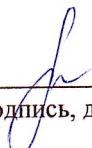


Продолжение титульного листа БР по теме: «Развитие эмоционального интеллекта у старших дошкольников средствами арттерапии».

Консультанты
по разделам:

_____	_____	_____
Наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия
_____	_____	_____
Наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия

Нормоконтролер



подпись, дата

Т.В. Казакова
инициалы, фамилия

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Развитие эмоционального интеллекта у старших дошкольников средствами арттерапии» содержит 113 страниц текстового документа, 72 использованных источников, 25 рисунков, 14 таблиц, 5 приложений.

АРТТЕРАПИЯ, СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ, ЭМОЦИИ, ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ.

Актуальность проблемы исследования определяется потребностью современного общества в людях, обладающих развитым эмоциональным интеллектом, способными успешно определять свою жизненную траекторию в соответствии со своим эмоциональным состоянием, выстраивать эффективные коммуникации с окружающими его людьми с целью организации продуктивного сотрудничества. Особым периодом развития эмоционального интеллекта выступает дошкольный возраст. На сегодняшний день психологическая наука предлагает различные технологии, методы и средства развития эмоционального интеллекта. Одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта выступает арттерапия.

Цель исследования: изучение эмоционального интеллекта у старших дошкольников и его развитие средствами арттерапии.

В результате исследования была проанализирована психолого-педагогическая литература; проведено экспериментальное исследование, направленное на изучение эмоционального интеллекта старших дошкольников. На основе полученных результатов диагностического исследования разработана и реализована система занятий арттерапии по развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты изучения возможностей развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников средствами арттерапии.....	11
1.1 Эмоциональный интеллект: понятие, характеристики.....	11
1.2 Проявление эмоционального интеллекта у старших дошкольников.....	24
1.3 Арттерапия как метод развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников.....	31
2 Экспериментальное изучение возможностей развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников средствами арттерапии.....	39
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики.....	39
2.2 Описание системы занятий с использованием арттерапии для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников.....	49
2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики.....	59
Заключение.....	72
Список использованных источников.....	75
Приложение А Компоненты эмоционального интеллекта (автор - Д. Гоулман).....	83
Приложение Б Структура эмоциональной компетентности (автор - К. Саарни).....	84
Приложение В Результаты первичной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников.....	85
Приложение Г Результаты повторной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников.....	89
Приложение Д Система занятий с использованием арттерапии для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников.....	99

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования определяется потребностью современного общества в людях, обладающих развитым эмоциональным интеллектом, способными успешно определять свою жизненную траекторию в соответствии со своим эмоциональным состоянием, выстраивать эффективные коммуникации с окружающими его людьми с целью организации продуктивного сотрудничества.

Одной из ключевых проблем в современном социуме выступает отсутствие у многих людей способности к распознаванию эмоций, неумение распознавать мотивации, желания, намерения как других людей, так и свои собственные, неспособность к управлению своими эмоциями и эмоциональным состоянием других людей. Это свидетельствует о неумении управлять собственным поведением, отсутствии навыков взаимодействия с окружением, неспособности решать жизненные проблемы и справляться с трудностями.

Современное общество заинтересовано в личностях гибких и мобильных в общении, умеющих анализировать как свои переживания и чувства, так и чужие, способных высказывать и аргументированно отстаивать свою точку зрения, умеющих обсуждать с людьми взаимные ожидания друг от друга, ответственных за свои поступки, способных создавать и поддерживать благоприятный психологический климат в коллективе, умеющих сопереживать (обладающих эмпатией), способных к разрешению конфликтных ситуаций без применения физической силы, осознанно относящихся к своему психологическому здоровью.

Перечисленные характеристики находятся в неразрывной связи с уровнем эмоционального интеллекта человека, развитие которого начинается с раннего возраста и продолжается всю жизнь. Особо важное значение имеет развитие эмоционального интеллекта у детей. В Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года говорится о

необходимости развития у детей сопереживания, формирования позитивного отношения к людям, содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов; оказания помощи детям в выработке моделей поведения в различных трудных жизненных ситуациях, в том числе проблемных, стрессовых и конфликтных [53].

Особым периодом развития эмоционального интеллекта выступает дошкольный возраст, когда у ребенка формируется способность к осознанию своих эмоций, переживаний, благодаря которой происходит формирование новых отношений к себе, возникает дифференциация внутреннего и внешнего. О необходимости развития эмоционального интеллекта на этапе дошкольного детства свидетельствуют и основополагающие идеи Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее - ФГОС ДО), в пункте 2.6 которого отмечена важность развития социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками [51].

Дети старшего дошкольного возраста уже обладают способностью к распознаванию собственных эмоций, могут совладать с ними, способны к пониманию эмоций других людей. Дошкольник с развитым эмоциональным интеллектом способен управлять собственными чувствами, адекватно реагировать на различные ситуации, которые возникают в их жизни. Эмоциональный интеллект позволяет выстраивать позитивные и эффективные коммуникации со сверстниками, подбирать конструктивные стратегии разрешения возникающих конфликтных ситуаций.

На сегодняшний день психологическая наука предлагает различные технологии, методы и средства развития эмоционального интеллекта, среди которых: игротерапия, чтение художественной литературы, прослушивание музыкальных произведений, игровые обучающие ситуации, дискуссии, беседы, решение ситуативных задач, ведение «календаря эмоций»,

сказкотерапия, психогимнастика, посещение комнаты психологической разгрузки, психолого-педагогические проекты.

Одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта выступает арттерапия, которая делает акцент на визуальные разновидности искусства: живопись, графику, скульптуру, дизайн и иные формы творчества, в которых ведущая роль принадлежит зрительному каналу коммуникации. Изложенное подчеркивает актуальность избранной темы выпускной квалификационной работы, указывает на ее теоретическую и практическую значимость.

Цель исследования: изучение эмоционального интеллекта у старших дошкольников и его развитие средствами арттерапии.

Объектом исследования выступает эмоциональный интеллект как психологический феномен.

Предмет исследования: развитие эмоционального интеллекта у старших дошкольников средствами арттерапии.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что применение таких арт-терапевтических направлений, как: музыкотерапия, сказкотерапия, изотерапия, танцевально-двигательная терапия, способствует развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста (пониманию эмоций, переживаемых другими людьми, осознанию своих эмоций, эмоциональному поведению при восприятии художественных произведений.)

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Охарактеризовать понятие эмоционального интеллекта и особенности его проявления у старших дошкольников.
2. Описать возможности использования арттерапии для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников.
3. Организовать экспериментальное исследование эмоционального интеллекта у старших дошкольников.

4. Разработать и апробировать систему занятий с использованием арттерапии для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников, определить ее эффективность.

В работе использовались следующие методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирические методы:

- проективный метод (методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина); методика «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина).

- беседа (методика «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина);

3. Методы количественной и качественной обработки экспериментальных данных.

Теоретическими и методологическими основаниями выпускной квалификационной работы послужили исследования по развитию эмоционального интеллекта таких авторов, как: И. Н. Андреева [4], Т. Бредберри [12], Д. Готтман [22], Д. Гоулман [23], С. П. Деревянко [26], Л. Д. Камышникова [30], Д. В. Люсин [43], А. И. Савенков [57], Е. С. Синельникова [59], Д. В. Ушаков [65]; особенности формирования эмоционального интеллекта старших дошкольников изложены в работах Ю. А. Афонькиной, С. И. Семенака [58], Е. А. Тупичкиной [64]; возможности арттерапии в развитии эмоционального интеллекта представлены в трудах Л. А. Белозоровой [10], Ю. Л. Блиновой [11], С. В. Велиевой [16], Ю. В. Лазаревой [38], В. В. Николаевой [49].

Экспериментальная база исследования: МБДОУ «Детский сад № 9 Звездочка» города Енисейска Красноярского края.

В исследовании приняли участие 20 дошкольников в возрасте 6-7 лет.

Исследование осуществлялось в несколько этапов:

Первый этап (сентябрь - октябрь 2020 года) – анализ научных публикаций и основных концепций по теме исследования; отработка понятийного аппарата исследования; постановка цели, определение объекта, предмета и задач исследования; выбор методов исследования; оформление теоретической главы выпускной квалификационной работы; проведение первичной диагностики эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста; количественный и качественный анализ результатов.

Второй этап (ноябрь 2020 - март 2021) – разработка и апробация занятий с использованием арт-терапии для развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

Третий этап (апрель - май 2021 года) – проведение повторной диагностики развития эмоционального интеллекта; сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностик; оформление выпускной квалификационной работы.

Результаты исследования представлены на III Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития человека в современном обществе» (Лесосибирск, 2020 г.). По теме работы опубликована одна статья.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы состоит в том, что в работе проанализирован и систематизирован материал по проблеме развития эмоционального интеллекта старших дошкольников; определен диагностический инструментарий, направленный на изучение эмоционального интеллекта в старшем дошкольном возрасте; выделены особенности эмоционального интеллекта, свойственные детям старшего дошкольного возраста; разработаны занятия с использованием арттерапии для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников. Полученные в ходе исследования данные можно использовать педагогам, психологам, родителям. А также, представленный нами материал, могут

использовать студенты при подготовке к занятиям, при написании рефератов, курсовых и выпускных квалификационных работ.

Структура выпускной квалификационной работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (72 наименования) и 5 приложений. Результаты исследования представлены на 25 рисунках и 14 таблицах. Объем работы составляет 113 страниц.

Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

1.1 Эмоциональный интеллект: понятие, характеристики

Проблема эмоций и эмоционального интеллекта широка, многогранна, актуальна, выступает одной из приоритетных задач образования.

Отечественные и зарубежные исследователи разработали ряд подходов, объясняющих сущность эмоций.

Рассмотрим концепции отечественных ученых. Отечественный специалист, исследующий эмоциональные отношения личности, академик П. К. Анохин разработал биологическую теорию эмоций. Ученый доказал, что физиологической основой эмоций является распространение возбуждения из области гипоталамуса на все эффекторные органы. Потребности, возникающие у индивида, приводят к возникновению положительных или отрицательных эмоций, которые эти потребности и удовлетворяют [6].

Профессор Г. В. Бреслав в рамках разработанной теории отношений рассматривает эмоцию в качестве одного из важнейших структурных компонентов всего психического процесса. По мнению ученого, именно эмоция характеризует переживание индивидом всех процессов и явлений окружающей действительности. Г. В. Бреслав акцентирует внимание на таком существенном аспекте эмоций, как их тесная взаимосвязь с отношением индивида к самому себе и окружающему социуму. Ученый особо подчеркивает непреходящее значение эмоций в регуляции психических процессов индивида. Складывающиеся эмоциональные отношения накладывают отпечаток на эмоциональную избирательность индивида, т.е. связывают определенную эмоцию и конкретный процесс, объект, личность [13].

С точки зрения профессора Г. Г. Вербиной, внимание психологии следует направить на изучение не отдельно взятого эмоционального процесса, а исследовать психическую деятельность в комплексе со всеми присущими ей оценочно-чувственными компонентами. Соответственно, основной акцент следует делать на изучении эмоционально-оценочной деятельности индивида [17].

Как свидетельствует проведенный анализ, в отечественной науке особый акцент делается на роли и значении физиологических механизмов, выступающих основополагающими условиями возникновения эмоций и эмоциональных процессов индивида.

Далее рассмотрим взгляды зарубежных ученых.

Одна из первых теорий, объясняющих происхождение и развитие эмоций, разработана в рамках интроспективной психологии, ведущим специалистом которой является немецкий психолог Вильгельм Вундт. Ученый на основе проведенных эмпирических исследований пришел к выводу о существовании шести компонентов чувственного процесса. Вундтом разработаны три параметра для оценки эмоций: удовольствие-неудовольствие, возбуждение-успокоение, направление-разрешение. На основании полученных данных В. Вундт разработал трёхмерную теорию чувствований [19].

Огромный вклад в развитие представлений об эмоциях внес американский психолог Керрол Эллис Изард, разработавший теорию дифференциальных эмоций. Ученый эмпирически доказал взаимосвязь эмоций и выражения лица. Изардом разработана шкала дифференциальных эмоций. Основное внимание ученого направлено на исследование эмоций у детей младшего школьного возраста [28].

Как свидетельствует проведенный анализ, в зарубежной науке акцент делается на раскрытии сущности эмоций через механизмы их возникновения, доказана теснейшая взаимосвязь эмоций, нервной системы и иных психических функций, присущих конкретному человеку.

Академик С. Л. Рубинштейн трактует эмоции как процесс отражения субъективного отношения конкретного индивида к самому себе, другим людям, явлениям и объектам окружающего социума. Перечисленные отношения происходят в форме непосредственного переживания [56].

Профессор В. К. Вилюнас доказал существование различий между эмоциями и психическими познавательными процессами. Ученый говорит о наличии полярности эмоций и их обладании положительным и отрицательным знаком и их энергетической насыщенности [18].

Известнейший исследователь высших психологических функций Л. С. Выготский пришел к выводу о существовании такой отличительной характеристики эмоций, как интегральность (или целостность). Данная характеристика свидетельствует о том, что механизм эмоционального переживания задействует все психофизиологические системы индивида. В связи с этим, подчеркивает Л. С. Выготский, в качестве показателей эмоционального состояния выступают изменения, основанные на психофизиологических реакциях индивида. Ученым доказана отличительная особенность эмоций - неотделимость, характеризующая наличие тесной взаимосвязи эмоций и иных физических процессов. В результате Л. С. Выготский определяет эмоции как сложные образования, которые оказывают непосредственное влияние на психическую деятельность человека [20].

Большое число исследований посвящено изучению структурных компонентов эмоций. Профессор Л. М. Веккер считает, что эмоция состоит из трех составляющих: физиологической (изменения физиологических систем, которые происходят у индивида при возникновении эмоций), психологической (собственно переживания, испытываемые индивидом) и поведенческой (экспрессия). Такие компоненты, как физиологический и психологический, являют собой внутренние проявления эмоций, имеющие место внутри организма. Выход эмоций наружу происходит благодаря поведенческому компоненту [15].

Исследователи В. К. Вилюнас, Ю. Б. Гиппенрейтер пришли к выводу о наличии четырех форм выражения эмоций индивида: чувства, эмоциональные реакции, эмоциональные состояния и эмоциональные свойства [52].

Профессор Е. П. Ильин акцентирует внимание на функционале эмоций:

- экспрессивные функции: способствование пониманию людьми друг друга;

- отражательно-оценочная функция: эмоция проводит оценку информации, поступающей в мозг, ее обработку, кодировку и транслирование;

- побуждающая функция: эмоция нацеливает индивида на проведение оценки;

- эвристическая функция: эмоции актуализируют имеющийся опыт, вследствие чего индивид имеет возможность предвосхищать ход и развитие событий;

- синтезирующая функция: эмоциональные переживания составляют основу отображения различных раздражителей;

- компенсаторная функция: эмоции оказывают непосредственное влияние на различные системы организма, отвечающие за поведение индивида [29].

Всесторонне рассмотрев понятие эмоций и эмоциональных состояний, перейдем к рассмотрению эмоционального интеллекта.

Данный вопрос находится в центре внимания исследователей на протяжении всей истории психологической науки. Проанализируем зарубежные подходы.

Впервые термин «эмоциональный интеллект» появился в 1990 году в трудах Дж. Майера и П. Сэловея. В 1995 году вышло в свет произведение Д. Гоулмана «Эмоциональный интеллект», которое положило начало многочисленным исследованиям данного феномена [46].

Исследователи Дж. Майер, П. Сэловей и Д. Карузо эмоциональный интеллект рассматривают как способность индивида к пониманию эмоций и использованию эмоциональных знаний для активизации мыслительной деятельности. Авторы разработали модель эмоционального интеллекта, включив в нее распознавание эмоций, их использование для повышения эффективности мышления, понимание эмоций и управление ими. В своей концепции ученые говорят об эмоциональном интеллекте как о специфическом виде интеллекта, который ответственен за переработку эмоциональной информации [46].

Американские психологи Дж. Майер, П. Сэловей и Д. Карузо предложили такое понятие, как «ментальная способность», т.е. способность решать психологические задания, к примеру, решать проблемы. Интеллект исследователи трактуют как феномен, в котором аккумулирована система ментальных способностей. Эмоции рассматриваются учеными как изменения, происходящие в поведении, физиологии, мышлении в ответ на изменения в окружающей среде [46].

Описанная модель эмоционального интеллекта легла в основу методики, направленной на изучение эмоционального интеллекта. В нашей стране методика адаптирована сотрудниками института психологии РАН Е. А. Сергиенко и И. И. Ветровой. Сделан вывод о высоком уровне теоретической обоснованности и методологии модели, разработанной авторами Дж. Майер, П. Сэловей и Д. Карузо [46].

Израильский психолог Рувен Бар-Он объединил в единую концепцию эмоциональный и социальный интеллект. Эмоциональный интеллект в понимании Бар-Она представляет собой совокупность эмоциональных и социальных компетенций, свидетельствующих в своей совокупности об эффективности понимания индивидом самого себя, других людей, стратегий взаимодействия с ними, способности решать проблемы и преодолевать трудности [46].

Р. Бар-Он выделил пять основных компетенций эмоционального интеллекта (рисунок 1).

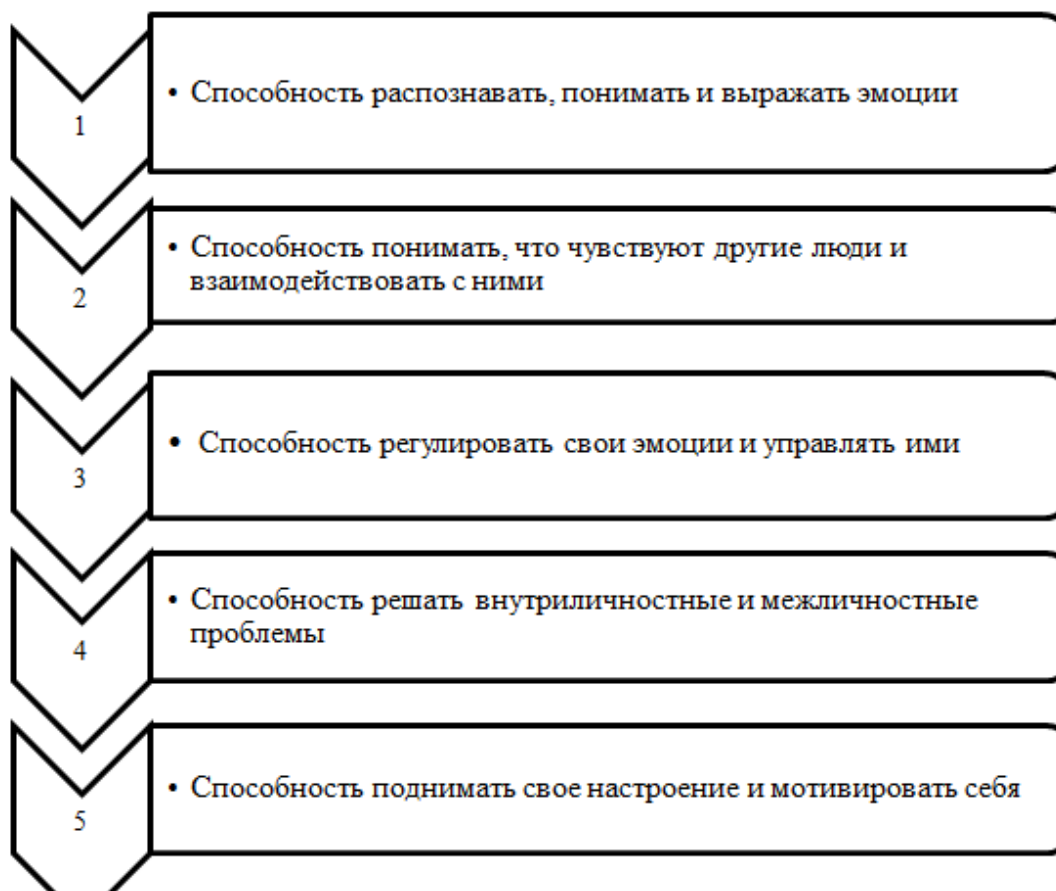


Рисунок 1 – Компетенции эмоционального интеллекта (автор - Р. Бар-Он)

В ходе проведенных исследований Р. Бар-Он пришел к выводу о том, что эмоциональный интеллект находит различные выражения: способность индивида к изменению себя, окружающего социума, возможность к совладению с проблемами и принятию адекватных решений.

Концепция эмоционального интеллекта Р. Бар-Она отнесена учеными к смешанному подходу. Критические исследования показали, что уровень эмоционального интеллекта, полученный в результате применения авторской методики, и личностные черты индивида совпадают лишь на 15%. Однако, Бар-Она эмпирическим путем доказал, что развитие эмоционального интеллекта возможно путем проведения специальных занятий [46].

Если сравнить концепции Дж. Майера и Р. Бар-Она, то можно сделать однозначный вывод о том, что первый подход более ориентирован на роль эмоционального интеллекта в мышлении, а второй подход изучает эмоциональный интеллект применительно к социальной адаптации индивида, его самореализации и выстраиваемым межличностным взаимодействиям.

Большой вклад в разработку концепции эмоционального интеллекта внес американский психолог Дэниел Гоулман, который переработал модель Дж. Майера и П. Сэловея и предложил авторскую модель эмоционального интеллекта, включающую пять основных компонентов (рисунок 2).



Рисунок 2 – Компоненты эмоционального интеллекта (автор - Д. Гоулман) [23]

Подробная характеристика перечисленных компонентов представлена в Приложении А.

Рассматриваемая концепция является практикоориентированной, прежде всего, к ее практическому применению в бизнесе и практической психологии. Д. Гоулман эмоциональный интеллект рассматривает применительно к лидеру и трактует как его умение управлять как собой, так и другими людьми. В рамках данного подхода управление эмоциями расценивается как высший уровень в иерархии способностей, которые составляют эмоциональный интеллект [23].

В модели, разработанной Д. Гоулманом, объединены воедино способности, составляющие эмоциональный и интеллект социальный. Кроме этого, автором предложена методика, нацеленная на изучение эмоционального интеллекта руководителей и сотрудников, в основу которых ложатся данные опросника самооценки и оценки профессиональный экспертов [23].

Научный интерес представляет концепция Р. Робертса, Дж. Меттьюиса, М. Зайднера, которые определили факторы, оказывающие непосредственное влияние на уровень эмоционального интеллекта (рисунок 3).



Рисунок 3 – Факторы эмоционального интеллекта (авторы - Р. Робертс, Дж. Меттьюис, М. Зайднер) [54]

Ученые разработали модель эмоциональных способностей, которые составляют эмоциональный интеллект, а также эмпирическим путем доказали их значение в социальной адаптации личности: если индивид обладает высокой эмоциональной компетентностью, имеет развитые эмоциональные знания и навыки, он имеет высокую степень адаптированности в социуме. Р. Робертс, Дж. Меттьюис, М. Зайднер доказали, что эмоциональные знания и навыки проявляются как мера соответствия между личностью и средой [54].

Профессор психологии Дэвид Мацумото трактует эмоциональный интеллект как более значимый фактор межкультурной адаптации по сравнению с культурной компетентностью. В частности, основу успешной межкультурной адаптации составляют именно способности и мотивация,

которые обеспечивают успешное приобретение знаний, умений и навыков в процессе социальной адаптации личности [46].

Роль и место культуры в эмоциональной регуляции рассматривает в своем исследовании Кэролайн Саарни. Автор пришла к выводу о том, что ребенок на определенном этапе онтогенеза способен к сознательной регуляции своей эмоциональной сферы. К. Саарни исследует эмоциональную компетентность (мастерство) как проявление эмоционального интеллекта в определенных социальных и культурных условиях. К. Саарни соотносит эмоциональный интеллект и эмоциональную компетентность как процесс и результат [46].

К. Саарни структурировала эмоциональные и социальные навыки, составляющие эмоциональную компетентность (Приложение Б).

Далее перейдем к изучению эмоционального интеллекта в трудах отечественных авторов.

В настоящее время в отечественной науке наиболее разработана и методологически обоснована концепция Д. В. Люсина, трактующего эмоциональный интеллект как способность к понимать и управлять своими и чужими эмоциями [43].

Д. В. Люсин относит эмоциональный интеллект к разряду когнитивных способностей, которая тесно связана с такими факторами, как общая направленность личности на эмоциональную сферу индивида, значимость эмоций для личности, склонностью индивида к психологическому анализу своих мыслей и поведения, а также поведения окружающего социума [43].

Д. В. Люсин структурировал факторы, которые оказывают непосредственное влияние на становление и развитие эмоционального интеллекта (рисунок 4).

И. Н. Андреева пришла к выводу о двух функциях эмоционального интеллекта: когнитивной и регулятивной. Автор говорит о преобладании биологических факторов в структуре эмоционального интеллекта и социальных факторов в структуре эмоциональной компетентности [4].



Рисунок 4 – Факторы становления эмоционального интеллекта (автор - Д. В. Люсин) [23]

Взяв за основу концепцию Г. Гарднера, Д. В. Люсин подразделил эмоциональный интеллект на внутриличностный и межличностный [43].

Е. С. Синельникова эмоциональный интеллект предлагает понимать как способность к пониманию как своих чувств, так и чувств другого человека, а также способность к управлению этими чувствами. Автор проводит прямую взаимосвязь с личностными особенностями индивида. Вслед за Д. Гоулманом и Р. Бар-Оном, автор считает единым видом эмоциональный и социальный интеллект [59].

Сравнительный анализ концепций И. Н. Андреевой, Д. В. Люсина, Е. С. Синельниковой свидетельствует о большей обоснованности подхода, предлагаемого Д. В. Люсиным, поскольку в нем учтены социальные и биологические факторы, оказывающие непосредственное влияние на развитие эмоционального интеллекта [43].

Исследователь Д. В. Ушаков поднимает проблематику соотношения эмоционального интеллекта и эмоциональной компетентности. В своих исследованиях автор пришла к выводу о том, что рассматриваемые феномены следует соотносить как процесс и результат [65].

Н. В. Казаринова рассматривает такие проблемы, как понимание (осознание) эмоций, выражение эмоций и управление ими. Автор считает, что основополагающим критерием осознания эмоций выступает возможность выразить их в знаковой форме. Н. В. Казаринова пришла к выводу о том, что о низком уровне понимания эмоций свидетельствует факт отсутствия осознания переживания эмоции. Кроме этого, на низкий уровень указывает неточное или искаженное трактовка эмоций, причин их возникновения, а также поступков, которые совершены под их непосредственным влиянием. Автор структурировала механизмы управления эмоциями, к которым отнесла прогнозирование развития эмоций, а также понимание факторов, которые могут оказать непосредственное влияние на их развитие [31].

Одним из эффективных средств управления негативными эмоциями Н. В. Казаринова называет метод когнитивной переоценки ситуации, анализ ее последствий и разработка перспектив ее развития. Кроме этого, Н. В. Казаринова поднимает проблематику эмоциональной коммуникации: как эмоции выражаются в межличностном взаимодействии, как они интерпретируются, как индивид управляет ими, как они воспринимаются партнерами по межличностному взаимодействию. Автор говорит о ряде проблем эмоциональной коммуникации: «кодирование эмоций, выражение эмоций, синхронизация и координация эмоциональной коммуникации партнеров» [31, с. 36].

Исследователь С. П. Деревянко определяет эмоциональный интеллект как «интегративную способность человека к пониманию эмоций и управлению ими» [26, с. 28]. Автор адаптирует эмоциональный интеллект к социальным ситуациям, объясняя данный факт тем, что поведение личности продиктовано не только ее личностными психологическими особенностями, но и находится в контексте социальной ситуации.

Основываясь на обширном теоретико-методологическом материале зарубежных и отечественных коллег, С. П. Деревянко [26] говорит и трех

основных аспектах влияния ситуации на проявление эмоционального интеллекта (рисунок 5).

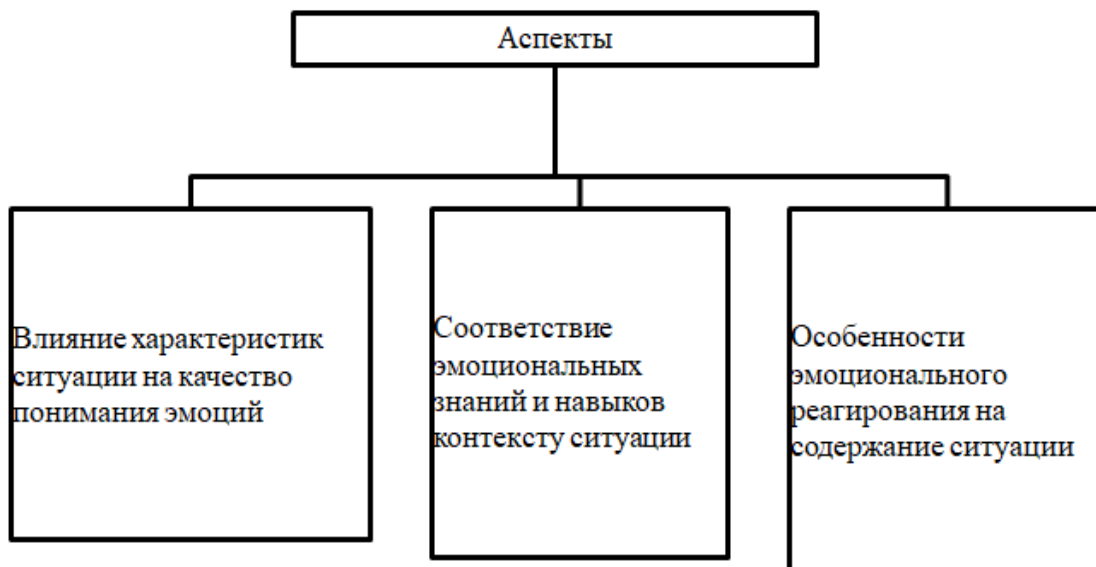


Рисунок 5 – Аспекты влияния ситуации на проявление эмоционального интеллекта (автор - С. П. Деревянко) [26]

Ю. А. Лаптева эмпирическим путем доказала факт доминирования позитивных эмоций в различных социальных ситуациях у людей с высоким уровнем эмоционального интеллекта и факт преобладания негативных эмоций у людей с низким эмоциональным интеллектом в аналогичных ситуациях [39].

Л. Д. Камышникова определяет эмоциональный интеллект с опорой на задачи, которые решаются с его помощью «в эмоционально окрашенных социальных ситуациях» [30, с. 12].

В основу модели эмоционального интеллекта Л. Д. Камышникова положила имеющиеся теоретические представления о способностях, которые предполагают обращение к обыденному знанию. Автор доказала факт развития эмоционального интеллекта в процессе решения социальных задач. Л. Д. Камышникова раскрывает социально-адаптивную функцию исследуемого феномена. Автором доказана связь эмоционального интеллекта и успешного решения типичных социальных задач [30].

Эмоциональный интеллект в контексте культуры исследовала А. И. Комарова, проведя эмпирическое исследование эмоционального интеллекта у российских, китайских и калмыцких респондентов. В своем исследовании автор пришла к выводу о взаимосвязи эмоционального интеллекта и спецификой национальной культуры. А. И. Комарова показала, что эмоциональный интеллект российских респондентов связан с коллективными и индивидуальными ценностями. В то время как эмоциональный интеллект респондентов из Калмыкии связан с индивидуальными ценностями, а респондентов из Китая – с коллективными ценностями [33]. Кроме этого, автор доказала взаимосвязь эмоционального интеллекта с традиционными ценностями культуры и национальным характером народа. В частности, для российских респондентов наиболее значимо «развитие межличностного эмоционального интеллекта и контроля эмоциональной экспрессии» [33, с. 11].

В аналогичном направлении проведены исследования С. Д. Гуриевой. Автором на основе практического опыта показано, что в образе «Я» российских респондентов значимыми выступают как личностные, так и социальные характеристики [24].

Таким образом, проблема эмоционального интеллекта находится в центре внимания отечественных и зарубежных на протяжении всей истории психологической науки. Вслед за Л. Д. Камышниковой, мы определяем эмоциональный интеллект как психологическое образование, возникшее на основе взаимосвязи эмоциональных и когнитивных процессов, позволяющее перерабатывать содержащуюся в эмоциях информацию (воспринимать, идентифицировать, определять причинность) и использовать результаты для повышения эффективности процесса мышления и регулирования собственных эмоций. В основе эмоционального интеллекта лежит понимание эмоций и управление ими. Характерной особенностью эмоционального интеллекта выступает его направленность на анализ значимой для личности информации. На развитие эмоционального интеллекта непосредственное

влияние оказывают когнитивные и нейродинамические особенности, ценностные ориентации личности.

1.2 Проявление эмоционального интеллекта у старших дошкольников

В современный период социально-экономической нестабильности повышенное внимание исследователей приковано к эмоциональному благополучию дошкольников, которое считается индикатором оптимального психического развития ребенка и его психологического здоровья. Как отмечают М. А. Алферова, И. Л. Аристова, особая роль дошкольного возраста в этом вопросе предопределена тем, что в данный возрастной период все жизненные сферы ребенка подчинены эмоциям и чувствам [3].

Актуализируется проблематика развития понимания ребенком дошкольного возраста собственных эмоций и эмоционального состояния окружающих его людей. В связи с этим, вопросы развития эмоционального интеллекта наиболее значимы в дошкольном возрасте, поскольку он является периодом становления психических функций, личностных образований.

Дошкольный возраст - этап психического развития от 3 до 6–7 лет. Данный возраст имеет чрезвычайно важное значение для формирования личности ребенка. Л. С. Выготский выделяет три основных этапа взросления ребенка в дошкольном возрасте: младший (от трех до 4 лет), средний (от 4 до 5 лет) и старший (от 5 до 7 лет) [20].

По мнению А. А. Крыжановской, особенность старшего дошкольного возраста состоит в том, что дети чрезвычайно доверчивы, внушаемы любопытны (с интересом исследуют объекты окружающего мира и учатся эмоционально на них реагировать); проявляют интерес к окружающему миру. Это обуславливает важность формирования правильного эмоционального отношения к окружающему [36].

В дошкольном возрасте у ребенка существенно расширяется сфера познавательных интересов. А. И. Савенков так характеризует этот процесс:

ребенок смотрит в большой мир широко открытыми глазами, все вызывает у него интерес, он задает массу вопросов. Это говорит о том, что ребенка интересует не только предметная сторона, но и связи и отношения предметов и явлений большого мира. Кроме того, формируется его эмоциональное отношение ко всему окружающему [57].

Как подчеркивает Э. Д. Гиниятуллина, для развития эмоционального интеллекта ребенка решающее значение имеет не изобилие знаний, а способ их усвоения, определяемый типом деятельности, в которой знания приобретаются [21].

В этот период, отмечают А. П. Аникина, М. С. Барабанова, дети очень впечатлительны, эмоциональны и внушаемы, поэтому влияя на чувства детей, родители и педагоги могут с гораздо большим успехом вызвать желание поступать хорошо. Но при этом весьма опасно постоянно упрекать ребенка и акцентировать внимание на его недостатках [5].

Достижением первых семи лет является становление самосознания. М. И. Шнайдер говорит о том, что ребенок выделяет себя из предметного мира, начинает понимать свое место в кругу близких и знакомых людей, осознанно ориентироваться в окружающем предметно-природном мире, вычленять его ценности. В этот период закладываются основы эмоциональных взаимодействий, при помощи взрослых ребенок начинает осознавать эмоцию как общую ценность для всех людей [72].

Старший дошкольник эмоционально впечатляется от различных явлений, от историй о жизни, готов сопереживать, имеет определенный уровень эмоциональной культуры: понимает общие для всех людей проблемы и беспокоится по их поводу. В дошкольном возрасте ребенок способен усвоить широкий спектр эмоциональных представлений, понимает связь между ними.

Однако, как отмечает О. А. Токарева, ребенку достаточно сложно реализовывать свои знания в повседневной жизни, его опыт достаточно скромный; управлять своими эмоциями он умеет еще не достаточно хорошо;

проще воспринимает те явления и события, которые происходят вокруг, которые он может наблюдать [63].

Содержание научных знаний об эмоциях, по мнению Н. Н. Смирновой, С. С. Савенышевой, должно быть доступным пониманию детей, то есть наиболее простым по содержанию, конкретным, неразрывно связанным с жизнью, опытом, играми детей. Знакомить детей с эмоциями надо начинать с самых простых вещей, окружающих ребенка. Дети 6–7 лет способны рассуждать и давать адекватные причинно-следственные объяснения тем или иным эмоциям [60].

Таким образом, при формировании эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста необходимо учитывать следующие возрастные особенности. В дошкольном возрасте внимание становится устойчивым, сосредоточенным, дошкольник уже способен управлять им: формируется способность запоминать. В этом возрасте становится возможным исследование и понимание простейших взаимосвязей в явлениях и процессах, протекающих в эмоциональной сфере. Т. В. Афанасьева считает, что дошкольник может усвоить довольно большой объем информации и при необходимости вспомнить и воспользоваться ею [7].

В современных концепциях исследуется влияние социума на формирование эмоционального интеллекта детской личности. Так, Э. Эриксон и Э. Фромм исследовали, как социальное воздействие формирует личность при сходных заданных изначальных параметрах и пришли к выводу, что дети из разных социальных слоев растут и формируются совершенно по-разному. По замечанию Фромма, события, произошедшие в детском возрасте, оказывают решающее воздействие на формирование будущей личности, а эти события носят, как правило, социальный характер и связаны с социальным взаимодействием [46].

Э. Эриксон создал эпигенетическую концепцию, в которой отмечает, что сложность отношений ребенка с социумом заключается в поиске оптимального баланса защиты ребенка от внешних опасностей и

предоставления ему нужной степени свободы, при которой ребенок сам становится активным исследователем окружающего мира, инициативным участником событий происходящих вокруг него, полноценным членом общества в будущем [46].

Стиль эмоциональных отношений в семье является определяющим для формирования личности ребенка М. Мид считает, что эмоциональные семейные отношения, которые формируют детскую личность, во многом предопределены историческими и культурными традициями данного конкретного социума, в условиях которого проживает конкретная семья [46].

Ю. А. Лаптева, И. С. Морозова указывают на некоторые факторы современной среды, препятствующие развитию эмоционального интеллекта дошкольников и формированию эмоциональных проблем:

- растущий темп жизни;
- неконтролируемые потоки агрессивной и фатально направленной информации в виде новостей, навязчивых оповещений в смартфонах, баннерных сообщений в интернете;
- изменение жизненных условий и базовых общественных ценностей с ориентацией от личности на внешние атрибуты успешности;
- сложности детско-родительных отношений в семье, смена ценностей, ломка стереотипов;
- урбанизация населения, усложнение социальных связей, потеря личности себя в городе, занижение самооценности [40].

В дошкольном возрасте эмоции переживаются ярко в непосредственной зависимости от того, в какой ситуации находится ребенок. Само по себе эмоциональное развитие дошкольника часто становится одним из основных условий построения эффективного обучения, ориентированного на зону ближайшего развития. Это связано с тем, что ребенку еще необходимо узнать весь спектр эмоциональных переживаний, они ему не даются в готовом виде. В эмоциях отражается субъективность, но они не могут качественно изменяться без определенного влияния со стороны.

Следовательно, подчеркивает А. Т. Ларина, создавая нужную атмосферу для выражения эмоций, давая возможность ребенку прочувствовать их, мы тем самым развиваем в нем социальную восприимчивость и способность адекватно реагировать на различные жизненные ситуации [41].

В процессе становления личности дошкольник подчас встречается с ситуациями, приобретающими выраженный кризисный характер, которые непосредственно воздействуют на психику и стимулируются социальными условиями. Поэтому, подчеркивает М. А. Холодная, актуальным является вопрос о том, как помочь детям устоять перед неблагоприятными воздействиями социальной среды, научить преодолевать психотравмирующую ситуацию, справляться с негативными эмоциональными переживаниями и тем самым способствовать развитию эмоционального интеллекта [68].

Согласно исследованиям И. В. Фаустовой, «устойчиво положительное, комфортное эмоциональное состояние ребенка рассматривается как базовое, являющееся основой всего отношения ребенка к миру и влияющее на развитие эмоционального интеллекта, познавательной и эмоционально-волевой сферы, стиля переживания стрессовых ситуаций, отношение со взрослыми и сверстниками» [67, с. 66].

В. А. Шиманская, изучая возможности развития эмоционального интеллекта дошкольников, говорит об эмоциональном благополучии и эмоциональном неблагополучии. Под эмоциональным неблагополучием детей дошкольного возраста автор понимает отрицательное эмоциональное самочувствие детей. Как правило, такие дети капризны, упрямые, конфликтны в общении со взрослыми и сверстниками, испытывают немалые трудности в организации и регуляции своего поведения. Все перечисленное затрудняет развитие эмоционального интеллекта дошкольников [71].

Наибольший интерес вызывают вопросы, касающиеся обеспечения развития эмоционального интеллекта ребенка в дошкольной образовательной организации. Именно здесь для дошкольника расширяется сфера его

деятельности, осваиваются новые социальные отношения. Детский сад – именно та важнейшая ступенька, которая готовит ребенка к необходимости выстраивания коммуникаций в сложном, изменчивом и противоречивом социальном мире.

А. И. Савенков пришел к выводу о том, что развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста должно быть направлено на следующие траектории: обогащение практики самосознания, саморегуляция, развитие чувства эмпатии, приобретение коммуникативных навыков [57]. Наглядно представим направления развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста на рисунке 6.

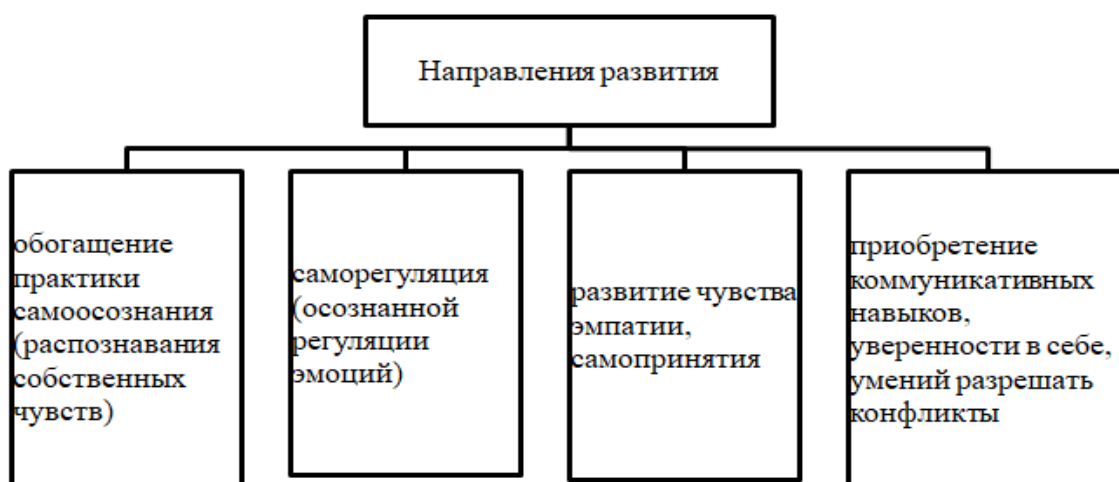


Рисунок 6 – Направления развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста (автор - А. И. Савенков) [57]

По мнению С. И. Семенака, эффективность вхождения ребенка в социум напрямую зависит от развития у него эмоционального интеллекта. Очень часто в детском саду дошкольник оказывается в ситуациях эмоционального дискомфорта. Причины могут быть различными: отсутствие эмоциональной близости с воспитателем, неумение общаться сверстниками, отсутствие успехов в самостоятельной деятельности [58].

В связи с этим актуализируются вопросы развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста, поскольку для этого

имеются все предпосылки. Как отмечает А. Ю. Гусева, ребенок в этом возрасте уже сознательно подчиняет свои желания своим возможностям, испытывает потребность соответствовать требованиям социума. В старшем дошкольном возрасте формируются характерологические особенности, выстраивается иерархия мотивов и ценностей [25].

Важность развития эмоционального интеллекта подчеркивается и тем фактом, что ребенок старшего дошкольного возраста – будущий первоклассник, для которого в скором времени коренным образом изменится весь привычный образ жизни, возникнет необходимость встраивания новых отношений с совершенно новыми людьми. Недостаточное развитие эмоционального интеллекта в период адаптации к школьной жизни может привести к повышению тревожности, снижению активности, нежеланию ребенка общаться со сверстниками. В связи с изложенным, особое внимание педагоги и психологи должны обратить на развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что к старшему дошкольному возрасту возрастает уровень понимания детьми эмоциональных состояний, они более дифференцированно воспринимают экспрессии, что оказывает непосредственное влияние на точность оценки переживаний человека. Расширяется активный и пассивный словарь обозначения эмоциональных состояний. Дети старшего дошкольного возраста способны понимать как свои эмоции, так и эмоциональные состояния других людей. Старшие дошкольники способны адекватно выражать и регулировать свои переживания, способны к осознанию своего эмоционального поведения и поведения окружающих. Следовательно, в старшем дошкольном возрасте имеются все объективные предпосылки и возможности развития эмоционального интеллекта. Именно поэтому перед педагогическим составом дошкольной образовательной организации остро встает вопрос поиска эффективных средств и методов развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

1.3 Арттерапия как метод развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников

Одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников является арттерапия.

Понятие арттерапии происходит от английского слова *art*, что переводится как искусство, под ним понимается направление терапевтического воздействия в той или иной сфере, основанное на применении различных видов искусства и творческой деятельности. Арттерапия применяется, как правило, либо в терапевтических, то есть в коррекционных целях, как правило, для выравнивания развития человека или выведения его из различного рода атипичных состояний, либо для улучшения его психоэмоционального состояния в целом.

Арттерапия отвечает основному врачебному принципу «не навреди», поскольку побочных негативных последствий она по определению иметь не может. Именно поэтому арттерапия показана в работе с детьми, особенно дошкольного возраста.

Л. А. Белозорова отмечает, что если говорить об истории возникновения термина, то надо отметить, что он появился достаточно недавно, - только в 1938 году художник Адриан Хилл применил этот метод в работе с больными туберкулезом в больницах и специализированных реабилитационных учреждениях. Далее, этот метод был использован в США для работы с детьми, которые были взяты в плен фашистами [10].

М. Ю. Беглярова пишет, что основной целью методов арттерапии является общая гармонизация состояния личности, что в целом благотворно влияет на все ее сферы. Когда личность гармонизирует свое внутреннее «я», наступает излечение в болезненных сферах, происходит адаптация личности к обществу, самовыражение, принятие самого себя. На этом в целом строится искусство и методы арттерапии [9].

Е. Н. Краснопеева подчеркивает, что арттерапия активизирует творческое воображение ребенка. Для развития творческого воображения детей необходимы определенные условия. Так, одной из важнейших предпосылок к высокому уровню творческого воображения является раннее физическое развитие ребенка [35].

Ю. Л. Блинова пришла к выводу, что для развития эмоционального интеллекта дошкольника важную роль играет создание обстановки, которая будет опережать развитие детей. Это означает, что ребенку должны быть доступны такие приспособления и предметы, которые бы стимулировали его деятельность, причем на опережение [11].

Выделяют следующие виды арттерапии: сказкотерапия, изотерапия, музыкальная терапия, танцевально-двигательная терапия и др. Арттерапия широко применяется в работе с детьми. В этом смысле она имеет свои направления в зависимости от того вида искусства, которое входит в основу терапевтического воздействия на дошкольника [47].

Ниже проанализируем особенности использования арттерапии в развитии эмоционального интеллекта дошкольников.

Как отмечает А. А. Крыжановская, для проявления и развития эмоционального интеллекта ребенка необходимо предоставить ему значительную свободу в действиях и в выборе способа творчества, даже если это неправильно с точки зрения классического творчества. В качестве примера можно привести современные методики «пальчикового» рисования, использования для творчества нестандартных материалов и т.д. [36].

По словам Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой, сказки всегда широко применялись в образовательном и воспитательном процессе, поскольку несут в себе поистине традиционную народную ценность передачи народного фольклора различных стран и народов. В силу возрастных особенностей дошкольникам нужны материалы и тексты, которые включают как игровую, так и познавательную деятельность. Безусловно, такими текстами являются

сказки, обладающие большим лингвометодическим и культурологическим потенциалом [27].

Тексты сказок актуальны, познавательны, доступны и значимы для дошкольников. Сказка оптимально подходит для воспитательного процесса, так как позволяет дошкольникам через игровую деятельность получать знания, дает возможность в непринужденной и интересной форме закрепить получаемые навыки и умения.

Особенность и польза сказкотерапии заключается в том, что сказки обладают богатым выбором сюжетов, поэтому ребенок в той сказке, которая ему ближе всего, может посредством абстрагирования пережить в третьем лице сложные для него жизненные ситуации. Посредством правильного подбора сюжетов воспитатель может вывести ребенка из сложной для него эмоциональной или даже социальной ситуации.

Е. А. Тупичкина считает, что одним из приемов сказкотерапии является придумывание сказки. Здесь задействуется воображение ребенка, причем по сюжету сказки становится понятно, в чем именно проблема ребенка. В старшем дошкольном возрасте активизируется воображение, при этом сначала в мышлении ребенка воссоздаются и додумываются определенные образы и в результате рождается нечто новое. Воображение носит не только творческий характер, подчас дети просто додумывают и предполагают те или иные свойства действительности, о которых они просто не знают. В ходе игры зарождаются новые сюжеты развития проигрываемых событий, - все это лежит в основе творческого воображения ребенка. Ребенок уже начинает сначала планировать свою деятельность и представлять их в своем воображении [64].

Как отмечает В. В. Николаева, сказка – одно из мощнейших способов воздействия на внутренний мир дошкольника и эффективный инструмент развития [47].

Как утверждает Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, сказка глубоко проникает во внутренний мир ребенка, помогает ему осознать происходящие события,

постичь законы жизни, а также способы эффективного социального взаимодействия. Сказка помогает ребенку по-новому взглянуть на различные жизненные ситуации, с которыми он сталкивается реальной в жизни, расширить способы взаимодействия с окружающим миром и другими людьми [27].

Формы реализации сказкотерапии, описанные Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой [27] представлены на рисунке 7.

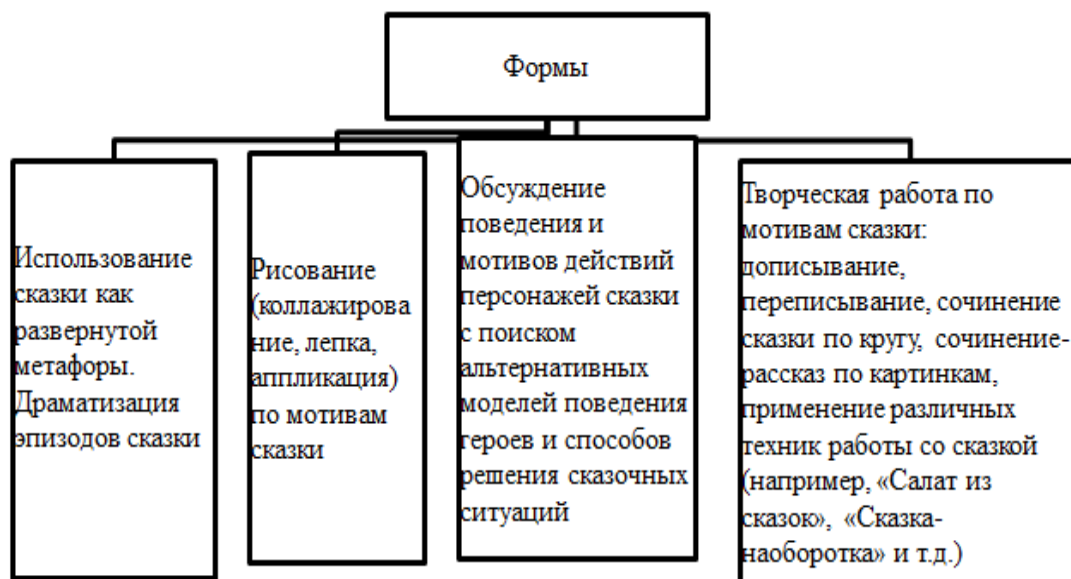


Рисунок 7 – Формы реализации сказкотерапии (автор - Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева) [27]

Как пишет Л. С. Выготский, в старшем дошкольном возрасте мышление и воображение являются неразрывными процессами в силу ограниченности познания ребенка о внешнем мире. На основе взаимодействия этих процессов рождаются новые идеи и происходит творческая реализация [20].

Е. В. Кузнецова отмечает, что говоря о воплощении творчества, можно согласиться с Л. С. Выготским, который говорил, что основной причиной творчества является слабая ориентация ребенка в мире реальности, - чем меньше ребенок знает о реальном мире и чем больше он имеет опыта из

сказок, рассказов и иных форм художественного творчества, тем больше он додумывает и придумывает [37].

По мнению В. И. Петрушина, для творческого процесса необходимым условием является спокойная и комфортная психологическая обстановка в месте его пребывания, свободное время, дружелюбное расположение старших и сверстников. Задачей родителя или воспитателя является обеспечение для ребенка безопасной психологической обстановки при возвращении его из творческого поиска и собственных открытий. Необходимо исключить из практики осуждения и замечания. Эффективность развития способностей ребенка к творчеству зависит от целенаправленности этого процесса, от его ориентированности на решение частных педагогических задач, объединенных одной конечной целью – формирование творческой личности [50].

Как отмечают С. В. Велиева, Н. Ю. Ярабаева, для развития эмоционального интеллекта используются разнообразные средства, основными среди которых является игра, рисунок, лепка, литературные жанры, театральные постановки. Воспроизводя собственную жизнь, добавляя в нее фантазии, передавая свои переживания, мысли и впечатления, ребенок творит, не заботясь о наличии слушателей и зрителей. Однако, это не означает, что он в них не нуждается – для закрепления опыта творения ребенку необходимо помогать, чтобы задатки творческого воображения переросли в талант [16].

Очевидно, на втором месте по популярности применения в арт - терапевтической работе с детьми после сказок является изотерапия. Краски, карандаши, пластилин – все эти предметы родители покупают детям, начиная с самого раннего возраста, поскольку первое, что делает ребенок с увлечением, - это творит что-то новое, рисует, лепит, конструирует, - созидательная потребность у детей крайне велика, а проще всего выразить эти свои потребности можно именно посредством рисования и иных видов художественного искусства (лепки, аппликации и т.д.).

По сути, изотерапия – есть наиболее простой и действенный метод арттерапии, поскольку, рисуя, ребенок выражает сам себя. И здесь имеет значение все, - и выбранный сюжет, и цвета, и место размещения рисунка на общем листе, и нажим и резкость линий, - все эти признаки показывают фактическое эмоциональное состояние ребенка на текущий момент и являются открытой диагностической картой для психолога в целях коррекции его состояния.

При применении изотерапии в современном мире воспитатель практически не ограничен – на рынке предлагается множество различных средств и поверхностей различных форм и фактур, посредством которых ребенок может выразить себя в рисовании.

Как отмечает В. О. Ленкина, в изотерапии ребенок проявляет себя как творец, он создает что-то новое в том виде, как он это чувствует на текущий момент. И по тому, как ребенок выражает себя в рисунке, можно судить о его состоянии в целях диагностики и коррекции. Важно помнить, что исследовательская деятельность и экспериментирование с предметами окружающей действительности неосуществимо без важнейшей составляющей исследовательского обучения – самостоятельной деятельности [42].

М. Г. Стафеева пришла к выводу о том, что музыка всегда активно применялась в детском саду для воздействия на детей, - при помощи музыки можно детей побудить к активности (например, веселая танцевальная музыка применяется на утренней зарядке), успокоить, - часто перед обеденным сном воспитатели ставят детям медленную успокаивающую музыку. Дети слушают музыку и очень отзываются на нее, - именно поэтому и воспитателям и родителям рекомендуется крайне аккуратно подходить к тому, что именно слушает их ребенок, поскольку, например, тяжелая агрессивная музыка с обилием басов и резких звуков способна причинить вред детской психике, расстроить ребенка [61].

В деятельности детского сада в последнее время часто используется сочетание музыки и текста, которое сопровождается танцевальными гимнастическими движениями. Еще в середине прошлого века биологи и врачи доказали, что регулярное выполнение определенных движений в заданном ритме способны побороть самые различные заболевания. Так появилась танцевально-двигательная терапия – уникальный вид двигательной активности, в которой дети выполняют упражнения под музыку. Одна из основных задач танцевально-двигательной терапии – устранение эмоциональных проблем.

Первым автором, который применил танцевально-двигательную терапию в коррекции эмоциональных проблем был швейцарский композитор и педагог Эмиль Жак-Далькроз. Он разработал систему упражнений для детей, которые сочетали в себе положенные на музыку физические несложные упражнения.

Российские педагоги также восприняли эту систему, дополнили и обогатили ее. В частности, разработкой танцевально-двигательных этюдов занимались авторы Т. С. Бабаджан, М. А. Румер, Ю. А. Двоскина, Н. А. Метлов, а затем уже А. В. Кенеман, Н. А. Ветлугина и иные авторы.

Ю. Л. Блинова доказала: как метод арттерапии, танцевально-двигательная терапия применяется для решения самых разных задач – развитие эмоционального интеллекта, развитие коммуникативных навыков ребенка, сплочение коллектива, повышение положительного эмоционального настроения ребенка.

При использовании танцевально-двигательных этюдов в арттерапии достигается не только эффект собственно терапии, но и решается ряд иных задач – например, улучшаются память, воображение, фантазия, творческое мышление. Кроме этого, ребенок учится расслабляться и действовать с другими детьми сообща [11].

Таким образом, арттерапия во всех своих проявлениях полезна для детей дошкольного возраста. При этом реализуется главный принцип

терапевтического воздействия на детей – посредством применения этих методов навредить ребенку невозможно, что повышает ее эффективность в работе с детьми. Очевидно, что каждое из представленных направлений арт-технологий оказывает влияние на конкретный аспект развития эмоционального интеллекта дошкольников, что позволяет реализовать целостное, системное воздействие на исследуемую сферу.

Проанализировав точки зрения отечественных психологов, мы пришли к выводу, что арттерапия представляет собой совокупность воздействия на личность выразительными средствами различных видов искусств. Арттерапия является одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников. Выделяют следующие виды арттерапии: сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия, танцевально–двигательная терапия и др. Арттерапия учит дошкольников понимать как свои эмоциональные чувства, так и эмоциональные состояния других людей, повышают способность дошкольников к установлению гармоничных отношений со сверстниками, обеспечивает позитивную социализацию.

Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ АРТТЕРАПИИ

2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики

Экспериментальное исследование эмоционального интеллекта старших дошкольников проведено на базе МБДОУ «Детский сад № 9 «Звездочка» города Енисейска. Выборка представлена старшими дошкольниками в количестве 20 человек.

Экспериментальная работа проводилась при непосредственном участии педагога-психолога. Организационную помощь при обследовании также оказывали воспитатели группы.

Этапы экспериментального исследования:

первый этап (сентябрь - октябрь 2020 года) – проведение первичной диагностики эмоционального интеллекта;

второй этап (ноябрь 2020 - март 2021) – разработка и апробация занятий с использованием арттерапии для развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

третий этап (апрель 2021 года) – проведение повторной диагностики эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики, определение эффективности работы.

Для выявления уровня развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста были определены критерии и методики (таблица 1).

Таблица 1 – Критерии и методики для выявления уровня развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста

Критерии	Методики
Понимание эмоций, переживаемых другими людьми	«Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)
Осознание своих эмоций	«Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зеленидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина)
Эмоциональное поведение при восприятии художественных произведений	«Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Ниже опишем методики исследования.

1. Методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Цель – изучение сформированности понимания эмоциональных состояний людей.

Для проведения диагностики необходимы картинки или фото с изображением различных эмоциональных состояний людей, а также демонстрирующих положительные и отрицательные поступки. Исследование проводится в индивидуальной форме и включает две серии.

Первая серия предполагает последовательный показ ребенку картинок с изображением эмоций. Экспериментатор задает ребенку вопросы: «Кто изображен на картинке? Что он делает? Как он себя чувствует? Как ты догадался об этом? Опиши картинку».

Далее начинается вторая серия эксперимента. Экспериментатор показывает ребенку сюжетные картинки, на которых изображены разнообразные поступки. При этом ребенку задаются вопросы: «Что делают дети (взрослые)? Как они это делают (дружно, ссорятся, не обращают внимания друг на друга и т.д.)? Как ты догадался? Кому из них хорошо, а кому плохо? Как ты догадался?».

Все данные заносятся в протокол и оцениваются в баллах.

1 – эмоции и эмоциональные состояния определены верно, ответы полные и правильные, адекватные поставленным вопросам;

0,5 – эмоции и эмоциональные состояния определены приблизительно, ответы неполные, фрагментарные;

0 – эмоции и эмоциональные состояния определены неверно, отказ от ответа или неправильный ответ.

Максимальное количество баллов – 22.

По результатам ответов делается вывод об уровне развития эмоциональной сферы (рисунок 8).

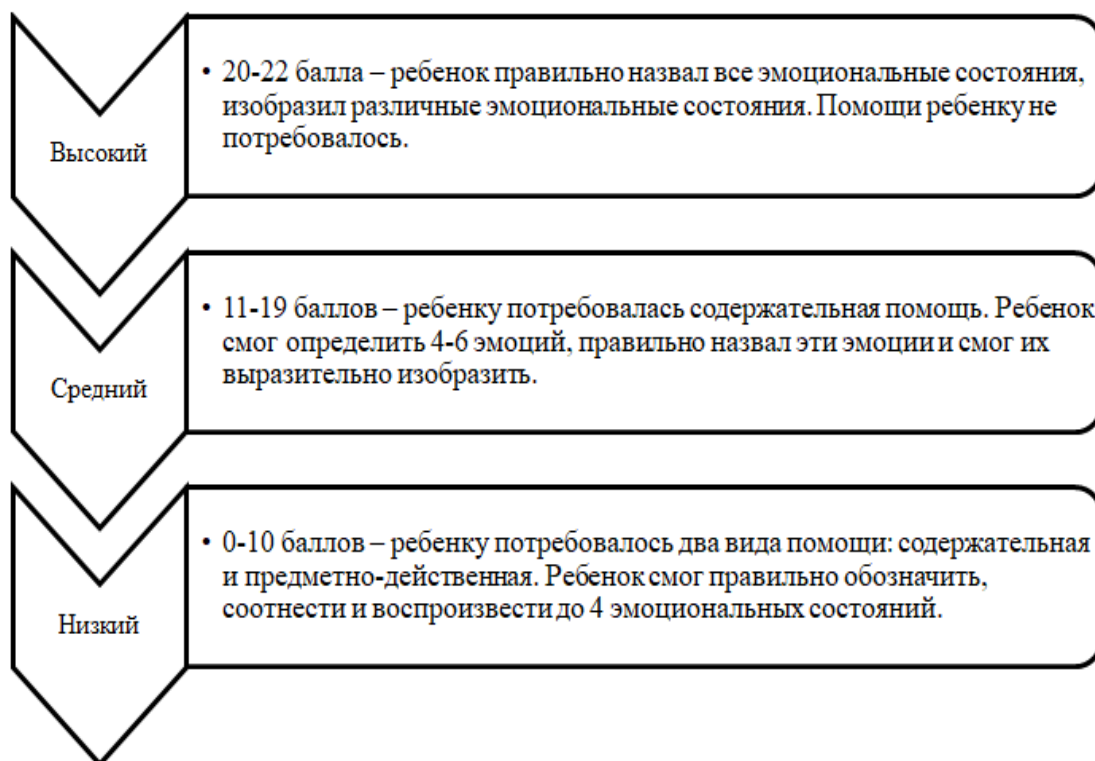


Рисунок 8 – Уровни развития эмоциональной сферы (методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

2. Беседа «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелиной)

Цель – выявление уровня осознания собственных эмоциональных состояний, определение ситуации, объектов, действий, вызывающих эмоциональные переживания дошкольников.

Беседа включает в себя перечень вопросов о ситуациях, объектах и действиях связанных с переживаниями эмоций.

Экспериментатор предлагает ребенку ответить на вопросы:

1. Что ты любишь?
2. Что ты не любишь?
3. Когда тебе весело?
4. Что ты делаешь, когда тебе весело?
5. Когда тебе грустно?
6. Что ты делаешь, когда тебе грустно?
7. Когда тебе страшно?
8. Что ты делаешь, когда тебе страшно?
9. Когда ты злишься?
10. Что ты делаешь, когда злишься?
11. Когда ты удивляешься?

В соответствии с ответами, которые дал ребенок, определяется уровень осознания детьми собственных эмоциональных состояний (рисунок 9).

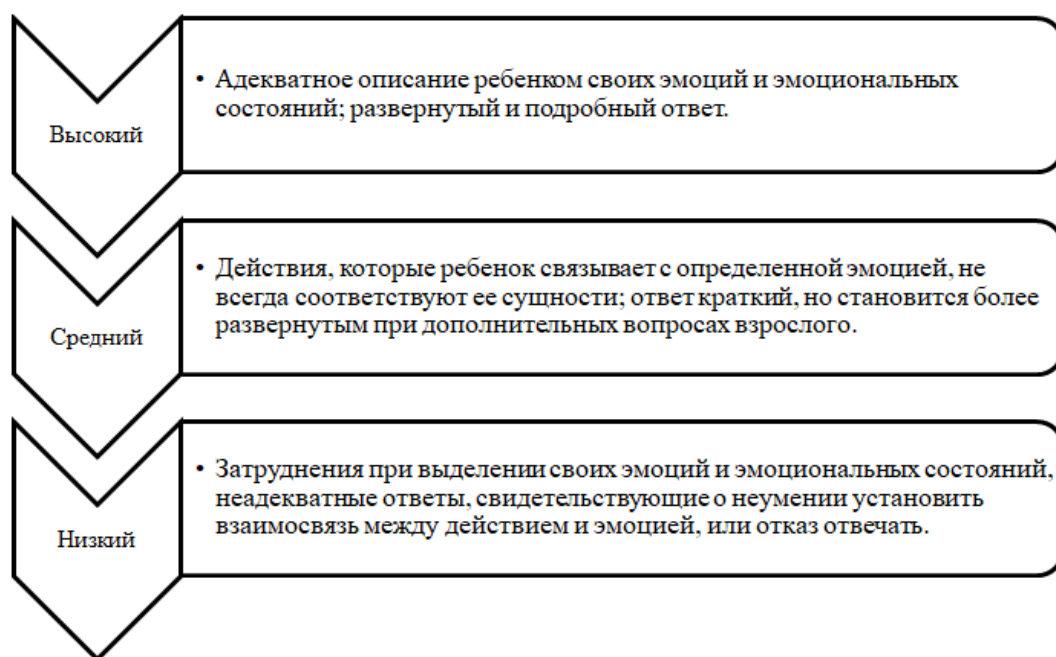


Рисунок 9 – Уровни осознания детьми собственных эмоциональных состояний (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина)

3. Методика «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина).

Цель – определение уровня развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения.

Проведение исследования заключается в чтении сказки С. Лагерлеф «Чудесное путешествие Нильса с дикими гусями», в процессе которого экспериментатор наблюдает, как дошкольники воспринимают произведение. В протоколе фиксируются особенности эмоционального поведения, такие, как вхождение в сказочный сюжет, сопереживание и сочувствие персонажам, оценка событий.

На основании наблюдения определяется уровень развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения (рисунок 10).

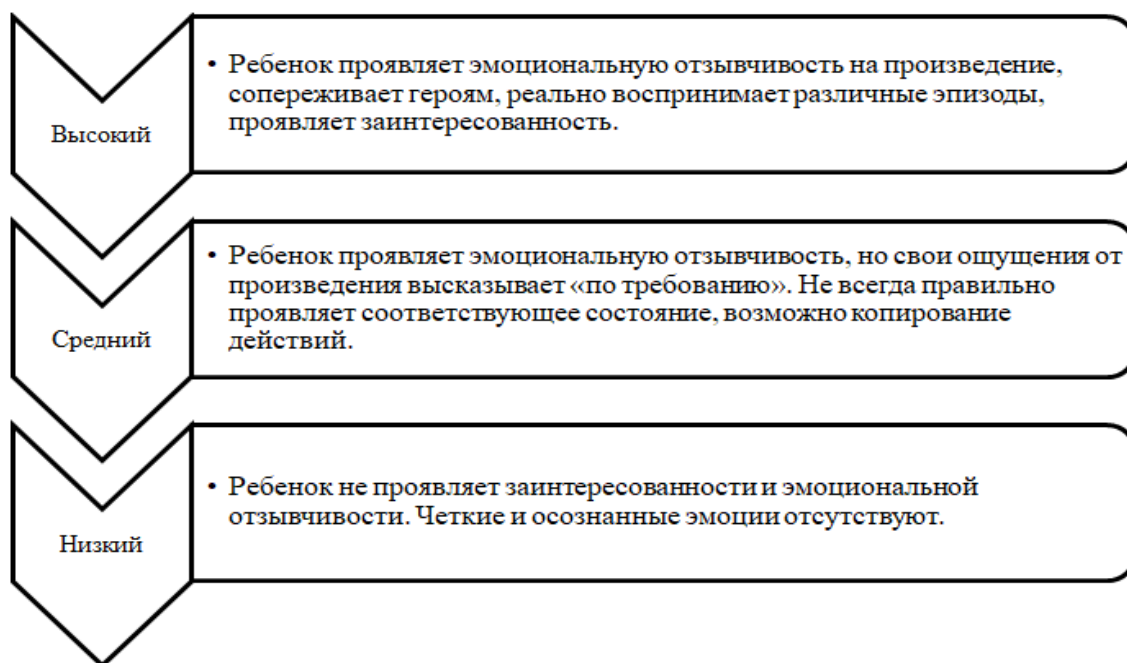


Рисунок 10 – Уровни развитости эмоциональной отзывчивости на художественные произведения (методика «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений») (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Таким образом, с помощью перечисленных методик можно определить уровень развития эмоционального интеллекта дошкольников.

Результаты первичной диагностики старших дошкольников по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» представлены на рисунке 11, в Приложении В.

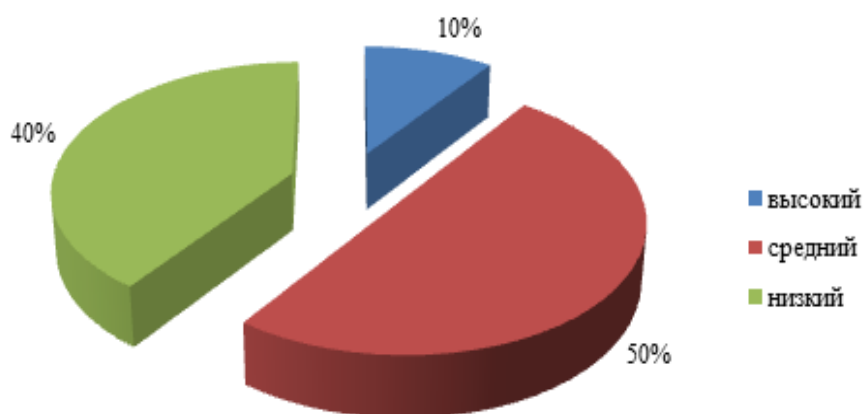


Рисунок 11 – Результаты первичной диагностики старших дошкольников по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Анализируя результаты, полученные при первичной диагностике старших дошкольников по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке», мы пришли к следующим выводам. У 40% дошкольников выявлен низкий уровень сформированности понимания эмоциональных состояний людей. Эти дошкольники смогли правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до четырех эмоций и эмоциональных состояний. Они часто допускали ошибки в определении эмоций и эмоциональных состояний. Особо сложными оказались для них такие эмоции, как спокойствие, презрение, отвращение, интерес, стыд. Задания выполнялись дошкольниками не самостоятельно: требовалась помощь педагога.

У 50% дошкольников диагностирован средний уровень сформированности понимания эмоциональных состояний людей. Эти дошкольники проявляют интерес к распознаванию эмоций, верно определили

4-6 эмоций. Ответы этих дошкольников краткие, однако, при дополнительных вопросах педагога, они становятся более полными и развернутым.

10% дошкольников имеют высокий уровень сформированности понимания эмоциональных состояний людей. Эти дошкольники правильно понимают эмоциональное состояние сверстников и взрослых, их взаимоотношения. Правильно воспринимают эмоциональное содержание, переданное с помощью разных средств. Задания выполняют самостоятельно, помощь педагога им не требуется.

Результаты первичной диагностики старших дошкольников по методике «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина) представлены на рисунке 12, в Приложении В.

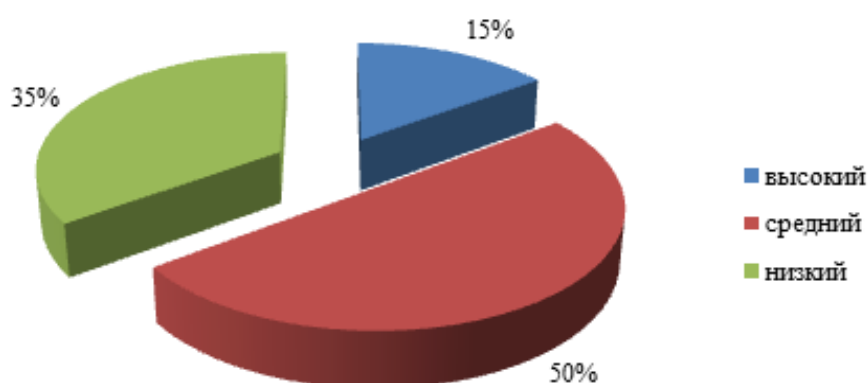


Рисунок 12 – Результаты первичной диагностики старших дошкольников с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина)

Полученные результаты первичной диагностики старших дошкольников после проведения беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина) позволили сделать следующие выводы. Для 35% дошкольников характерен низкий уровень способности к осознанию собственных эмоций. Эти дошкольники не умеют определять свое эмоциональное состояние, у них

слабо развит словарь эмоций. Они не дифференцируют представления об эмоции, не умеют установить взаимосвязь между действием и эмоцией.

У 50% дошкольников выявлен средний уровень способности к осознанию собственных эмоций. Эти дошкольники не всегда правильно могут высказать свое эмоциональное отношение к действительности. Знания этих дошкольников поверхностные, в ряде случаев не соответствуют указанным эмоциям. Они называют одни и те же действия как соответствующие разным эмоциональным переживаниям.

15% дошкольников имеют высокий уровень способности к осознанию собственных эмоций. Эти дошкольники правильно распознают эмоции, отвечают развернуто и подробно. Ситуации, объекты и действия окружающего мира вызывают у них эмоциональные переживания и адекватное восприятие. Они выразительно и верно передают чувства и эмоции.

Результаты первичной диагностики старших дошкольников по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина) представлены на рисунке 13, в Приложении В.

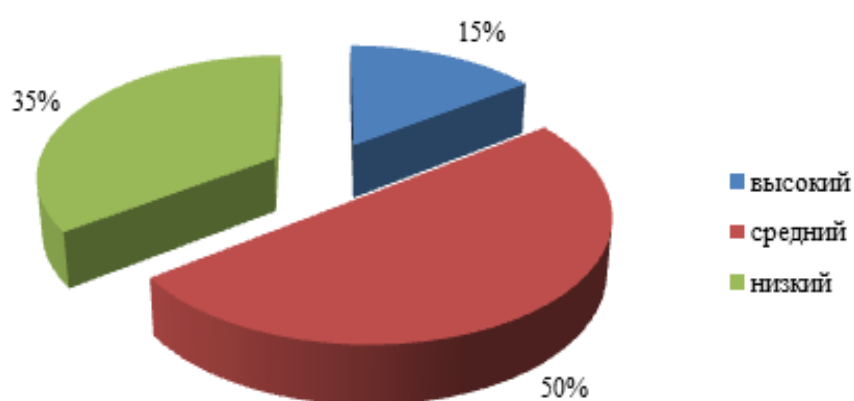


Рисунок 13 – Результаты первичной диагностики старших дошкольников по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Анализируя результаты, полученные при первичной диагностике по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений», мы пришли к следующим выводам.

У 35% дошкольников определен низкий уровень развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения. Эти дошкольники не проявляют заинтересованности и эмоциональной отзывчивости при восприятии текста произведения. Они могут давать простейшую оценку без проявления эмоций, не всегда адекватно оценивают произведение.

Для 50% дошкольников характерен средний уровень развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения. Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость, но свои ощущения от произведения высказывают «по требованию». Они не всегда правильно проявляют соответствующее эмоциональное состояние. Эти дошкольники адекватно воспринимают, но не всегда правильно формулируют эмоциональную оценку произведения, проявляют сомнения.

У 15% дошкольников выявлен высокий уровень развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения. Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость, «входят» в сюжет. Они сопереживают героям произведения, реально воспринимают различные эпизоды, проявляют заинтересованность. Эти дошкольники правильно дают оценку художественному явлению, не боясь самостоятельных суждений и обсуждения со сверстниками.

Сводные данные по всем методикам представлены в Приложении В. По результатам всех диагностик построена сравнительная диаграмма уровня развития эмоционального интеллекта старших дошкольников (рисунок 14).

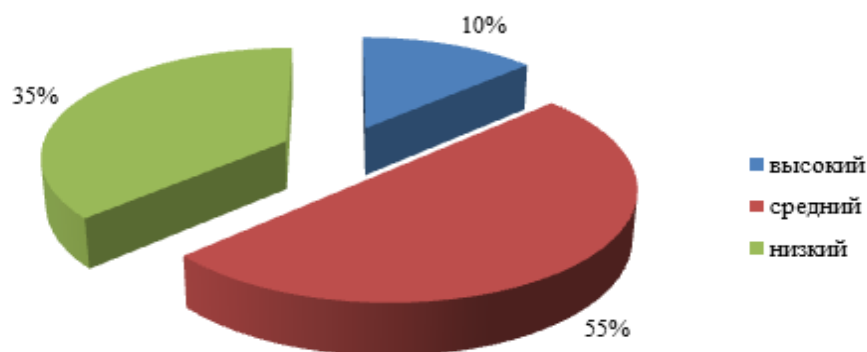


Рисунок 14 – Результаты первичной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников

По результатам проведения первичной диагностики мы можем сделать следующие выводы. У 35 % дошкольников (7 детей) выявлен низкий уровень развития эмоционального интеллекта. У этих дошкольников слабо развит словарь эмоций. Они не дифференцируют представления об эмоциях, не умеют установить взаимосвязь между действием и эмоцией, не проявляют заинтересованности и эмоциональной отзывчивости. Эти дошкольники могут давать простейшую оценку без проявления эмоций, не всегда адекватно оценивают произведение, ошибочно определяют эмоциональное состояние героев. Выразительные способности у этих дошкольников практически не развиты, они ошибочно изображают эмоции.

У 55 % дошкольников (11 детей) выявлен средний уровень развития эмоционального интеллекта. Эти дошкольники проявляют интерес к распознаванию эмоций, однако, не всегда правильно могут высказать свое отношение к действительности. Знания об эмоциях у этих детей поверхностные, они называют одни и те же действия как соответствующие разным переживаниям. Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость, но свои ощущения от произведения высказывают «по требованию». Они не всегда правильно проявляют соответствующее состояние, иногда копируют действия. Эти дошкольники адекватно воспринимают произведение, но не всегда правильно формулируют

эмоциональную оценку, проявляют сомнения. Они не всегда верно могут оценить состояние взрослых и сверстников, не всегда правильно понимают содержание произведения, однако, при повторении усваивают и правильно определяют средства и способы передачи эмоционального состояния. Эти дошкольники недостаточно выразительно и правильно изображают эмоции.

У 10 % дошкольников (2 ребенка) определен высокий уровень развития эмоционального интеллекта. Эти дошкольники правильно распознают эмоции, отвечают развернуто и подробно. Ситуации, объекты и действия окружающего мира вызывают у этих детей эмоциональные переживания и адекватное восприятие. Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость на художественное произведение, «входят» в сюжет. Они сопереживают героям произведения, реально воспринимают различные эпизоды, проявляют заинтересованность. Эти дошкольники правильно дают оценку художественному явлению, не боясь самостоятельных суждений и обсуждения со сверстниками. Они правильно понимают эмоциональное состояние сверстников и взрослых, их взаимоотношения, правильно воспринимают эмоциональное содержание, переданное с помощью разных средств. Эти дошкольники выразительно и правильно передают чувства и эмоции.

Следовательно, на основе результатов первичной диагностики мы определяем в экспериментальную группу 7 детей исследуемой выборки (что составляет 35 %), имеющих низкий уровень эмоционального интеллекта.

Результаты первичной диагностики подтвердили необходимость осуществления целенаправленной работы по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии.

2.2 Описание системы занятий с использованием арттерапии для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников

На основе полученных результатов диагностического исследования разработаны и апробированы занятия арттерапии по развитию эмоционального интеллекта у старших дошкольников экспериментальной группы.

Цель занятий: развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи занятий:

- развивать у дошкольников способности к пониманию эмоций, переживаемых другими людьми;
- формировать у дошкольников способности к осознанию своих эмоций;
- развивать у дошкольников эмоциональное поведение при восприятии художественных произведений.

Разработано и проведено 15 занятий.

Структура занятий: каждое занятие имеет структуру, цели, задачи и включает в себя различные виды упражнений (рисунок 15).

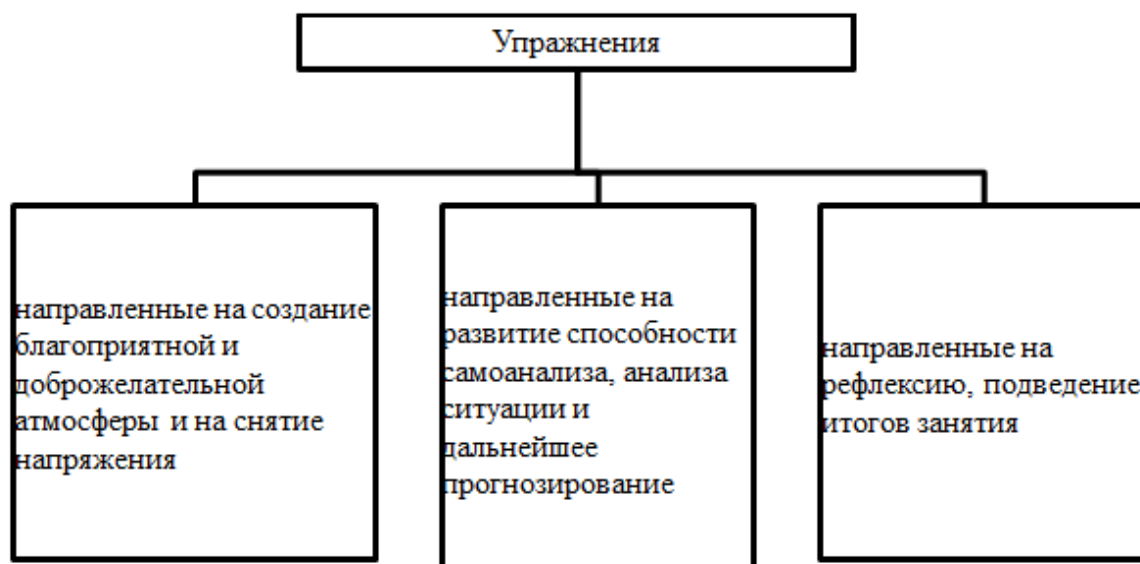


Рисунок 15 – Виды упражнений, используемых на занятиях

Занятия проводились 1 раз в неделю, продолжительность: 25-30 минут.

Применялись следующие арттерапевтические направления: сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия, танцевально–двигательная терапия.

Тематический план занятий приведен в таблице 3.

Таблица 3 – Тематический план занятий

№ занятия	Тема занятия	Структура занятия
1	Знакомство с волшебной академией	Приветствие Упражнение «Знакомство». Упражнение «Комплимент». Танцевальная игра «Построиться по росту». Ритуал прощания
2	На маленькой полянке	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Шаги к успеху». Рисование с применением техники монотипии Ритуал прощания
3	Вороненок	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Визуальное чувствование». Упражнение «Стекло» с элементами музыкотерапии Ритуал прощания
4	Маленький желтый автобус	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Подарок». Танцевальная игра-превращение «Карнавал животных» Ритуал прощания
5	Случай в лесу	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Умение вести разговор». Рисование с применением техники набрызг Пластический этюд «Бабочки» Ритуал прощания
6	Белочка-Припевочка	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Подводная лодка». Упражнение «Воздушный шар» Танцевальный этюд «Дружба начинается с улыбки» Ритуал прощания
7	Подсолнечное семечко	Приветствие Чтение сказки Дыхательное упражнение с тонизирующим эффектом «Замок» с элементами музыкотерапии Танцевальная игра-превращение «Прекрасные цветы» Упражнение «Ассоциации». Ритуал прощания

8	Непоседливая обезьянка	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Я злюсь, когда...». Рисование с применением техники кляксографии Пластический этюд «Распускающийся цветок» Ритуал прощания
9	Серое ухо	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Передай теплое слово». Дыхательное упражнение с успокаивающим эффектом «Передышка» с элементами музыкотерапии Ритуал прощания
10	Сказка про Енота	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Автопортрет» с элементами музыкотерапии Рисование с применением различных оттисков Ритуал прощания
11	Тимошка и Темнота.	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Самопрограммирование». Упражнение «Мои впечатления». Ритуал прощания
12	Бусы из волшебных ягод	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Солнышко» с элементами музыкотерапии Рисование с применением техники фроттаж Ритуал прощания
13	Волчонок и светлячки	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Комплимент» с элементами музыкотерапии Упражнение «Плохо - хорошо». Ритуал прощания
14	Полезная боюська	Приветствие Чтение сказки Дыхательная гимнастика с успокаивающим эффектом Упражнение «Я злюсь, когда...» Рисование с применением техники ниткографии Ритуал прощания
15	Сказка о страхе	Приветствие Чтение сказки Упражнение «Три ответа» Упражнение «Вспомни что-нибудь неприятное» Ритуал прощания

С целью развития у дошкольников эмоционального поведения при восприятии художественных произведений были использованы следующие формы работы со сказками:

1. Интерпретация сказок. Дошкольникам предлагалось самостоятельно воспроизвести суть сказочного сюжета.

2. Рассказывание сказок. Дошкольникам предлагалось самостоятельно, без помощи педагога рассказать сказку.

3. Сочинение сказок. Дошкольникам предлагалось самостоятельно сочинить сказку на определенную тему.

4. Переписывание (дописывание) сказок. Дошкольникам предлагалось самостоятельно придумать окончание сказки.

5. Постановка (разыгрывание) сказок. Дошкольникам предлагалось превратиться в актеров и поучаствовать в театрализации сказки.

В процессе формирующего эксперимента, как на занятиях, так и в совместной работе с детьми, были использованы элементы изотерапии.

Детям была предложена техника монотипии, суть которой заключается в нанесении красок на любую гладкую поверхность, например, специальную доску, в затем перенос получившегося рисунка на лист бумаги путем надавливания. Детям предлагалось рассмотреть получившиеся оттиски, предположить, что они напоминают и дополнить изображение так, чтобы получился законченный тематический рисунок.

Заинтересовала детей набрызг. Для рисования в этой технике на зубную щетку наносятся акварельные краски или гуашь, затем по щетке быстро проводится палочкой таким образом, чтобы на лист бумаги попали брызги. Детям предлагалось представить: что получилось из брызг и дополнить рисунок для получения сюжета.

Детям также была предложена техника кляксографии. Детям предлагалось на лист бумаги нанести мазки красок, затем аккуратно подуть на них из трубочки, тем самым превратив их в кляксы, и после этого из клякс получить законченный образ.

При рисовании в технике оттиска использовались различные подручные материалы: мягкая бумага, детали от конструкторов, катушки ниток и другие. Перечисленные предметы обмакивались в краску и

прикладывались к листу бумаги. Затем дети дополняли получившийся оттиск до определенного рисунка.

Особый интерес детей вызвала техника фроттаж, которая заключается в следующем: лист бумаги кладется на предмет, имеющий определенный выпуклый рисунок. Лист растирается рукой до получения отпечатков, которые затем дети превращали в рисунки.

Детям также была предложена техника ниткографии: связка ниток опускалась в краску, затем выкладывалась на лист бумаги и накрывалась вторым листом. После того, как листы отсоединялись друг от друга – получались интересные изображения, которые дети превращали в рисунки.

Музыкотерапия использовалась на занятиях и в различных режимных моментах (рисунок 16).

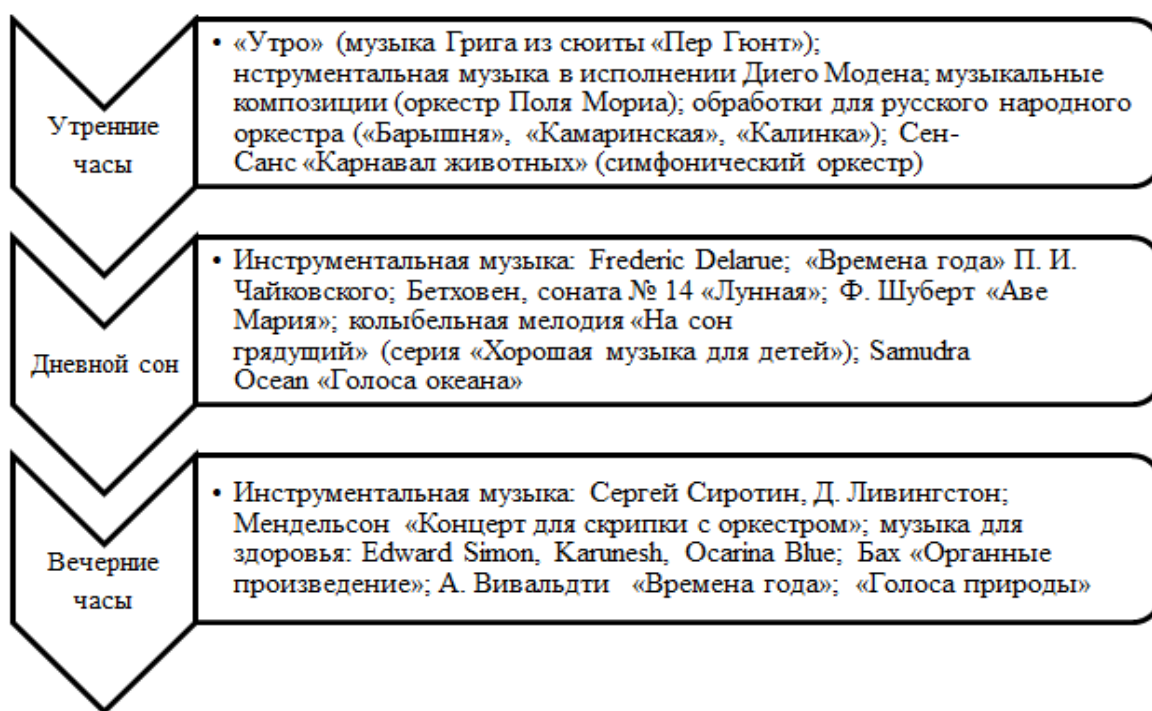


Рисунок 16 – Варианты использования музыкотерапии

В работе мы использовали следующие организационные формы танцевально-двигательной терапии (рисунок 17).

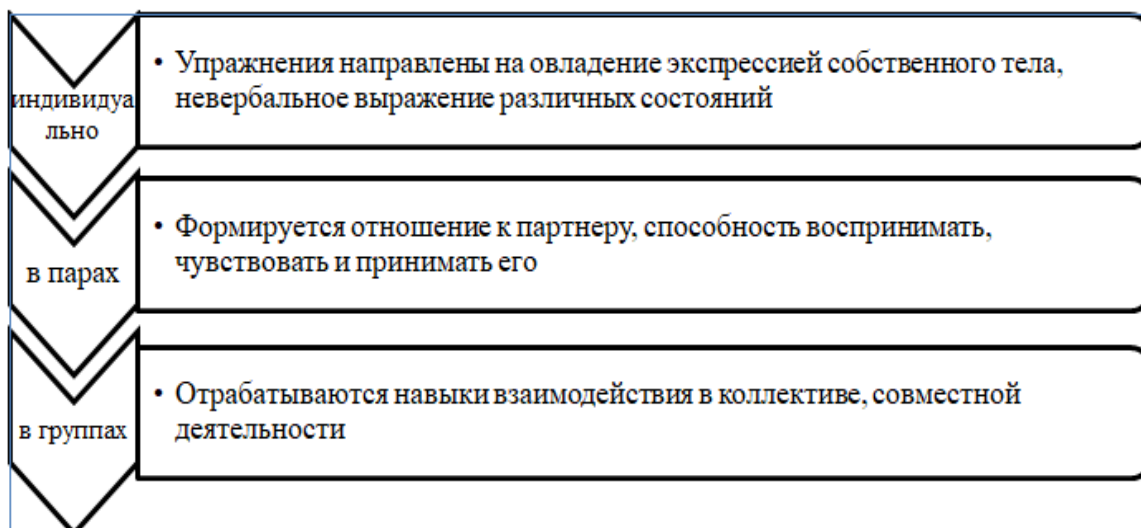


Рисунок 17 – Варианты использования танцевально-двигательной терапии

В процессе работы были использованы следующие упражнения с элементами арттерапии.

Упражнение «Знакомство».

Цель: установление психологического контакта между дошкольниками.

Инструкция: каждому из дошкольников (по кругу) предлагается назвать свое имя и кратко рассказать о себе.

Упражнение «Комплимент».

Цель: развитие у дошкольников способности к пониманию эмоций, переживаемых другими людьми.

Инструкция: каждому из дошкольников предлагается сделать комплимент соседу слева не используя при этом слов, пользуясь только жестами. Задача «получателя» комплимента догадаться какой комплимент ему сделали.

Игра «Построиться по росту».

Цель: определение как невозможность удовлетворения каких-либо потребностей дошкольника оказывает влияние на выбор стратегии поведения.

Инструкция:

1. Психолог предлагает дошкольникам образовать круг и внимательно рассмотреть друг друга и после этого закрыть глаза.

2. Психолог предлагает дошкольникам построиться по росту, соблюдая полную тишину.

3. Психолог предлагает дошкольникам открыть глаза и оценить порядок расстановки.

4. Психолог предлагает дошкольникам (по кругу) ответить на следующие вопросы:

- Какая стратегия поведения была избрана вами в процессе выполнения данного задания?

- Допускали ли вы нарушение правил игры?

- Можете ли вы провести аналогию данной игры с реальными ситуациями из жизни?

- Удовлетворены ли вы результатами выполнения данного задания?

Есть ли у вас желание изменить правила игры?

- Что, на ваш взгляд, оказалось препятствием при выполнении данного задания?

Упражнение «Воздушный шар».

Цель: развитие у дошкольников способности к осознанию своих эмоций.

Инструкция: Психолог предлагает дошкольниками представить себя в роли большого воздушного шара, который начинают медленно надувать. Во время глубокого, длинного вдоха предлагается медленно поднять руки и на несколько секунд полностью напрячь все мышцы тела. После этого детям предлагается представить, что шар прокололи и из него начал выходить воздух, тем самым достигается полное расслабление.

Упражнение «Визуальное чувствование».

Цель: развитие у дошкольников способности к пониманию эмоций, переживаемых другими людьми.

Инструкция: Психолог предлагает дошкольникам сесть в круг и внимательно посмотреть на лица окружающим в течении 2-3 минут. Затем предлагается закрыть глаза и представить себе лица других детей группы. Через 2 минуты психолог предлагает дошкольникам открыть глаза, поделиться своими ощущениями. Затем упражнение повторяется. Психолог предлагает дошкольникам постараться воспроизвести в памяти те лица, которые не запомнили в прошлый раз.

Упражнение «Стекло».

Цель: развитие у дошкольников способности к пониманию эмоций, переживаемых другими людьми, формирование взаимопонимания партнеров по общению на невербальном уровне.

Инструкция: Психолог предлагает одному из дошкольников нарисовать что-либо на подготовленный лист бумаги. После этого необходимо передать содержание этого рисунка остальным участникам, не используя при этом слова, а используя только мимику и жесты. В зависимости от того, насколько точно дошкольники воспроизведут содержание текста, следует говорить об уровне умения данным дошкольником устанавливать контакт с окружающими.

Упражнение «Полет».

Цель: развитие у дошкольников способности к осознанию своих эмоций.

Инструкция: Психолог предлагает дошкольникам встать прямо, опустить руки вдоль туловища, закрыть глаза. После этого необходимо сосредоточить все свои мысли на руках и «заставить» их подняться вверх, не прилагая к этому ни малейшего напряжения и представить себе полет. Затем необходимо начать медленное «приземление», сопровождаемое постепенным опусканием руки полным расслаблением.

Упражнение «Подарок».

Цель: развитие у дошкольников способности к пониманию эмоций, переживаемых другими людьми и развитие навыков невербального общения в группе.

Инструкция: Психолог предлагает дошкольникам при помощи невербальных средств сделать соседу слева «подарок». Задача «получателя» - определить, что именно ему «подарили».

Проведение арт-терапевтических упражнений в комплексе с дыхательными позволяет получить максимальный эффект в психико-эмоциональном плане. В частности, дыхательные упражнения призваны развивать способность к эмоциональному расслаблению.

1. Психолог сообщает дошкольникам, что в ситуации раздражения или гнева мы, как правило, не делаем нормального выдоха и предлагает этому научиться. Для этого предлагается проделать следующее:

- сделать глубокий выдох;
- задержать дыхание по возможности надолго;
- сделать несколько глубоких вдохов;
- задержать дыхание вновь.

2. Психолог предлагает дошкольникам представить, что перед ними стоит зажженная свеча очень большого размера. Необходимо сделать глубокий вдох и постараться одним выдохом задуть свечу. Затем предлагается задуть пять свечей маленького размера. Для этого необходимо сделать глубокий вдох и выпускать воздух небольшими порциями.

Дыхательное упражнение с тонизирующим эффектом «Замок».

Инструкция: Психолог предлагает дошкольникам принять исходное положение: сидя, корпус выпрямлен, руки на коленях, в положении «замок». Делается вдох, одновременно руки поднимаются над головой ладонями вперед. Происходит задержка дыхания на 3 секунды. Затем - резкий выдох через рот, при этом руки падают на колени.

Таким образом, на основе полученных результатов первичной диагностики разработана и апробирована система занятий с использованием

арттерапии с экспериментальной группой, направленных на развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста. Применялись следующие виды арттерапии: сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия, танцевально-двигательная терапия.

2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики

На заключительном этапе исследовательской работы проведена повторная диагностика контрольной и экспериментальной групп. Сделан сравнительный анализ результатов.

Цель повторной диагностики - определение уровня развития эмоционального интеллекта дошкольников и вывод об эффективности проведенной работы. Использован тот же диагностический инструментарий, что и при проведении первичной диагностики.

Результаты повторной диагностики старших дошкольников представлены в Приложении Г.

Результаты первичной и повторной диагностики эмоционального интеллекта старших дошкольников экспериментальной группы, полученные по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина), представлены на рисунке 18.

Сравнительный анализ результатов первичной и повторной диагностики экспериментальной группы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» позволяет сделать вывод о положительной динамике в развитии эмоционального интеллекта.

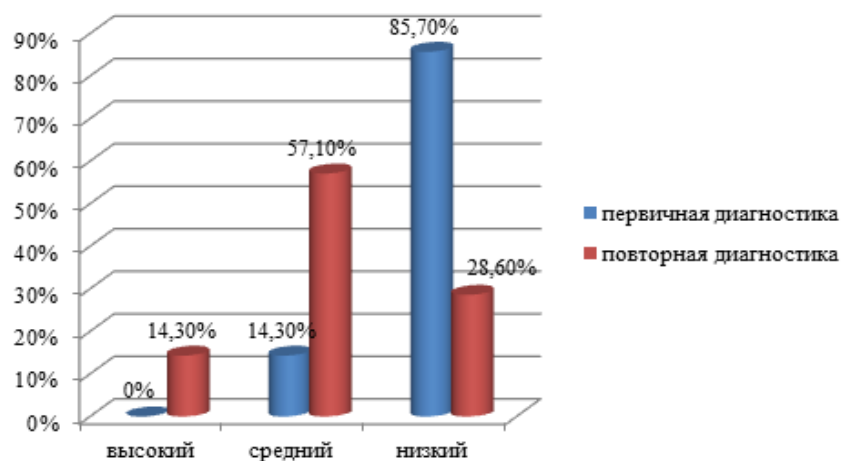


Рисунок 18 – Результаты первичной и повторной диагностики экспериментальной группы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Снизилось число дошкольников с низким уровнем сформированности понимания эмоциональных состояний людей: при первичной диагностике 85,7 % дошкольников (6 детей) имели низкий уровень, при повторной диагностике – 28,6% дошкольников (2 ребенка). Эти дошкольники смогли правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до четырех эмоций и эмоциональных состояний. Они часто допускали ошибки в определении эмоций и эмоциональных состояний. Особо сложными оказались для них такие эмоции, как: спокойствие, презрение, отвращение, интерес, стыд. Задания выполнялись дошкольниками не самостоятельно: требовалась помощь педагога.

Кроме того, увеличилось число дошкольников со средним уровнем сформированности понимания эмоциональных состояний людей: при первичной диагностике 14,3% дошкольников (1 ребенок) имели средний уровень, при повторной диагностике – 57,1% дошкольников (4 ребенка). Эти дошкольники проявляют интерес к распознаванию эмоций, верно определили 4-6 эмоций.

Мы констатируем, что увеличилось число дошкольников с высоким уровнем сформированности понимания эмоциональных состояний людей: при первичной диагностике никто из старших дошкольников экспериментальной группы не имел высокий уровень, при повторной диагностике – 14,3% дошкольников (1 ребенок). Эти дошкольники правильно понимают эмоциональное состояние сверстников и взрослых, их взаимоотношения. Задания выполняют самостоятельно, помощь педагога им не требуется.

Результаты первичной и повторной диагностики эмоционального интеллекта старших дошкольников контрольной группы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина) представлены на рисунке 19.

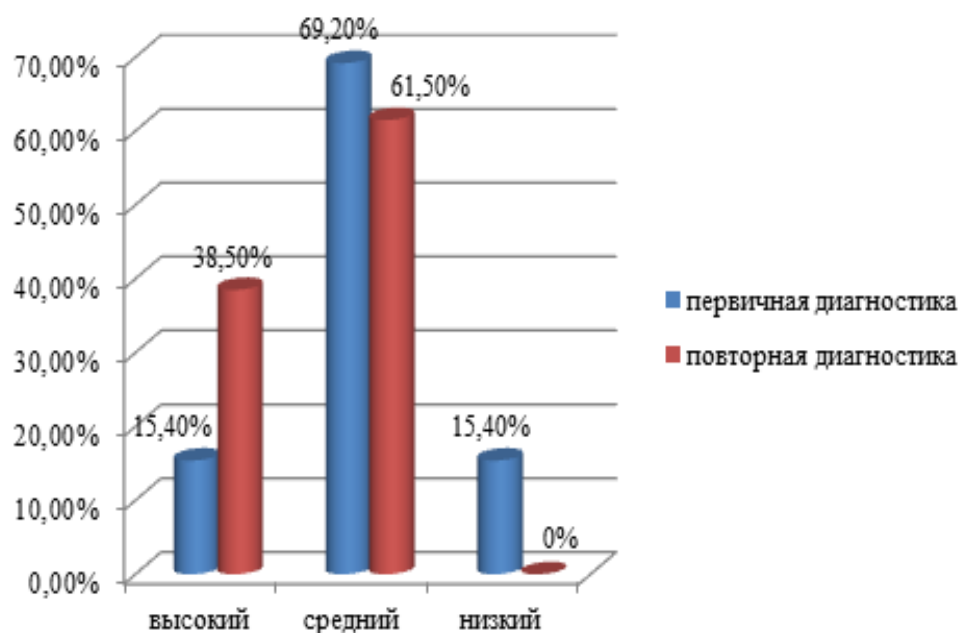


Рисунок 19 – Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке», можем сделать вывод о положительной динамике.

Снизилось количество дошкольников с низким уровнем развития эмоционального интеллекта. При первичной диагностике 15,4% старших дошкольников (2 ребенка) имели низкий уровень, при повторной не выявлены дошкольники с таким уровнем.

Уменьшилось число старших дошкольников со средним уровнем сформированности понимания эмоциональных состояний людей: при первичной диагностике выявлено 69,2% (9 детей), а при повторной диагностике - 61,5% (8 детей). Ответы этих дошкольников краткие, однако, при дополнительных вопросах педагога они становятся более полными и развернутым.

Также мы можем утверждать об увеличении числа дошкольников с высоким уровнем сформированности понимания эмоциональных состояний людей: при первичной диагностике выявлено 15,4% старших дошкольников (2 ребенка), при повторной - 38,5% (5 детей). Они правильно воспринимают эмоциональное содержание, переданное с помощью разных средств.

Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников экспериментальной группы, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина), представлены на рисунке 20.

Сравнительный анализ результатов, полученных с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» при первичной и повторной диагностике старших дошкольников экспериментальной группы позволяет сделать вывод о положительной динамике.

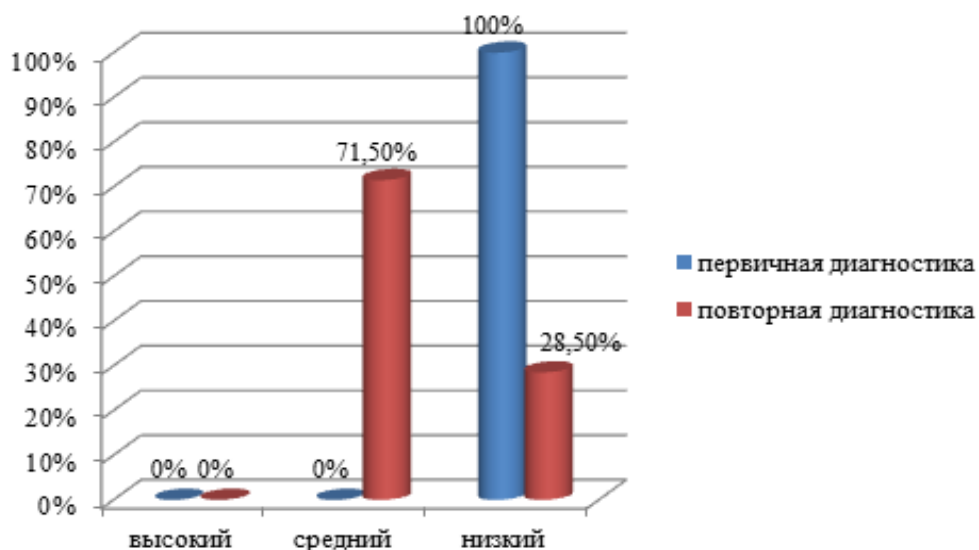


Рисунок 20 – Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников экспериментальной группы, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина)

Снизилось число дошкольников с низким уровнем способности к осознанию собственных эмоций: при первичной диагностике (7 детей) экспериментальной группы имели низкий уровень, при повторной диагностике – 28,5% дошкольников (2 ребенка). Эти дошкольники не умеют определять свое эмоциональное состояние, у них слабо развит словарь эмоций.

Также увеличилось число дошкольников со средним уровнем способности к осознанию собственных эмоций: при первичной диагностики не выявлено дошкольников со средним уровнем, при повторной диагностики – 71,5% дошкольников (5 детей). Эти дошкольники не всегда правильно могут высказать свое эмоциональное отношение к действительности.

Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина,

В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина), наглядно представлены на рисунке 21.

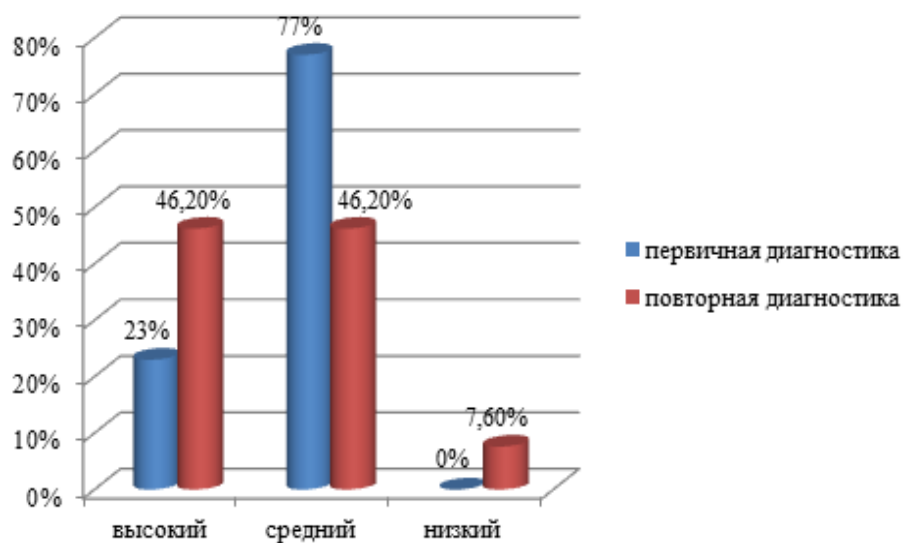


Рисунок 21 – Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина)

Сравнивая результаты, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций», при первичной и повторной диагностике старших дошкольников контрольной группы делаем вывод о положительной динамике.

Увеличилось число дошкольников с низким уровнем способности к осознанию собственных эмоций: при первичной диагностике не выявлено таких дошкольников, при повторной диагностике 7,6% (1 ребенок). Эти дошкольники не дифференцируют представления об эмоции, не умеют установить взаимосвязь между действием и эмоцией.

Мы констатируем, что уменьшилось число старших дошкольников, имеющих средний уровень. При проведении первичной диагностики было выявлено 77% старших дошкольников (10 детей), а при повторной диагностике - 46,2% дошкольников (6 детей). Знания этих дошкольников

поверхностные, в ряде случаев не соответствуют указанным эмоциям. Они называют одни и те же действия как соответствующие разным эмоциональным переживаниям.

Также возросло число дошкольников с высоким уровнем способности к осознанию собственных эмоций: при первичной диагностике 23 % дошкольников (3 ребенка) имели высокий уровень, при повторной диагностике – 46,2% дошкольников (6 детей). Эти дошкольники правильно распознают эмоции, отвечают развернуто и подробно. Ситуации, объекты и действия окружающего мира вызывают у них эмоциональные переживания и адекватное восприятие. Они выразительно и верно передают чувства и эмоции.

Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников экспериментальной группы, полученные по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина), представлены на рисунке 22.

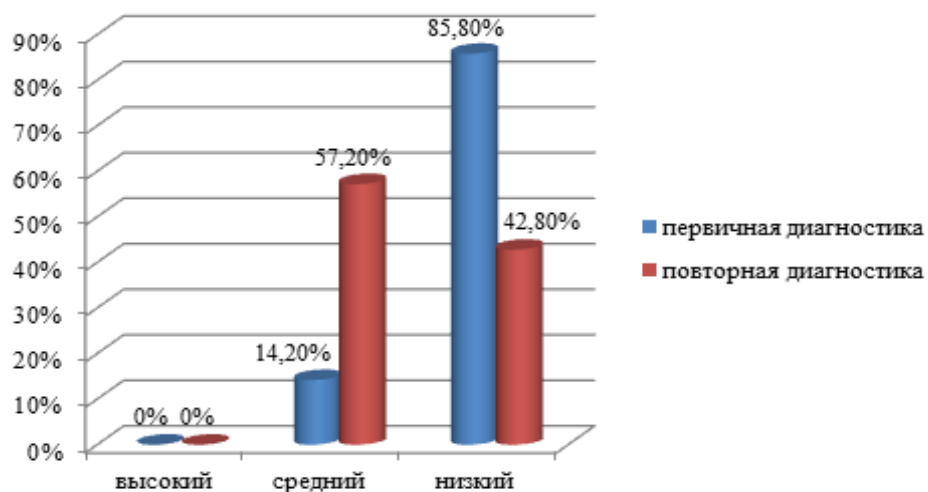


Рисунок 22 – Результаты первичной и повторной диагностики экспериментальной группы по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Сравнивая результаты первичной и повторной диагностики экспериментальной группы по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений», мы можем сделать вывод о положительной динамике.

Снизилось число дошкольников с низким уровнем развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения: при первичной диагностике 85,8 % дошкольников (6 детей) имели низкий уровень, при повторной диагностике – 42,8% дошкольников (3 ребенка). Эти дошкольники не проявляют заинтересованности и эмоциональной отзывчивости при восприятии текста произведения.

Мы можем утверждать, что возросло число дошкольников со средним уровнем развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения: при первичной диагностике 14,2% дошкольников (1 ребенок) имел средний уровень, при повторной диагностике – 57,2% дошкольников (4 ребенка). Эти дошкольники проявляет эмоциональную отзывчивость, но свои ощущения от произведения высказывают «по требованию». Они не всегда правильно проявляют соответствующее эмоциональное состояние. Эти дошкольники адекватно воспринимают, но не всегда правильно формулируют эмоциональную оценку произведения, проявляют сомнения.

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики контрольной группы по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений», мы можем сделать вывод о положительной динамике.

Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина) представлен на рисунке 23.

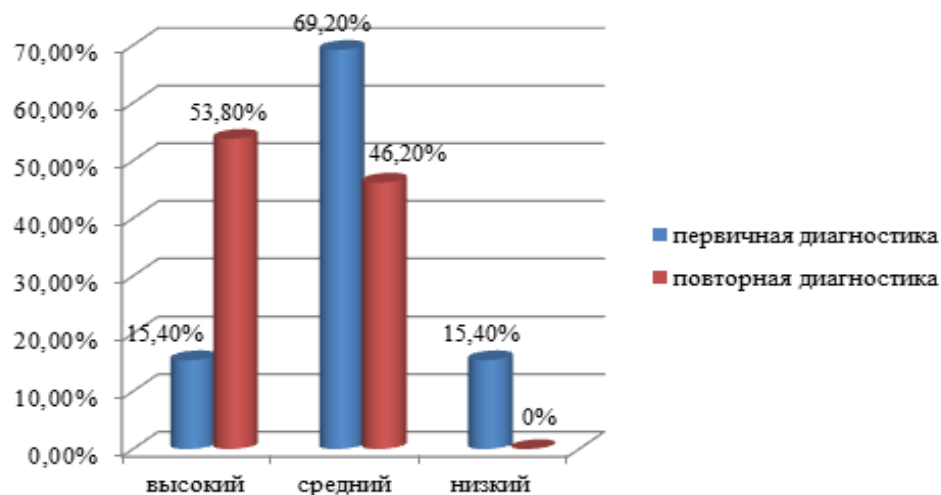


Рисунок 23 – Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Мы можем утверждать, что снизилось число дошкольников с низким уровнем развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения: при первичной диагностике выявлено 15,4% дошкольников (1 человек), при повторной диагностике не выявлено дошкольников с таким уровнем. Эти дошкольники могут давать простейшую оценку без проявления эмоций, не всегда адекватно оценивают произведение.

Уменьшилось число детей с средним уровнем развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения: при первичной диагностике - 69,2% дошкольников (9 детей), а при повторной диагностике - 46,2% дошкольников (6 детей).

Возросло число дошкольников с высоким уровнем развития эмоциональной отзывчивости на художественные произведения: при первичной диагностики 15,4% дошкольников (2 человека) имели высокий уровень, при повторной диагностике выявлено 53,9% дошкольников (7 человек). Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость, «входят» в сюжет. Они сопереживают героям произведения, реально

воспринимают различные эпизоды, проявляют заинтересованность. Эти дошкольники правильно дают оценку художественному явлению, не боясь самостоятельных суждений и обсуждения со сверстниками.

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики, построена сравнительная диаграмма уровня развития эмоционального интеллекта детей контрольной группы (рисунок 24).

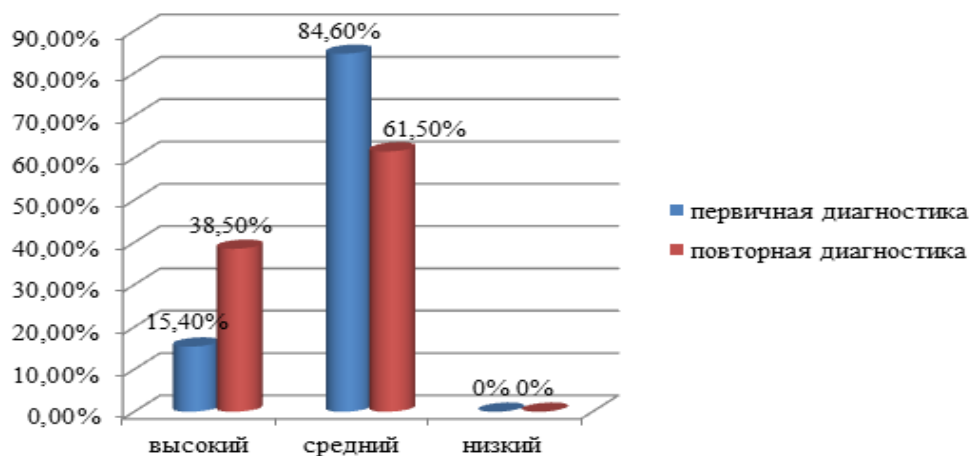


Рисунок 24 – Результаты первичной и повторной диагностики эмоционального интеллекта старших дошкольников контрольной группы

Таким образом, полученные данные результатов детей контрольной группы позволяют сделать следующие выводы.

Число дошкольников со средним уровнем сформированности эмоционального интеллекта уменьшилось на 23,1% (3 ребенка). Эти дошкольники проявляют интерес к распознаванию эмоций, однако, не всегда правильно могут высказать свое отношение к действительности. Они не всегда правильно проявляют соответствующее состояние, иногда копируют действия. Адекватно воспринимают произведение, но не всегда правильно формулируют эмоциональную оценку, проявляют сомнения. Они не всегда верно могут оценить состояние взрослых и сверстников, не всегда правильно понимают содержание произведения, однако, при повторении усваивают и правильно определяют средства и способы передачи эмоционального

состояния. Эти дошкольники недостаточно выразительно и правильно изображают эмоции.

Мы можем утверждать, что число дошкольников увеличилось на 23,1% (3 ребенка) с высоким уровнем сформированности эмоционального интеллекта. Эти дошкольники правильно распознают эмоции, отвечают развернуто и подробно. Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость на художественное произведение, «входят» в сюжет. Они сопереживают героям произведения, реально воспринимают различные эпизоды, проявляют заинтересованность. Они правильно понимают эмоциональное состояние сверстников и взрослых, их взаимоотношения, правильно воспринимают эмоциональное содержание, переданное с помощью разных средств. Эти дошкольники выразительно и правильно передают чувства и эмоции.

Низкий уровень развития эмоционального интеллекта старших дошкольников по результатам обеих диагностик не выявлен.

По результатам первичной и повторной диагностик построена сравнительная диаграмма уровня развития эмоционального интеллекта детей экспериментальной группы (рисунок 25).

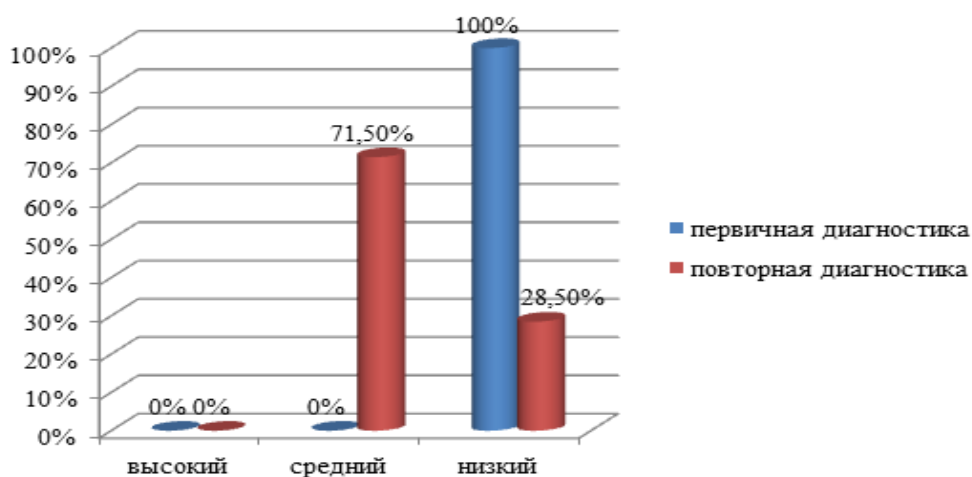


Рисунок 25 – Результаты первичной и повторной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников экспериментальной группы

Итак, подводя итоги, можно сделать вывод о том, что на 71,5% (5 детей) уменьшилось число дошкольников с низким уровнем сформированности эмоционального интеллекта. Эти дошкольники не умеют определять свое эмоциональное состояние, у них слабо развит словарь эмоций. Они не дифференцируют представления об эмоции, не умеют установить взаимосвязь между действием и эмоцией, не проявляют заинтересованности и эмоциональной отзывчивости. Эти дошкольники могут давать простейшую оценку без проявления эмоций, не всегда адекватно оценивают произведение, ошибочно определяют эмоциональное состояние героев. Выразительные способности у этих дошкольников практически не развиты, они ошибочно изображают эмоции.

Также на 71,5 % увеличилось число дошкольников (5 детей) со средним уровнем сформированности эмоционального интеллекта. Знания об эмоциях у этих детей поверхностные, они называют одни и те же действия как соответствующие разным переживаниям. Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость, но свои ощущения от произведения высказывают «по требованию». Не изменилось число дошкольников с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта.

Полученные данные позволяют говорить о положительной динамике развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, что свидетельствует об эффективности реализации системы занятий с элементами арттерапии.

Таким образом, гипотеза о том, что развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста будет эффективным, если в работе используются элементы музыкотерапии, сказкотерапии, изотерапии, танцевально-двигательной терапии, нашла свое подтверждение. Следовательно, цель исследования достигнута, задачи решены.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы пришли к следующим выводам.

Проблема эмоционального интеллекта находится в центре внимания отечественных и зарубежных на протяжении всей истории психологической науки. В настоящей работе за основу принято определение, разработанное Л. Д. Камышниковой, которая определяет эмоциональный интеллект как психологическое образование, возникшее на основе взаимосвязи эмоциональных и когнитивных процессов, позволяющее перерабатывать содержащуюся в эмоциях информацию (воспринимать, идентифицировать, определять причинность) и использовать результаты для повышения эффективности процесса мышления и регулирования собственных эмоций.

Вопросы развития эмоционального интеллекта наиболее значимы в дошкольном возрасте, поскольку он является периодом становления психических функций, личностных образований. К старшему дошкольному возрасту возрастает уровень понимания детьми эмоциональных состояний, они более дифференцированно воспринимают экспрессии, что оказывает непосредственное влияние на точность оценки переживаний человека. Расширяется активный и пассивный словарь обозначения эмоциональных состояний.

Дети старшего дошкольного возраста способны понимать как свои эмоции, так и эмоциональные состояния других людей, способны адекватно выражать и регулировать свои переживания, способны к осознанию своего эмоционального поведения и поведения окружающих. Следовательно, в старшем дошкольном возрасте имеются все объективные предпосылки и возможности развития эмоционального интеллекта. Именно поэтому перед педагогическим составом дошкольной образовательной организации остро встает вопрос поиска эффективных средств и методов развития эмоционального интеллекта.

Одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта выступает арттерапия, представляющая собой совокупность воздействия на личность выразительными средствами различных видов искусств.

Арттерапия является одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников. Выделяют следующие виды арттерапии: сказкотерапия, изотерапия, музыкальная терапия, танцевально-двигательная терапия. Арттерапия учит дошкольников понимать как свои эмоциональные чувства, так и эмоциональные состояния других людей, повышают способность дошкольников к установлению гармоничных отношений со сверстниками, обеспечивают позитивную социализацию.

Экспериментальное исследование эмоционального интеллекта старших дошкольников проведено на базе МБДОУ «Детский сад № 9 «Звездочка» города Енисейска. Выборка представлена старшими дошкольниками в количестве 20 человек.

В качестве диагностического инструментария нами использованы следующие методики: «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина), беседа «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина), «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

Проанализировав результаты первичной диагностики, мы отмечаем, что у 35% дошкольников выявлен низкий уровень развития эмоционального интеллекта. Эти дошкольники не умеют определять свое эмоциональное состояние, у них слабо развит словарь эмоций. У 55% дошкольников диагностирован средний уровень развития эмоционального интеллекта. Эти дошкольники проявляют интерес к распознаванию эмоций, однако, не всегда правильно могут высказать свое отношение к действительности. 10 % дошкольников имеют высокий уровень развития эмоционального интеллекта.

Эти дошкольники правильно распознают эмоции, отвечают развернуто и подробно. Ситуации, объекты и действия окружающего мира вызывают у этих детей эмоциональные переживания и адекватное восприятие.

Следовательно, на основе результатов первичной диагностики мы определяем в экспериментальную группу 7 детей исследуемой выборки (что составляет 35%), имеющих низкий уровень эмоционального интеллекта. Результаты первичной диагностики подтвердили необходимость осуществления целенаправленной педагогической работы по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста средствами арттерапии.

На основе полученных результатов первичной диагностики разработаны и апробированы 15 занятий с использованием арттерапии по развитию эмоционального интеллекта старших дошкольников экспериментальной группы. Занятия проводились 1 раз в неделю, продолжительность: 25-30 минут. Применялись следующие методы арттерапии: сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия, танцевально-двигательная терапия.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы пришли к выводу, что на 71,5% (5 детей) уменьшилось число дошкольников с низким уровнем сформированности эмоционального интеллекта. Эти дошкольники не умеют определять свое эмоциональное состояние, у них слабо развит словарь эмоций. Они не дифференцируют представления об эмоции, не умеют установить взаимосвязь между действием и эмоцией, не проявляют заинтересованности и эмоциональной отзывчивости. Эти дошкольники могут давать простейшую оценку без проявления эмоций, не всегда адекватно оценивают произведение, ошибочно определяют эмоциональное состояние героев. Выразительные способности у этих дошкольников практически не развиты, они ошибочно изображают эмоции.

Также на 71,5 % увеличилось число дошкольников (5 детей) со средним уровнем сформированности эмоционального интеллекта. Знания об

эмоциях у этих детей поверхностные, они называют одни и те же действия как соответствующие разным переживаниям. Эти дошкольники проявляют эмоциональную отзывчивость, но свои ощущения от произведения высказывают «по требованию». Не изменилось число дошкольников с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта.

Полученные данные позволяют говорить о положительной динамике развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, что свидетельствует об эффективности реализации системы занятий с элементами арттерапии

Таким образом, подтвердилась гипотеза о том, что применение сказкотерапии, изотерапии, музыкотерапии, танцевально-двигательной терапии, способствуют развитию компонентов эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста (пониманию эмоций, переживаемых другими людьми, осознание своих эмоций, эмоциональному поведению при восприятии художественных произведений). Следовательно, задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Айгунова, О. А. Диагностика и развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности старших дошкольников в условиях дошкольной образовательной организации / О. А. Айгунова, Н. Б. Полковникова, Т. Д. Савенкова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия : Педагогика и психология. – 2016. – № 4 (38). – С. 25-34.
2. Алимбаева, Р. Т. Теоретические аспекты эмоционального интеллекта / Р. Т. Алимбаева, Л. У. Есназарова // Инновационная наука. – 2017. – № 3. – С. 242-243.
3. Алферова, М. А. Эмоциональный интеллект и психологические теории эмоций / М. А. Алферова, И. Л. Аристова // Universum : психология и образование. – 2017. – № 12. – С. 19-25.
4. Андреева, И. Н. Азбука эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева. – Санкт-Петербург : БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.
5. Аникина, А. П. Развитие эмоционального интеллекта у старших дошкольников / А. П. Аникина, М. С. Барабанова // Наука и школа. – 2020. – № 3. – С. 197-204.
6. Анохин, П. К. Эмоции / под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гишпенрейтер // Психология эмоций. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 486 с.
7. Афанасьева, Т. В. Развитие эмоциональной сферы дошкольников в процессе театрализованной деятельности / Т. В. Афанасьева // Воспитатель ДОУ. – 2016. – № 2. – С. 65-67.
8. Афонькина, Ю. А. Диагностика эмоционального интеллекта у дошкольников / Ю. А. Афонькина // Детский сад : теория и практика. – 2014. – № 4. – С. 6-17.
9. Беглярова, М. Ю. Арт-терапия как метод коррекции эмоциональных состояний у интеллектуально одаренных детей старшего дошкольного

возраста / М. Ю. Беглярова // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2017. – № 1. – С. 14-17.

10. Белозорова, Л. А. АРТ-терапия как средство психокоррекции нарушений эмоциональных состояний детей-дошкольников : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Белозорова Людмила Александровна. – Курск, 2011. – 25 с.

11. Блинова, Ю. Л. Развитие и коррекция эмоциональной сферы дошкольников средствами мультимодальных арт-технологий / Ю. Л. Блинова // Педагогическое образование в России. – 2016. – № 1. – С. 144-148.

12. Бредберри, Т. Эмоциональный интеллект : самое важное / Т. Бредберри, Д. Гривз – Москва : АСТ, 2008. – 187 с.

13. Бреслав, Г. В. Психология эмоций : учебное пособие / Г. В. Бреслав. – Москва : Академия, 2017. – 544 с.

14. Вальдес, М. С. Арт-терапия как метод преодоления эмоционального стресса / М. С. Вальдес, А. Г. Московкина // Наука и школа. – 2016. – № 2. – С. 133-137.

15. Веккер, Л. М. Психические процессы / Л. М. Веккер. – Москва : Смысл, 2015. – 223 с.

16. Велиева, С. В. Коррекция психических состояний у детей старшего дошкольного возраста средствами нейропсихологических и арт-терапевтических игровых упражнений / С. В. Велиева, Н. Ю. Ярабаева // Азимут научных исследований : педагогика и психология. – 2019. – № 4. – С. 275-279.

17. Вербина, Г. Г. Психология эмоций : учебное пособие / Г. Г. Вербина. – Чебоксары, 2008. – 308 с.

18. Вилюнас, В. К. Психология эмоций / В. К. Вилюнас. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 496 с.

19. Вундт, В. Введение в психологию / В. Вундт. – Москва : Академический проект, 2012. – 172 с.

20. Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – Санкт-

Петербург : Питер, 2009.

21. Гиниятуллина, Э. Д. Развитие эмоционального интеллекта дошкольника / Э. Д. Гиниятуллина // *Universum : психология и образование*. – 2019. – № 2. – С. 1-3.

22. Готтман, Д. Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей / Д. Готтман. – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 272 с.

23. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман – Москва : АСТ : Астрель, 2011. – 478 с.

24. Гуриева, С. Д. Психология межэтнических отношений : автореф. дис. ... докт. психол. наук : 19.00.05 / Гуриева Светлана Дзахотовна. – Санкт-Петербург, 2010. – 47 с.

25. Гусева, А. Ю. Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста в условиях ДОУ / А. Ю. Гусева // Лучшая научно-исследовательская работа 2016: сборник статей III Международного научно-практического конкурса. – Пенза, 2016. – С. 105-111.

26. Деревянко, С. П. Методика тренинга эмоционального интеллекта как инструмента повышения психологического благополучия виктимной личности / С. П. Деревянко // *Балканское научное обозрение*. – 2019. – № 1. – С. 74-77.

27. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Основы сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 170 с.

28. Изард, К. Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – Санкт-Петербург : Питер, 1999. – 464 с.

29. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 783с.

30. Казаринова, Н. В. Социальные коммуникации в профессиональной среде: учебное пособие / Н.В. Казаринова, Е.А. Пашковский. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭТУ «ЛЭТИ», 2018. – 75 с.

31. Камышникова, Л. Д. Структура эмоционального интеллекта в

контексте социальных ситуаций : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Камышникова Любовь Дмитриевна. – Москва, 2012. – 20 с.

32. Карпова, С. И. Модель развития эмоционального интеллекта и социальной компетентности у детей старшего дошкольного возраста в коллективной изобразительной деятельности / С. И. Карпова, Т. Д. Савенкова, З. В. Пархимович // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2018. – № 4. – С. 99-107.

33. Киселева, М. В. К44 Арт-терапия в работе с детьми / М. В. Киселева - Санкт-Петербург. : Речь, 2006. - 160 с.

34. Комарова, А. И. Культурно-психологические особенности взаимосвязи ценностей и эмоционального интеллекта : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Комарова Алина Игоревна. – Саратов, 2011. – 25 с.

35. Краснопеева, Е. Н. Арт-терапия как форма развития и коррекции эмоционально-волевой сферы / Е. Н. Краснопеева // Наука и образование сегодня. – 2020. – № 12. – С. 114-115.

36. Крыжановская, А. А. Выражение эмоций детьми дошкольного возраста в рисунках посредством техник педагогической арт-терапии / А. А. Крыжановская // IN SITU. – 2016. – № 5. – С. 35-37.

37. Кузнецова, Е. В. Возможности использования средств арт-терапии в эмоциональном развитии дошкольников / Е. В. Кузнецова // Вестник экспериментального образования. – 2020. – № 2. – С. 1-8.

38. Лазарева, Ю. В. Арт-терапия как средство развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста / Ю. В. Лазарева, А. Е. Рудакова // Научный диалог. – 2018. – № 6. – С. 251-264.

39. Лаптева, Ю. А. Психолого-педагогическое сопровождение эмоционального развития ребёнка на разных этапах дошкольного детства : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Лаптева Юлия Александровна. – Кемерово, 2017. – 23 с.

40. Лаптева, Ю. А. Развитие эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста / Ю. А. Лаптева, И.С. Морозова // Вестник

Кемеровского государственного университета. – 2016. – № 3. – С. 51-55.

41. Ларина, А. Т. Эмоциональный интеллект / А. Т. Ларина // Азимут научных исследований : педагогика и психология. – 2016. – № 3. – С. 275-278.

42. Ленкина, В. О. Способы развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста / В. О. Ленкина, А. А. Огир, О. В. Вартамян, Л. Ю. Борохович // Молодой ученый. – 2017. – № 13 (147). – С. 569-571.

43. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Социальный интеллект : теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Изд-во Института психологии РАН, 2004. – С. 29-36.

44. Маркман, Е. В. Использование метода арт-терапии в коррекции эмоциональных нарушений дошкольников / Е.В. Маркман // Психология человека в образовании. – 2020. – № 3. – С. 277-287.

45. Мосина, Е. С. Почему облака превращаются в тучи? Сказкотерапия для детей и родителей / Е. С. Мосина. – Москва : Генезис, 2012. – 162 с.

46. Наймушина, Л. М. История становления понятия «эмоциональный интеллект» в психологической науке / Л. М. Наймушина // Педагогика : история, перспективы. – 2020. – № 4. – С. 63-70.

47. Николаева, В. В. Использование средств арт-терапии в развитии эмоциональной сферы старших дошкольников / В. В. Николаева,

48. А. Е. Байкенова // Актуальные проблемы современности : наука и общество. – 2015. – № 4. – С. 34-38.

49. Николаева, В. В. Особенности развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста / В. В. Николаева, А. Е. Байкенова, В. Е. Шевченко // Актуальные проблемы современности : наука и общество. – 2019. – № 1. – С. 40-45.

50. Нуриева, А. Р. Арт-терапия в работе с детьми дошкольного возраста / А. Р. Нуриева, Ф. С. Газизова, Т. Н. Галич // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 61. – С. 142-146.

51. Петрушин, В. И. О развитии эмоционального интеллекта в процессе музыкальных занятий / В. И. Петрушин // Музыкальное искусство и образование. – 2016. – № 2. – С. 68-82.

52. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155 (ред. от 21.01.2019г.) «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/197127/>

53. Психология эмоций / под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 496 с.

54. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/197127/>

55. Робертс, Р. Д. Эмоциональный интеллект : проблемы теории, измерения и применения на практике / Р. Д. Робертс, Дж. Мэттьюс, М. Зайднер, Д. В. Люсин // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2004. – Т. 1. – № 4. – С. 3-26.

56. Романова, Е. Н. Дифференциация понятий «эмоциональный интеллект» и «эмоциональная компетенция» / Е. Н. Романова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – № 1. – С. 150-152.

57. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. В 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – Москва : Просвещение, 1989. Т. 1. – 415 с.

58. Савенков, А. И. Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности у детей / А. И. Савенков. – Москва : Национальный книжный центр, 2015. – 128 с.

59. Семенака, С. И. Использование проблемных ситуаций в развитии эмоционального интеллекта дошкольника / С. И. Семенака // Детский сад : теория и практика. – 2014. – № 4. – С. 86-95.

60. Синельникова, Е. С. Эмоциональный интеллект как фактор

взаимодействия в конфликте : кросс-культурный аспект : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Синельникова Елена Семеновна. – Санкт-Петербург, 2015. – 24 с.

61. Смирнова, Н. Н. Теоретические аспекты исследования эмоциональной компетентности детей дошкольного возраста / Н. Н. Смирнова, С. С. Савенышева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2017. – № 2. – С. 65-67.

62. Стафеева, М. Г. Использование арт-терапевтических техник для снижения психоэмоционального напряжения детей, склонных к агрессивному поведению / М. Г. Стафеева // International scientific review. – 2019. – № 12. – С. 99-102.

63. Тавстуха, О. Г. Педагогическое сопровождение формирования эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста / О. Г. Тавстуха, Л. Ю. Шавшаева // Вестник Марийского государственного университета. – 2018. – № 2. – С. 78-83.

64. Токарева, О. А. Теоретико-методологические проблемы исследования эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста / О. А. Токарева, А. В. Серый, А. И. Федоров // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2018. – № 3. – С. 129-139.

65. Тупичкина, Е. А. Рисование песком как средство развития эмоционального интеллекта и профилактики эмоционального неблагополучия дошкольников / Е. А. Тупичкина // Детский сад : теория и практика. – 2014. – № 2. – С. 76-85.

66. Ушаков, Д. В. Социальный и эмоциональный интеллект : сомнения, надежды и перспективы // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Изд-во ИП РАН, 2009. – С. 11-30.

67. Фаустова, И. В. Психолого-педагогические условия преодоления эмоционального неблагополучия детей старшего дошкольного возраста : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Фаустова Ирина Валерьевна. –

Елец, 2011. – 23 с.

68. Фаустова, И. В. Особенности эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста / И. В. Фаустова // Казанский педагогический журнал. – 2019. – № 4. – С. 66-70.

69. Холодная, М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования / М.А. Холодная. – Москва: Барс, 2002. – 392 с.

70. Хухлаева, О. В. Лабиринт души: терапевтические сказки / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. – Москва : Академический проект, 2016. – 175 с.

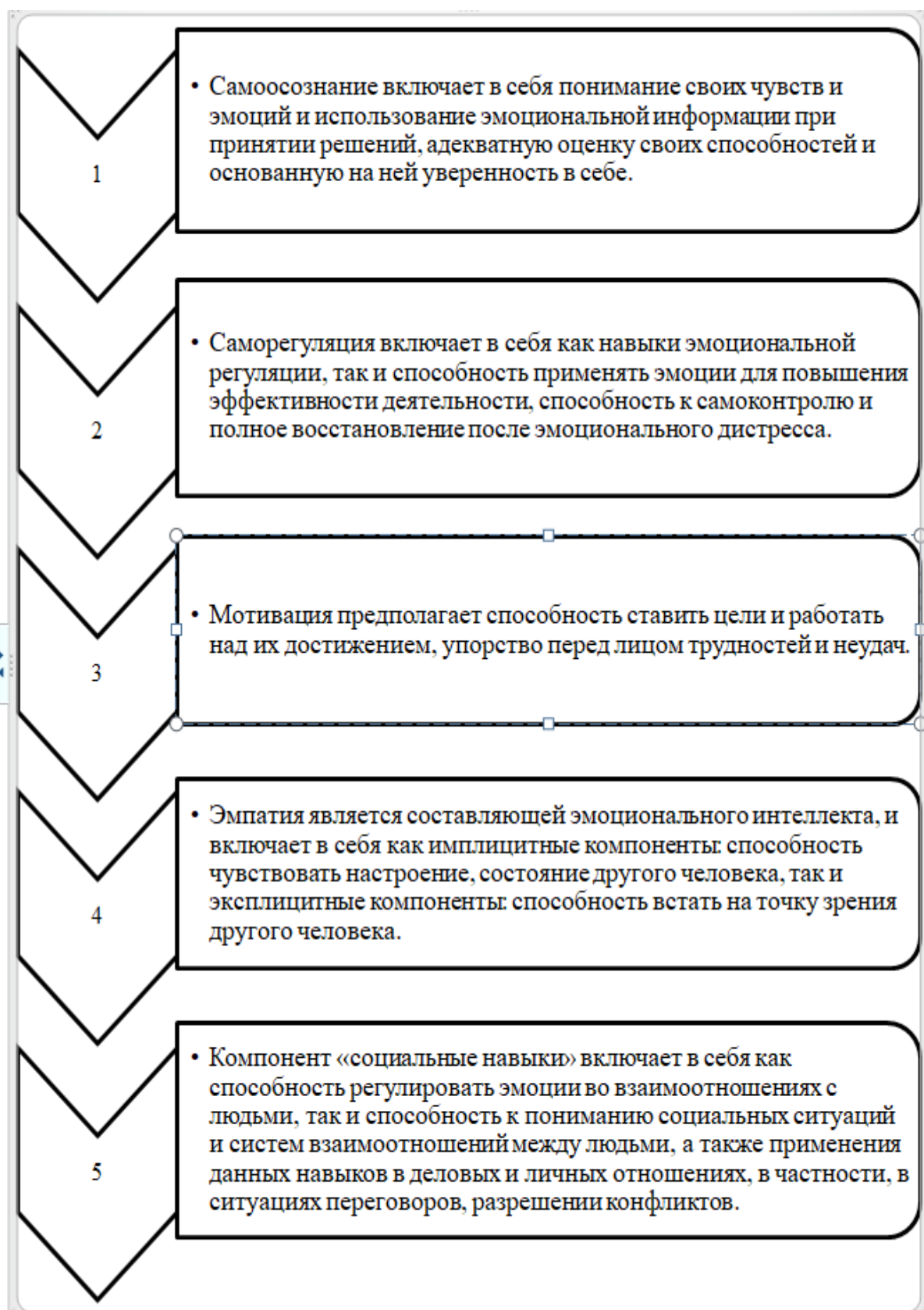
71. Черняева, С. А. Психотерапевтические сказки и игры / С. А. Черняева. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 168 с.

72. Шиманская, В. А. Монсики. Что такое эмоции и как с ними дружить. Важная книга для занятий с детьми / В. А. Шиманская. – Москва : Бомбора, 2017. – 128 с.

73. Шнайдер, М. И. Основные направления исследования эмоционального интеллекта / М. И. Шнайдер // Гуманизация образования. – 2016. – № 4. – С. 58-64.

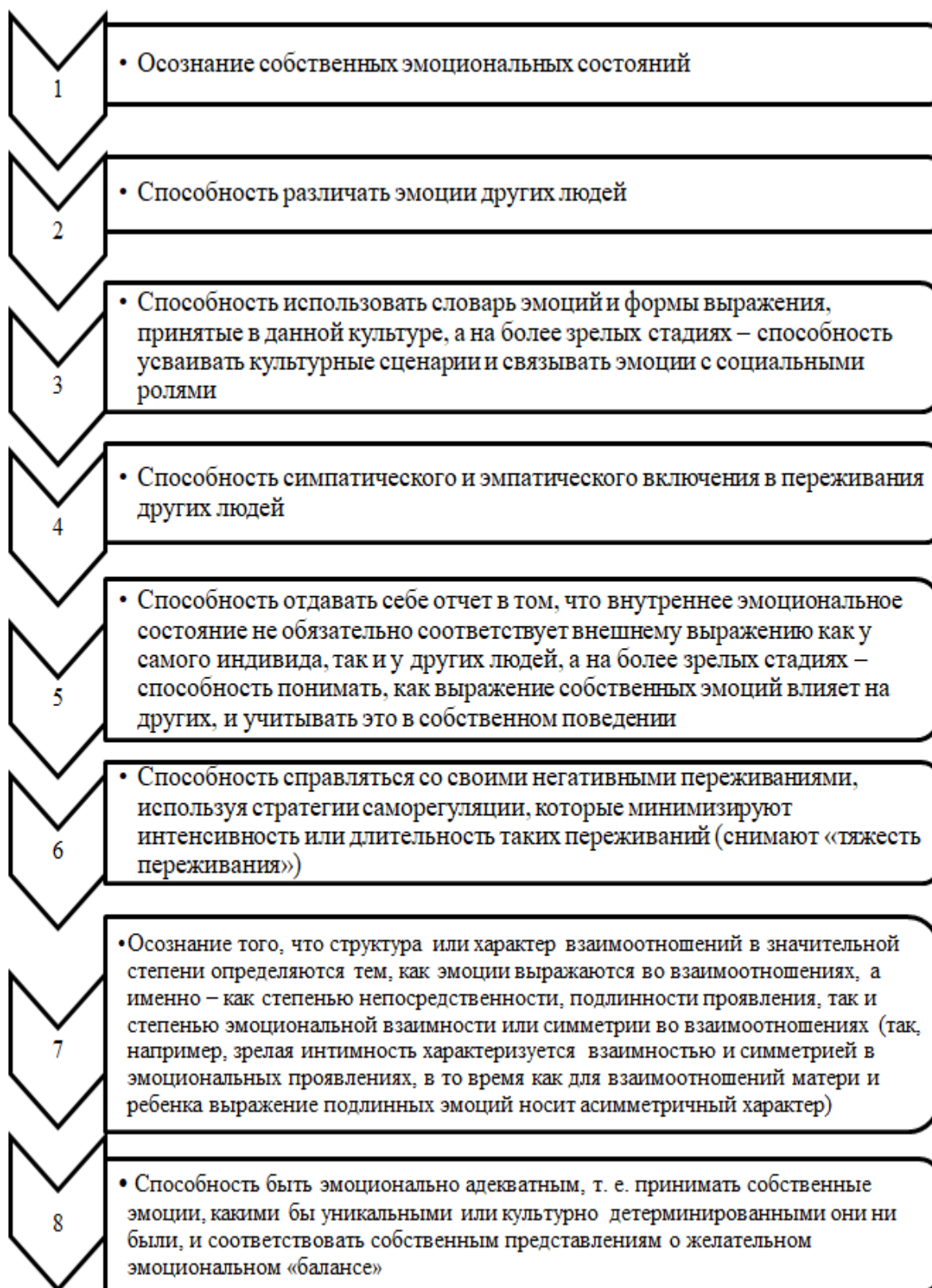
ПРИЛОЖЕНИЕ А

Компоненты эмоционального интеллекта (автор - Д. Гоулман)



ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Структура эмоциональной компетентности (автор - К. Саарни)



ПРИЛОЖЕНИЕ В

Результаты первичной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников

Таблица В.1 - Результаты первичной диагностики эмоционального интеллекта у старших дошкольников по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

№ п/п	Имя ребенка	Всего баллов	Уровень
1.	Катя А.	11,5	средний
2.	Алиса В.	12,5	средний
3.	Ваня Г.	7,0	низкий
4.	Маша Д.	6,5	низкий
5.	Андрей Д.	13,0	средний
6.	Глеб Е.	5,5	низкий
7.	Вероника З.	12,0	средний
8.	Ангелина К.	5,5	низкий
9.	Полина К.	6,5	низкий
10.	Саша К.	14,5	средний
11.	Илья М.	5,5	низкий
12.	Ира Н.	20,0	высокий
13.	Максим О.	13,5	средний
14.	Денис П.	5,5	низкий
15.	Даша П.	20,0	высокий
16.	Кристина С.	12,5	средний
17.	Юра Ф.	11,5	средний
18.	Аня Х.	7,5	низкий
19.	Антон Ч.	16,0	средний
20.	Витя Я.	13,5	средний

Таблица В.2 - Результаты первичной диагностики старших дошкольников, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина)

№ п/п	Имя ребенка	Уровень
1.	Катя А.	средний
2.	Алиса В.	средний
3.	Ваня Г.	низкий
4.	Маша Д.	низкий
5.	Андрей Д.	средний
6.	Глеб Е.	низкий
7.	Вероника З.	средний
8.	Ангелина К.	низкий
9.	Полина К.	средний
10.	Саша К.	средний
11.	Илья М.	низкий
12.	Ира Н.	высокий
13.	Максим О.	низкий
14.	Денис П.	низкий
15.	Даша П.	высокий
16.	Кристина С.	средний
17.	Юра Ф.	средний
18.	Аня Х.	высокий
19.	Антон Ч.	средний
20.	Витя Я.	средний

Таблица В.3 - Результаты первичной диагностики старших дошкольников по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

№ п/п	Имя ребенка	Уровни
1.	Катя А.	средний
2.	Алиса В.	низкий
3.	Ваня Г.	низкий
4.	Маша Д.	средний
5.	Андрей Д.	средний
6.	Глеб Е.	низкий
7.	Вероника З.	средний
8.	Ангелина К.	низкий
9.	Полина К.	средний
10.	Саша К.	низкий
11.	Илья М.	низкий
12.	Ира Н.	высокий
13.	Максим О.	низкий
14.	Денис П.	низкий
15.	Даша П.	высокий
16.	Кристина С.	средний
17.	Юра Ф.	средний
18.	Аня Х.	средний
19.	Антон Ч.	средний
20.	Витя Я.	средний

Таблица В.4 - Результаты первичной диагностики эмоционального интеллекта старших дошкольников

№ п/п	Имя ребенка	Беседа «Осознание детьми собственны х эмоций»	Методика «Изучение эмоциональног о поведения детей при восприятии литературных произведений»	методике «Изучение понимания эмоциональны х состояний людей, изображённых на картинке»	Средний уровень
1.	Катя А.	средний	Средний	средний	средний
2.	Алиса В.	средний	Низкий	средний	средний
3.	Ваня Г.	низкий	Низкий	низкий	низкий
4.	Маша Д.	низкий	Средний	низкий	низкий
5.	Андрей Д.	средний	Средний	средний	средний
6.	Глеб Е.	низкий	Низкий	низкий	низкий
7.	Вероника З.	средний	Средний	средний	средний
8.	Ангелина К.	низкий	низкий	низкий	низкий
9.	Полина К.	средний	Средний	низкий	средний
10.	Саша К.	средний	Низкий	средний	средний
11.	Илья М.	низкий	Низкий	низкий	низкий
12.	Ира Н.	высокий	Высокий	высокий	высокий
13.	Максим О.	низкий	Низкий	средний	низкий
14.	Денис П.	низкий	Низкий	низкий	низкий
15.	Даша П.	высокий	Высокий	высокий	высокий
16.	Кристина С.	средний	Средний	средний	средний
17.	Юра Ф.	средний	Средний	средний	средний
18.	Аня Х.	высокий	Средний	низкий	средний
19.	Антон Ч.	средний	Средний	средний	средний
20.	Витя Я.	средний	Средний	средний	средний

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Результаты повторной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников

Таблица Г.1 - Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

№ п/п	Имя ребенка	Первичная диагностика		Повторная диагностика	
		Всего баллов	Уровни	Всего баллов	Уровни
1.	Катя А.	11,5	Средний	11,5	средний
2.	Алиса В.	12,5	Средний	14,5	средний
3.	Андрей Д.	13,0	Средний	11,5	средний
4.	Вероника З.	12,0	Средний	13,0	средний
5.	Полина К.	6,5	Низкий	16,5	средний
6.	Саша К.	14,5	Средний	11,0	средний
7.	Ира Н.	20,0	Высокий	20,0	высокий
8.	Даша П.	20,0	Высокий	21,0	высокий
9.	Кристина С.	12,5	Средний	15,5	средний
10.	Юра Ф.	11,5	Средний	21,5	высокий
11.	Аня Х.	7,5	Низкий	11,0	средний
12.	Антон Ч.	16,0	Средний	21,0	высокий
13.	Витя Я.	13,5	Средний	22,0	высокий

Таблица Г.2 - Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников экспериментальной группы по методике «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

№ п/п	Имя ребенка	Первичная диагностика		Повторная диагностика	
		Всего баллов	Уровни	Всего баллов	Уровни
1.	Ваня Г.	7,0	Низкий	11,5	средний
2.	Маша Д.	6,5	Низкий	9,5	низкий
3.	Глеб Е.	5,5	Низкий	12,5	средний
4.	Ангелина К.	5,5	Низкий	20,0	высокий
5.	Илья М.	5,5	Низкий	8,0	низкий
6.	Максим О.	13,5	Средний	11,5	средний
7.	Денис П.	5,5	Низкий	14,5	средний

Таблица Г.3 - Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина)

		Первичная диагностика	Повторная диагностика
№ п/п	Имя ребенка	Уровни	
1.	Катя А.	средний	средний
2.	Алиса В.	средний	высокий
3.	Андрей Д.	средний	средний
4.	Вероника З.	средний	низкий
5.	Полина К.	средний	высокий
6.	Саша К.	средний	средний
7.	Ира Н.	высокий	средний
8.	Даша П.	высокий	высокий
9.	Кристина С.	средний	высокий
10.	Юра Ф.	средний	высокий
11.	Аня Х.	высокий	средний
12.	Антон Ч.	средний	высокий
13.	Витя Я.	средний	средний

Таблица Г.4 - Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников экспериментальной группы, полученные с помощью беседы «Осознание детьми собственных эмоций» (авторы - Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина, И. О. Карелина)

		Первичная диагностика	Повторная диагностика
№ п/п	Имя ребенка	Уровни	
1.	Ваня Г.	низкий	средний
2.	Маша Д.	низкий	средний
3.	Глеб Е.	низкий	средний
4.	Ангелина К.	низкий	средний
5.	Илья М.	низкий	низкий
6.	Максим О.	низкий	средний
7.	Денис П.	низкий	низкий

Таблица Г.5 - Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников контрольной группы по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

		Первичная диагностика	Повторная диагностика
№ п/п	Имя ребенка	Уровни	
1.	Катя А.	средний	средний
2.	Алиса В.	низкий	средний
3.	Андрей Д.	средний	высокий
4.	Вероника З.	средний	средний
5.	Полина К.	средний	высокий
6.	Саша К.	низкий	средний
7.	Ира Н.	высокий	высокий
8.	Даша П.	высокий	высокий
9.	Кристина С.	средний	средний
10.	Юра Ф.	средний	высокий
11.	Аня Х.	средний	высокий
12.	Антон Ч.	средний	высокий
13.	Витя Я.	средний	средний

Таблица Г.6 - Результаты первичной и повторной диагностики старших дошкольников экспериментальной группы по методике «Изучение эмоционального поведения детей при восприятии литературных произведений» (авторы - Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина)

		Первичная диагностика	Повторная диагностика
№ п/п	Имя ребенка	Уровни	
1.	Ваня Г.	низкий	средний
2.	Маша Д.	средний	средний
3.	Глеб Е.	низкий	средний
4.	Ангелина К.	низкий	низкий
5.	Илья М.	низкий	низкий
6.	Максим О.	низкий	средний
7.	Денис П.	низкий	низкий

Таблица Г.7 - Результаты повторной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников экспериментальной группы

№ п/п	Имя ребенка	Беседа «Осознание детьми собственны х эмоций»	Методика «Изучение эмоциональног о поведения детей при восприятии литературных произведений»	Методика «Изучение понимания эмоциональны х состояний людей, изображённы х на картинке»	Средний уровень
1.	Ваня Г.	средний	средний	средний	средний
2.	Маша Д.	средний	средний	низкий	средний
3.	Глеб Е.	средний	средний	средний	средний
4.	Ангелина К.	средний	низкий	высокий	средний
5.	Илья М.	низкий	низкий	низкий	низкий
6.	Максим О.	средний	средний	средний	средний
7.	Денис П.	низкий	низкий	средний	низкий

Таблица Г.8 - Результаты повторной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников контрольной группы

№ п/п	Имя ребенка	Беседа «Осознание детьми собственны х эмоций»	Методика «Изучение эмоциональног о поведения детей при восприятии литературных произведений»	Методика «Изучение понимания эмоциональны х состояний людей, изображённы х на картинке»	Средний уровень
1.	Катя А.	средний	средний	средний	средний
2.	Алиса В.	высокий	средний	средний	средний
3.	Андрей Д.	средний	высокий	средний	средний
4.	Вероника З.	низкий	средний	средний	средний
5.	Полина К.	высокий	высокий	средний	высокий
6.	Саша К.	средний	средний	средний	средний
7.	Ира Н.	средний	высокий	высокий	высокий
8.	Даша П.	высокий	высокий	высокий	высокий
9.	Кристина С.	высокий	средний	средний	средний
10.	Юра Ф.	высокий	высокий	высокий	высокий
11.	Аня Х.	средний	высокий	средний	средний
12.	Антон Ч.	высокий	высокий	высокий	высокий
13.	Витя Я.	средний	средний	высокий	средний

Таблица Г.9 - Результаты первичной и повторной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников контрольной группы

№ п/п	Имя ребенка	Средний уровень первичной диагностики развития эмоционального интеллекта	Средний уровень повторной диагностики развития эмоционального интеллекта
1.	Катя А.	средний	средний
2.	Алиса В.	средний	средний
3.	Андрей Д.	средний	средний
4.	Вероника З.	средний	средний
5.	Полина К.	средний	высокий
6.	Саша К.	средний	средний
7.	Ира Н.	высокий	высокий
8.	Даша П.	высокий	высокий
9.	Кристина С.	средний	средний
10.	Юра Ф.	высокий	высокий
11.	Аня Х.	средний	средний
12.	Антон Ч.	высокий	высокий
13.	Витя Я.	высокий	средний

Таблица Г.10 - Результаты первичной и повторной диагностики развития эмоционального интеллекта старших дошкольников экспериментальной группы

№ п/п	Имя ребенка	Средний уровень первичной диагностики развития эмоционального интеллекта	Средний уровень повторной диагностики развития эмоционального интеллекта
1.	Ваня Г.	низкий	средний
2.	Маша Д.	низкий	средний
3.	Глеб Е.	низкий	средний
4.	Ангелина К.	низкий	средний
5.	Илья М.	низкий	низкий
6.	Максим О.	низкий	средний
7.	Денис П.	низкий	низкий

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Система занятий с использованием арттерапии для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников

Занятие 1.

Тема: знакомство с волшебной академией.

Цель: формирование представлений о проблеме стресса в современном мире.

Задачи:

1. Формировать ценностное отношение к собственному психологическому здоровью.
2. Развивать навыки позитивного общения и работы в группе.
3. Формировать навыки снятия напряжения.

Ход.

1. Приветствие.

Психолог предлагает поприсутствовать на интересном занятии. Для того чтобы там оказаться нужно взяться за руки в кругу и сказать: крibly-крабле-бум и сделать оборот вокруг себя.

2. Упражнение «Знакомство».

Ведущий предлагает вспомнить, как вас ласково называют детей дома. Передавая по кругу мяч дети называют свое ласковое имя.

3. Чтение сказки «Поиски волшебной академии» [69].

4. Упражнение «Комплимент».

Психолог рассказывает детям о слове «комплимент». Дети сидя в кругу, передают друг другу мяч по и делают комплименты. Когда ребенку сказали комплимент, он благодарит сказавшего.

5. Игра «Что со мной?»

Ведущий предлагает детям встать в круг. Ребенок изображает эмоцию, а дети отгадывают.

6. Ритуал прощания.

Психолог предлагает вспомнить чем сегодня занимались, что узнали новое и т.п. Наступило время возвращаться назад, для этого нужно встать в круг, взявшись за

руки и сказать слова: кривли-крабле-бум. Повернуться вокруг себя повторяя всем вместе.

Занятие 2

Тема: на маленькой полянке.

Цель: формирование коммуникативных навыков как одного из показателей стрессоустойчивости.

Задачи:

1. Развивать навыки невербального общения.
2. Формировать способности снятия напряжения.
3. Развивать навыки группового взаимодействия.

Ход.

1. Приветствие.

Психолог предлагает детям попасть в сказочную академию. Для этого нужно перейти ручеек и не промочить ноги. Пока звучит мелодия со звуками ручья, дети переходят ручей на носочках, наполняясь волшебной энергией. Когда ручей пройден, ребенок садится в расслабленную позу. Дети вспоминают, что запомнили с первого путешествия в академию. Называют какие запомнили эмоции. Психолог показывает эмоцию, дети узнают и называют ее.

2. Чтение сказки «Про Мышонка, который искал друзей» [69].

3. Рисование с применением техники монотипии.

Прослушав сказку дети рисуют мышонка (себя).

4. Упражнение «Шаг к успеху».

Дети встав в круг обнимают соседей за пояс, прижимаясь ногами, руками, создавая мышеловку. Выбранная «мышка» стоит в центре круга. Задача мышки сбежать из мышеловки любым способом. Если «мышка» не смогла освободиться из западни, воспитатель предлагает «мышке» помочь расслабив руки, ноги и выпустить ее.

5. Ритуал прощания.

Предлагается вспомнить чем занимались, что было сложного в путешествии.

Путь домой проходит по ручью. Путешествие детей заканчивается выводом о том что нужно делать и верить в то, что ты все сможешь и всё у тебя получится.

Занятие 3

Тема: Вороненок.

Цель: формирование ценностного отношения к жизни.

Задачи:

1. Развивать коммуникативных навыков и навыков диалогического общения.
2. Формировать способности видеть положительные стороны разных ситуаций.
3. Формировать адекватную самооценку.

Ход

1. Приветствие «Здороваемся ладошками».

Психолог предлагает детям поздороваться интересным способом – ладошками.

Дети по кругу прикасаются ладонью друг к другу и говорят слова приветствия.

2. Чтение сказки «Вороненок» [69].

3. Упражнение «Визуальное чувствование».

Психолог просит детей сесть кругом и внимательно посмотреть на лица детей. Когда пройдет две - три минуты все закрывают глаза и представляют запомнившиеся лица детей. Одну – две минуты нужно фиксировать в памяти лицо, которое лучше запомнилось. По окончании упражнения дети делятся своими ощущениями и повторяет упражнение. Задание: ребенок старается воспроизвести в памяти наибольшее число лиц детей.

4. Упражнение «Стекло».

Дети слушают музыкальный отрывок и делятся на две – три группы и придумывают историю согласно жанру и характеру музыки.

5. Ритуал прощания «Солнечные лучики».

Дети стоя в кругу вытягивают руки к центру и пытаются почувствовать себя летним солнечным лучиком.

Занятие 4

Тема: маленький желтый автобус.

Цель: формирование ценностного отношения к жизни.

Задачи:

1. Развивать коммуникативные навыки и навыки взаимодействия в группе.
2. Формировать способности видеть положительные стороны разных ситуаций.
3. Формировать адекватную самооценку.

Ход.

1. Приветствие «Поздороваемся мизинцами»

Психолог предлагает детям поприветствовать друг друга необычным способом – мизинцами. Дети по кругу касаются мизинцами друг с другом и здороваются.

2. Чтение сказки «Хамелеончик» для предупреждения проявлений лжи у детей [45].

3. Упражнение для релаксации «Полет».

Звучит музыка для релаксации из серии «Звуки природы»

«Садитесь поудобнее, закройте глаза. Представьте луг на котором много цветов и летают бабочки. Поищите свою бабочку. Представьте, какого она размера, оттенка. Бабочка вспорхнула крыльями...и полетела. Она осмотрела весь луг. Устав, бабочка села на цветок и восстановила силы нектаром. Она продолжила полет. А теперь мы возвращаемся из путешествия, откройте глаза».

4. Упражнение «Подарок».

Детям предлагается подарить другу подарок, показывая предмет только с помощью мимики, жестов. Ребенок получающий подарок, должен узнать его и назвать.

5. Игра с превращением «Карнавал животных».

Психолог предлагает поиграть в игру. Слушая мелодию дети превратятся в животных и движениями их изображают.

6. Ритуал прощания «Круг друзей».

Дети стоят в кругу держась за руки. Психолог предлагает передать через пожатие руки свое настроение, затем попрощаться.

Занятие 5

Тема: случай в лесу.

Цель: формирование способностей к выбору эффективных методов совладающего поведения в стрессовой ситуации.

Задачи:

1. Формировать представления о способах профилактики стресса.
2. Развивать навыки снятия напряжения.
3. Развивать навыки взаимодействия в группе.

Ход.

1. Приветствие «Я сегодня вот такой».

Психолог предлагает детям встать в круг и сказать по порядку: «Здравствуйте. Я сегодня вот такой» – и показывает мимикой свое эмоциональное состояние. Дети отвечают: «Здравствуй, (имя). Затем говорят: «Вася сегодня вот такой» – повторяя его мимику. Завершается игра словами: «Здравствуйте все!»

2. Чтение сказки «Черепашонок Кука» [69].
3. Рисование с применением техники «набрызг».
4. Ритуал прощания «Круг друзей».

Психолог предлагает детям передать свои чувства с помощью пожатия руки по кругу. Затем аналогично поздороваться, затем попрощаться.

Занятие 6

Тема: Белочка-Припевочка.

Цель: формирование ценностного отношения к себе как к личности.

Задачи:

1. Формировать адекватную самооценку.
2. Развивать навыки снятия напряжения.
3. Развивать ценностное отношение к жизни.

Ход.

1. Приветствие «Пересядьте все, кто...».

Психолог предлагает детям убедиться в том, что все они разные, но также в чем то и схожи: «Поменяйтесь местами те, кто любит конфеты, слушается маму, никогда не дерется» и т.п.

2. Чтение сказки «Белочка-Припевочка» [69].

3. Упражнение «Ассоциации».

Вызвавшийся ребенок выходит за дверь. Дети загадывают одного ребенка из круга. Зашедший ребенок спрашивает, на что похож загаданный ребенок (например, животное, предмет и т.п.). Ведущий ребенок должен угадать кого загадали дети..

4. Упражнение «Воздушный шар».

Психолог рассказывает о том что злиться могут все люди и в что в этом нет ничего плохого. Предлагает научиться злиться, но при этом никого ни обижать. «Давайте надуем шарик и представим что шарик-это ты(ребенок), а воздух шарике - это ваша злость. Если мы выпустим шарик из рук, то что произойдет?» Предлагает выпустить из рук шарик и наблюдать.

Результат-шарик неуправляем? Психолог предлагает надуть другой шарик и выпускать из него воздух потихоньку.

Результат-шарик сдувается. Гнев под контролем.

5. Ритуал прощания «Мой круг».

Ведущий предлагает детям взяться за руки стоя в кругу и зажмурить глаза. Представить себя жителями сказочной страны и поприветствовать друг друга, поделиться с другом чувством радости, благодарности, попрощайтесь.

Занятие 7

Тема: подсолнечное семечко.

Цель: развитие способностей эффективного совладания со стрессом.

Задачи:

1. Формировать представления о деструктивных способах совладания.
2. Развивать навыки эффективного совладающего поведения.
3. Развивать навыки работы в группе.

Ход

1. Приветствие.

2. Чтение сказки «Семечко из подсолнуха» [69].

3. Дыхательное упражнение «Замок».

Инструкция: ребенок сидит, тело выпрямлено, руки на коленях, в положении «замок». Вдыхая, руки над головой ладонками вперед. Задержать дыхание на 3-4 секунды и резко выдохнуть ртом, руки опускаются на колени.

4. Игра-танец «Прекрасные цветы».

Ведущий предлагает детям рассыпаться по залу и изобразить бутоны цветов, которые распускаются с началом мелодии. Под летнюю веселую музыку цветы (дети), расслабляются, опускаясь на пол. Под звуки дождя цветы оживают. Все движения сопровождаются мимикой.

5. Ритуал прощания.

Психолог предлагает детям встать в круг и подумать: что сегодня узнали?

Что понравилось? Затем детям по одному предлагается выйти в круг. Другие дети аплодируют ребенку, пока не услышат слова благодарности.

Занятие 8

Тема: непоседливая обезьянка.

Цель: закрепление полученных знаний и умений по проблеме совладающего поведения.

Задачи:

1. Развивать и прорабатывать конструктивные способы совладания со стрессом.
2. Развивать навыки группового взаимодействия.
3. Формировать коммуникативные навыки.

Ход

1. Приветствие.
2. Чтение сказки «Непоседа» [69].
3. Упражнение «Я злюсь, когда...».

Ведущий предлагает детям передавая мячик по кругу, продолжить фразу «Я злюсь, когда.....».

4. Рисование с применением техники кляксографии.
5. Этюд «Распускающийся цветок».

Психолог предлагает детям изобразить зернышко которое вырастает в дерево. Дети сами придумывают во что превратиться. Особенности черты должны быть показаны мимикой, жестами и т.п.

6. Ритуал прощания.

Ведущий предлагает ответить на вопрос: «Можно ли злиться? Как злиться не обижая других?» Вызывая детей по одному в круг награждает веселыми смайликами за то что они справились с гневом.

Занятие 9

Тема: Серое ухо.

Цель: формирование коммуникативных навыков как одного из показателей стрессоустойчивости.

Задачи:

1. Развивать навыки невербального общения.
2. Развивать способности снятия напряжения.
3. Развивать навыки группового взаимодействия.

Ход

1. Приветствие «Букет».

Направо, налево повернись и в цветочек превратись.

Собираемся в букеты: по три, по пять, все вместе.

Посмотрите что за замечательный букет получился.

Вы хотите его подарить кому-нибудь?

2. Чтение сказки «Зайчишко Серое ухо» [69].

3. Упражнение «Передай теплое слово».

Дети встают в круг и представляются новыми именами (цветочными) Например: Маша – ромашка, Лера – незабудка, Эля – розочка. Дети запоминают цветочные имена. А кому-нибудь одному предлагают вспомнить все цветочные имена.

4. Дыхательное упражнение «Передышка».

Психолог предлагает, пока звучит музыка, освободить дыхание. Для этого нужно закрыв глаза, дышать равномерно, спокойно. Представьте, что все вокруг вам хорошо.

5. Ритуал прощания «Волшебная палочка».

Психолог держит в руках «волшебную палочку» и приглашает детей:

- Раз, два, три, четыре, пять.

Приглашаю всех играть.

Кто быстрее подойдет, тот быстрее секрет найдет.

Всем расскажет и покажет, объяснит и путь укажет

Во что дальше поиграть и кто будет начинать....

Дети подходят, берутся рукой за «волшебную палочку» и такими же словами приглашают остальных детей к игре, пока не соберутся все желающие поиграть.

Занятие 10

Тема: сказка про Енота.

Цель: формирование ценностного отношения к жизни.

Задачи:

1. Развивать коммуникативные навыки и навыки диалогического общения.
2. Формировать способности видеть положительные стороны разных ситуаций.
3. Формировать адекватной самооценки.

Ход.

1. Приветствие «Мой друг - доброе утро!»

Собрались все дети в круг

Я твой друг, и ты мой друг.

Дружно за руки возьмёмся

И друг другу улыбнёмся.

Я улыбнусь всем вам, а вы улыбнитесь друг другу. И тогда у вас целый день будет прекрасное настроение.

2. Чтение сказки «Полосатый Енот» [69].

3. Упражнение «Ветер дует на того, у кого ...»

Психолог говорит: «Ветерок дует на того, у кого голубые глаза» - и все дети с голубыми глазами собираются вместе. «Ветерок дует на того, у кого» у кого есть собака, кто любит мороженое и т. д.

4. Упражнение «Автопортрет».

Под музыку дети разбиваются на пары. Сначала один ребенок рисует на спине у другого. Второй ребенок пытается отгадать что нарисовано. Потом они меняются ролями.

5. Рисование с помощью различных оттисков.

6. Ритуал прощания «Доброе Животное».

Дети встают в круг взявшись за руки. Ведущий говорит: «Давайте представим, что мы - одно большое доброе животное. А теперь давайте послушаем, как оно дышит!» Дети слушают свое дыхание и дыхание соседей. «Вдох - делаем все вместе шаг вперед, выдох - делаем шаг назад. «Вот так оно дышит. А теперь давайте послушаем как стучит его сердце. Стук - шаг вперед, стук - шаг назад и т. д.

Занятие 11

Тема: Тимошка и Темнота.

Цель: формирование ценностного отношения к жизни.

Задачи:

1. Развивать коммуникативные навыки и навыки взаимодействия в группе.
2. Формировать способности видеть положительные стороны разных ситуаций.
3. Формировать адекватную самооценку.

Ход.

1. Приветствие «Давайте поздороваемся».

По сигналу психолога дети ходят и здороваются с теми, кого встречают на своем пути, приветствуют друг друга следующим образом:

Один хлопок- здороваются мизинцами,

Два хлопка –здороваются коленками,

Три хлопка –здороваются локтями.

2. Чтение сказки «Мышонок и темнота» [69].

3. Упражнение «Импульс».

Психолог с детьми берутся за руки стоя в кругу. Ведущий показывает детям, как запустится импульс (по часовой стрелке или против), потом сжимает ладошку соседа слева или справа; он сжимает руку своего соседа и т. д. Так импульс

проходит через всех детей, пока не вернется к ведущему. Потом можно направить импульс в обратную сторону.

4. Упражнение «Мои впечатления».

Психолог предлагает детям нарисовать свое настроение используя краски или карандаши. По завершению рисования каждый ребенок рассказывает про свой рисунок и о своем настроении.

5. Ритуал прощания «Дружная семья».

Я, ты, он, она-

Вместе дружная семья.

Руку дай соседу справа.

Руку дай соседу слева.

Я, ты, он, она-

Вместе дружная семья.

Психолог: Поднимаем правую руку над головой и гладим по голове соседа справа, приговаривая:

-Он такой хороший!

-Я такой хороший (гладим себя,

Я лучше всех.

Занятие 12

Тема: бусы из волшебных ягод.

Цель: закрепление полученных знаний и умений по проблеме совладающего поведения.

Задачи:

1. Развивать и прорабатывать конструктивные способы совладания со стрессом.
2. Развивать навыки группового взаимодействия.
3. Формировать коммуникативные навыки.

Ход

1. Приветствие «Здравствуй, солнышко родное!»

Все вместе в кругу:

Здравствуй, солнышко родное!

Здравствуй, небо голубое Здравствуй, матушка-земля!

Здравствуй, ты, и здравствуй, Я!

2. Чтение сказки «Бусы из волшебных ягод» [70].

3. Упражнение «Зернышко» направленное на снятие эмоционального напряжения.

Психолог предлагает детям представить себя в виде зернышка. «Присядьте, а теперь вы ощущаете, как вам тепло изнутри. Потихоньку вы тянетесь вверх, зернышко прорастает, тянется к солнышку. Какое вы растение? Теперь встаньте на носочки. Глубоко вдохните и выдохните. Расскажите чем же вы выросли? Кто может рассказать?

4. Упражнение «Солнышко» с элементами музыкотерапии.

Дети располагаются в рассыпную по залу, изображая бутоны, из которых с началом музыки начинают «распускаться прекрасные цветы». Музыкальное сопровождение побуждает играющих к пластичности движения, выразительной мимике. Под палящими лучами солнца цветы начинают вянуть; дети, медленно расслабляясь, опускаются на одно колено. А под дождиком снова оживают, поднимаются. Действия сопровождаются соответствующей мимикой.

5. Рисование с применением техники фроттаж.

6. Ритуал прощания «Эстафета дружбы».

Психолог предлагает детям взяться за руки и передавать рукопожатье друг другу. Начинает ведущий: «Я даю всем вам свою дружбу, и она идёт от меня к Даше, от Даши к Паше и т. д. и опять возвращается ко мне. Теперь дружбы больше, так как вы прибавили дольку своей дружбы».

Занятие 13

Тема: Волчонок и светлячки.

Цель: формирование коммуникативных навыков как одного из показателей стрессоустойчивости.

Задачи:

1. Развивать навыки невербального общения.

2. Развивать способности снятия напряжения.
3. Развивать навыки группового взаимодействия.

Ход

1. Приветствие «Милый друг».

Бубен наш ты озорной,
Ты детей в кружок построй.
Собираются все в круг
Справа – друг и слева – друг.
Дружно за руки берем
И друг другу улыбаемся.

2. Чтение сказки «Светлячки» [45].

3. Упражнение «Комплимент» с элементами музыкотерапии.

Дети садятся в круг, взявшись за руки. Звучит мелодия. Смотри друг другу в глаза, говорят по несколько добрых слов. Тот кому говорят комплимент говорит «Спасибо». Далее они меняются ролями.

4. Упражнение «Волшебный лес».

Психолог предлагает детям представить себя в лесу, в котором живут разные выдуманные существа. Ведущий: «вы можете превратиться в одного из них. Попробуйте придумать самое необычное животное и показать в движении его особенности, характер. А теперь расскажите по очереди про ваше животное, а мы постараемся отгадать кто это».

5. Прощание «Круг друзей».

Детям предлагается взяться за руки в кругу и через пожатие руки поделиться с другом своим чувством: счастья, радости и т. п. Также можно, потанцевать, попрощаться.

Занятие 14

Тема: Полезная Боюська.

Цель: формирование ценностного отношения к себе как к личности.

Задачи:

1. Формировать адекватную самооценку.

2. Развивать навыки снятия напряжения.
3. Развивать ценностное отношение к жизни.

Ход

1. Приветствие «Дружба начинается с улыбки».

Дети взявшись за руки, смотрят соседу в глаза и улыбаются.

Возьмёмся за руки, друзья!

И другу улыбнёмся.

Мы пожелаем всем добра

И скажем: «Здравствуй, солнце!»

2. Чтение сказки «Мальчик Сережа» [69].

3. Дыхательная гимнастика с успокаивающим эффектом.

«Сделайте вдох, затем выдохните, медленно выдохните.

Удерживайте дыхание на 3 секунды.

Затем сделайте медленный выдох и медленно сделайте глубокий вдох.

Задержите дыхание на 3 секунды и выдохните.

Сделайте так шесть раз».

4. Упражнение «Змея».

Психолог предлагает одному из детей закрыть глаза и отвернуться. Ведущий:

«Давайте возьмем за руки и образуем цепочку, похожую на змею, а те кто стоит по краям будут головой и хвостом. Наша змея решила свернуться клубком. Когда «змея» запуталась, ребенок пытается ее распутать. Обсуждение

5. Рисование с применением техники ниткографии.

6. Ритуал прощания «Круг радости».

Психолог предлагает детям встать в «круг радости» и передать друг другу с помощью волшебного цветка свои пожелания. (Дети передают цветок и говорят свои пожелания).

Занятие 15

Тема: сказка о страхе.

Цель: развитие способностей эффективного совладания со стрессом.

Задачи:

1. Формировать представления о деструктивных способах совладания.
2. Развивать навыки эффективного совладающего поведения.
3. Развивать навыки работы в группе.

Ход.

1. Приветствие «Солнечные лучики».

Протянуть руки вперёд и соединить их в центре круга. Тихо постоять, пытаюсь почувствовать себя тёплым солнечным лучиком.

Мы все дружные ребята,

Мы ребята – дошколята.

Никого в беде не бросим,

Не отнимем, а попросим.

Никого не обижаем.

Как заботиться – мы знаем.

Пусть всем будет хорошо

Будет радостно, светло!

2. Чтение сказки «Домовенок» [70].

3. Упражнение «У тебя все получится!»

Психолог предлагает детям выразить своему соседу справа или слева свою поддержку. Каждый ребенок по очереди обращается к своему соседу и, пожав ему руку, говорит: «Я верю, у тебя все получится!»

4. Пластический этюд «Магазин игрушек».

Ведущий предлагает детям изобразить игрушку, вставая для этого в нужную позу. Из детей выбирается продавец, он «заводит» игрушки, и покупатель, зашедший в магазин должен выбрать подарок (по позе, эмоциям, жестам угадать задуманную ребенком игрушку).

5. Ритуал прощания «Волшебный клубочек».

Ведущий передает клубок ниток детям по кругу. Каждый ребенок у кого в руках клубок, наматывает нитку на палец говоря пожелание или ласково называет рядом сидящего ребёнка по имени или говорит вежливое слово и т. п. Волшебный клубок должен вернуться в руки к психологу.