

**УДК 152.9.072**

**Кузнецова Елена Владимировна,**  
Куйбышевский филиал ФГБОУ ВПО  
«Новосибирский государственный  
педагогический университет»,  
г. Куйбышев Новосибирской области,  
e-mail: kainsk-elena@mail.ru

## **ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ АРТ-ТЕРАПИИ В ЭМОЦИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ ДОШКОЛЬНИКОВ**

В статье проводится анализ показателей эмоционального развития детей дошкольного возраста, а также представляются результаты формирующего эксперимента по развитию эмоциональной сферы дошкольников средствами арт-терапии.

**Ключевые слова:** дошкольный возраст, эмоциональное развитие, экспериментальное исследование, психокоррекционное воздействие, арт-терапия.

**Kuznetsova Elena Vladimirovna,**  
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of  
the Department of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical  
University (Kuibyshev Branch), Kuibyshev,  
e-mail: kainsk-elena@mail.ru

## **POSSIBILITIES FOR USING ART THERAPY IN EMOTIONAL DEVELOPMENT OF PRE-SCHOOL CHILDREN**

The article analyses the indicators of emotional development of children of pre-school age, as well as presents the results of the forming experiment on the development of the emotional sphere of pre-school children by means of art therapy.

**Keywords:** pre-school age, emotional development, experimental study, psycho-correction impact, art therapy.

Развитие детей-дошкольников является совершенно неделимым процессом, тесно взаимосвязанным с развитием эмоций. Эмоции дошкольников обладают огромным значением в его развитии: характеризуют результативность обучения, способствуют формированию

трудовой, творческой, учебной деятельности, взаимоотношений дошкольника со сверстниками.

На основании анализа психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, за последние годы количество дошкольников с нарушениями в эмоциональном развитии существенно возросло. К отличительным симптомам данных нарушений относят эмоциональную неустойчивость, тревожность, агрессивность, враждебность и т.п., что существенно обостряет взаимоотношения дошкольников с окружающей средой. Развитие эмоций с использованием средств арт-терапии способно не только обогащать эмоциональный опыт детей дошкольного возраста, но и ощутимо смягчать или даже полностью устранять изъяны в их личностном развитии.

Вопросы эмоционального развития личности являются в психологии одними из наиболее малоизученных и сложных. На сегодняшний день отсутствует единая концепция понимания развития эмоциональной сферы личности. Имеются достаточно противоречивые мнения касательно этой проблемы.

Мы придерживаемся позиции А.В. Гришиной, которая под эмоциональным развитием личности понимает постепенную дифференциацию эмоциональных проявлений, осознание собственных эмоций и эмоциональных состояний других людей, расширение спектра феноменов, которые вызывают определенные отношения, эмоциональный отклик, развитие способности к волевой регуляции эмоциональных проявлений [1].

На основании анализа ряда исследовательских работ Н.В. Знаменская выделила основные показатели (индикаторы) уровня эмоционального развития дошкольников:

- 1) сложность предметного содержания эмоциональных переживаний ребенка;

- 2) модальность эмоций;
- 3) степень осознанности собственных эмоциональных состояний;
- 4) уровень развития произвольной регуляции эмоций;
- 5) сформированность механизма эмоционального предвосхищения;
- 6) способность к эмоциональной децентрации;
- 7) доминирующие эмоциональные состояния [2].

В дошкольном возрасте ребенок еще недостаточно способен управлять собственным эмоциональным состоянием, в связи с этим задачей воспитателей и родителей является обучение дошкольника, использованию средств арт-терапии, управлению собственной деятельностью и эмоциональным состоянием, формирование способности видеть результат и контролировать выполнение своей деятельности. Сегодня технологии арт-терапии, несмотря на синтез с лечебной практикой, во многих случаях могут использоваться с психопрофилактической, социализирующей и развивающей целью.

В частности, такие психокоррекционные механизмы арт-терапии, как: символического реконструированная, эмоциональной децентрации, катарсиса и присвоения способны позитивно воздействовать на эмоциональное развитие дошкольников: развивать умение адекватно интерпретировать экспрессивные выражения и эмоциональные реакции других людей, степень осознания эмоциональных переживаний, уровень их произвольной регуляции, способность к эмоциональной децентрации.

На основе анализа теоретической литературы мы выдвинули *гипотезу* исследования, которая заключалась в предположении о том, что использование методов арт-терапии может способствовать эмоциональному развитию детей дошкольного возраста.

Для проверки данной гипотезы было организовано и проведено экспериментальное исследование на базе МКДОУ № 8 города Барабинска «Солнышко» Новосибирской области в сентябре-декабре 2019 года. В

исследовании приняли участие дошкольники в возрасте 6-7 лет (подготовительная к школе группа) в количестве 20 человек.

Экспериментальное исследование возможностей использования арт-терапии как средства эмоционального развития дошкольников включало в себя 3 этапа.

*Констатирующий этап* включал в себя подбор психодиагностического инструментария, соответствующего гипотезе исследования, проведение, обработку и интерпретацию результатов диагностики. Для проверки гипотезы использовались следующий психодиагностический инструментарий:

- 1) методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А.);
- 2) методика «Изучение осознания своих эмоций» (Урунтаева Г.А.);
- 3) методика В.М. Минаевой «Диагностика эмоциональной сферы ребенка».

В данных констатирующего этапа экспериментального исследования были зафиксированы следующие особенности эмоциональной сферы детей дошкольного возраста: низкий уровень использования мимики и пантомимики при демонстрации эмоций; низкий уровень выразительности речи; низкий уровень понимания эмоциональных состояний других людей; низкий уровень понимания собственных эмоциональных состояний.

Данные результаты свидетельствовали о необходимости разработки и реализации коррекционно-развивающей работы, направленной на эмоциональное развитие лиц дошкольного возраста.

На *формирующем этапе эксперимента* на основе анализа полученных диагностических данных была разработана краткосрочная коррекционно-развивающая программа «Наши друзья - эмоции», предназначенная для эмоционального развития дошкольников. Программа

рассчитана на 1 месяц и включает 10 занятий. Периодичность – 2-3 занятия в неделю. Средняя продолжительность занятий – 30 минут.

Программа состоит из трех основных блоков с соответствующими целями.

*Личностный блок:* содействовать развитию умений дошкольников передавать свои эмоциональные состояния, решать проблемные ситуации.

*Эмоциональный блок:* создание условий для формирования навыков понимания эмоциональных состояний других людей.

*Когнитивный блок:* содействовать развитию умений осознания собственных эмоциональных состояний.

Реализация коррекционно-развивающей программы предполагала получение следующих результатов:

- нормализация уровня эмоциональной децентрации;
- развитие умений осознания собственных эмоциональных состояний.

По итогам проведения данной развивающей программы, согласно проведенным беседам с воспитателями и родителями были замечены определённые изменения в отношении к себе и окружающим.

На контрольном этапе эксперимента при помощи вышеперечисленных психодиагностических методик был проведен повторный замер показателей уровня эмоционального развития дошкольников. После чего результаты констатирующего и контрольного этапов исследования были сопоставлены при помощи метода математической статистики t-критерия Стьюдента.

По результатам статистической обработки данных методики «Диагностика эмоциональной сферы ребенка» (методика Минаевой В.М.) по шкале «Восприятие графического изображения эмоций» было выявлено статистически значимое различие, притом, что среднее значение выше по данным контрольного этапа. Это говорит о том, что использование арт-терапевтических методом может способствовать росту уровня восприятия

графического изображений эмоциональных состояний. Данный факт может объясняться тем, что в ходе занятий коррекционно-развивающей программы участники часто изображали эмоции на бумаге, а также знакомились с тем, как эти эмоции изображают другие дети («Создаем свою сказку», «Нарисуй героя», «Мой портрет в лучах солнца», «Рисуем настроение»). Это подтверждает положение гипотезы о том, что использование методов арт-терапии может способствовать эмоциональному развитию дошкольников.

Статистическая обработка результатов констатирующего и контрольного этапов по методикам «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке» (Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А.) и «Диагностика эмоциональной сферы ребенка» (Минаева В.М.) по шкалам «Понимание эмоционального состояния других людей» и «Понимание собственного эмоционального состояния» показала статистическую значимость на уровне тенденции, со более высоким средним значением у данных контрольного этапа. Это может говорить о том, что при более длительном арт-терапевтическом воздействии, а также при наличии более обширной выборки можно будет сделать вывод о том, что по итогам программы дошкольники лучше понимать, как свои собственные эмоциональные состояния, так и эмоциональные состояния других детей. Это можно объяснить тем, что в ходе программы большое количество упражнений («Чудесные конверты», «Преодолей свой страх», «Забавы ветра», «Все мы разные», «Опаздывающее зеркало», «Создаем свою сказку», «Импульс», «Гномы») были направлены на взаимодействие между участниками, передачу друг другу эмоционального опыта, описания собственных эмоциональных состояний и сопоставления с эмоциональным состоянием партнера. Это подтверждает положение гипотезы о том, что использование методов арт-терапии может способствовать эмоциональному развитию дошкольников.

Анализ полученных данных, показывает, что по результатам формирующего этапа экспериментального исследования у дошкольников повысился уровень понимания, как собственных эмоциональных состояний, так и эмоциональных состояний других людей.

Следовательно, гипотеза исследования нашла свое подтверждение по факту того, что использование методов арт-терапии может способствовать эмоциональному развитию дошкольников.

Выводы, полученные в результате исследования, вносят определенный вклад в развитие образовательного процесса в ДОО. Результаты исследования могут быть использованы воспитателями, психологами, в целях эмоционального развития старших дошкольников средствами арт-терапии.

### **Список литературы**

1. Гришина А.В. Экспериментальная модель развития эмоциональной направленности личности в процессе профессионального самоопределения студентов вуза (на примере исследования обучающихся техническим специальностям) [Электронный ресурс] // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. 2013. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/eksperimentalnaya-model-razvitiya-emotsionalnoy-napravlenosti-lichnosti-v-protssesse-professionalnogo-samoopredeleniya-studentov> (дата обращения: 08.02.2020).
2. Знаменская Н.В. Психологические критерии эмоционального развития детей дошкольного возраста // Актуальные проблемы психологического знания. 2014. № 2. С. 80-87.

### **References**

1. Grishina A.V. E`ksperimentalnaya model razvitiya emociionalnoj napravlenosti lichnosti v processe professionalnogo samoopredeleniya

studentov vuza (na primere issledovaniya obuchayushhixsya texnicheskim specialnostyam) [E`lektronnyj resurs] // Vestnik YuUrGU. Seriya: Psixologiya. 2013. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/eksperimentalnaya-model-razvitiya-emotsionalnoy-napravlenosti-lichnosti-v-protse-esse-professionalnogo-samopredeleniya-studentov> (data obrashheniya: 08.02.2020).

2. Znamenskaya N.V. Psixologicheskie kriterii emocional`nogo razvitiya detej doskolnogo vozrasta // Aktualnye problemy psixologicheskogo znaniya. 2014. № 2. S. 80-87.