

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии и педагогики детства

**ШУМИЛИНА ЕКАТЕРИНА СЕРГЕЕВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СНИЖЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ  
ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ  
НАД СКАЗКОЙ**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы  
Дошкольное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой  
канд. психол. наук, доцент Груздева О.В.

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент Груздева О.В.

Дата защиты

Обучающийся  
Шумилина Е.С.

Оценка \_\_\_\_\_

Красноярск 2019

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СНИЖЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ НАД СКАЗКОЙ .....	7
1.1. Характеристика эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.....	7
1.2 Значение сказки как средства снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста детей старшего дошкольного возраста.....	12
1.3 Теоретическое обоснование педагогических условий снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой .....	16
Выводы по Главе 1 .....	23
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО СНИЖЕНИЮ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ НАД СКАЗКОЙ.....	25
2.1 Организация исследования .....	25
2.2 Анализ результатов.....	29
2.3 Разработка и апробация программы по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой, оценка ее эффективности .....	34
Выводы по Главе 2.....	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	48
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК .....	51
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	56

## ВВЕДЕНИЕ

Эмоциональное развитие ребенка дошкольного возраста является важной задачей педагогической деятельности, отраженной в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (далее – ФГОС ДО). Так, одна из главных и ключевых задач в современном дошкольном воспитании – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия. Ожидается, что дошкольник должен быть уверенным в себе, обладать положительным самоощущением, не испытывать тревожности, агрессивных проявлений и пр.

Непосредственно в дошкольном возрасте формируется эмоциональная сфера ребенка. Эмоции играют определенную роль как в реализации уже существующих у ребенка конкретных мотивов отдельных видов деятельности, так и в формировании новых мотивов более высокого уровня. От того, насколько ребенок умеет распознавать и описывать свои эмоции, выражать свое эмоциональное состояние социально приемлемым способом, зависит его личностное и социальное развитие. В связи с этим проблема развития эмоциональной сферы ребенка является актуальной и практически значимой.

Практика показывает, что в старшем дошкольном возрасте нередки ситуации, когда эмоциональную сферу ребенка необходимо оптимизировать, - например, когда нужно обучить распознаванию эмоций на том уровне, который соответствует данному возрасту, развить социальные эмоции, скорректировать эмоциональные нарушения, выражающиеся в тревожном, агрессивном и прочих видах неконструктивного эмоционального реагирования. Повторимся, при нарушении эмоциональной сферы затруднено социальное развитие ребенка, его личностное становление - формирование самосознания, самооценки, системы «Я». Поэтому актуален поиск эффективных средств по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста.

Мы полагаем, что таким средством может выступать работа над сказкой, которая, как правило, эмоционально насыщена, поучительна и привлекательна для старших дошкольников. Однако открытым является вопрос: «каковы педагогические условия снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой?», что становится проблемой нашего исследования.

Цель исследования – выделить и обосновать педагогические условия по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой.

Объект исследования – эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования – педагогические условия по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой.

Гипотеза исследования строится на предположении о том, что сказка будет выступать как средство по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста при соблюдении педагогических условий:

1. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (предметно-пространственная среда, выбор форм и методов работы над сказкой и пр.).

2. Подбор сказок в соответствии с критериями эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи выпускной квалификационной работы:

1. Дать характеристику эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

2. Описать значение сказки для снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста, в ходе теоретического анализа выделить педагогические условия снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой.

3. Организовать и провести исследование эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

4. Разработать и апробировать программу по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой, оценить ее эффективность.

Исследование базируется на представлениях об эмоциональной сфере детей дошкольного возраста А. Валлона, Л.С. Выготского, Е.И. Изотовой, А.В. Запорожца, С.Л. Рубинштейна, А.М. Щетининой и пр., на представлениях о методике сказкотерапии И.В. Вачкова, Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, Л.Д. Короткой, В.С. Мухиной, А.М. Прихожан, Д.Ю. Соколова, С.К. Нартова-Бочавер и пр. В развивающей программе были использованы сказки различного плана: как русские народные (например, «Баба-Яга», «Гуси-Лебеди», «Репка» и пр.), так и авторские (К.И. Чуковский, Л.Н. Толстой, С. Михалков, Г.Х. Андерсен), а также психотерапевтические (авторы: О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев).

Методы исследования:

1. Теоретический анализ, синтез, обобщение научной и учебной литературы (учебных пособий, монографий, научных публикаций и пр.), а также интернет-ресурсов по проблеме снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой.

2. Психодиагностические методики: методика «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой, цветовой тест М. Люшера.

Выборка исследования: 20 детей 6-7 лет (половой состав: 12 девочек и 8 мальчиков).

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав (теоретической и практической), заключения, библиографического списка, включающего 52 наименования; в работе представлены 4 рисунка и 6 таблиц. Объем выпускной квалификационной работы – 55 страниц.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СНИЖЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ НАД СКАЗКОЙ**

## **1.1. Характеристика эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста**

Специфика формирования и функционирования эмоциональной сферы в дошкольном возрасте давно признаны психологами и педагогами важной проблемой. А. Валлон, к примеру, говорит о том, что эмоции в генезисе психической жизни проявляются раньше всего: «Ребенок способен к психической жизни только благодаря эмоциям. Именно эмоции объединяют ребенка с его социальным окружением, через эмоции ребенок обретает опору для своей биологии, в эмоции осуществляется симбиоз органического и психического, происходит как бы «переливание» одного в другое» [6, с. 34]. Процесс развития эмоциональной сферы человека рассматривается как закономерное изменение психических процессов во времени, определенное в их количественных, качественных и структурных показателях.

В основе эмоциональной сферы ребенка любого возраста лежат эмоции – под ними понимается процесс отражения субъективного отношения человека к различным объектам и явлениям окружающего мира, другим людям и самому себе в форме непосредственного переживания [43]; психический процесс импульсивной регуляции поведения, основанный на чувственном отражении значимости внешних воздействий, общая, генерализованная реакция организма на такие воздействия [12]. Эмоции имеют две стороны [8]:

– объективная сторона (человек, испытывающий эмоции, может улыбаться, хмуриться, плакать, дрожать, у него меняется частота пульса, ритм дыхания и пр.);

– субъективная сторона(внутренние мысли и переживания человека по поводу тех или иных событий).

Эмоции сопровождают, регулируют и направляют человеческую деятельность, выступая в качестве факторов, формирующих установки и нравственные нормы человека [1]. Реализация этих процессов осуществляется при помощи личностного смысла, которым человек наделяет различные события своей жизни. Личностный смысл неотделим от эмоциональной сферы человека и представляет собой чувства, опосредованные ситуацией.

Эмоциональная сфера развивается по мере психического развития индивида. Так, эмоциональная сфера дошкольника существенно отличается от эмоциональной сферы ребенка раннего возраста. У дошкольников развиваются представления об эмоциях, аффективная децентрация. Отметим, что аффективная децентрация предшествует интеллектуальной децентрации и представляет собой преодоление эгоцентричности личности. Эгоцентричность личности преодолевается посредством трансформации субъекта в результате сопоставления и интеграции эмоций другого человека со своими переживаниями [24]. Происходит фокусировка ребенком на сфере межличностных отношений вместо своего «Я» - сначала на отношениях со взрослыми, потом со сверстниками [43].

В старшем дошкольном возрасте у детей совершенствуется понимание эмоций по мимическому выражению лица – в частности, особенности такого понимания были изучены А.М. Щетининой, которая выделяла уровни сформированности этой способности [51; 52]. В начале старшего дошкольного возраста (т.е. в 5-6 лет) дети способны понимать основные эмоции (радость, печаль, гнев, страх) и дополнительные модальности (удивление, презрение) на ситуативно-конкретном уровне и уровне словесного обозначения и описания экспрессии, т.е. дети способны к идентификации состояния человека, основываясь преимущественно на одном источнике информации – ситуация возникновения состояния или лицевая

экспрессия [26; 27]. В более позднем этапе старшего дошкольного возраста дошкольники учатся понимать и социальные эмоции (обида, стыд, вина), а к концу возрастного периода становится возможным понимание сложных эмоций – таких, как: отвращение, презрение, удивление, вызывающие у дошкольников наибольшие затруднения при их идентификации, так как эталоны лицевых экспрессий находится у детей на стадии формирования [24, 26, 27]. Отметим, что развитие социальных эмоций – важный этап развития эмоциональной сферы старших дошкольников; этот класс эмоций, прежде всего, направлен на выявление способности к пониманию чужих эмоций и управлению своими эмоциями [19]. Особенно важным для развития дошкольника является появление таких эмоций, как сочувствие другому, сопереживание (эмпатия), без них невозможна совместная деятельность детей. Умение сопереживать, сочувствовать, понимать переживания сверстника, умение привлечь сверстников своим эмоциональным состоянием, пробудить к себе положительную ответную эмоцию, являются неотъемлемой частью успешного общения дошкольников.

В старшем дошкольном возрасте дети более адекватно проявляют свои эмоции и чувства, снижается количество значительных эмоциональных вспышек и конфликтов по незначительным поводам, усваиваются принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса; и пр. Возникают условия для эмоционального самоконтроля у старших дошкольников.

А.В. Запорожцем [20] рассмотрен и подробно описан механизм эмоционального предвосхищения, суть которого заключается в том, что еще до того, как дошкольник начал действовать, у него появлялся эмоциональный образ, отражающий и будущий результат, и оценку со стороны взрослого. Эмоциональное предвосхищение последствий своего поведения приводит к тому, что дошкольник уже заранее знает, хорошо или плохо он поступит. Предвосхищение полезного результата действий и вызванной им высокой оценки со стороны близких взрослых связано с

положительными эмоциями, дополнительно стимулирующими поведение. Таким образом, механизм эмоционального предвосхищения последствий лежит в основе эмоциональной регуляции действий старшего дошкольника [31, с. 65].

Таким образом, нормальное развитие детей старшего дошкольного возраста предполагает рост уравновешенности и рациональности эмоциональных процессов, их подчинении мышлению. При этом эмоциональная жизнь дошкольника характеризуется насыщенностью и интенсивностью [2]. А потому все действия, в которые включается дошкольник – игра, лепка, рисование, подготовка к школе и пр. – должны иметь эмоциональную окраску, иначе деятельность не строится или быстро разрушается. Ребенок в силу своего возраста не способен делать то, что не вызывает у него интереса [49].

Характеристика современной социальной ситуации жизнедеятельности ребенка старшего дошкольного возраста включает в себя такие факторы эмоционального развития, как трансляция образцов эмоционального реагирования, отличающихся агрессией, силовым давлением, смещением ценностных ориентиров в направлении потребительского отношения [17]. Т.К. Люц и Н.А. Степанова [35] отмечают, что изменились игры и игрушки, в детской литературе появились новые персонажи, с которыми дети переживают иные жизненные ситуации. Следствием вышесказанного могут выступать разнообразные варианты нарушений эмоциональной сферы дошкольника – наличие страхов, тревожность, враждебность, агрессивность, эмоциональная неустойчивость и пр., которые осложняют взаимоотношения дошкольника с окружающим миром.

Нарушения эмоциональной сферы старших дошкольников также обусловлены ее незрелостью; чувство обиды и тревоги (в совокупности со сниженной самооценкой) может вызывать возникновение неадекватных эмоциональных реакций, поведенческих нарушений. Отметим, что чувства обиды и тревоги в общем смысле являются нормальными человеческими

реакциями, но старшие дошкольники имеют трудности выражения отрицательных эмоций надлежащим образом. Еще один фактор, который можно отметить, связан со сформированной способностью старших дошкольников сдерживать эмоции (например, это может быть вызвано запретами взрослых громко смеяться, плакать и пр.). Если для взрослого такой эмоциональный самоконтроль важен и необходим, то старший дошкольник, скрывая свои негативные эмоции, при этом, находясь долгое время в состоянии обиды, злости, подавленности, будет испытывать эмоциональный дискомфорт, напряжение, что, безусловно, является вредным для психического и физического здоровья [2].

Одновременно с этим важно отметить, что нарушения эмоциональной сферы в дошкольном возрасте поддаются педагогическому воздействию в рамках эмоционального развития детей. Н. Ежкова определяет дошкольный возраст как «благоприятный период для организации работы по эмоциональному развитию детей» [43]. Старший дошкольник впечатлителен, открыт для усвоения социальных и культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей. Тот эмоциональный опыт, который приобретает старший дошкольник, считается довольно прочным, а потому особенно важным для его психического развития, принимая характер установки.

Анализ литературных источников по проблеме эмоционального развития позволяет нам выделить следующие характеристики эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста:

- более спокойный уравновешенный фон восприятия;
- эмоциональные процессы более управляемы и осознаваемы;
- развивается эмоциональное предвосхищение (будущий результат, его оценка взрослым);
- проявляется способность оценивать свое поведение, регулировать свои эмоции и пр.

При этом в старшем дошкольном возрасте нередко нарушения эмоциональной сферы – у детей могут возникать страхи, тревожность, агрессивные реакции, которые требуют работы по снижению.

## **1.2. Значение сказки как средства снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста**

Человеческие эмоции не возникают сами по себе, а формируются с первых дней жизни под влиянием среды, в которой оказывается ребенок – наличие и многообразие факторов развития эмоциональной сферы ребенка доказывает необходимость целенаправленного развития эмоциональной сферы ребенка старшего дошкольного возраста. Вне общения, вне деятельности эмоциональная сфера качественно не развивается. Необходимо создание специальных условий, ориентированных на формирование эмоционального мира детей. Л.С. Выготский считал, что эмоциональное развитие детей – это одно из важнейших направлений профессиональной деятельности педагога [43]. Также мы делали акцент на возможности нарушений эмоциональной сферы старших дошкольников – страхи, тревожность, агрессивные реакции и пр., в связи с чем актуальным становится поиск методов и средств снижения нарушений эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Важным средством снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста признается сказка, или метод сказкотерапии. Аргументом этому можно отметить тот факт, что примерно до 10-12 лет у детей преобладает «правополушарный» тип мышления, вследствие чего наиболее важная для их развития и социализации информация должна быть передана через яркие образы [29]. Данный метод психолого-педагогической работы начал зарождаться только с начала 90-х гг., т.е. считается достаточно молодым и, вероятно, мало оцененным.

Приверженцами данного метода выступают И.В. Вачков, Д.Ю. Соколов, С.К. Нартова-Бочавер, которые первыми заговорили о результативности сказкотерапия. Работа со сказкой, по мнению исследователей, помогает решить личностно-эмоциональные и поведенческие проблемы ребенка (в т.ч. и ребенка-дошкольника), может применяться при воздействии на агрессивное, тревожное психоэмоциональное состояние дошкольника, при работе с застенчивостью и неуверенностью в его поведении.

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева определяет сказкотерапию как набор различных способов «передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека», как воспитательную систему, сообразную духовной природе человека [22; 23]. На потенциал сказки в снижении эмоциональных нарушений дошкольников (в частности, в снижении детских страхов) также указывали А.И. Захаров, В.С. Мухина, А.М. Прихожан. И.В. Вачков говорит о возможности сказки в развитии самосознания, в построении доверительных отношений с окружающими [7]. Т.М. Грабенко говорит о влиянии работы дошкольника со сказкой на интеграцию личности, расширение сознания, совершенствование отношений с окружающим миром и с самим собой, преодоление негативных эмоциональных переживаний [10]. Л.Д. Короткова дает такое определение сказкотерапии: «сказкотерапия – это метод, использующий сказочную форму для снижения негативных эмоциональных состояний и совершенствования отношений с окружающим миром». [30, с. 3].

Анализ литературы показывает, что сказка является наиболее доступным для старшего дошкольника путем переноса своих собственных эмоциональных переживаний на других. Прослушивание, обсуждение, проигрывание сказочных сюжетов ребенком помогает ему накапливать в бессознательном своеобразный символический «банк жизненных ситуаций», который может быть актуализирован в реальной жизни в случае необходимости. Часто обращение к этому «банку» позволяет найти нужное решение в ситуациях различных жизненных переживаний [9; 22; 23]. Работа

ребенка со сказкой помогает ему осознать свои проблемы, увидеть способы борьбы со своими страхами, тревожностью, сделать свои эмоции более яркими, радужными и светлыми. Каждый ребенок из работы над сказкой вынесет что-то свое: «одна и та же сказка по-разному влияет на каждого ребенка, каждый находит в ней что-то свое, интересное ему, созвучное его проблемам» [21, с. 187].

Сказочные сюжеты, как правило, вызывают ярко выраженный эмоциональный резонанс у детей. Образы, герои и общее содержание повествования («путь героя») сказок обращены одновременно к двум психическим уровням: к уровню сознания и подсознания, что обладает особыми возможностями при снижении негативных эмоциональных состояний. Сознанием воспринимается буквальное содержание сказки, а подсознание занимается обработкой и разгадыванием метафорических сообщений, расшифровкой скрытого смысла сказочной метафоры, который находится на втором плане и не имеет очевидного содержания [28]. Это особенно важно для такой развивающей работы, когда необходимым является создание в сложной эмоциональной обстановке эффективной ситуации общения, эмоционального раскрепощения ребенка, снятия у него проявлений тревоги и страха. В сказкотерапевтической работе исключается директивное изменение эмоциональных состояний, которое заменяет более «мягкий» принцип «расширения спектра альтернативных реакций». В работе над сказкой старшему дошкольнику предлагается большое количество моделей реагирования на различные жизненные ситуации и события, предоставляется возможность проиграть, «прочувствовать», «прожить» как можно больше таких моделей. В результате такой работы у дошкольника расширяется арсенал вариантов эмоционального реагирования и преодоления негативных переживаний в различных ситуациях ребенка [46].

На эмоциональное развитие ребенка старшего дошкольного возраста оказывают влияние основные идеи сказки:

- осознание своего потенциала, ценности собственной жизни;

- понимание причинно-следственных связей событий и поступков;
- познание разных стилей мироощущения;
- осмысленное созидательное взаимодействие с окружающим миром;
- внутреннее ощущение силы и гармонии.

Сказка в определенной степени удовлетворяет три естественные психологические потребности ребенка дошкольного возраста (рис. 1):

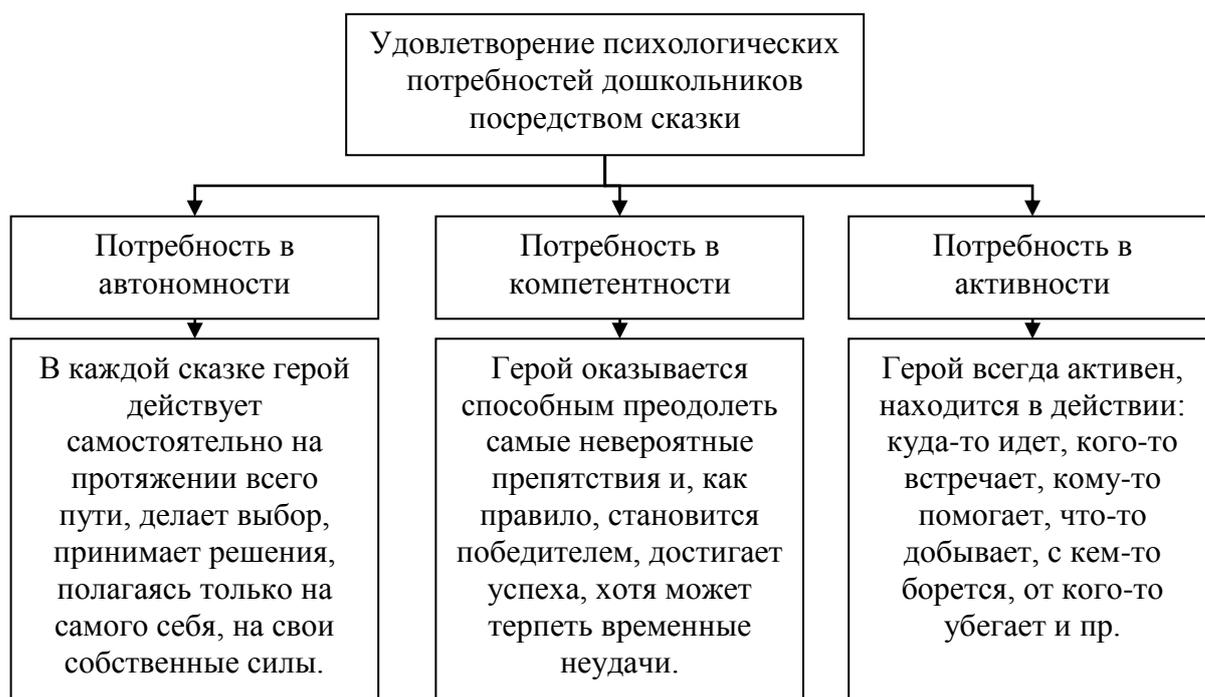


Рис. 1. Удовлетворение психологических потребностей дошкольников посредством сказки

Результатом удовлетворения этих потребностей является формирование целого ряда качеств личности:

- автономность как стремление проявить свое личное мнение, позицию или взгляды;
- активность как способность владеть инициативой в общении, умение организовать внимание партнеров, стимулировать их

коммуникативность, управлять процессом общения, эмоционально откликаться на состояние партнеров;

– социальная компетентность, включающая в себя мотивационный (отношение к другому человеку: проявление доброты, внимания, сочувствия, сопереживания и содействия), когнитивный (познание другого человека, способность понять его особенности, интересы, потребности, заметить изменения настроения, эмоционального состояния и др.), поведенческий (выбор адекватных ситуации способов общения и взаимодействия с другими детьми) компонентов.

Именно социальная компетентность напрямую связана с эмоциональным развитием старших дошкольников.

Итак, сказка выступает как значимое средство снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста – она позволяет осуществить перенос личных переживаний, формировать представления об адекватном и неадекватном эмоциональном реагировании, развивать эмпатию, сопереживание, социальные эмоции в целом и пр. Однако работа над сказкой должен опираться на определенные педагогические условия, чтобы решалась задача снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста. Рассмотрим их в следующем параграфе.

### **1.3. Теоретическое обоснование педагогических условий снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой**

Безусловно, чтобы сказка выступала как эффективное средство снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста, важно соблюдение ряда педагогических условий [36]:

1. Организация развивающего и эмоционально комфортного пространства: снижению негативных эмоциональных состояний детей

старшего дошкольного возраста способствует наличие комфортной, доброжелательной атмосферы, отказ со стороны воспитателя от высказывания неприятных оценок и критики в адрес ребенка и пр.

2. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста.

Целесообразно отметить многообразие методов работы над сказкой, которые применимы в педагогической работе с детьми старшего дошкольного возраста. Различными формами работы со сказкой являются чтение сказки, обсуждение и проигрывание сюжета, рисование сказки, сказочная имидж-терапия; медитации в сказку, метод символдрамы (кататимно-имагинативную психотерапию) и пр. Дадим характеристику некоторым формам работы со сказкой [40]:

1. Чтение и последующее обсуждение сказок: при такой форме работы со сказкой, как правило, используются народные и авторские художественные сказки, в которых заключен огромный материал о нравственных ценностях, мотивах поступков, способах решения разнообразных жизненных задач. Педагог должен читать текст сказки не быстро, артистично и выразительно, с эмоциональными акцентами. Затем проводится беседа с детьми по осмыслению прочитанного – педагогу рекомендуется использовать понятные, конкретные вопросы, стимулировать эмоциональное отношение ребенка к прочитанному: например, можно использовать вопрос «Как поступил герой там-то, тогда-то, хорошо, плохо?» Главная цель беседы заключается в том, чтобы, побудить каждого ребенка к диалогу, научить его выражать свои эмоциональные переживания в речи.

При обсуждении сказок у дошкольников развиваются умения и навыки установления причинно-следственных связей между явлениями и поступками, обнаружения последствий совершенного персонажами выбора [7, с. 100].

2. Постановка (разыгрывание) сказки. То, что старший дошкольник может проиграть множество моделей развития сказочного сюжета при множестве смен ролей, при множестве смен характеров, эмоций и переживаний, благотворно сказывается на его эмоциональной сфере. В таком проигрывании ребенок глубже осознает, понимает, принимает свои эмоции.

Также важно отдавать роль сценариста самому дошкольнику, что позволит ему выбрать и проиграть проблемные моменты. Ребенок интуитивно выбирает для себя «исцеляющую» роль.

С одной стороны, проигрывание сказки ребенком может быть умственным: при прослушивании сказки дети старшего дошкольного возраста могут проигрывать ее в своем воображении. Они представляют себе героев и место действия сказки – т.е. проектируют в своем воображении целый спектакль. С другой стороны, постановка сказки может осуществляться и практически – например, с помощью кукол. «Оживление» куклы старшим дошкольником позволяет ему чувствовать и видеть, как каждое его действие немедленно отражается на поведении куклы. Таким образом, дети получают оперативную не директивную обратную связь на свои действия.

В сказкотерапии используются несколько видов постановок сказок (рис. 2):



Рис. 2. Виды постановок сказок

3. Сказочная имидж-терапия. Ее смысл заключается во мгновенном преобразении. Дошкольник, надевая костюм, соответствующий мироощущению на данный момент, не только начинает чувствовать себя соответственно выбранному образу, открывает в себе новые способности и творческий потенциал. Внешние изменения запускают процесс полного изменения, инициируют появление у персонажа своей жизни со своим прошлым, настоящим и будущим. Для детей дошкольного возраста свойственно идентифицировать себя с различными героями, а потому такая форма работы со сказкой может быть очень полезной для работы с эмоциональной сферой старшего дошкольника [32, с. 74].

4. Сказочное рисование: в сказкотерапии выделяют две группы методов, связанные с рисованием:

– проективное диагностическое рисование, позволяющее исследовать внутренний мир ребенка, систему его отношений к себе и другим, его индивидуальность;

– спонтанное рисование – рисование специальными сказкотерапевтическими объемными красками.

В рисунке старшего дошкольника на тему конкретной сказки проявляются свободные ассоциации; рисунок является способом выражения эмоционального отношения к герою, к сюжету.

5. Медитации в сказку. Медитация представляет собой погружение в какой-либо процесс. В сказкотерапии существует два вида медитаций: статические и психо-динамические медитации. Статические медитации представляют собой рассказ под музыку медитативной сказки: дети при этом находятся в положении сидя или лежа, в расслабленном состоянии. Цель такой формы работы заключается в достижении эмоционального равновесия, в снятии напряжения.

Приведем примеры психодинамических медитаций:

- перевоплощения (в животных, в камень, в дом и т. д.)
- погружения в различные стихии (огонь, вода, земля, воздух);
- изображение растений;
- упражнения с тканью;
- упражнения с зеркалом;
- танцы [32, с. 75].

6. Метод символ драмы (кататимно-имагинативная психотерапия) – авторство данного метода принадлежит известному немецкому психотерапевту – профессору Х. Лейнеру. В основе метода лежит свободное фантазирование в форме образов, «внутренних картин» на заданную психотерапевтом тему (мотив).

Я.Л. Обуховым разработана методика «Кататимного похода в сказку», сочетающая в себе элементы сказкотерапии и символдрамы. Согласно данной методике, психотерапевтическое занятие проходит следующие четыре фазы [39, с. 201]:

1. Фаза предварительной беседы (15-20 минут). Ребенку дошкольного возраста предлагается рассказать о своей любимой сказке. В случае выбора ребенком малоизвестной сказки его просят ее пересказать. Задача данной фазы заключается также в выявлении, когда ребенку впервые рассказали или прочитали сказку, кто ее читал или рассказывал, как и где это происходило, какие моменты сказки его особенно волновали, как он относится к отдельным героям.

2. Фаза релаксации (1-5 минут). Ребенка просят закрыть глаза и расслабиться, проводится упражнение на релаксацию.

3. Фаза представления образа (от 5 до 40 минут, в среднем около 20 минут). Ребенку предлагается представить себя в сказке, о которой он рассказывал во время предварительной беседы: «Представь, что ты оказался в сказке... Все, что ты представишь, – это хорошо. Мы можем работать с любым образом».

4. Фаза обсуждения (5–10 минут). С ребенком проводится обсуждение и дается домашнее задание нарисовать представленное в образе. Затем рисунок обсуждается на предварительной беседе следующего сеанса.

Педагогами-практиками предлагается такой алгоритм включения сказки в занятия с дошкольниками [23, с. 183]:

1. Ритуал «входа» в сказку – создание педагогом настроения на совместную работу с помощью коллективного упражнения.

2. Повторение – «задавание» детям вопросов о том, что было в прошлый раз, какой опыт приобрели, чему научились, какие выводы сделали.

3. Расширение представлений и знаний дошкольников о чем-либо посредством прочтения, рассказывания или показа новой сказки детям. Педагог спрашивает, хотят ли дети этому научиться, попробовать, помочь какому-либо персонажу из сказки.

4. Закрепление – проведение педагогом игр, позволяющих дошкольникам проявить новые качества, приобрести новый опыт; совершение символических превращений и путешествий.

5. Интеграция – обсуждение и анализ педагога совместно с дошкольниками, в каких ситуациях их жизни они могут использовать приобретенный опыт.

6. Резюмирование – подведение итогов занятия. Педагог четко проговаривает последовательность происходившего на занятии, подчеркивает значимость приобретенного опыта, проговаривает конкретные ситуации реальной жизни, в которых дети могут использовать новый опыт, отмечает отдельных детей за их заслуги.

7. Ритуал «выхода» из сказки – повторение с некоторыми дополнениями ритуала «входа» в занятие.

Важно уделять внимание проблеме выбора сказок – при выборе сказок, нацеленных на снижение негативных эмоциональных состояний старших дошкольников предлагаем руководствоваться следующими критериями:

- эмоциональная насыщенность произведения: выразительный язык, захватывающая композиция, яркая смена эмоциональных состояний героев;
- социально-нравственный смысл произведения: борьба добра и зла, наличие нравственных эталонов;
- соответствие содержания возрасту детей.

Подводя итоги проведенному теоретическому анализу, мы постараемся выделить педагогические условия снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой:

1. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (предметно-пространственная среда, выбор форм и методов работы над сказкой и пр.).

2. Подбор сказок в соответствии с критериями эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей.

## Выводы по Главе 1

Процесс развития эмоциональной сферы человека в психологии рассматривается как закономерное изменение психических процессов во времени, определенное в их количественных, качественных и структурных показателях. В старшем дошкольном возрасте эмоциональная сфера у детей характеризуется более спокойным, уравновешенным фоном восприятия; более управляемыми и осознаваемыми эмоциональными процессами; развитием эмоционального предвосхищения; проявлением способности оценивать свое поведение, регулировать свои эмоции и пр.

Помимо нормативного развития эмоциональной сферы в старшем дошкольном возрасте встречаются и ее нарушения – у детей могут возникать страхи, тревожность, агрессивные реакции, которые требуют работы по снижению негативных эмоциональных состояний. В связи с этим актуальным становится поиск методов и средств снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста.

Важным средством снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста признается сказка, или метод сказкотерапии. Сказкотерапия – это метод, использующий сказочную форму для работы с эмоциональными нарушениями и совершенствования отношений с окружающим миром (Л.Д. Короткова). Работа со сказкой позволяет осуществить перенос личных переживаний, формировать представления об адекватном и неадекватном эмоционального реагировании, развивать эмпатию, сопереживание, социальные эмоции в целом и пр. Однако работа над сказкой должен опираться на определенные педагогические условия, чтобы решалась задача снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста. Нами, в частности, на основе проведенного теоретического анализа выделяются такие педагогические условия снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой:

1. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (предметно-пространственная среда, выбор форм и методов работы над сказкой и пр.).

2. Подбор сказок в соответствии с критериями эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей.

Данные педагогические условия и их влияние на снижение негативных эмоциональных состояний старших дошкольников будут положены в основу гипотезы данного исследования.

## **ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО СНИЖЕНИЮ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ НАД СКАЗКОЙ**

### **2.1. Организация исследования**

Теоретический анализ литературы позволил нам высказать такое предположение: сказка будет выступать как средство по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста при соблюдении педагогических условий:

1. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (предметно-пространственная среда, выбор форм и методов работы над сказкой и пр.).

2. Подбор сказок в соответствии с критериями эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей.

Перед реализацией данных педагогических условий мы провели диагностику эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. В ходе анализа литературы по проблеме диагностики эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста были определены следующие методики для данного исследования:

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (автор – Е.И. Изотова).

Цель методики заключается в выявлении особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальные особенности эмоционального развития, в выявлении возможностей дошкольников в воспроизведении основных эмоциональных состояний и их вербализации.

Для проведения методики необходим стимульный материал: пиктограммы (схематическое изображение эмоций различной модальности), фотографии лиц взрослых и детей с различным эмоциональным выражением.

Ход методики: Дошкольнику показывают изображения лиц людей; задача ребенка – определить их настроение и назвать эмоцию. Предлагалось определить такие эмоции, как радость, печаль, гнев, страх, презрение, отвращение, удивление, стыд, интерес, спокойствие.

Первыми ребенку предлагаются изображения (фотографии), по которым узнать эмоциональные состояния относительно несложно, затем – схематические (пиктограммы) изображения эмоциональных состояний. Дошкольнику предлагается соотнести схематическое изображение эмоций с фотографическим. На следующем этапе диагностики педагог предлагает ребенку изобразить разные эмоциональные состояния на своем лице.

В ходе проведения методики оценивается:

- восприятие экспрессивных признаков (мимических),
- понимание эмоционального содержания,
- идентификация эмоций,
- вербализация эмоций,
- воспроизведение эмоций (выразительность и произвольность),
- актуализация эмоционального опыта и эмоциональных представлений,
- индивидуальные эмоциональные особенности.

Также оценке подлежат виды педагогической помощи, которая потребовалась дошкольнику: ориентировочная (о), содержательная (с), предметно-действенная (п-д). Данные заносятся в протокол и оцениваются в баллах:

- 1 балл – высокий уровень развития эмоциональной сферы.
- Дошкольник правильно назвал все эмоциональные состояния, смог соотнести

пиктограммы с фотографическими изображениями, изобразил различные эмоциональные состояния. Помощи ребенку не потребовалось.

– 0.5 балла – средний уровень развития эмоциональной сферы. Дошкольнику потребовалась содержательная помощь. Ребенок смог определить 4 – 6 эмоций, правильно назвал эти эмоции и смог их выразительно изобразить.

– 0 баллов – низкий уровень развития эмоциональной сферы. Потребовалось два вида помощи: содержательная и предметно – действенная. Ребенок смог правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до 4 эмоциональных состояний.

## 2. Цветовой тест (автор – М. Люшер).

Цель: методики заключается в выявлении особенностей эмоционального развития, наличия тревожности и агрессивности.

Для проведения методики необходим стимульный материал: набор карточек из 8 цветов: серого (0), темно-синего (1), сине-зеленого (2), оранжево – красного (3), светло – желтого (4), фиолетового (5), коричневого (6) и черного (7).

Ход методики: Дошкольнику предлагается выбрать из предложенного ряда цветных карточек самый приятный для него в настоящий момент цвет, затем наиболее приятный из оставшихся – и так до последней карточки. Выбранные карточки педагог переворачивает. Педагог фиксирует в протоколе все выбранные дошкольником карточки в позициях от 1 до 8.

Характеристика цветов (по М. Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета. Основные цвета:

1. Синий – символ спокойствия, удовлетворенности.
2. Сине-зеленый – символ чувства уверенности, настойчивости, иногда упрямства.
3. Оранжево-красный – символ силы волевого усилия, наступательных тенденций, возбуждения.

4. Светло-желтый – символ активности, стремления к общению, экспансивности, веселости.

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций.

Дополнительные цвета: фиолетовый; коричневый, черный, серый, являются символами негативных тенденций: тревожности, стресса, переживания страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям. Первый выбор в тесте Люшера характеризует желаемое состояние, второй – действительное.

Выполнение методики было оценено в баллах при соотнесении обоих выборов дошкольника:

– 1 балл – Основные цвета занимают первые 5 позиций. Отсутствует личностный конфликт и негативные проявления эмоциональных состояний.

– 0.5 балла – Основные цвета занимают преимущественно первые позиции (1, 2, 3), дополнительные цвета подняты на 4, 5 позицию. При этом основные цвета не занимают позицию дальше 7. Наблюдается тревога, стресс невысокой степени.

– 0 баллов – Основные цвета занимают преимущественно позиции с 5 – 8. Дополнительные цвета подняты на позиции с 1–5. Наблюдается сильная тревога и стресс, агрессия высокой степени.

Выбор данных методик обусловлен тем, что они достаточно полно характеризуют особенности эмоционального развития и наличие негативных эмоциональных проявлений. Выбранные методики исследования эмоциональной сферы подходят для проведения диагностического педагогического обследования детей старшего дошкольного возраста.

## 2.2. Анализ результатов

Диагностика эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста проводилась в подготовительной группе. Всего в исследовании приняли участие 20 детей 6-7 лет (половой состав: 12 девочек и 8 мальчиков), из которых 10 детей были отнесены к экспериментальной группе, 10 – к контрольной.

Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста представлены отдельно по каждой методике:

### 1. Методика «Эмоциональная идентификация» (автор – Е.И. Изотова):

Результаты диагностики особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста по методике Е.И. Изотовой представлены в таблице 1:

Таблица 1

Результаты диагностики особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста по методике Е.И. Изотовой

№ исп.	Присвоенный балл	Уровень развития идентификации эмоций различных модальностей	№ исп.	Присвоенный балл	Уровень развития идентификации эмоций различных модальностей
Экспериментальная группа			Контрольная группа		
1	0.5	Средний	1	0.5	Средний
2	0.5	Средний	2	1	Высокий
3	1	Высокий	3	0	Низкий
4	0.5	Средний	4	0.5	Средний
5	0	Низкий	5	0.5	Средний
6	0.5	Средний	6	1	Высокий
7	0.5	Средний	7	0	Низкий
8	1	Высокий	8	0.5	Средний
9	0	Низкий	9	1	Высокий
10	0	Низкий	10	0.5	Средний

Диагностика показала, что:

– 20 % старших дошкольников экспериментальной группы (2 ребенка) и 30 % старших дошкольников контрольной группы (3 ребенка) обладают высоким уровнем развития эмоциональной сферы. Эти дети правильно назвали все эмоциональные состояния, смогли соотнести пиктограммы с фотографическими изображениями, изобразили различные эмоциональные состояния. Помощи детям не потребовалось.

– 50 % старших дошкольников экспериментальной группы (5 детей) и 50 % старших дошкольников контрольной группы (5 детей) обладают средним уровнем развития эмоциональной сферы. Дошкольникам потребовалась содержательная помощь. Дети смогли определить 4 – 6 эмоций, правильно назвали эти эмоции и смогли их выразительно изобразить.

– 30 % старших дошкольников экспериментальной группы (3 ребенка) и 20 % старших дошкольников контрольной группы (2 ребенка) обладают низким уровнем развития эмоциональной сферы. Им потребовалось два вида помощи: содержательная и предметно – действенная. Дети смогли правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до 4 эмоциональных состояний.

Наиболее легко детям удалось идентифицировать, вербализовать и воспроизвести такие эмоции, как: радость, печаль, страх, удивление; наиболее тяжело: гнев, презрение, отвращение, стыд, интерес.

Результаты диагностики по данной методике представлены и в графическом виде (рис. 3):

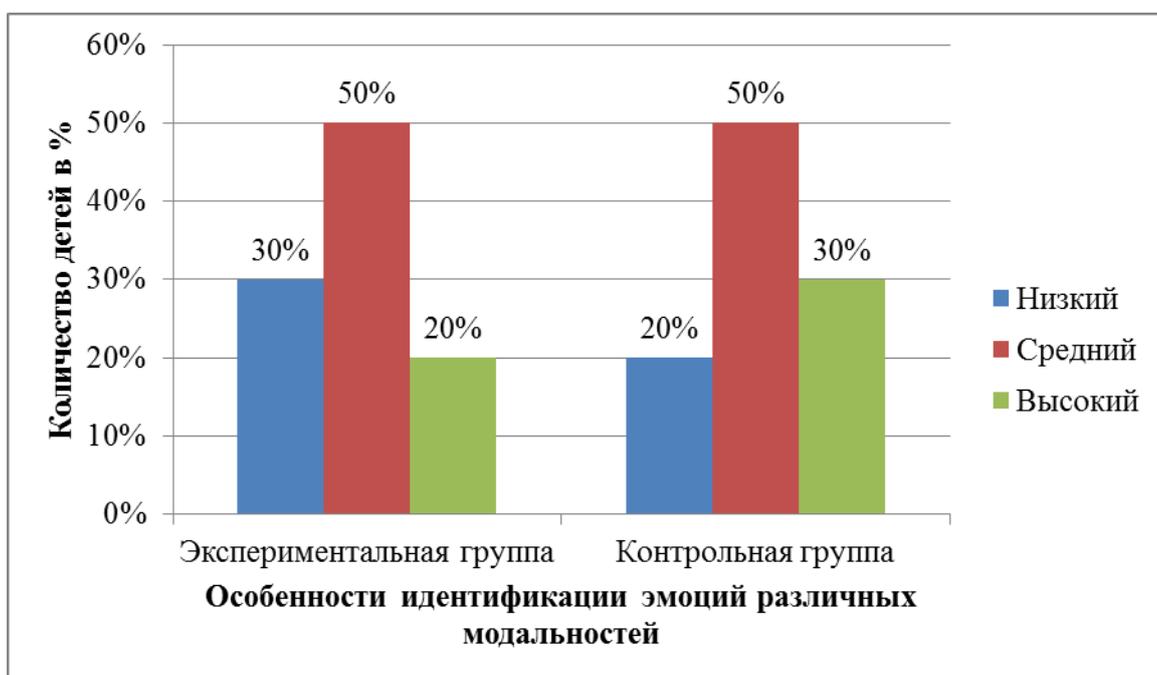


Рис. 3. Результаты диагностики особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста по методике Е.И. Изотовой

## 2. Цветовой тест (автор – М. Люшер).

Результаты диагностики особенностей эмоционального развития, наличия тревожности и агрессивности по методике М. Люшера представлены в таблице 2:

Таблица 2

Результаты диагностики особенностей эмоционального развития, наличия тревожности и агрессивности по методике М. Люшера (сводные результаты по анализу цветовых выборов детей)

№ исп.	Присвоенный балл	Наличие негативных эмоциональных состояний	№ исп.	Присвоенный балл	Наличие негативных эмоциональных состояний
Экспериментальная группа			Контрольная группа		
1	0.5	Средний	1	1	Высокий
2	1	Высокий	2	1	Высокий
3	1	Высокий	3	0	Низкий
4	0	Низкий	4	0.5	Средний
5	0	Низкий	5	0.5	Средний

6	0.5	Средний	6	0.5	Средний
7	1	Высокий	7	0	Низкий
8	1	Высокий	8	0.5	Средний
9	0.5	Средний	9	1	Высокий
10	0.5	Средний	10	0	Низкий

В данной диагностике интерпретация результатов диагностики особенностей эмоционального развития является обратной:

- высокий уровень развития тревожности и агрессивности = низкий уровень эмоционального развития;
- средний уровень развития тревожности и агрессивности = средний уровень эмоционального развития;
- низкий уровень развития тревожности и агрессивности = высокий уровень эмоционального развития.

Диагностика показала, что:

- 20 % старших дошкольников экспериментальной группы (2 ребенка) и 30 % старших дошкольников контрольной группы (3 ребенка) обладают высоким уровнем развития эмоциональной сферы. У этих детей отсутствует личностный конфликт и негативные проявления эмоциональных состояний;
- 40 % старших дошкольников экспериментальной группы (4 ребенка) и 40 % старших дошкольников контрольной группы (4 ребенка) обладают средним уровнем развития эмоциональной сферы. У этих детей наблюдается тревога, стресс невысокой степени;
- 40 % старших дошкольников экспериментальной группы (4 ребенка) и 30 % старших дошкольников контрольной группы (3 ребенка) обладают низким уровнем развития эмоциональной сферы. У этих детей наблюдается сильная тревога и стресс, агрессия высокой степени.

Результаты диагностики по данной методике представлены и в графическом виде (рис. 4):

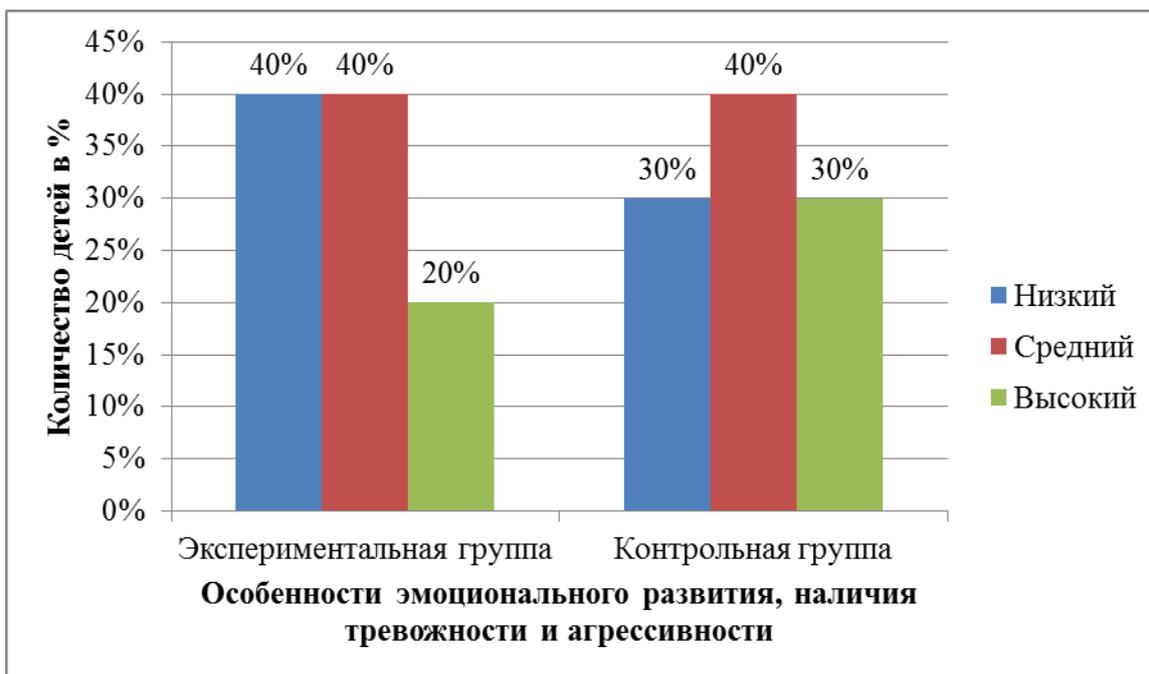


Рис. 4. Результаты диагностики особенностей эмоционального развития, наличия тревожности и агрессивности по методике М. Люшера

Мы можем сделать вывод о том, что достаточно велик процент старших дошкольников, обладающих средним и низким уровнем эмоционального развития: эти дети имеют, с одной стороны, трудности в идентификации эмоций различных модальностей, не всегда могут воспроизвести основные эмоциональные состояния и их вербализовать. Наиболее легко детям удалось идентифицировать, вербализовать и воспроизвести такие эмоции, как: радость, печаль, страх, удивление; наиболее тяжело: гнев, презрение, отвращение, стыд, интерес. Также достаточно большой процент детей имеют негативные эмоциональные проявления: агрессия, стресс, тревожность. Вследствие таких результатов необходимой становится формирующая работа по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами сказки.

### **2.3. Разработка и апробация программы по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой, оценка ее эффективности**

Формирующая работа по снижению негативных эмоциональных состояний старшего дошкольного возраста средствами сказки проводилась в экспериментальной группе. Были поставлены такие основные задачи (исходя из результатов констатирующего этапа исследования):

1. Снижение тревожности, стресса, агрессии.
2. Формирование умения идентификации эмоций различных модальностей (особое внимание следует уделить слабо дифференцируемым старшими дошкольниками эмоциям «гнев», «презрение», «отвращение», «стыд»).

В соответствии с данными задачами нами разработана программа снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой (сказка выступает как основное, но не единственное средство снижения негативных эмоциональных состояний старших дошкольников). Программа включает в себя 10 занятий, длительность каждого – 30 минут. Периодичность встреч – 2 раза в неделю. Предполагается групповая форма работы (в группе старших дошкольников из 10 человек: 6 девочек и 4 мальчика).

В программе используются сказки различного плана: как русские народные (например, «Баба-Яга», «Гуси-Лебеди», «Репка» и пр.), так и авторские (К.И. Чуковский «Федорино горе», «Мойдодыр», Л.Н. Толстой «Три медведя», С. Михалков «Три поросенка», Г.Х. Андерсен «Гадкий утенок», «Дюймовочка»), а также психотерапевтические (сказки «Белочка-Припевочка», «Сказка о Ежике, который хотел, чтобы на него обращали внимание» авторства О. В. Хухлаевой, О.Е. Хухлаевой). Мы подбирали сказки исходя из критерий эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей

(старший дошкольный возраст), а потому одно из педагогических условий снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой, заявленное нами в гипотезе, соблюдено.

Сказка, как уже отмечалось выше, выступает основное, но не единственное средство снижения негативных эмоциональных состояний старших дошкольников – также в программе мы использовали элементы игровой, театрализованной деятельности дошкольников, вовлекали детей в рисование и пр. с целью создания эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (в частности: выбор форм и методов работы над сказкой), а потому еще одно из педагогических условий снижения негативных эмоциональных состояний в процессе работы над сказкой, заявленное нами в гипотезе, соблюдено. Также мы уделили внимание созданию предметно-пространственной среды – создали в групповом помещении т.н. уголок Сказки, в котором поместили иллюстрации из сказок, игрушки с изображением сказочных героев, сказочные декорации, рисунки дошкольников по сказкам и пр. Проведение встреч с детьми осуществлялось в условиях данного центра активности.

Собственно содержание программы снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой представлено в табличном формате (таб. 3):

Таблица 3.

Содержание программы снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой

№	Тема занятия	Цель занятия	Содержание занятия
1	«Меня зовут ...»	знакомство детей, сплочение детского коллектива, формирование доброжелательных отношений в детской группе	- ритуал начала занятия «Ромашка» - игра «Паровозик с именем» - ознакомительная (вводная) сказка - ритуал завершения «Эстафета дружбы»

Продолжение таблицы 3

2	знакомство с базовыми эмоциями: радость	<p>знакомство детей с эмоцией «радость».</p> <p>развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умение выражать это словами.</p> <p>развитие чувства эмпатии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ритуал начала занятия «Ромашка»</li> <li>- игра «Что может поднять тебе настроение».</li> <li>- сказка про Кляксу (Приложение А): дети одновременно с прочтением взрослого сказки рисуют красками рисунок по сказке.</li> <li>- обсуждение: Какие эмоции испытала Клякса на протяжении всей сказки? Какую эмоцию Клякса испытала последней? Что стало причиной ее радости?</li> <li>- рассматривание иллюстраций с изображением человеческих эмоций – идентификации эмоции «радость».</li> <li>- ритуал завершения «Эстафета дружбы»</li> </ul>
3	знакомство с эмоцией горе	<p>знакомство детей с эмоцией «горе».</p> <p>развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это словами.</p> <p>развитие чувства эмпатии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ритуал начала занятия «Ромашка»</li> <li>- этюд «Закипающий чайник»</li> <li>- чтение отрывков из сказки К.И. Чуковского «Федорино горе» (в работе используется отрывок, в котором описывается, как Федора переживает уход посуды; затем – отрывок, где описывается радость Федоры). Беседа.</li> <li>- рассматривание иллюстраций с изображением человеческих эмоций – идентификации эмоции «горе».</li> <li>- игра-драматизация по сказке «Федорино горе» (групповая форма работы)</li> <li>- ритуал завершения «Эстафета дружбы»</li> </ul>
4	знакомство с эмоцией гнев	<p>знакомство детей с эмоцией «гнев».</p> <p>развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это словами, мимикой.</p> <p>развитие чувства эмпатии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ритуал начала занятия «Ромашка»</li> <li>- чтение отрывков из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр» с описанием гнева Умывальника и Крокодила. Беседа.</li> <li>- рассматривание иллюстраций художника А.М. Алянского, на которых изображены сердитые Умывальник и Крокодил (обсуждение с детьми внешнего выражения гнева)</li> <li>- игра-драматизация отрывка из сказки Л.Н. Толстого «Три медведя» (разыгрывание эпизода с описанием гнева медведей, которые узнали о том, что кто-то пользовался их вещами).</li> <li>- ритуал завершения</li> </ul>

Продолжение таблицы 3

5	знакомство с эмоциями: презрение, отвращение	<p>знакомство детей с эмоцией «презрение, отвращение».</p> <p>развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это словами, мимикой.</p> <p>развитие чувства эмпатии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ритуал начала занятия «Ромашка»</li> <li>- этюд «Новая девочка»</li> <li>- этюд «Гадкий утенок» (по сказке Г.Х. Андерсена «Гадкий утенок» - разыгрывание эпизода на птичьем дворе).</li> <li>- этюд «Дюймовочка» (по сказке Г.Х. Андерсена «Дюймовочка» - прочтение и обсуждение эпизода, где майский жук приносит Дюймовочку на дерево, где он жил.</li> <li>Детям предлагается изобразить майских жуков, с презрением и отвращением рассматривающих «Дюймовочку»).</li> <li>- ритуал завершения «Эстафета дружбы»</li> </ul>
6	знакомство с эмоциями: стыд	<p>знакомство детей с эмоцией «стыд».</p> <p>развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это словами, мимикой.</p> <p>развитие чувства эмпатии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ритуал начала занятия «Ромашка»</li> <li>- чтение рассказа рассказу В. А. Сухомлинского «Именинный пирог».</li> <li>Обсуждение: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Почему девочка стеснялась своей бабушки?</li> <li>- Девочка чувствовала ли вину за свой поступок?</li> </ul> </li> <li>- рассматривание иллюстраций с изображением человеческих эмоций – идентификации эмоции «стыд».</li> <li>- упражнение «Изобразим вину и стыд»</li> <li>- ритуал завершения «Эстафета дружбы»</li> </ul>
7	знакомство с эмоциями: страх	<p>знакомство детей с эмоцией «страх».</p> <p>развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это словами.</p> <p>развитие чувства эмпатии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ритуал начала занятия «Ромашка»</li> <li>- чтение отрывка из сказки С. Михалкова «Три поросенка (используется эпизод побега поросят от волка и переживания ими страха)</li> <li>- рассматривание иллюстраций с изображением человеческих эмоций – идентификации эмоции «горе».</li> <li>- рисование на тему: «У страха глаза велики»</li> <li>- ритуал завершения «Эстафета дружбы»</li> </ul>

Продолжение таблицы 3

8	«История про Белочку»	снижение тревожности  обучение выразительному изображению отдельных эмоциональных состояний.	- ритуал начала занятия «Ромашка» - прочтение сказки «Белочка-припевочка» (Приложение А), обсуждение сказки. - выражение мимикой настроения главных героев сказки - рисование по сказке - ритуал завершения «Эстафета дружбы»
9	«История про Ежика»	снижение агрессии и деструктивного поведения	- ритуал начала занятия «Ромашка» - прочтение «Сказка о Ежике, который хотел, чтобы на него обращали внимание» (Приложение А), обсуждение сказки - рисование ежика в начале сказки, а затем – в конце сказки; обсуждение: чем отличаются эти ежики? какой ежик тебе больше нравится? с кем из этих ежиков ты сам хотел бы дружить? - игра-драматизация: дети представляют себя ежиком в начале, середине и конце сказки; обсуждение: В какой из ролей вам было более комфортно? Почему? - ритуал завершения «Эстафета дружбы»
10	«Мои эмоции»	закрепление представлений об эмоциях человека, их выражении	- ритуал начала занятия «Ромашка» - игра «Детский сад» - игра «Что было бы, если бы» - этюды «Выражение эмоций» (по русским народным сказкам) - ритуал завершения «Эстафета дружбы»

В развивающие занятия со старшими дошкольниками мы ввели ритуалы начала и окончания занятия. Так, в начале каждой встречи использовалось упражнение «Ромашка»: детям предлагалось раскрасить лепесток цветка в соответствии со своим настроением (зеленый - «спокойный», желтый - «радостный», красный - «возбужденный», коричневый - «расстроенный», серый - «равнодушный»). После этого дети в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу («дарят улыбку»). Ритуалом окончания занятия было упражнение «Эстафета дружбы»: дети брались за руки и передавали, как эстафету, рукопожатие.

На итоговом занятии мы преследовали цель закрепления представлений детей об основных (изученных и неизученных) эмоциях

человека, и в центре решения данной задачи лежала сказка – этюды «Выражение эмоций». Мы читали отрывки из русских народных сказок, а дети изображали эмоцию (таб. 4):

Таблица 4

Содержание упражнения «Выражение эмоций»  
(по русским народным сказкам)

№	Отрывок сказки	Эмоция
1	отрывок из русской сказки «Баба Яга»: «Баба Яга бросилась в хатку, увидела, что девочка ушла, и давай бить кота и ругать, зачем он не выцарапал девочке глаза»	жалость
2	отрывок из сказки «Сестрица Аленушка и братец Иванушка»: «Аленушка обвязала его шелковым поясом и повела с собою, а сама-то плачет, горько плачет... »	грусть, печаль
3	отрывок из сказки «Гуси-лебеди»: «И они прибежали домой, а тут и отец с матерью пришли, гостинцев принесли».	радость
4	отрывок из сказки «Царевна-змея»: «Оглянулся казак, смотрит – стог сена горит, а в огне красная девица стоит и говорит громким голосом: - Казак, добрый человек! Избавь меня от смерти».	удивление
5	отрывок из сказки «Репка»: «Тянут – потянут, вытащили репку».	восторг
6	отрывок из сказки «Волк и семеро козлят»: «Козлята отворили дверь, волк кинулся в избу... »	испуг
7	отрывок из русской народной сказки «Терешечка»: «Старик вышел, увидел Терешечку, привел к старухе – пошло обнимание! »	радость
8	отрывок из русской народной сказки «Курочка Ряба»: «Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось. Дед и баба плачут».	печаль

Отметим высокую активность детей на занятиях, интерес к предлагаемым заданиям – особенно по мере сплочения и развития детского коллектива. Сказки любимы детьми, а потому выстраивать взаимодействие с дошкольниками при использовании такой формы работы было достаточно легко – больше внимание мы уделяли выразительному прочтению и

обсуждению после сказки. Мы задавали много «рассуждающих» вопросов детям, инициировали их высказывания, размышления.

Эффективность проведенной работы может быть проверена в ходе повторного диагностического исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (контрольный этап исследования, в который включается как экспериментальная, так и контрольная группа). Такое исследование было проведено с использованием ранее упомянутых психодиагностических методик. Представим его результаты ниже.

Результаты исследования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста представлены отдельно по каждой методике:

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (автор – Е.И. Изотова):

Результаты диагностики особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста по методике Е.И. Изотовой после формирующей работы представлены в таблице 5:

Таблица 5

Результаты повторной диагностики особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста по методике Е.И. Изотовой

№ исп.	Присвоенный балл	Уровень развития идентификации эмоций различных модальностей	№ исп.	Присвоенный балл	Уровень развития идентификации эмоций различных модальностей
Экспериментальная группа			Контрольная группа		
1	1	Высокий	1	0.5	Средний
2	0.5	Средний	2	1	Высокий

3	1	Высокий	3	0	Низкий
4	1	Высокий	4	0.5	Средний
5	0.5	Средний	5	0.5	Средний
6	1	Высокий	6	1	Высокий
7	1	Высокий	7	0.5	Средний
8	1	Высокий	8	0.5	Средний
9	0.5	Средний	9	1	Высокий
10	0.5	Средний	10	0.5	Средний

Диагностика показала, что:

– 60 % старших дошкольников экспериментальной группы (6 детей) и 30 % старших дошкольников контрольной группы (3 ребенка) обладают высоким уровнем развития эмоциональной сферы. Эти дети правильно назвали все эмоциональные состояния, смогли соотнести пиктограммы с фотографическими изображениями, изобразили различные эмоциональные состояния. Помощи детям не потребовалось.

– 40 % старших дошкольников экспериментальной группы (4 детей) и 60 % старших дошкольников контрольной группы (6 детей) обладают средним уровнем развития эмоциональной сферы. Дошкольникам потребовалась содержательная помощь. Дети смогли определить 4 – 6 эмоций, правильно назвали эти эмоции и смогли их выразительно изобразить.

– 0 % старших дошкольников экспериментальной группы и 10 % старших дошкольников контрольной группы (1 ребенок) обладают низким уровнем развития эмоциональной сферы. Ему потребовалось два вида помощи: содержательная и предметно – действенная. Ребенок смог правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до 4 эмоциональных состояний.

Наиболее легко детям удалось идентифицировать, вербализовать и воспроизвести такие эмоции, как: радость, печаль, страх, удивление; наиболее тяжело: гнев, презрение, отвращение, стыд, интерес. Однако в

экспериментальной группе произошел рост уровня идентификации и вербализации наиболее сложных эмоций.

Также мы можем диагностировать качественный рост уровня идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе; в контрольной группе также произошел рост – но не значительный.

## 2. Цветовой тест (автор – М. Люшер).

Результаты диагностики особенностей эмоционального развития, наличия тревожности и агрессивности по методике М. Люшера представлены в таблице 6:

Таблица 6

Результаты повторной диагностики особенностей эмоционального развития, наличия тревожности и агрессивности по методике М. Люшера (сводные результаты по анализу цветовых выборов детей)

№ исп.	Присвоенный балл	Наличие негативных эмоциональных состояний	№ исп.	Присвоенный балл	Наличие негативных эмоциональных состояний
Экспериментальная группа			Контрольная группа		
1	0	Низкий	1	1	Высокий
2	0	Низкий	2	1	Высокий
3	0.5	Средний	3	0	Низкий
4	0	Низкий	4	1	Высокий
5	0	Низкий	5	0.5	Средний
6	0.5	Средний	6	0.5	Средний
7	1	Высокий	7	0	Низкий
8	0.5	Средний	8	0.5	Средний
9	0	Низкий	9	1	Высокий
10	0.5	Средний	10	0	Низкий

В данной диагностике интерпретация результатов диагностики особенностей эмоционального развития является обратной:

– высокий уровень развития тревожности и агрессивности = низкий уровень эмоционального развития;

– средний уровень развития тревожности и агрессивности = средний уровень эмоционального развития;

– низкий уровень развития тревожности и агрессивности = высокий уровень эмоционального развития.

Диагностика показала, что:

– 50 % старших дошкольников экспериментальной группы (2 ребенка) и 30 % старших дошкольников контрольной группы (3 ребенка) обладают высоким уровнем развития эмоциональной сферы. У этих детей отсутствует личностный конфликт и негативные проявления эмоциональных состояний;

– 40 % старших дошкольников экспериментальной группы (4 ребенка) и 40 % старших дошкольников контрольной группы (4 ребенка) обладают средним уровнем развития эмоциональной сферы. У этих детей наблюдается тревога, стресс невысокой степени;

– 10 % старших дошкольников экспериментальной группы (1 ребенок) и 40 % старших дошкольников контрольной группы (3 ребенка) обладают низким уровнем развития эмоциональной сферы. У этих детей наблюдается сильная тревога и стресс, агрессия высокой степени.

Сравнение результатов диагностики тревожности до и после формирующей работе в обеих группах позволяет диагностировать качественное снижение тревожности у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе; в контрольной группе произошло незначительное увеличение тревожности.

Мы можем сделать вывод о том, что старшие дошкольники из экспериментальной группы стали менее тревожны, менее агрессивны, повысился их уровень идентификации, вербализации и воспроизведения базовых эмоций, а также им легче стало понимать и выражать более сложные эмоции: гнев, презрение, отвращение, стыд. В контрольной группе дошкольников существенного роста не произошло. Поэтому мы можем считать формирующую работу по апробации программы снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста

в процессе работы над сказкой; она может быть использована в работе с детьми старшего дошкольного возраста при соблюдении следующих педагогических условий:

1. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (предметно-пространственная среда, выбор форм и методов работы над сказкой и пр.).

2. Подбор сказок в соответствии с критериями эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей.

## Выводы по Главе 2

Теоретический анализ литературы позволил нам высказать такое предположение: сказка будет выступать как средство по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста при соблюдении педагогических условий:

1. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (предметно-пространственная среда, выбор форм и методов работы над сказкой и пр.).

2. Подбор сказок в соответствии с критериями эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей.

На первом этапе исследования мы диагностировали особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста посредством двух методик: методика «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой, цветовой тест М. Люшера. Диагностика показала, что достаточно велик процент старших дошкольников, обладающих средним и низким уровнем эмоционального развития: эти дети имеют, с одной стороны, трудности в идентификации эмоций различных модальностей, не всегда могут воспроизвести основные эмоциональные состояния и их вербализовать. Наиболее легко детям удалось идентифицировать, вербализовать и воспроизвести такие эмоции, как: радость, печаль, страх, удивление; наиболее тяжело: гнев, презрение, отвращение, стыд, интерес. Также достаточно большой процент детей имеют негативные эмоциональные проявления: агрессия, стресс, тревожность. Вследствие таких результатов необходимой становится формирующая работа по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами сказки, которая проводилась в экспериментальной группе дошкольников.

В работе по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами сказки нами были обозначены задачи:

1. Снижение тревожности, стресса, агрессии.
2. Формирование умения идентификации эмоций различных модальностей.

В соответствии с ними была разработана программа снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой, включающая в себя 10 занятий, длительность каждого – 30 минут. Периодичность встреч – 2 раза в неделю. В программе используются сказки различного плана: как русские народные, так и авторские, а также психотерапевтические. Подбор сказок осуществлялся исходя из критериев эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей. В программе также использовались элементы игровой, театрализованной, изобразительной деятельности дошкольников с целью создания эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (в частности: выбор форм и методов работы над сказкой). Уделено внимание и созданию предметно-пространственной среды – в групповом помещении создан т.н. уголок Сказки.

Программа была реализована, ее эффективность была оценена в ходе повторной диагностики, которая показала, что старшие дошкольники из экспериментальной группы стали менее тревожны, менее агрессивны, повысился их уровень идентификации, вербализации и воспроизведения базовых эмоций, а также им легче стало понимать и выражать более сложные эмоции: гнев, презрение, отвращение, стыд. В контрольной группе дошкольников существенного роста не произошло. Поэтому мы можем считать формирующую работу по апробации программы по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста

в процессе работы над сказкой; она может быть использована в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие эмоциональной сферы дошкольника определяется как важная педагогическая задача. В старшем дошкольном возрасте эмоциональная сфера у детей характеризуется более спокойным, уравновешенным фоном восприятия; более управляемыми и осознаваемыми эмоциональными процессами; развитием эмоционального предвосхищения; проявлением способности оценивать свое поведение, регулировать свои эмоции и пр.

Помимо нормативного развития эмоциональной сферы в старшем дошкольном возрасте встречаются и ее нарушения – у детей могут возникать страхи, тревожность, агрессивные реакции, которые требуют педагогической работы. В связи с этим актуальным становится поиск методов и средств снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста.

Важным средством снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста признается сказка, или метод сказкотерапии. Сказкотерапия – это метод, использующий сказочную форму для снижения негативных эмоциональных состояний и совершенствования отношений с окружающим миром (Л.Д. Короткова). Работа со сказкой позволяет осуществить перенос личных переживаний, формировать представления об адекватном и неадекватном эмоциональном реагировании, развивать эмпатию, сопереживание, социальные эмоции в целом и пр. Однако работа над сказкой должен опираться на определенные педагогические условия, чтобы решалась задача снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста. Нами, в частности, на основе проведенного теоретического анализа выделяются такие педагогические условия снижения негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой:

1. Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего

дошкольного возраста (предметно-пространственная среда, выбор форм и методов работы над сказкой и пр.).

2. Подбор сказок в соответствии с критериями эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей.

Данные педагогические условия и их влияние на снижение негативных эмоциональных состояний старших дошкольников были положены в основу гипотезы данного исследования.

На первом этапе исследования мы диагностировали особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста посредством двух методик: методика «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой, цветовой тест М. Люшера. Диагностика показала, что достаточно велик процент старших дошкольников, обладающих средним и низким уровнем эмоционального развития: эти дети имеют, с одной стороны, трудности в идентификации эмоций различных модальностей, не всегда могут воспроизвести основные эмоциональные состояния и их вербализовать. Наиболее легко детям удалось идентифицировать, вербализовать и воспроизвести такие эмоции, как: радость, печаль, страх, удивление; наиболее тяжело: гнев, презрение, отвращение, стыд, интерес. Также достаточно большой процент детей имеют негативные эмоциональные проявления: агрессия, стресс, тревожность. Вследствие таких результатов необходимой становится формирующая работа по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами сказки, которая проводилась в экспериментальной группе дошкольников.

В работе по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста средствами сказки нами были обозначены задачи:

1. Снижение тревожности, стресса, агрессии.
2. Формирование умения идентификации эмоций различных модальностей.

В соответствии с ними была разработана программа по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой, включающая в себя 10 занятий, длительность каждого – 30 минут. Периодичность встреч – 2 раза в неделю. В программе используются сказки различного плана: как русские народные, так и авторские, а также психотерапевтические. Подбор сказок осуществлялся исходя из критериев эмоциональной насыщенности, наличия социально-нравственного смысла, соответствия содержания возрасту детей. В программе также использовались элементы игровой, театрализованной, изобразительной деятельности дошкольников с целью создания эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста (в частности: выбор форм и методов работы над сказкой). Уделено внимание и созданию предметно-пространственной среды – в групповом помещении создан т.н. уголок Сказки.

Программа была реализована, ее эффективность была оценена в ходе повторной диагностики, которая показала, что старшие дошкольники из экспериментальной группы стали менее тревожны, менее агрессивны, повысился их уровень идентификации, вербализации и воспроизведения базовых эмоций, а также им легче стало понимать и выражать более сложные эмоции: гнев, презрение, отвращение, стыд. В контрольной группе дошкольников существенного роста не произошло. Поэтому мы можем считать формирующую работу по апробации программы по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста в процессе работы над сказкой; она может быть использована в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Агафонова И.Н. Развитие эмоциональной сферы дошкольника: учебно-методическое пособие. СПб.: АППО, 2006. 82 с.
2. Батюта М.Б., Семенова Е.А. Исследование особенностей развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2016. № 52-4. С. 247 - 254.
3. Беляева Е.В., Борзенкова И.В. Коррекция тревожности и страхов у детей младшего школьного возраста методом сказкотерапии // Актуальные проблемы социально-гуманитарного и научно-технического знания. 2015. № 1 (4). С. 85 - 88.
4. Бобык С.С. Особенности эмоциональной сферы и методы диагностики эмоционального развития у старших дошкольников с задержкой психического развития // Молодой ученый. 2011. № 1. С. 221 - 224.
5. Бреслав Г.М. Психология эмоций : учебное пособие. М. : Смысл, 2016. 670 с.
6. Валлон А. Психическое развитие ребенка / пер. с фр. Л.И. Анцыферова. СПб.: Питер, 2001. 208 с.
7. Вачков И.В. Введение в сказкотерапию, или «Избушка, избушка, повернись ко мне передом»: монография. М.: Генезис, 2013. 288 с.
8. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Астрель, 2000. 265 с.
9. Вишнякова Е.Г. Возможности сказки как средства коррекции детских страхов у старших дошкольников // Интеграция психолого-педагогических наук и актуальных образовательных практик. 2018. С. 23 - 27.
10. Грабенко Т.М. Зачем читать детям сказки. Колобок. Ружье и сердце. СПб.: Питер, 2006. 63 с.
11. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ. М.: Изд-во Айрис-Пресс, 2006. 160 с.

12. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. М.: Феникс, 2001. 334 с.
13. Долгова В.И., Шумакова О.А. Психолого-педагогическая коррекция тревожности как фактора эмоциональной устойчивости студентов-психологов: научно-методические рекомендации. Челябинск : АТОКСО, 2010. 100 с.
14. Дубровина И.В. Практическая психология образования. СПб. : Питер, 2004. 592 с.
15. Есманович Д.В. Сказка как средство развития социальных эмоций у детей старшего дошкольного возраста // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. 2017. № 4. С. 23 - 26.
16. Жавнерко А.П. Психологическая модель исследования понимания эмоций детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста // Молодой ученый. 2016. № 4 (108). С. 685 - 687.
17. Житная И.В. Развитие эмоциональной отзывчивости у детей дошкольного возраста: монография. Ульяновск: Зебра, 2016. 65 с.
18. Жукова Р.А. Игра как средство социального развития детей. Волгоград : ИТД « Корифей», 2006. 112 с.
19. Захарова Т.В., Моисеева А.А. Моделирование как метод изучения социальных эмоций у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи в условиях инклюзивного образования // Вестник Череповецкого государственного университета». 2013. №4 (53). С. 99 - 101.
20. Запорожец А.В., Неверович Я.З., Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольника: пособие для воспитателей детского сада. М.: Просвещение. 1985. 176 с.
21. Заширинская О.В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: Сказкотерапия. СПб.: Лань, 2001. 234 с.
22. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Основы сказкотерапии. СПб.: Питер, 2007. 116 с.
23. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб.: Речь, 2000. 310 с.

24. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка : теория и практика : учебное пособие. М.: Academia, 2004. 283 с.
25. Каика В.А. Теоретические основы развития эмоций у детей старшего дошкольного возраста средствами сказкотерапии. Подходы исследователей к изучению эмоций в отечественной и зарубежной психологии // Молодой ученый. 2016. № 6. С. 691 - 695.
26. Карелина И.О. Развитие понимания эмоций в период дошкольного детства: психологический ракурс : монография. Прага : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017. 178 с.
27. Карелина И.О. Содержание дидактических игр по развитию понимания эмоций человека у детей старшего дошкольного возраста // PEDAGOGY & PSYCHOLOGY. THEORY AND PRACTICE. 2016. № 3 (5). С. 15 - 18.
28. Козеева Е.О. Сказкотерапия как метод психологической работы с детьми // Мир педагогики и психологии. 2018. № 1 (18). С. 12 - 20.
29. Козубаева С.И. Сказкотерапия как метод психологической коррекции для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста // Тенденции развития науки и образования. 2018. № 38-2. С. 559 - 562.
30. Короткова Л.Д. Сказкотерапия в школе. Методические рекомендации. М.: ЦГЛ, 2006. 144 с.
31. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников: учебное пособие. М.: Издательский центр «Академия», 2003. 176 с.
32. Кулинцова И.Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. 169 с.
33. Лабиринт души: терапевтические сказки / ред. : О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. М. : Академический проект, 2001. 220 с.
34. Лепехина О.Н., Курмаева Т.Н. Коррекционная работа по развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста с ОВЗ посредством сказкотерапии / О.Н. Лепехина, Т.Н. Курмаева // Молодой ученый. 2017. № 8. С. 346 - 349.

35. Люц Т.К., Степанова Н.А. Значение игры в социально-коммуникативном развитии дошкольников // Международный студенческий научный вестник. 2017. № 4-8. С. 1157 - 1160.
36. Маценко Л.Н., Степанова Н.А. Сказкотерапия как средство профилактики и коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста // Международный студенческий вестник. 2017. № 6. С. 131.
37. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. М. : АРКТИ, 2001. 48 с.
38. Нехорошкова А.Н., Грибанов А.В. Тревожность у детей: причины и особенности проявления // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 5.
39. Обухов, Я.Л. Психоанализ сказки и символдрама // Журнал практического психолога. 1999. № 10-11. С. 197 - 206.
40. Пантюхина О.В. Сказкотерапия как средство преодоления страхов у детей дошкольного возраста // Проблемы и перспективы повышения качества образовательных услуг на основе инноваций: региональный аспект. 2017. С. 125 - 130.
41. Пестова А.И. Коррекционно-развивающая программа «Развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сферы дошкольников 4-7 лет» [Электронный ресурс] // Открытый урок // URL: <https://open-lesson.net/5348/> (дата обращения: 28.05.2019). 23 с.
42. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт, 2000.
43. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб. : «Питер», 2010. 820 с.
44. Сидоров К.Р. Тревожность как психологический феномен // Вестник Удмуртского университета. Серия: Философия, психология, педагогика. 2013. № 3-2. С. 42 - 52.

45. Староверова М.С., Кузнецова О.И. Психолого-педагогическое сопровождение детей с расстройствами эмоционально-волевой сферы: практические материалы для психологов, педагогов и родителей. М.: ВЛАДОС, 2017. 143 с.
46. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. СПб.: Речь, 2008. 118 с.
47. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. М. : Академия, 2003.
48. Чебучева Е.В., Тарычева Ю.А. Коррекция страхов и тревожности в младшем школьном возрасте // Герценовские чтения. Начальное образование. 2011. Т. 2 № 2. С. 174 - 180.
49. Штефа В.Н. Особенности развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста // Аллея науки. 2017. № 14. С. 28 - 31.
50. Щекина А.Я. Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников в дошкольной образовательной организации // Проблемы педагогики. 2016. № 10 (21). С. 17 - 19.
51. Щетинина А.М. Восприятие и понимание детьми эмоционального состояния человека: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Л., 1984. с
52. Щетинина А.М. Диагностика социального развития ребенка: учебно-методическое пособие. Великий Новгород: НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2000. 88 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

Сказки в структуре программы по снижению негативных эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста

#### **Ознакомительная (вводная) сказка (занятие № 1)**

Однажды теплым солнечным весенним днем в одной сказочной пещере собрались вместе 10 человек. Среди них были и мальчики, и девочки, а именно 4 мальчика и 6 девочек и еще один взрослый человек, который часто вел себя, как маленький. Эти люди были очень разные и очень отличались друг от друга. У каждого из них были свои радости и огорчения в жизни, свои победы и свои трудности, свои тайны, в общем, все, как у обычных людей. Но им предстояло прожить в этой пещере 8 долгих дней. И поэтому для них было очень важно узнать друг о друге побольше, чтобы не ссориться, а жить в мире и согласии. Стали тогда люди выяснять, кто из них кто.

Меня зовут Света. А я Никита. *Все дети по очереди представляются.*

Что каждый из вас умеет делать лучше всего на свете? Это очень важно, чтобы помочь нам выжить в этой пещере. *(Каждый по очереди отвечает)*

Что каждый из вас не умеет делать и никогда не умел (чтобы не просить об этом или, может быть помочь научиться делать это)? *(Каждый отвечает).*

Нам очень важно ладить друг с другом. И поэтому надо знать некоторые качества друг друга. Назовите каждый три своих самых лучших качества. *(Каждый отвечает)*

У каждого человека есть свои достоинства и недостатки. И поэтому назовите 1 или 2 своих качества, которые вам в себе не нравятся. *(Каждый отвечает)*

Что вас больше всего на свете злит и расстраивает? Чем могут помочь окружающие в этот момент? Самое заветное желание?

И теперь стали эти люди чуть больше знать о себе самих и друг о друге. И помнили они о достоинствах и недостатках друг друга. Не делали друг другу больно, зная о бедах и несчастьях другого. И всегда опирались и восхищались достоинствами друг друга.

#### **Сказка про «Кляксу» (занятие № 2).**

Жила - была Клякса в темном дупле и очень не любила показываться на людях. Почему? Да потому, что при ее появлении каждый считал своим долгом воскликнуть: «Какой ужас!» Какая жирная и некрасивая черная Клякса!» Кому такое понравится? Вот почему она предпочитала отважиться в дупле. Но разве хорошо сидеть в одиночестве? Скучно! И нашей Кляксе захотелось сходить погулять на праздник или в гости. Решила она

принарядиться, взяла желтой краски и покрасилась, в яркий солнечный цвет. Представляете! Конечно, себе в таком наряде она понравилась, но только она появилась на улице, как каждый, кто ей встретился, в ужасе кричал: «Какая желтая Клякса!»

Тогда она зашла в магазин, купила краски и покрасила ею свою шляпку, но все, кто ее видел, снова махали руками и кричали: «Какая ужасная Клякса в оранжевой шляпке!»

Тогда Клякса купила синей краски и выкрасила свою юбку. Но и это никто не оценил. Она снова услышала: «Какая огромная Клякса в зеленой юбке» *(Желтый и синий цвет, смешиваясь дают зеленый.)*

Очень обиделась Клякса. Взяла она остатки синей краски, вернулась в свое дупло и выкрасила его в синий цвет. Она очень старалась, размазала краску вокруг себя, и вдруг дупло стало очень уютным и красивым.

В это время пролетала Сова - мудрая голова (а Совы, как правило, близоруки и живут своим умом!). Она не узнала Кляксу в ее новом наряде. Сове показалась, что это совсем и не Клякса. «Здравствуйте, дорогая и красивая Незнакомка! - сказала вежливо Сова». Клякса впервые в жизни услышала добрые слова и улыбнулась. Ей было очень приятно.

#### Сказка «Белочка-Припевочка» (Занятие № 8)

В одном самом обыкновенном лесу, на одной из зеленых елей жила-была самая обычная беличья семья: мама, папа и дочка — Белочка-Припевочка. На соседних елях тоже жили белки. Ночью все спали, а днем собирали орехи, потому что очень их любили.

Мама и папа учили Белочку-Припевочку, как доставать орешки из еловых шишек. Но каждый раз Белочка просила помочь ей: «Мамочка, я никак не могу справиться с этой шишкой. Помогите мне, пожалуйста!». Мама доставала орешки, Белочка ела их, благодарила маму и прыгала дальше. «Папочка, у меня никак не получается достать орешки из этой шишки!». «Белочка!— говорил ей папа,— ты уже не маленькая и должна делать все сама». «Но у меня не получается!»— плакала Белочка. И папа помогал ей. Так Припевочка прыгала, веселилась, а когда ей хотелось съесть орешек, она звала на помощь маму, папу, тетю, дядю, бабушку или еще кого-нибудь.

Проходило время. Белочка росла. Все ее друзья уже хорошо собирали орехи и даже умели делать запасы на зиму. А Белочка всегда нуждалась в помощи. Она боялась сделать что-то сама, ей казалось, что она ничего не умеет. У взрослых уже не было достаточно времени, чтобы помогать Белочке. Друзья стали звать ее неумехой. Все бельчата веселились и играли, а Припевочка стала печальной и задумчивой. «Я ничего не умею и ничегошеньки не могу сделать сама»,— грустила она.

Однажды пришли дровосеки и срубили зеленый ельник. Пришлось всем белкам и бельчатам отправиться на поиски нового Дома. Они разошлись в разные стороны и договорились встретиться вечером и рассказать друг другу о своих находках. И Белочка-Припевочка тоже отправилась в дальний

путь. Страшно и непривычно было ей прыгать по веткам в одиночестве. Потом стало весело, и Белочка была очень довольна, пока совсем не устала и не захотела есть. Но как же ей достать орехи? Никого нет рядом, не от кого ждать помощи.

Прыгает Белочка, ищет орехи — нет их и нет. День уже близится к концу, наступает вечер. Села Белочка на ветку и горько плачет. Вдруг смотрит, а на веточке шишка. Сорвала ее Припевочка. Вспомнила, как ее учили орешки доставать. Попробовала — не получается. Еще раз — опять неудача. Но Белочка не отступала. Она перестала плакать. Подумала немножко: «Попробую-ка я свой способ орешки доставать!».

Сказано — сделано. Поддалась шишка. Достала Белочка орешки. Поела, развеселилась/Огляделась, а вокруг большой ельник. На еловых лапах шишек видимо-невидимо. Перепрыгнула Белочка на другую елку, сорвала шишку — там орешки, другую сорвала — и та полная. Обрадовалась Белочка, собрала немного орешков в узелок, запомнила место и поспешила на назначенную встречу с ветки на ветку, с ветки на ветку. Прибежала, видит ее родные и друзья сидят грустные. Не нашли они орешки, устали, проголодались. Рассказала им Припевочка про ельник. Достала орешки из узелка, накормила.

Обрадовались мама и папа, улыбнулись друзья и родные, стали Белочку хвалить: «Как же мы тебя неумехой звали — всех обогнала, всем силы придала и новый дом нашла! Ай, да Белочка! Ай, да Припевочка!».

На следующее утро белки пришли на то место, о котором рассказала Припевочка. И действительно, орехов там оказалось очень много. Устроили праздник-новоселье. Орешки ели, да Белочку-Припевочку хвалили, песни пели и хоровод водили.

### **«Сказка о Ежике, который хотел, чтобы на него обращали внимание» (Занятие № 9)**

«Далеко-далеко, за морями, за горами, за высокими лесами, в дремучей-дремучей чаще была маленькая уютная полянка. На этой полянке жили всякие разные звери: белки, зайцы, обезьяны, попугаи и даже маленький гиппопотам. Среди них был один ежик по имени Вася, который очень гордился своими колючками.

Был этот ежик Вася не похож на других. Больше всего на свете любил он, когда на него обращали внимание. Настолько, что даже казалось, что все люди обращают на него внимания меньше, чем на других. Хотелось ежику, чтобы только на него всегда смотрели, только его все слушали.

Встанет он утром, снимет пижаму и зашвырнет подальше, а мама потом ищет и ругается: «Куда ты ее подевал?» Хоть и кричит, а все-таки на него внимание обращает!

Приходит он на занятие с Белкой-воспитательницей. Только начинает она что-нибудь рассказывать, Вася вдруг как захрюкает громко-громко. Все

смеются, на него смотрят, а воспитательница его за шиворот и с поляны выгоняет.

Потом он к детям идет. Там все вместе зверята замок из песка строят. Зайдет ежик с одной стороны, с другой — никто на него не смотрит. Как размахнется тогда он — и ногой прямо по замку как даст. Девочки — в плач, а мальчики кулаки сжимают — бить его хотят.

И так каждый день. И все вроде бы хорошо, но стала такая жизнь ежику надоедать. Внимание-то, конечно, обращают — это приятно. Но ругают много — от этого грустно. С такими печальными мыслями однажды вечером наш ежик и лег спать.

И вот приснился ежику сон. Будто громадный волшебник в плаще, расшитом золотыми нитками, прилетел к нему и говорит:

– Слушай, ежик! Я буду сейчас тебя превращать!

Испугался ежик, запищал:

– Нет, не надо меня, нет... нет...

– Не бойся, — улыбнулся волшебник. — Лучше послушай, как я тебе хочу поколдовать. Я отправлю тебя в два мира, сначала в один, а потом в другой. В одном из них ты бываешь часто и сам, в другом не был никогда. Когда вернешься, скажешь мне, где тебе больше понравилось.

Взмахнул волшебник ярко-желтой палочкой, зашипело все вокруг... И оказался ежик в невиданном царстве-государстве. И главное то, что сам он как-то себя по-странному ведет. Помогает всем, поступки приятные совершает, слушает внимательно, что говорят ему, чужие игрушки не ломает, а, наоборот, чинить помогает. И внимание на него за это обращают — так, что даже стыдно немного. Приятно ежику, приятно и всем вокруг. Хвалят все ежика, умиляются, разговаривают про него, как будто все время по головке гладят.

Тут вдруг все начало меняться: треск, шипение, промелькнул пред глазами волшебник в мантии, и вот... другой мир. Тут все наоборот. Как в жизни. Тоже все на ежика смотрят, однако только потому, что, например, нахулиганил он, или побил кого-то, или хрюкает громко. И ругают его и ругают. А под конец все: мама, папа, воспитательница, соседка, родственники, дети из группы — всей толпой как окружили его. Каждый о своем кричит. Ничего ежику не понятно, однако знает он, что каждому из них что-то не так он сделал. Шаг назад. Еще шаг. Отступает ежик, звери на него. Еще шаг, и как будто в черную яму падает ежик, только и слышен крик: «Не хо-чуууу здееееесь!»

Проснулся ежик. Соскочил с кровати и вспомнил свой сон. И только захотелось зашвырнуть ему подальше свою пижаму так, чтоб мама потом искала и ругалась на него, как подумал ежик: «А что, если я наоборот сделаю? Как в первом мире во сне?»

Так и вышло. Сложил ежик ночную одежду на стульчик и маму ждет. Мама пришла, уже готовая ругаться, и... только руками всплеснула: «Ах, ты

мой хороший! Какой ты молодец!» Приятно стало ежику. Почесал он левую переднюю иголку и решил сегодня на этом не останавливаться.

Отправился он на поляну. А там воспитательница Белка зверят считать учила, к школе их готовила. Подкрался он тихонько и стал ждать. Задает белка вопрос: «Сколько будет два плюс три?» А зверята все в это время ворон считали, так что ежик первым успел. «Пять!» — радостно выкрикнул он. «Вот, смотрите,— важно проговорила белка, — учитесь все, как внимательно надо слушать». Еще приятнее стало ежику. И вот, когда занятие кончилось, отправился он к песочной куче.

А там уже вовсю новый замок строится. Подошел он тихонько, дотронулся до плеча Мишки и прошептал: «Можно с вами поиграть?» Глянул на него Мишка и пробурчал недовольно: «Ну ладно уж, садись». Сел ежик, и так вдруг у него красиво получилось башенки лепить, что скоро все звери свою работу бросили и только смотрели на него. «Ух ты, а мы и не знали, что ты так можешь!» — раздавалось по сторонам. «Я и сам не знал», — смущенно отвечал ежик.

Когда наступил вечер, уставший, но довольный ежик пришел домой. А дома... дома его ждал пирог. «Ты думаешь, я не заметила, что с сегодняшнего дня ты стал совсем другим? — ласково сказала мама.— Я думаю, это надо отпраздновать!» Ежик был не против. Засовывая в рот толстенный кусок маминого вкуснейшего пирога, он еще раз подумал: «Как все-таки хорошо, когда на тебя обращают внимание за что-нибудь хорошее».

