют в той или иной степени наличие психотравмирующей ситуации в семье, отсутствие эмоционального контакта с родителями, а в редких случаях и эмоциональную изоляцию ребенка.

Результаты эксперимента показали, что систематичное и планомерное использование метода арт-терапии, как средства эмоциональной саморегуляции дошкольников показывает положительный результат, что подтверждается диагностическими данными.

Анализ результатов реализации серии коррекционно-развивающих занятий, направленных на развитие эмоциональной саморегуляции дошкольников посредством методов арт-терапии, позволяет констатировать существенные положительные изменения в развитии эмоциональной сферы: снижения уровня тревожности; увеличение количества детей демонстрирующих нормальное количество страхов и уровня агрессивности, то есть проявления агрессии, как защитного механизма психики.

Таким образом, исследование продемонстрировало эффективность работы в данном направлении.

## **АДРЕСНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ**

Представленный мною опыт по формированию навыков эмоционального реагирования у детей с ТНР старшего дошкольного возраста может быть использован педагогами-психологами ДОО, воспитателями и учителями начальных классов.

## **Список использованной литературы**

- Абрамова, Г.С. Введение в практическую психологию/ Г.С. Абрамова - Екатеринбург: Деловая книга, 2001.- 126с.
- Авторский ресурс Базыма Б.А. [Электронный ресурс].- <http://www.cizi.ru>
- Альманах психологических тестов/ - М.: КСП, 2001- 358с.
- Аракелов, Н.К. Тревожность: методы ее диагностики/ Н.К. Аракелов, Шишкова Н.- М.: Феникс, 1998.-89с.
- Бажин Е.Ф. Изучение эмоционального значение цвета/ Е.Ф. Бажин, А.М. Эткинд// Психологические основы изучения личности.- Л.,1978.-174с.
- Базыма, Б.А. Цвет и психика. Монография. ХГАК/ Б.А. Базыма – Харьков: 2001. -172с.
- Базыма, Б.А. Цветовая символика и психодиагностика./Б.А. Базыма- Харьков: 2004.-169с.
- Базыма, Б.А. Порядковые предпочтение цветов и цветовые предпочтения/ Б.А. Базыма// Вестник ХНУ. Харьков, 2002.№555. - 56с.
- Бардышевская М.К., Лебединский В.В.. Диагностика эмоциональных нарушений у детей / М.К. Бардышевская, В.В. Лебединский., М.: Психология, 2003.- 317с.
- Берн, Э. Развитие Я - концепции и воспитание / Э. Берн., М.: Прогресс, 1986.-145с.

- Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте./ Л.И. Божович - М.: Просвещение, 2001. – 251с.
- Бреслав, Г.Э. Цветомедитация: механизмы и техники коррекции/ Г.Э. Бреслав - СПб: Речь, 2007.- 224с.
- Бурно, М. Е. Терапия творческим самовыражением./ М.Е. Бурно.- М.: Терра, 1989- 126с.
- Гамезо, М.В., Старший дошкольник и младший школьник: психодиагностика и коррекция развития. / М.В. Гамезо - М.: Речь, 1998.-165с.
- Гете, И.В. К учению о цвете. Хроматика./ И.В. Гете- М.: Просвещение, 1996-398с.
- Драгунский, В.В. Цветовой личностный тест./ В.В. Драгунский - М.: АСТ, 2005.- 448с.
- Захаров, А. И.. Неврозы у детей./ А. И. Захарова- СПб.: Дельта, 1996.- 139с.
- Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика арттерапии / Т.Д. Зинкевич- Евстигнеева- СПб.: Златоуст, 2005.- 286с.
- Зинченко, В. П. Большой психологический словарь/ В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова - М.: 2006 г.- 672 с.
- Кандинский, В. О духовном в искусстве. / В. Кандинский.- СПб.: КГТ, 1990.- 125с.
- Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии/ И.И. Копытин- СПб., 2002.- 168с.
- Кэдьусон, Х. Практикум по игровой психотерапии./ Х. Кэдьусон- СПб.: Речь, 2000.- 265с.
- Люшер, М. Цветовой тест Люшера/ М. Люшер, СПб.: ЭКСМО-пресс- 2002.- 192с.
- Малкина-Пых, И.Г. Справочник практического психолога/ И. Г. Малкина – Пых- М.: ЭКСМО-пресс, 2006.- 784с.
- Макшанцева, Л. В. Тревожность и возможности ее снижения у детей/ Л.В. Макашанцева – Волгоград.: Волга,1998.- 243с.
- Медведева И.Я., Шишова Т.Л. Разноцветные белые вороны. / И.Я. Медведева, Т.Л.Шишова – М.: Просвещение, 1999.-276с.
- Миронова Л.Н. Семантика цвета в эволюции психики человека./ Л.Н. Миронова // Проблема цвета в психологии.- 1993.- №4- С. 3
- Обухова, Л.Ф. Детская возрастная психология. / Л.Ф. Обухова.- М.: Академия, 2004.- 436с.
- Овчарова, Р.В. Практическая психология в начальной школе. / Р.В. Овчарова - М.: Сфера, 2001. – 240с.
- Погосова, Н.М. Цветовой игротренинг/ Н.М. Погосова.- СПб.: Речь, 2005.- 152с.
- Погосова Н.М. Погружение в сказку. Сказотерапевтические программы / Н.М. Погосова.- СПб.: Речь, 2007.- 232с.
- Прихожан, А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности./ А.М. Прихожан // Психологическая наука и образование.- 1998.- № 2.
- Практическая психодиагностика. Методики и тесты. – Самара: БАХРАХ, 2004. - с. 672.
- Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании/ Е.И. Рогов - М.: Владос, 1996г. -529с.
- Развитие общения у дошкольников и младших школьников / под ред. А. В. Запорожца, М.И. Лисиной - М., 1974. – 175с.
- Савина, Е. Тревожные дети / Е. Савина – М.: Речь- 1996 – 87с.
- Свободная энциклопедия. Википедия. [Электронный ресурс].- <http://www.wikipedia.ru>
- Семаго, Н.Я.. Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст./ Н.Я.Семаго, М.М. Семаго - СПб.: Речь, 2005.- 243с.
- Семантика цвета. Авторский ресурс Яньшина П.В.[Электронный ресурс].- <http://www.colormind.narod.ru>
- Столяренко, Л.Д. Основы психологии./ Л. Д. Столяренко - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.- 376с.
- Щербанова А. И. Практикум по возрастной и педагогической психологии/ А.И. Щербанова - М.: Знание, 2002.- 367с.
- Эльконин , Д.Б. Психология обучения младших школьников./ Д.Б. Эльконин - М.: Просвещение, 1974.- 234с.
- Яньшин, П.В. Психосемантика цвета/ П.В. Яньшин, СПб.: Речь, 2006.368с.
- Яньшин, П.В. Эмоциональный цвет: Эмоциональный компонент в психологической структуре цвета./ П.В. Яньшин, Самара: СамГПУ.- 1996- 345с.
- Яньшин, П.В. Введение в психосемантику цвета. Учебно-методическое пособие. / П.В. Яньшин.- Самара: СамГПУ, 2001- 143с.
- Фрейд. Основы психоанализа. [Электронный ресурс] <http://www.freid.ru>
- Психологический портал. [Электронный ресурс] <http://www.psohologia.ru>