

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА РЯЗАНИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САД № 107»

Адрес: 390042, г. Рязань, ул. Дачная, д.5, корп.2

Телефон: 33-00-78,

ОКПО 44891419 КПП 622901001

Тел./факс: 33-00-68

ИНН 6229024965 ОГРН 1026201084953

e-mail: www.detsad107ryazan@mail.ru

Экспериментальное исследование на тему:

**«Условия обеспечения эмоционального
благополучия детей**

младшего дошкольного возраста»

Людмила Григорьевна Шерстянова

педагог- психолог высшей квалификационной категории

Рязань 2021

Содержание

Введение

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

- 1.1. Основные подходы к понятию эмоционального благополучия личности в зарубежной и отечественной психологии
- 1.2. Особенности эмоционального развития дошкольника младшего возраста.
- 1.3. Условия обеспечения эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

- 2.1. Основные этапы, методы и методики исследования
- 2.2. Результаты констатирующего этапа эксперимента
- 2.3. Обработка и интерпретация результатов контрольного эксперимента.

Заключение

Список использованной литературы

Приложения

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность В Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования впервые на законодательном уровне обозначена очень важная задача: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Именно сейчас данная проблема обрела статус проблемы государственной важности.

Проблема создания условий эмоционального благополучия детей является одной из самых актуальных проблем современной психолого - педагогической науки, так как положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности и составляет основу психологического здоровья (Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин)

В детстве закладываются основы для эмоционального и психологического благополучия ребенка. Создание эмоционального благополучия и комфорта в условиях ДООУ оказывает влияние практически на все сферы психического развития: регуляцию поведения, когнитивную сферу, овладение ребенком средствами и способами взаимодействия с другими людьми, поведение в группе сверстников, усвоение и овладение им социальным опытом. Специальные исследования Л.И.Божович, Л.С. Выготского, А.В. Запорожца, А.И. Леонтьева, А.Р. Лурия свидетельствуют о том, что психическое развитие ребенка определяется его эмоциональным благополучием.

По данным мониторинга выпускника детского сада г Рязани число детей с высокой тревожностью составляет 18,85%, что выше допустимых норм ВОЗ. (Данные с научно – практической конференции социально - психологической службы образования г. Рязани) Анализ собственной деятельности показывает: многие дети испытывают стресс при поступлении в детский сад, а уровень тревожности детей 3-4-х лет настолько высокий, что можно говорить о шоке.

Помочь преодолеть трудности и делать это целесообразно, пока ребенок еще маленький, известно, что проблемы с возрастом обычно лишь усугубляются.

Анализ психолого - педагогической литературы по данной теме показал, что вклад в решение и изучение проблемы эмоционального благополучия внесли такие ученые, как Л.С. Выготский, А. Н. Леонтьев, А.В. Запорожец, Д.Б.Эльконин, Л.И.Божович, С. Л. Рубинштейн, тем не менее это направление относится к наиболее неразработанным областям дошкольного образования: это объясняется сложностью и принципиальным отличием психологии эмоций от других психологических проблем. Кроме того, практический аспект проблемы эмоционального благополучия не раскрыт. Современная практика испытывает острую потребность в программно - методическом обеспечении эмоционального развития: ограниченное количество разработок в этом направлении, а для младшего дошкольного возраста – отсутствие программ и пособий для их реализации.

Налицо противоречие между потребностью современной практики в разработке теоретических и практических подходов к обеспечению эмоционального благополучия младших дошкольников и их недостаточной проработанностью в имеющихся исследованиях, в связи с чем возникла острая необходимость в проведении данного исследования. Разработанная авторская программа по обеспечению эмоционального благополучия младших дошкольников была апробирована в ходе формирующего эксперимента.

Цель работы: экспериментально доказать эффективность данной программы на обеспечение эмоционального благополучия младших дошкольников.

Объект исследования: эмоциональное благополучие ребенка дошкольного возраста.

Предмет исследования: процесс обеспечения эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста.

Гипотезы:

1. Показатели эмоционального благополучия младших дошкольников связаны с показателями их тревожности и самооценки.

2. Реализация авторской программы, направленной на снижение уровня тревожности и повышение самооценки, будет способствовать обеспечению эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста.

Для достижения поставленной цели нами были поставлены следующие задачи:

- Проанализировать основные подходы к понятию эмоционального благополучия личности в зарубежной и отечественной психологии.
- Рассмотреть особенности эмоционального развития дошкольника младшего возраста.
- Описать условия для обеспечения эмоционального благополучия младших дошкольников.
- Разработать и реализовать программу экспериментального исследования эмоционального благополучия младших дошкольников.
- Сформулировать выводы по результатам исследования и разработать рекомендации.

Методологические основы: общие положения личностно - деятельностного подхода в педагогике и психологии (С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, И.А. Зимняя);

- основные концептуальные положения развития личности на различных этапах онтогенеза (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, В. С. Мухина, Л.И. Божович);

-идеи гуманной педагогики и психологии (К.Роджерс, А. Маслоу, Ш. Амонашвили);

-теория амплификации развития (А.В. Запорожец)

Методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, обобщение и систематизация данных, тестирование, наблюдение, эксперимент (лангитюдный).

Эмпирическая база. Исследование проводилось на базе МБДОУ «Детский сад №107» города Рязани. В исследовании приняли участие 84 испытуемых: 40 младших дошкольников, 40 родителей и 4 педагога.

Практическая значимость. Материалы исследования могут быть использованы в практической деятельности психологов и педагогов дошкольных учреждений, в лекционных курсах по психологическим дисциплинам в ходе профессиональной подготовки и повышения квалификации психологов и педагогов.

Апробация результатов исследования: Полученные в ходе эмпирического исследования данные, легли в основу профилактической программы, которая нашла свое внедрение на базе ДОУ № 107,104; 135;153; 158 г. Рязани;

Структура работы. Работа включает в себя: введение, 2 главы, заключения, списка использованных источников и приложения. Работа проиллюстрирована 14 рисунками и 23 таблицами. Объем работы без приложений 96 страниц, с приложениями - 144 страницы.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Основные подходы к понятию эмоционального благополучия личности в зарубежной и отечественной психологии

Рассмотрение понятия «эмоциональное благополучие» начнем с термина «благополучие». Благополучие и чувство благополучия весьма значимы для всего субъективного (внутреннего) мира личности. Понятие благополучия взято ВОЗ в качестве основного для определения здоровья (здоровье — состояние полного физического, умственного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов). По мнению экспертов ВОЗ, благополучие связано с реализацией физических, духовных и социальных потенций человека.

Субъективное благополучие как интегративный феномен Л.В. Куликов представляет в виде ряда составляющих. Социальное благополучие — это удовлетворенность индивида своим социальным статусом и состоянием общества; удовлетворенность межличностными связями и статусом в микросоциальном окружении. Духовное благополучие — это осознание и переживание смысла своей жизни; наличие веры — в Бога или в себя, в удачу на своем жизненном пути, в успех собственного дела. Физическое (телесное) благополучие — хорошее физическое самочувствие, ощущение здоровья, удовлетворяющий субъекта физический тонус. Материальное благополучие — удовлетворенность материальной стороной своего существования, стабильностью материального достатка. Психологическое благополучие (душевный комфорт) — это слаженность психических процессов и функций, гармония личности, ощущение целостности, внутреннего равновесия. Социальное благополучие, духовное благополучие, физическое благополучие и

психологическое благополучие тесно взаимосвязаны и влияют друг на друга [20].

А.Д.Кошелева, В.И.Перегида, О.А.Шаграева приводят следующие определения явлений, соотносимых с эмоциональным благополучием: «эмоциональное состояние» - особое состояние сознания, состояние субъективного эмоционального комфорта – дискомфорта (мне хорошо, мне плохо) как интегральные ощущения благополучия – неблагополучия в тех или иных подсистемах организма или всего организма. Авторы соотносят это понятие с «настроением», с «эмоциональным самочувствием» и понимают его как ощущение или переживание эмоционального комфорта – дискомфорта [13, 63].

Показателем оптимальности общего и психического развития расценивает эмоциональное благополучие Г.Г. Филиппова, которая раскрывает его структуру следующим образом, компонентами эмоционального благополучия являются:

- эмоция удовольствия – неудовольствия как содержание преимущественного фона настроения;
- переживание комфорта как отсутствия внешней угрозы и физического дискомфорта;
- переживание успеха – неуспеха в достижении целей;
- переживание комфорта в присутствии других людей и ситуациях взаимодействия с ними;
- переживание оценки другими результатов активности [31 ,45].

Первые представления об эмоциональном благополучии возникли в рамках классических подходов к изучению психологии личности. Психопатология считает, что развитие индивида определяется тем, как мать осуществляет заботу

о своем ребенке, насколько своевременно и качественно она удовлетворяет его биологические потребности. Нарушение эмоционального состояния происходит, если мать некачественно выполняет свои функции объекта влечения. Эмоциональное неблагополучие возникает тогда, когда невозможно немедленно устранить напряжение потребности или способы удовлетворения ее, предлагаемые родителями, не соответствуют способам, имеющимся у ребенка. 7

Отечественные психологи А.Я. Варга, М.В. Колоскова, О.В. Баженова, определяя эмоциональное благополучие как одну из сторон субъективного благополучия (или неблагополучия) конкретного человека, как чувство удовлетворенности жизнью, либо как комфортное эмоциональное состояние, связывают это эмоциональное явление с настроением и психическим состоянием в целом. Для психологии личности и психологии в целом особо существенно то, что переживание благополучия является важнейшей составной частью доминирующего настроения личности. Именно через настроение эмоциональное благополучие как интегративное, особо значимое переживание оказывает постоянное влияние на различные параметры психического состояния человека и, как следствие — на успешность поведения, продуктивность деятельности, эффективность межличностного взаимодействия и многие другие стороны внешней и внутренней активности личности. Личность является интегратором всей психической активности индивидуума. Влияние эмоционального благополучия на различные стороны психического состояния следует рассматривать как одну из реализаций функции интеграции личностью психических явлений [16].

Эмоциональное благополучие как эмоциональное явление, как элемент эмоциональной сферы зависит как от внешних, так и от внутренних факторов. Именно эмоциональные явления некоторые авторы считают источником такого загадочного явления — психической энергии. Виктор Васильевич Бойко пишет: «...Энергетика эмоций сопутствует разным проявлениям бытия людей:

рождению и смерти, здоровью и болезни, влюбленности и конфликтам, профессиональной деятельности и досугу. Энергия эмоций, не нашедшая выхода вовне, становится причиной мышечных зажимов, психического и соматического нездоровья и даже деформации личности» [3, 5].

Выявление условий, необходимых для эмоционального благополучия человека дает возможность не только управлять психической энергией, но и позволяет говорить о психическом и психологическом здоровье каждого из нас. Можно предположить, что именно эмоциональное благополучие будет являться одним из основных критериев психического здоровья человека, его личностного здоровья.

Благополучие предполагает гармонию с окружающим миром. А эмоции позволяют индивиду вступить в контакт с окружающей действительностью, воздействовать на нее. В.В. Бойко называет эмоции уникальным творением живой природы, наиболее универсально реализованном в человеке. Эмоции являются неотъемлемой частью энергетики человека [3,5].

Сущность личности, ее самосознание можно выразить в таких основных потребностях как самореализация, самоактуализация, самооценка, самовыражение, самосовершенствование, самоутверждение, самоуважение. Это потребности психически здоровой личности. Психически здоровая личность это личность способная к саморегуляции. Все процессы саморегуляции - это процессы, сочетающие рациональное и эмоциональное [8].

В психологии считается, что некогда психика всех живущих на Земле существ, и человека, была опосредована эмоциями. Сегодняшняя парадигма взаимодействия психики и среды больше определяется интеллектом. Современная парадигма проявления психического это связь эмоционального и интеллектуального, их единство. Поэтому совершенно неправомерно противопоставлять в человеке эмоциональное и рациональное. Это

соответствует понятиям «единство аффекта и интеллекта» по Выготскому, или по Рубинштейну, или «универсальность» эмоциональных явлений по Крюгеру [6, 31].

Психически здоровая личность "держит" под контролем свои эмоции, способна проявлять их в соответствии с общепринятыми нормами, в коммуникабельных формах, которые могут быть разными в различных культурах и подчиняются различным объективным факторам, например, климатические условия.

Деструктивные эмоции - это сигнал психического нездоровья. И хотя в психологии нет четкого ответа на вопрос, чем определяется психическое здоровье, в буддистских практиках есть четкие критерии для определения ментального и социального благополучия, а также набор практик для их достижения. Так в буддизме считается, что деструктивные эмоции мгновенно нарушают спокойствие, упорядоченность и равновесие ума [11, 286].

Некоторые авторы считают такие эмоциональные состояния как замкнутость, тревожность на ранних этапах онтогенеза ступенью инкубационного периода, предшествующего серьезному заболеванию, которое в конечном итоге обязательно проявлялось на другой стадии развития, иногда в период взросления [35].

Виктор Васильевич Бойко выделяет в эмоциональном поведении индивида стереотип эмоционального поведения, функциональный стереотип эмоционального поведения и дисфункциональный стереотип эмоционального поведения [3].

Стереотип эмоционального поведения определяется как совокупность устойчивых характеристик эмоций, которыми человек чаще всего отвечает на

внешние и внутренне значимые для него воздействия в соответствии со своей природой, состоянием здоровья и воспитанием.

Функциональный оказывает благотворное влияние на личность. Он помогает осуществлять выход положительных и отрицательных энергий вовне, способствует достижению внутреннего психологического комфорта.

Естественным способом энергетической разрядки могут быть состояния гипертимии и эйфории.

Гипертимия характеризуется веселым праздничным, жизнерадостным настроением с приливом бодрости, инициативы, оптимизма, ничем не омрачаемого переживания счастья. Отрицательные эмоции отсутствуют или нестойки и мимолетны.

Эйфория как беспечное, беззаботное, безмятежное настроение, в котором доминирует благодушие, пассивное переживание полного благополучия и отсутствие забот, довольство, поверхностное, наплевательское отношение к серьезным сторонам и явлениям жизни. Любой из этих способов может проявляться свободно и беспрепятственно, если не мешает окружающим и самой личности.

Если естественно сложившийся стереотип эмоционального поведения подвергается насилию, например, со стороны воспитателей, среды, он будет в диссонансе с натурой.

Появление дисфункционального стереотипа эмоционального поведения свидетельствует о конфликте между естеством эмоций и социальными условиями их проявления. Он не способствует достижению физического и психологического комфорта. Дисфункциональный стереотип может конкурировать с функциональным. Так, эмоции, не нашедшие выхода, вредят здоровью личности.

Виктор Васильевич Бойко пишет о психической энергии разных знаков и считает, что поведенческими признаками личности, обладающей положительной энергией будут: эйфорическая активность, миролюбие, синергетический коммуникативный стиль, позитивная коммуникативная установка, высокая толерантность, "горячий" интеллектуальный настрой, резонирование как эмоциональный настрой, мягкая сигнальная экспрессия, доверчивость, доброжелательность.

Рассмотрим эти поведенческие признаки. Эйфорическая активность - это возможность относится к мелким неприятностям с юмором, это способность преобразовывать нейтральные и негативные психические состояния в положительные. В сфере эмоций будут проявляться: открытость положительных эмоций, нескрываемый оптимизм, умение радоваться, веселиться, способность во многих вещах видеть приятное, когда жизненные трудности стимулируют отдачу и активность.

Миролюбие - это психологическая стратегия защиты субъектной реальности, предполагающая партнерство и сотрудничество, готовность жертвовать некоторыми своими интересами во имя сохранения своего достоинства. Ведущую роль в этой стратегии играет интеллект и характер. Синергетический коммуникативный стиль общения ведет к эффективной совместной деятельности с другими и дает возможность добиваться успехов в профессиональной и других жизненных сферах.

Позитивная установка к людям - качество, помогающее работать в постоянном контакте с другими.

Высокая коммуникативная толерантность предполагает уравновешенность, предсказуемость и совместимость с очень разными людьми.

Эмоциональное резонирование - способность личности откликаться на различные эмоциональные состояния партнеров, предполагает эмоциональную отзывчивость и возможность быстро и легко «настраиваться» на любую эмоциональную волну окружающих.

Для человека с мягкой экспрессией характерно соответствие общепринятым нормам, уместность в данных обстоятельствах и коммуникабельность.

Сенсорная доверчивость предполагает эмоциональную отзывчивость, любопытство, стремление получать информацию и способность извлекать из нее полезное.

Доброжелательность характеризует личность, направленную на добро, отзывчивую, способную жертвовать своими интересами ради других.

Одни авторы делают акцент на рассмотрении состава и содержания эмоционального благополучия как компонента субъективного благополучия (Л.В. Куликов); другие как особое состояние сознания, состояние позитивного эмоционального комфорта-дискомфорта человека (А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда, О.А. Шаграева).

В анализе эмоционального благополучия значительное внимание авторы уделяют проблеме социально-психологической адаптированности личности, рассматривают ее как способность гибко приспосабливаться к условиям социальной практики (адаптация к детскому саду, школе, производственному коллективу [20]).

Переживание психологического благополучия, по мнению А.В. Ворониной, является существенным условием реализации возможностей человека, его личностный рост. Различая понятия «психологическое благополучие», «психическое здоровье», «психологическое здоровье», автор

подчеркивает, что именно первое отражает целостность личности, его гармонию с самим собой.

Эмоциональное благополучие предполагает, что у каждого человека помимо внутреннего пространства существуют внешние связи с окружающим миром.

Чтобы не задохнуться в личном пространстве, необходимо вкладывать свои способности, жизненные силы и любознательность в отношения с другими людьми, в отношения с миром в целом. Ничто не изнуряет и не надоедает больше, чем существование в замкнутом пространстве эмоций. Наслаждаться музыкой, восхищаться пейзажем, со вкусом обедать, смеяться, подобные чувственные удовольствия вызывают ощущение благополучия, полноты жизни.

Особенности деятельности нашего современника таковы, что постоянно растет количество его проблем. Это: стрессы, психическая напряженность, гиподинамия, взаимонепонимание и недостаток самовыражения. Современная психология должна помочь человеку направлять свои эмоции так, чтобы человек был благополучен и здоров.

Рассматривая субъективное благополучие и психологическое благополучие как синонимы, западные авторы заменяют ими такое понятие как «счастье», так как счастье определяется как состояние высшей удовлетворенности жизнью [29, 106].

Толкование благополучия и его структуры в работах таких зарубежных авторов, как Э. Динер и Н. Брэдберн близко к пониманию субъективного благополучия, которое было предложено в концепции Л.В. Куликова. Субъективное благополучие, по мнению Э. Динер, включает в себя три основных компонента: удовлетворение, приятные эмоции и неприятные эмоции, Автор понимает субъективное благополучие как переживание счастья и

удовлетворенности жизнью. Из этого следует, что человек имеет высокий уровень субъективного благополучия, если, в большинстве случаев, он удовлетворен жизнью, испытывает сильные, интенсивные положительные эмоции, не переживает дистресса, депрессии, тревоги, других отрицательных эмоций [23, 141].

Так основатель гуманистической психологии Абрахам Маслоу связывает эмоциональное благополучие с потребностью в безопасности. В его иерархии потребностей человека выделяется потребность в безопасности. Удовлетворение потребности в безопасности продуцирует чувство благополучия. Для его удовлетворения очень важным условием является стабильное окружение [17].

Таким образом, попытки определить и операционализировать понятие эмоциональное благополучие предпринимались разными исследователями в рамках различных психологических школ, но до сих пор не удается обобщить различные подходы в понимании этого понятия. Чаще эмоциональное благополучие представляют как эмоциональный компонент субъективно переживаемого психологического благополучия.

Феномен «психологическое благополучие» рассматривается западными учеными как два основных течения: гедонистическое и эвдемонистическое.

К гедонистическим теориям ученые относят все те учения, где благополучие описывается главным образом в терминах удовлетворённости – неудовлетворённости, строится на балансе позитивного и негативного аффектов (концепции Н. Брэдбёрна и Э. Динера).

Эвдемонистическое понимание данной проблемы строится на том постулате, что личностный рост – главный и самый необходимый аспект благополучия. Такой подход характерен для взглядов А. Вотермена, А.А. Кроника [19, 141].

Здесь счастье понимается как форма переживания полноты бытия, связанного с самоосуществлением: «это переживание возникает в случае превращения мотивации человека к миру в бесконечно большую величину». Это теории позитивного психологического функционирования личности (теории А. Маслоу, К. Роджерса Г. Олпорта, Э. Эриксона, Б. Ньюгартена, М. Ягоды, Д. Биррена) [33].

Мы понимаем эмоциональное благополучие как один из обобщенных и важных показателей психического здоровья личности. Считаем, что эмоциональное благополучие определяется как степень реализованности позитивного Современной психологической практике нужны не просто инструменты для борьбы с симптомами эмоциональных страданий при тех или иных психиатрических заболеваниях, а психологические инструменты, способствующие эмоциональному процветанию.

Психологи практики пользуются определением, согласно которому, психологическое (психическое) здоровье характеризуется эмоциональным благополучием, сравнительной свободой от тревожности и других симптомов некомпетентности, а так же способностью устанавливать конструктивные отношения и отвечать на каждодневные требования жизни.

Говоря о личности, мы рассматриваем ее как некий орган в структуре психики индивида, ответственный за принятие решений и их последствия.

Отсюда становится ясно, что личностью не рождаются, ею становятся. Сама проблема воспитания личности связана с определенной последовательностью возникновения структуры психики индивида. Отношения, в которые компонентов, качественное своеобразие которых влияет как на адаптацию, так и в конкретные жизненные периоды опосредует качество жизни человека. Если провести аналогию с культурно-исторической концепцией развития высших психических функций Л.С.Выготского, центральным

образованием, определяющим всецело психологического здоровье дошкольника можно считать его эмоциональное благополучие.

Эмоциональное благополучие как компонент психологического здоровья предусматривает удовлетворение потребности в общении, установлении доброжелательных взаимоотношений в семье, между детьми и воспитателями в учебно-воспитательных учреждениях, создание благоприятного микроклимата в группах.

Отрицательные эмоциональные состояния понижают жизненный тонус личности и являются причиной возникновения эмоциональной отстраненности человека, характеризующейся разрывом межличностных отношений личности. Наиболее сильный и важный источник переживаний ребенка – его взаимоотношения с другими ему внимание, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. Обычно в этих условиях у ребенка преобладает бодрое, жизнерадостное настроение. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

Согласно исследованиям ученых Л.А. Абрамян, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной «эмоциональное благополучие» можно определить как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных.

А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда, И.Ю. Ильина, Г.А. Свердлова, Е.. Арнаутова определяют эмоциональное благополучие как устойчиво-положительное, комфортно - эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой отношения ребенка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную сферу, эмоционально-волевую, стиль переживания стрессовых ситуаций отношение со сверстниками [18]. Под эмоциональным благополучием

Г.А. Урунтаевой понимается чувство уверенности, защищенности, способствующие нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям [30].

Выделяют следующие основные показатели эмоционального благополучия:

1. Уровень отношения ребенка к самому себе, сверстникам, взрослым.
2. Общий эмоциональный тонус.
3. Способность ребенка определять эмоциональное состояние другого.
4. Уровень сопереживания, сочувствия, который ребенок демонстрирует в вербальном и невербальном плане. [30].

Эмоциональное благополучие (неблагополучие) – это субъективная характеристика для качественной оценки эмоционального состояния человека. Показателями эмоционального благополучия человека являются нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных ситуациях. Данный психологический феномен определяется массой разнообразных факторов: физическим самочувствием, психологическим климатом в семье, самооценкой ребенка, его взаимоотношениям в группе ДОУ, отношением воспитателя, особенностями воспитательной среды и др. Однако положение в группе сверстников недостаточный показатель эмоционального благополучия ребенка. Для определения эмоционального благополучия важны показатели тревожности ребенка, которые говорят о нарушениях в эмоциональном развитии. Негативные социальные эмоции, которые зачастую испытывает ребенок в различных жизненных ситуациях, могут быть обусловлены именно неприятием и отчужденностью со стороны

ближайшего окружения. Комплексы подобных негативных эмоций и эмоциональных состояний, например как тревожность, образуют основу эмоционального неблагополучия личности. Эмоциональное неблагополучие – это такое проявление эмоций, которое мешает человеку в повседневной его жизни. Среди основных причин, вызывающих эмоциональное неблагополучие, можно выделить неправильное воспитание детей с самого раннего возраста.

Итак, подведем итоги, эмоциональное благополучие в психологической науке рассматривается как компонент психологического здоровья в дошкольном возрасте, так как от эмоций, которые чаще всего испытывает и проявляет ребенок, зависит успешность его взаимодействия с окружающими его людьми, а значит, и успешность его социального развития. Именно эмоциональное благополучие дошкольника является тем ресурсным проявлением личности, которое раскрывает ее самодостаточность, способность адекватно воспринимать себя и окружающих.

Вывод: таковы на сегодняшний день основные подходы, в русле которых проводится исследование эмоционального благополучия. На основании имеющихся подходов и описания эмоционального благополучия можно сделать вывод, что оно представляет собой многомерное явление, которое определяет эмоциональное самочувствие, является показателем успешности эмоциональной регуляции человека, а также неразрывно связано с его психологическим благополучием.

В современной культуре эмоциональное благополучие является одной из целей жизнедеятельности, а также условием достижения других задач.

Стремление к эмоциональной гармонии характерно для всей жизни человека, но в каждый период образ эмоционального благополучия наполняется конкретным содержанием.

Возрастающее количество исследований в области эмоциональных состояний показывают значимость и необходимость эмоционального комфорта для человека на разных этапах онтогенеза.

Именно эмоциональное благополучие является наиболее емким понятием для определения успешности развития ребенка.

1.2 Особенности эмоционального развития ребенка младшего дошкольного возраста.

Эмоциональная сфера является важной составляющей в развитии дошкольников, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств также является важным моментом в становлении личности растущего человека. [13].

С.Л.Рубинштейн считал, что эмоциональное развитие - это развитие умственных и волевых процессов, формирующиеся на протяжении детства, в результате овладения ребенком опытом предшествующих поколений и усвоения вырабатываемых обществом нравственных норм, идеалов [27,37].

А.Н.Леонтьев под эмоциональным развитием понимал целенаправленный педагогический процесс, тесно связанный с личностным развитием детей, с процессом их социализации и творческой самореализации, введением в мир культуры межличностных отношений, усвоением культурных ценностей.

Развитие эмоций неразрывно связано с развитием личности в целом [21,110].

Эмоциональное развитие дошкольника связано, прежде всего, с появлением у него новых интересов, мотивов и потребностей. Важнейшим изменением в мотивационной сфере выступает возникновение общественных мотивов, уже не обусловленных достижением узколичных,

целей. К изменениям в эмоциональной сфере приводит установление иерархии мотивов. Выделение основного мотива, которому подчинена целая система других, стимулирует устойчивые и глубокие переживания. Причем они относятся не к ближайшим, сиюминутным, а достаточно отдаленным результатам деятельности. То есть эмоциональные переживания теперь вызываются не тем фактом, который непосредственно воспринимается, а глубоким внутренним смыслом, который этот факт приобретает в связи с ведущим мотивом деятельности ребенка. Чувства теряют ситуативность, становятся более глубокими по смысловому содержанию, возникают в ответ на предлагаемые мысленные обстоятельства [35,621].

Младший возраст - важнейший период в развитии дошкольника. Педагоги обращают внимание на кризис трех лет, когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремлении настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления малышу большей самостоятельности и обогащении его деятельности новым содержанием.

Важно понять, что характерное для ребенка третьего года жизни требование «я сам», прежде всего, отражает появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень его возможностей.

Поэтому задача взрослого - поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать веру ребенка в собственные силы. Главное - помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности.

Стремление к самостоятельности формируется в опыте сотрудничества со взрослыми. В совместной деятельности ребенок осваивает способы и приемы действий, знакомится с примером поведения и отношения, учится

самостоятельно действовать с учетом растущих возможностей и стремится добиться лучшего результата.

Базисной характеристикой этого возрастного этапа является неустойчивость.

Нервная система малыша еще незрелая, при воздействии неблагоприятных внешних и внутренних факторов, может привести к различным отклонениям в психическом развитии. Ребенок быстро утомляется, пресыщается, занимаясь одной и той же деятельностью, важно чередовать разные виды деятельности.

Положительные эмоции у ребенка младшего дошкольного возраста развиваются постепенно через игру и исследовательское поведение. Первоначально у малыша возникает удовлетворение в момент получения желаемого результата. В этом случае эмоции удовлетворения принадлежит поощряющая роль. Вторая ступень - функциональная. Играющему ребенку доставляет радость уже не только результат, но и сам процесс деятельности. Удовольствие теперь связано не с окончанием процесса, а с его содержанием. На третьей ступени появляется предвосхищение удовольствия. Эмоция в этом случае возникает в начале игровой деятельности, и ни результат действия, ни само выполнение не является центральным в переживании ребенка. У детей младшего дошкольного возраста рано появляется сочувствие и сострадание. У дошкольника формируется эмоциональное предвосхищение, которое заставляет его переживать по поводу возможных результатов деятельности, предвидеть реакцию других людей на его поступки.

Таким образом, постепенно дошкольник начинает предвидеть не только интеллектуальные, но и эмоциональные результаты своей деятельности. Именно в дошкольном возрасте ребенок осваивает высшие формы экспрессии - выражение чувств с помощью интонации, мимики, пантомимы, что помогает ему понять переживания другого человека, "открыть" их для себя. С одной стороны развитие эмоций обусловлено появлением новых мотивов и их

соподчинением, а с другой - эмоциональное предвосхищение обеспечивает это соподчинение.

Другой характерной особенностью проявления чувств в этом возрасте является их аффективный характер. Эмоциональные составляющие у детей в этом возрасте возникают внезапно, протекают бурно, но столь же быстро и исчезают.

Эмоциональные реакции на положительную и отрицательную сторону поступков взрослых у малыша неустойчивы. Он может уступить, но только под влиянием взрослого или из симпатии и сочувствия к кому-либо. Психические процессы делятся на познавательные, эмоциональные и волевые [12].

Деление это условно, так как психика условна и все психические явления в ней взаимосвязаны. Эмоции воздействуют на все компоненты познания: на ощущение, восприятие, воображение, память и мышление. Эмоциональный тон присутствует уже в ощущениях, которые могут быть приятны и неприятны. Влияние эмоций сказывается на восприятии: для радостного человека все вокруг приятно, раздраженный замечает в предмете своего гнева лишь то, что усиливает его раздражение. Положительные эмоции усиливают мотивацию, в то время как отрицательные ее отнимают.

Делая вывод, нужно отметить, что развивать, корректировать эмоциональную сферу дошкольников возможно на учебных занятиях в дошкольных учреждениях, но данные занятия очень специфичны.

Дошкольный возраст - это яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. Именно в этот период начинается процесс социализации, устанавливается связь ребенка с ведущими сферами бытия: миром людей, природы, предметным миром. Происходит приобщение к культуре, к общечеловеческим ценностям. Закладывается фундамент здоровья. Дошкольное детство — время первоначально становления личности, формирования основ самосознания и индивидуальности ребенка [9].

В дошкольном возрасте процесс познания у ребенка происходит эмоционально-практическим путем. Каждый дошкольник - маленький исследователь, с радостью и удивлением открывающий для себя окружающий мир. Ребенок стремится к активной деятельности, и важно не дать этому стремлению угаснуть, способствовать его дальнейшему развитию. Чем полнее и разнообразнее детская деятельность, чем более она значима для ребенка и отвечает его природе, тем успешнее идет его развитие, реализуются потенциальные возможности и первые творческие проявления.

Взрослый должен поощрять познавательную активность ребенка, развивать стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств, предметов. Вместе с детьми взрослый переживает чувства удивления, радости познания мира, своими вопросами побуждает к новым открытиям.

На протяжении младшего дошкольного возраста развивается интерес к общению со сверстниками, открываются новые возможности для воспитания у детей доброжелательного отношения к окружающим, эмоциональной отзывчивости, без которых невозможно правильное социальное развитие. Для того чтобы ребенок мог учитывать в своем поведении чувства и интересы других людей, он должен сначала научиться переживать близким людям - родителям, воспитателю, сверстникам.

Кризис 3-х лет – граница между ранним и дошкольным детством – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. По Д.Б. Эльконину, это разрушение, пересмотр старой системы социальных отношений, кризис выделения своего «я». Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения [12].

Изменение позиции ребенка, возрастание его самостоятельности и активности требуют от близких взрослых своевременной перестройки. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребенка возникают собственно кризисные явления, проявляющиеся в отношениях со взрослыми (и никогда со

сверстниками). Л.С. Выготский описывает 7 характеристик кризиса 3-х лет. [10, 983].

Первая - негативизм.

Ребенок дает негативную реакцию не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого. Он не делает что-то только потому, что это предложил ему определенный взрослый человек. Негативизм избирателен: ребенок игнорирует требования одного взрослого, а с другим достаточно послушен. Главный мотив действия сделать наоборот, прямо противоположное, что ему сказали. Негативизм- кризисное явление, которое должно исчезнуть со временем. Но то, что ребенок в три года получает возможность действовать не под влиянием любого случайно возникшего желания, а поступать, исходя из других, более сложных и стабильных мотивов, является важным завоеванием в его развитии.

Вторая характеристика возраста 3-х лет - упрямство. Упрямство - не настойчивость, с которой ребенок добивается желаемого. Упрямый ребенок настаивает на том, чего ему не так уж сильно против конкретного взрослого, а против всей сложившейся системы отношений в раннем детстве.

В переходный период может появиться строптивость, направленная не против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых в семье норм воспитания.

Ярко проявляется тенденция к самостоятельности: ребенок хочет все делать и решать сам. Это положительное явление, но во время кризиса гипертрофированная тенденция к самостоятельности приводит к своеволию, она часто неадекватна возможностям ребенка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.

У ребенка может появиться деспотизм. Он жестко проявляет свою власть над окружающими его взрослыми.

Интересная характеристика кризиса 3-х лет, которая будет присуща всем последующим переходным периодам, - обесценивание. Что обесценивается в

глазах ребенка? То, что было привычно, интересно, дорого раньше. Трехлетний ребенок может начать ругаться (обесцениваются старые правила поведения), отбросить и даже сломать игрушку, предложенную не во время (обесцениваются старые привязанности к вещам).

Все эти явления свидетельствуют о том, что у ребенка изменяется отношение к другим людям и к самому себе. Он психологически отдаляется от взрослых.

Таким образом, учеными – психологами доказано, что эмоции оказывают большое влияние на развитие психических процессов ребенка. Дети 3-4 лет - это в первую очередь «деятели», а не наблюдатели. Опыт активной разнообразной деятельности составляет их интересную жизнь [9].

К трем годам эмоциональное развитие ребенка достигает такого уровня, что ребенок может вести себя образцово. То, что дети способны к так называемому «хорошему» поведению, еще не значит, что оно постоянно будет таким.

Развитие эмоций и чувств ребенка связано с определенными социальными ситуациями. Нарушение привычной ситуации (изменение режима, уклада жизни ребенка) может привести к появлению аффективных реакций, а также страха.

1.3 Условия обеспечения эмоционального благополучия младших дошкольников.

Словарь русского языка Ожегова дает следующее определение данного понятия:

Условие – обстоятельство, от которого что- либо зависит, обстановка, в которой что- либо происходит, требования, из которых следует исходить

[26, 685].

Философский словарь определяет «Условие как философскую категорию, выражающую отношение предмета к окружающим его явлениям, без которых он существовать не может... условие составляет ту среду, обстановку, в которой последние возникают, существуют и развиваются» [32,497].

В психолого - педагогической литературе под условиями понимается совокупность предпосылок внешней и внутренней среды, вероятно влияющих на развитие конкретного психологического явления, причем это влияние опосредовано активностью самой личности, группы людей. Вся совокупность условий может быть разделена на 2 категории: внешние или средовые условия, то есть направленные на личность извне, и внутренние условия, исходящие от самой личности: степени активности личности, ее способностей.

Для обеспечения эмоционального благополучия дошкольника необходимо:

- Безусловное принятие каждого ребенка взрослым для развития у него жизненно важного чувства безопасности и уверенности в себе, в собственных силах;
- Позитивность окружающей детей обстановки;
- Равенство в отношениях между взрослым и ребенком;
- Гибкий, личностно - ориентированный подход, отказ от любых «ярлыков»;
- Учет психических и личностных особенностей ребенка;
- Создание условий для раскрытия личной индивидуальности воспитанников, раннего выявления их творческих возможностей и способностей, своевременный мониторинг, поощрение даже небольших достижений у ребенка и его стремления к самостоятельности;

- Внимательное отношение и чуткая реакция на возможные детские проблемы, тревоги и страхи;
- Тактичное общение с ребенком для совместной переработки чрез волнующие его впечатления (часто негативные) с целью их постоянного уменьшения и преодоления, а также повышения самооценки.
- В соответствии с ФГОС должны быть обеспечены следующие психолого – педагогические условия:
- Уважение взрослых к человеческому достоинству детей;
- Формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- Использовать в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;
- Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности ребенка и учитывающие социальную ситуацию его развития;
- Поддержка взрослыми положительного отношения детей друг к другу и взаимодействия друг с другом в разных видах деятельности;
- Поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности и общения;
- Возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников в совместной деятельности и общения; защита детей от всех форм физиологического и психического насилия

Вывод по первой главе:

В первой главе проанализированы основные концептуальные позиции относительно психологической природы и сущности эмоционального благополучия. Анализ литературных источников показал, что существует многообразие взглядов на проблему эмоционального благополучия личности, и в рамках различных подходов предлагаются различные индикаторы для оценки данного понятия.

В настоящее время проблема эмоционального благополучия личности наиболее детально изучается по трем направлениям: социально – психологическому, психоаналитическому и психофизиологическому [16].

Стремление к эмоциональной гармонии характерно для всей жизни человека, но в каждый период образ эмоционального благополучия наполняется конкретным содержанием [14].

Возрастающее количество исследований в области эмоциональных состояний показывают значимость и необходимость эмоционального комфорта для человека на разных этапах онтогенеза.

Эмоциональное благополучие ребенка расценивается как показатель оптимальности его психического развития и психического здоровья.

Также в первой главе рассмотрены психологические особенности эмоционального развития и условия обеспечения эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста.

Глава 2. Экспериментальное исследование эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста.

2.1. Основные этапы, методы и методики исследования

Существует много подходов к исследованию эмоционального благополучия младших дошкольников. Мы опирались на следующие положения.

1. Согласно исследованиям Л.А. Абрамян, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной, «эмоциональное благополучие» можно определить как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических так и социальных.

2. А. Д. Кошелева, В.И. Перегуда, И. Г. Ильина, Г.А. Свердлова, Е.П. Арнаутова определяют эмоциональное благополучие как устойчиво-положительное, комфортно- эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой отношения ребенка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную сферу, эмоционально- волевую, стиль переживаний ситуации стресса, отношения со сверстниками.

3. Н. Авдеева, О. Князева, Р. Стеркина трактуют эмоциональное благополучие через создание благоприятной атмосферы, характеризующейся взаимным доверием и благожелательным общением [31, 6]. Эмоциональное благополучие рассматривается в контексте процесс становления личности в детском возрасте.

Экспериментальное исследование проводилось в несколько этапов.

На предварительном этапе исследования обсудили с администрацией и педагогами план исследования, утвердили программу эксперимента на педагогическом совете. Проинформировали родителей о проведении

эксперимента и получили согласие с их стороны. На данном этапе был осуществлен подбор методов и методик исследования.

Констатирующий этап продолжался с августа по сентябрь 2012 года и был посвящен сбору фактического материала.

Экспериментальная работа была организована на базе вторых младших групп МБДОУ « Детский сад №107» города Рязани. Выборку исследования составили 40 детей младшего дошкольного возраста, среди которых 20 мальчиков и 20 девочек. В соответствии с поставленной целью исследования выборка разделилась на 2 группы: 1) экспериментальную, (ЭГ) - численностью 20 человек, средний возраст 3 года; мальчиков 10, девочек 10; 2) контрольную группу (КГ) в количестве 20 человек-10 мальчиков, 10 девочек; средний возраст 3 года. Однородность контрольной и экспериментальной группы устанавливалась с помощью математико-статистического анализа (критерия Мана-Уитни и углового критерия Фишера).

Задачи: 1) подобрать методики для диагностики эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста;

2) подобрать адекватные критерии и показатели уровня эмоционального благополучия;

3) определить исходный уровень эмоционального благополучия младших дошкольников и сделать выводы.

Предмет диагностики эмоционального благополучия определяется его содержанием, которое может быть дифференцировано по различным критериям в соответствии с научно – теоретическим подходом к психодиагностической деятельности [4, 69].

Х. Айзенк, Дж.Вольпе, А. Бандура считали основной характеристикой эмоциональной сферы с точки зрения поведенческого подхода особенность

ситуативного реагирования субъекта в различных эмоциональных ситуациях. Данный факт определяет как показатели эмоциональной сферы (ситуативность, реактивность, стиль эмоционального реагирования), так и диагностические программы, дифференцирующие наблюдение за поведением ребенка в естественных условиях и в моделирующих ситуациях [5,65].

Возрастные особенности психодиагностики детей определяются подбором диагностических методов и средств, включая тесты и методики.

И. П. Воропаев считает основным принципом подбора адекватных для детей психодиагностических средств - адаптированность стимульных материалов, процедуры и критериев интерпретации [28].

Диагностика для возрастной категории младшего дошкольного возраста определяется возрастной модификацией тестов и методик. В некоторых случаях стимульный материал и процедурный ход тестов и методик является универсальным для детей и взрослых, но возрастные границы детей от 3-х до 7-ми и от 7-ми до 11 лет удерживаются отдельными модификациями всех психодиагностических средств.

В соответствии с группами показателей эмоциональной сферы дошкольников можно выделить **3 группы адекватных для них средств: стандартизированные (тесты, опросники, самоотчеты), проективные (тесты и методики), возрастного соответствия (методики).**

Фактический материал был собран с помощью следующих методик:

На основе анализа психолого - педагогической литературы и опыта работы с дошкольниками младшего возраста, с учетом критериев оценки эмоционального состояния ребенка А. С. Белкиной, были определены следующие **показатели** эмоционального благополучия дошкольников трех - четырех лет, которые отражены в таблице 1.

Таблица 1

Показатели уровня эмоционального благополучия

Показатели	Уровни эмоционального благополучия		
	Недостаточный	Допустимый	Оптимальный
Активность	Пассивный, эмоционально в деятельность не вовлекается.	Включается в игру только после побуждения, лишь некоторые действия вызывают неярко выраженное удовольствие	Проявляет активное участие в играх с детьми, легко вовлекается в совместную деятельность.
Положительный эмоциональный фон	Находится в угнетенном, подавленном настроении.	Неустойчивое, переменчивое настроение.	Жизнерадостное, бодрое, оптимистичное настроение
Тревожность	высокая	средняя	Низкая
Коммуникация со взрослым	Не вступает в контакт, не использует мимику и пластику движений.	Часто сомневается в своих силах при условиях внешней помощи и поддержки.	Не сомневается в своих силах, смело приступает к новой деятельности.

Самооценка	Низкая	средняя	высокая
-------------------	--------	---------	---------

Уверенность	Не уверенный	Часто не уверенный	Уверенный
Коммуникация со сверстниками	На предложение не отвечает, конфликтен, враждебен, нет навыков совместной деятельности	Проявляет избирательную доброжелательность, иногда заботлив по отношению к тем, кого выбрал.	Сам проявляет интерес в контактах со сверстниками, стремится к общению.

Повышенный уровень тревожности может свидетельствовать о недостаточной эмоциональной приспособленности ребенка к тем или иным социальным ситуациям. Выявление уровня тревожности позволяет оценить внутреннее отношение ребенка к определенному типу ситуаций и дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду.

Диагностика уровня тревожности ребенка позволяет скорректировать поведение для того, чтобы не травмировать ребенка и при необходимости провести коррекционную работу с целью формирования эмоционального благополучия личности [1].

1. Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение

(шкала Р.Сирса.)

Мы провели диагностику уровня тревожности детей по программе наблюдения, разработанной на основе шкалы тревожности Р.Сирса,

использовали следующую схему наблюдения: сначала выделили следующие единицы наблюдения (проявления тревожности)

1. Часто напряжен, скован.
2. Часто грызет ногти.
3. Сосет палец.
4. Легко пугается.
5. Сверхчувствителен.
6. Плаксив.
7. Часто агрессивен.
8. Обидчив.
9. Нетерпелив, не может ждать.
10. Легко краснеет, бледнеет.
11. Имеет трудности в сосредоточении, особенно в экстремальной ситуации.
12. Суетлив, много лишних жестов.
13. Потеют руки.
14. При непосредственном общении с трудом включается в работу.
15. Чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает на вопросы.

Обработка результатов:

- 1-4 признака - слабая тревожность;
- 5-6 признаков - выраженная тревожность;
- 7- признаков и больше – высокая тревожность;

Фиксация данных наблюдений происходила следующим образом. В течение 2-3 дней мы наблюдали за детьми в различных видах деятельности (в игре, на занятиях и т.д.) и заносили результаты в специальный лист наблюдений (*Приложение 1*).

В течение дня отмечалось наличие или отсутствие данного признака в поведении ребенка знаками "+" или "-". Каждый отдельно взятый признак не является свидетельством выраженной тревожности. Необходимо суммировать количество наблюдаемых признаков и сделать вывод исходя из следующей интерпретации:

- наличие 18 – 36 (более 50%) признаков говорит о высокой тревожности,
- 7 – 17 (20-50%) - о тревожности среднего уровня,
- 0 – 6 (менее 20%) - о низкой тревожности.

Дополнительно анализировались данные по наблюдениям в различных видах деятельности.

Результаты наблюдений обобщены в таблице 2.

2. Тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амена

Для повышения объективности исследования мы использовали проективный «Тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, который помогает определить общий уровень тревожности ребенка.

Эта методика позволяет выявить тревожность по отношению к ряду типичных для ребенка жизненных ситуаций взаимодействия с другими людьми, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени.

Психодиагностический материал включает в себя серию картинок (14 рисунков размером 8,5 x 11 см), каждая из которых представляет некоторую типичную для дошкольника жизненную ситуацию. Каждая картинка выполнена в двух вариантах – для мальчиков и девочек.

Двусмысленность картинок имеет проективную нагрузку. Какой смысл придает ребенок именно этой картинке, указывает на типичное для него эмоциональное состояние в подобной жизненной ситуации (*Приложение 2*)

Инструкция. «Художник нарисовал картинки, но забыл нарисовать лицо. Посмотри, что здесь происходит, и скажи (или покажи), какое бы ты подставил личико – веселое или грустное.

Ответы ребенка заносятся в Бланк ответов. При этом можно использовать любой вариант шифровки. Например:

«+» - веселое

«-» - грустное или «1» - веселое

«2» - грустное и пр.

Дети не обязаны объяснять, почему они выбирают то или иное лицо. Даже если ребенок выбирает веселое личико для картинке, на которой на мальчика (девочку) замахиваются стулом, - не возражайте.

Мы предупредили детей, что в этом задании нет правильных или неправильных ответов, и каждый решает так, как ему хочется. Нельзя объяснять ребенку то, что происходит на картинке, нельзя «подводить» его к ответу. Можно лишь периодически просить ребенка, чтобы он внимательнее смотрел на то, что происходит на картинке.

Во избежание персеверативных выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются. Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка заносятся в протокол (*Приложение 3*). Затем протоколы каждого ребенка подвергаются количественному и качественному анализу.

Количественный анализ состоит в следующем. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (ИТ), который равен

выраженному в процентах отношению числа эмоционально-негативных выборов к общему числу рисунков.

По индексу тревожности дети в возрасте от 3,5 лет до 7 лет условно могут быть разделены на три группы:

1. Высокий уровень тревожности: ИТ по величине больше 50%.

2. Средний уровень тревожности: ИТ находится в пределах от 20% до 50%.

3. Низкий уровень тревожности: ИТ находится в пределах от 50%

В ходе **качественного** анализа каждый ответ ребёнка (второй столбец протокола) анализируется отдельно. На основе такого анализа делаются выводы относительно эмоционального опыта общения ребёнка с окружающими людьми и того следа, который этот опыт оставил в душе ребёнка.

Особенно высоким проективным значением обладают рисунки: 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»).

Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего будут обладать наивысшим ИТ.

Дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рисунках: 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»).

Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок-взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих

повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»).

После обработки и интерпретации данных удалось выявить группу дошкольников с высоким и средним уровнем тревожности и их процентное соотношение (табл.4).

В соответствии с данными научных исследований о взаимосвязи уровня самооценки и тревожности, мы провели исследование самооценки детей по методике «Какой Я».

3 Методика самооценки "Какой Я?" Р.С. Немова [22,143].

Эта методика предназначена для определения самооценки ребёнка-дошкольника, наличия у него некоторых качеств личности. Экспериментатор, пользуясь представленным протоколом, (*Приложение 4*) спрашивает у ребёнка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребёнком самому себе, проставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы.

Оценка результатов:

Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов. Ответы типа «не знаю» и также ответы типа «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Самооценка ребёнка определяется по общей сумме баллов, набранной им по всем качествам личности.

10 баллов - очень высокий;

8-9 баллов – высокий;

4-7 баллов - средний

2- 3 балла – низкий;

0- 1 балл - очень низкий.

Результаты представлены в таблице 9.

3. Методика диагностики уровня эмоционального благополучия «Опросный лист Н. Артюховой и А. М. Щетининой.

Предлагаемый опросный лист предназначен для выявления особенностей эмоционального состояния ребенка. Он также позволяет определить, благополучен или неблагополучен ребенок в эмоциональном плане. Родителям предлагалось ответить на вопросы. (*Приложение 5*).

Результаты показаны в таблице 12.

На втором этапе – констатирующем этапе эксперимента – осуществлялась качественная и количественная обработка полученных результатов с применением математико-статистического анализа. Использовались непараметрические критерии Манна-Уитни и угловой коэффициент Фишера.

На этом этапе были сформированы контрольная и экспериментальная группы.

Однородность состава их групп определялась с помощью критериев:

U – критерий Манна-Уитни.

Назначение критерия.

Критерий предназначен для оценки различий между *двумя выборками по уровню* какого-либо признака, количественно измеренного. Он позволяет выявлять различия между *малыми* выборками, когда n_1 и n_2 больше или равны 3 (либо $n_1 = 2$, а n_2 тогда больше или равно 5).

Описание критерия.

Метод определяет, достаточно ли мала зона пересекающихся значений между двумя рядами. Чем меньше эта область, тем более вероятно, что различия достоверны. Эмпирическое (фактически полученное) значение критерия U отражает то, насколько велика зона совпадения между рядами. Чем меньше $U_{\text{эмп.}}$, тем более вероятно, что различия достоверны.

Угловой критерий Фишера

Критерий φ^* — угловое преобразование Фишера.

Критерий Фишера предназначен для сопоставления двух выборок по частоте встречаемости интересующего исследователя эффекта.

Критерий оценивает достоверность различий между процентными долями двух выборок, в которых зарегистрирован интересующий нас эффект.

Суть углового преобразования Фишера состоит в переводе процентных долей в величины центрального угла, который измеряется в радианах. Большей процентной доле будет соответствовать больший угол φ , а меньшей доле — меньший угол, но соотношения здесь не линейные:

$$\varphi = 2 \arcsin(\sqrt{P}), (12.1)$$

где P — процентная доля, выраженная в долях единицы (см. рис. 12.1).

При увеличении расхождения между углами φ_1 и φ_2 и увеличении численности выборок значение критерия возрастает. Чем больше величина φ^* , тем более вероятно, что различия достоверны.

На третьем – формирующем этапе эксперимента – была реализована профилактически - развивающая программа «Как Колобок друзей искал»

- Формирующий этап эксперимента - октябрь 2012 г. – март 2013г., включал в себя проведение занятий для детей 3-4 лет по программе "Как Колобок друзей искал" по оптимизации эмоционального благополучия. А также проведение мероприятий (родительские собрания, детско-родительские встречи, беседы и т.п.) для родителей и педагогов.

Программа направлена на профилактику возникновения эмоционального дискомфорта у детей и создание благоприятной атмосферы.

Необходимым условием эффективности программы является активное участие в ней родителей и педагогов. В соответствии с этим требованием программа реализовывалась в трех направлениях (блоках): работа с детьми; работа с педагогами и работа с родителями.

Программа для детей 3-4 лет «Как Колобок друзей искал»

Цель: Создание и внедрение системы психологического сопровождения, обеспечивающей эмоциональное благополучие детей 3-4 лет.

Задачи:

создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие для каждого ребенка;

учить детей передавать заданные эмоциональные состояния;

способствовать снятию психоэмоционального напряжения;

уменьшить тревожность; повысить самооценку.

Принципы программы: принцип единства деятельности и сознания; единство аффекта и интеллекта; принцип общения как диалога; принцип «здесь и теперь»; принцип партнерства.

Виды детской деятельности: социализация личности ребёнка, коммуникативная, игровая, чтение художественной литературы, двигательная, продуктивная.

Целевая группа: дети 3-4 лет (2 младшая группа).

Количество участников: 8-10 детей.

Курс: Цикл рассчитан на 3 месяца и состоит из 12 игровых занятий и более (по необходимости). Игровые занятия проводятся 1 раз в неделю. Начинать рекомендуется с сентября месяца.

Продолжительность игровых занятий: 15 минут.

1-2 занятия (знакомство) – вводят детей в игровую ситуацию и знакомят со сказкой «Как Колобок друзей искал».

3-8 занятия – направлены на знакомство детей с базовыми эмоциями: «радость», «грусть», «страх», «стыд», «злость»; моральными чувствами

9-12 – закрепление детьми положительного опыта общения, умений различать и выражать знакомые эмоции.

- **Блок 1. Работа с детьми.**

Методические рекомендации.

Работа по формированию эмоционального благополучия детей дошкольного возраста рассчитана на 1 год и предусматривает проведение профилактического - развивающих занятий по следующей программе:

«Как Колобок друзей искал» (для детей 3-4 лет)

Программа носит профилактическо-развивающий характер и проводится в игровой форме в виде игр-путешествий с Колобком и его друзьями.

Принципы проведения занятий:

- доступность и наглядность;
- учёт возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- психологическая поддержка;
- системность и интегративность подачи материала, его профилактический и развивающий характер;
- наличие обратной связи на занятии;
- активность участников занятий.

Методы:

- игровые (сюрпризный момент, дидактические, подвижные, музыкальные и пальчиковые игры).
- наглядные (использование картинок, пиктограмм, мягких и театральных игрушек)

Структура занятий. *(Приложение 6)*

Каждое занятие включает в себя:

1. Приветствие.

Цель: снятие эмоционального напряжения у детей, установление контакта, развитие элементарных коммуникативных навыков.

2. Введение в игровую ситуацию (сюрпризный момент, путешествие с героем).

Цель: повышение игровой мотивации.

3. Беседа (чтение сказок, стихотворений).

4. Пластико-мимические этюды (элементы психогимнастики, физминутки, мимическая гимнастика и др.).

5. Пальчиковая гимнастика (массаж пальцев рук)

6. Рисование (релаксация).

7. Прощание.

Подбор игр и их вариативность.

В программе использованы разные виды игр:

1. Игры и упражнения для сплочения группы, создания положительного эмоционального настроения: «Доброе утро!», «Здравствуйте, я Зайчик», «Здравствуй», «Скажи комплимент другу» и др.

2. Игры на развитие эмоционально-волевой сферы: [15].

- игры, направленные на развитие умения различать эмоциональные состояния: «Лото настроений», «Кубик эмоций»; «Угадай настроение» и др.
- игры, направленные на снижение мышечного и эмоционального напряжения: «Солнечный зайчик», «Тихий час для котят», «Тучка», пластико-мимические этюды, динамические паузы и др.;
- игры, направленные на формирование уверенного поведения, повышение самооценки: «Конкурс «Боюсек», этюд «Смелый Колобок» и др.

3. Игры на развитие физической сферы ребёнка:

- игры на развитие двигательной активности (коллективные и индивидуальные), физминутки, динамические паузы: «Дети и волк», «Колобок, Колобок тоненькие ножки», «Зайчик», «Мишка косолапый» и др.;
- игры на развитие мелкой моторики: «Солнце», «В зоопарке», «Колобок», «Зайка серенький», «Ослик», «Ёжик» и др.

Важно, что на занятии ребёнок может играть в разные виды игр, так как это способствует всестороннему развитию его личности. Все игры подобраны в соответствии с возрастными особенностями детей, сменой видов деятельности, что даёт ребёнку возможность снять излишнее эмоциональное

и мышечное напряжение. Использование игр на развитие физической сферы (подвижные, хороводные, пальчиковые игры, динамические паузы) способствуют психомоторному благополучию ребёнка, помогают формировать веру в свои силы и желание активно взаимодействовать с окружающим миром [15,24].

Основные материалы для занятий:

- музыкальный центр с подборкой музыки разного характера – медленная, быстрая, звуки природы (например: диски «Волшебные голоса природы», «Малыш в лесу», «Колыбельная для малыша», «Классика для малышей в современной обработке» и др.);
- иллюстративный материал, фланелеграф (магнитная доска);
- резиновые, мягкие и перчаточные игрушки;
- материал для творчества: раскраски, бумага, цветные карандаши, восковые мелки, краски (гуашь и акварель), кисти;
- настольно-печатные игры: «Лото настроений», «Зоопарк настроений», «Кубик эмоций»;
- тексты пальчиковой гимнастики;
- тексты психологических сказок, рассказов, стихотворений.

Организация пространства.

Занятия проводятся в достаточно просторном помещении (группе, кабинете, спортивном или музыкальном зале) с учётом всех санитарно-гигиенических требований. Игровое пространство организуется в зависимости от содержания и тематики занятия (на ковре, в кругу, за столами и т.д.). Используются разные формы организации детей: подгрупповые, индивидуальные. Для успешного проведения занятий психолог должен

предварительно подготовить весь раздаточный и демонстрационный материал, включая и музыкальное сопровождение.

Рекомендации по проведению:

- Вся программа построена на едином игровом сюжете, и направлена на сохранение эмоционального благополучия детей.
- Данная программа предусматривает активное участие и сотрудничество психолога, воспитателей, родителей.
- Психолог является непосредственным и активным участником совместной деятельности с детьми, заражает детей своими положительными эмоциями, вызывает желание принять участие в игре.
- В процессе практической работы допустимо, как сокращение количества игр, так и внесение различных дополнений, в соответствии с возрастом, состоянием, потребностями и индивидуальными особенностями детей, а также от условий и особенностей конкретного детского сада.
- Полезно рекомендовать воспитателям и родителям поиграть с детьми в те же игры.
- Размещать детей 3-4 лет лучше всего по кругу или «парашютиком», что даёт возможность ведущему держать в поле внимания всю группу, а детям хорошо его видеть.
- **Блок 2. Работа с родителями.**
Содержание работы заключается в оказании родителям психологической помощи, ориентированной на индивидуальную и групповую работу. Первый шаг — налаживание контакта с родителями. Затем родители становятся активными участниками программы.

1.Первичная встреча на которой родители знакомятся с целями и задачами программы, понятием «эмоциональное благополучие», выполняют тренинговые задания. *(Приложение 7)*

2.Детско-родительска встреча (совместная игровая деятельность детей, родителей и педагогов). *(Приложение 8)*

3.Итоговая встреча, на которой обобщают и анализируют полученные результаты работы, даются рекомендации по развитию эмоционального благополучия детей в детском саду и дома. *(Приложение 9)*

Четвертый - контрольный этап эксперимента – был посвящен повторной диагностике

На пятом, завершающем этапе эксперимента были сформулированы выводы и разработаны рекомендации.

2.2. Результаты констатирующего этапа эксперимента.

В ходе обработки количественных данных первоначальной диагностики мы получили результаты наблюдений с помощью методики (шкалы) Р. Сирса, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2

Показатели тревожности по шкале Р. Сирса

№ п/п	Испытуем.	Деятельнос в режимные моменты	Организованн деятельность	Неорганизов деятельность	Вывод Общий балл
		Количество	Количество	Количество	

		проявлений		проявлений		проявлений		
1.	Боря А.	12		12		12		36 высокий
2.	Алеша А.	12		13		11		36 высокий
3.	Никита А.	13		12		11		36 высокий
4.	Соня А.	2		2		1		5 низкий
5.	Алеша Б.	10		14		10		34 высокий
6	Оля Б.	2		2		2		6 низкий
7.	Даша В.	10	4	12	7	10		532 высокий 16 средний
8.	Полина С.	4		8		5		17 средний
9.	Митя Л.	10		10		10		30 высокий
10.	Антон С.	12		10		6		28 высокий
11.	Лара С.	0		1		0		1 низкий
12.	Дима С.	9		9		7		26 высокий
13.	Настя В.	5		5		5		15средний
14.	Маша Ф.	3		5		5		13 средний

15.	Катя С.	2		3		2		7 средний
16.	Дима К.	7		9		8		24 высокий
17.	Тая Ж.	3		6		2		11 средний

18.	Вова У.	8	10	4	22 высокий
19.	Рина П.	3	5	1	9 средний
20.	Ямир С.	8	8	4	20 высокий
Среднее по ЭГ					408

По ходу проведения методики наблюдали следующие изменения: дети с высоким уровнем тревожности проявляли беспокойство, нервозность, грызли ногти, сосали палец, были напряжены и скованны.

Дети со средним уровнем тревожности - признаки, свойственные высоко тревожным детям, проявляли в меньшей степени - у них потели ладошки, учащалось дыхание.

Дети с низким уровнем тревожности вели себя спокойно, дружелюбно, малыши активно шли на контакт.

Таблица 3

21.	Рома Р.	12	12	11	35 высокий
22.	Вера М.	11	12	12	35 высокий
23.	Ульяна Ф.	10	13	12	35 высокий
24.	Ульяна Щ.	3	4	1	8 средний
25.	Моника П.	4	5	3	12 сред
					Показатели тревожности

					по шкале Р, Сирс ний
26.	Максим З.	13	12	4	29 высокий
27.	Настя В.	1	2	1	4 низкий
28.	Ирина М.	5	4	1	10 средний
29.	Настя Н.	5	5	4	14 средний
30.	Варя Е.	5	9	2	16 средний
31.	Вова З.	10	10	7	27 высокий
32.	Вова К.	11	12	10	33 высокий
33.	Ваня Д.	9	9	7	25 высокий
34.	Ваня С.	12	12	7	31 высокий
35.	Миша Б.	6	10	7	23 высокий
36.	Лиза С.	1	0	1	2 низкий
37.	Лиля П.	1	1	1	3 низкий
38.	Дима Б.	6	6	6	18 высокий
39.	Миша Э.	5	9	7	21 высокий
40.	Вадим В.	7	8	4	19 высокий
Среднее по КГ				401	

В контрольной группе детей с высокой тревожностью -12 человек; со средней тревожностью 5 человек, с низким уровнем тревожности – 3 человека. (60%; 25% и 5% соответственно).

В основном дети переживают тревожность, вызванную стрессовыми ситуациями (укладывание спать, точное выполнение требований взрослых, агрессия со стороны других детей, наказание и др.).

Обобщив все данные по методике Р. Сирса, отразили их в таблице 4:

Таблица 4

Показатели уровня тревожности по результатам наблюдений

Группы	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
Экспериментальная группа	м. 10	50 %	0	0 %	0	0%
	д. 1	5%	6	30%	3	15%
Контрольная группа	м.10	50%	0	0%	0	0%
	д. 2	10%	5	25%	3	15%

Таким образом, по результатам наблюдений выяснилось:

В экспериментальной группе с высокой тревожностью **11 детей (55%)**; со средней тревожностью – **6 детей (30%)**; с низкой тревожностью – **3 ребенка (15%)**.

В контрольной группе с высокой тревожностью -12 человек(60%); со средней тревожностью- 5человек (25%); с низкой тревожностью- 3ребенка (15%).

Данные по уровню тревожности, полученные в результате обследования, имеют практически равную степень выраженности как в экспериментальной, так и в контрольной группе.

Для установления однородности контрольной и экспериментальной групп использовался критерий **U Манна - Уитни**.

Гипотеза: подтвердим **Но**.

Но: дети экспериментальной группы не превосходят детей контрольной группы по уровню тревожности.

Сначала проведем ранжирование. (*Приложение 10*)

Общая сумма рангов: $R = 1+2+3+N = 403+417=820$. Расчетная сумма рангов = $N \times (N+1) / 2$ (N - общее количество наблюдений) = $40 \times (40+1) / 2 = 820$. Равенство сумм соблюдено. Определяем $U_{\text{эмп}} = n_1 \cdot n_2 + n_x (n_x + 1) - T_x$;

$U_{\text{эмп}} = (20 \cdot 20) + 20 (20 + 1) / 2 = 400 + 210 - 413 = 197$. $U_{\text{эмп}} = (20 \cdot 20) + 20 (20+1) / 2 - 407 = 203$. Для сопоставления с критическими данными выбираем меньшее значение $U_{\text{эмп}} = 197$. По таблице определяем критические значения для $n_1 = 20$ и $n_2 = 20$.

$U_{\text{кр}} = 138$ ($p < 0.05$; $U_{\text{эмп}} > U_{\text{кр}}$. **Но** принимается.

Существенных различий между детьми экспериментальной и контрольной групп по уровню тревожности нет. Гипотеза подтвердилась.

Далее мы провели обследование выборки по тесту тревожности Теммпла, Дорки, Амена.

Таблица 5

Показатели тревожности по тесту Темпла, Дорки, Амена.

№ п/ п	Испытуем.	Кол-во отрицат. выборов	Уровень тревожно сти ИТ	№ п/ п	Испытуем.	Кол- во отрицат. выборов	Уровень тревожно сти ИТ
1.	Боря А.	13	92,8%; В	9.	Митя Л.	11	78,5%; В
2.	Алеша А.	13	92,8%; В	10.	Антон С.	12	87%; В
3.	Никита А	13	92,8%; В	11.	Лара С.	1	7,1%; Н
4.	Соня А.	2	14,2%; Н	12.	Дима С.	10	71,4 %; В
5.	Алеша Б.	12	87%; В	13.	Настя В.	5	35,7%; С
6.	Оля Б.	1	7,1%; Н	14.	Маша Ф.	5	35,7 %; С
7.	Даша В.	12	87,%; В	15.	Катя С.	4	28,8%; С
8.	Поля С.	5	35,7%; С	16.	Дима К.	9	64,2%; В
17	Тая Ж.	4	28,8%;С	18.	Вова У.	9	64,2%; В
19	Рина П.	4	28,8%;С	20.	Ямир С.	8	57,1%; В
Среднее по ЭГ						7,6	

Экспериментальная группа (ЭГ)

Из таблицы видно, в ЭГ высокий индекс тревожности (ИТ)- у 11 детей (55%); средний индекс тревожности у 6 детей (30%); низкий индекс тревожности- у 3-х детей (15%)

Таблица 6

Показатели тревожности по тесту Теммл, Дорки, Амен

21.	Рома Р.	13	92,8%; В	31	Вова З.	12	87%; В
22.	Вера М.	13	92,8%; В	32	Вова К.	12	87 %; В
23.	Ульяна Ф.	13	92,8%; В	33	Ваня Д.	9	64,2%; В
24.	Ульяна Щ.	4	28,8%; С	34	Ваня С.	12	87%; В
25.	Моника П.	3	21,4%; С	35.	Миша Б.	9	64,2%; В
26.	Максим Л.	11	78,5%; В	36.	Лиза С.	1	7,1%; Н
27.	Настя В.	1	7,1%; Н	37.	Лиля П.	2	14,2 %; Н
28.	Ирина М.	3	21,4%; С	38.	Дима Б.	8	57,1%; В
29.	Настя Н.	4	28,8 %; С	39.	Миша Э.	8	57,1%; В
30.	Варя Е.	4	28,8%; С	40.	Вадим В.	8	57,1%; В
Среднее по КГ						7,5	

Контрольная группа

В контрольной группе высокий ИТ у 12 детей (60%); средний индекс тревожности у 5-ти детей(25%); низкий – у 3-х детей (15%).

В обеих группах анализ данных по тесту тревожности Тэммла, Дорки, Амена показал, что дети, делающие в ситуациях 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве», 14 («Еда в одиночестве») отрицательный эмоциональный выбор, обладают наивысшим ИТ.

Дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рисунках («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9

(«Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек») обладают высоким или средним ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»).

Значительно ниже уровень тревожности в тех рисунках, которые моделируют отношения ребенок-взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Ребенок с родителями»).

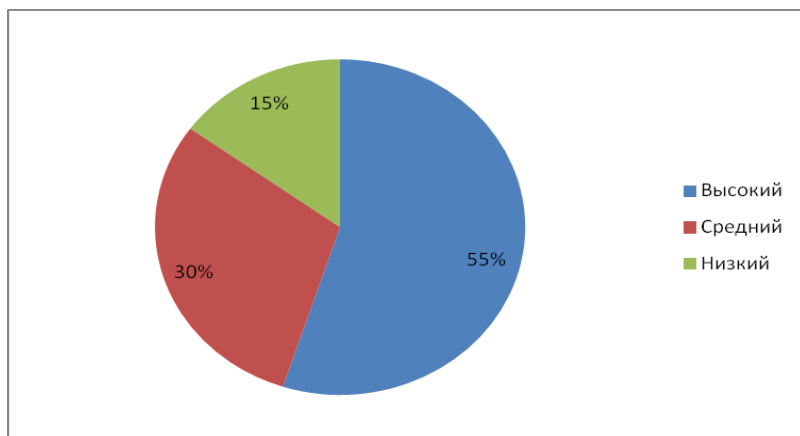
Обобщенные данные по результатам наблюдений и методикам диагностики тревожности детей обеих групп зафиксированы в таблице 7.

Таблица 7

Показатели уровня тревожности по тесту Теммла, Дорки, Амена

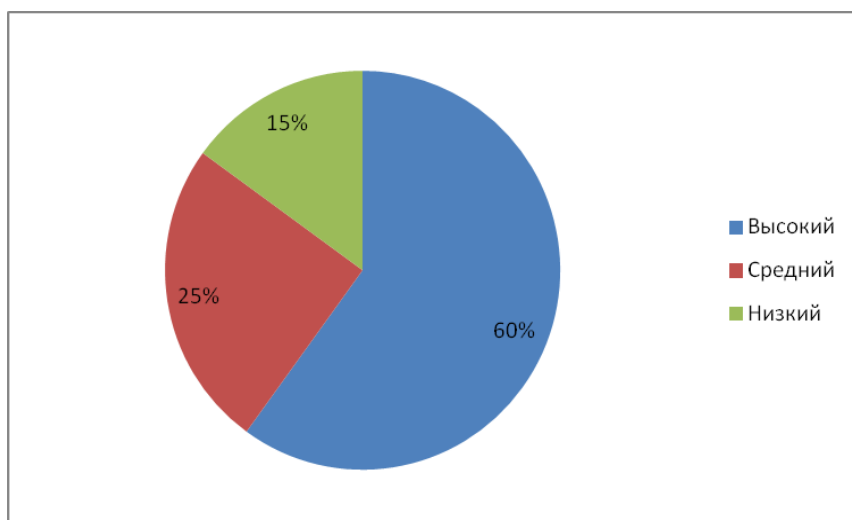
Группы	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
Экспериментальная	м. 10	50 %	0	0 %	0	0%
	д. 1	5%	6	30%	3	15%
Всего	11	55%	6	30%	3	15%
Контрольная	м. 10	50%	0	0 %		15 %
	д. 2	10%	5	25%	3	15%
Всего	12	60%	5	25%	3	15%

Показатели уровня тревожности детей ЭГ и отражены в рисунке 1.



1 рис. Показатели уровня тревожности в ЭГ (экспериментальной группе)

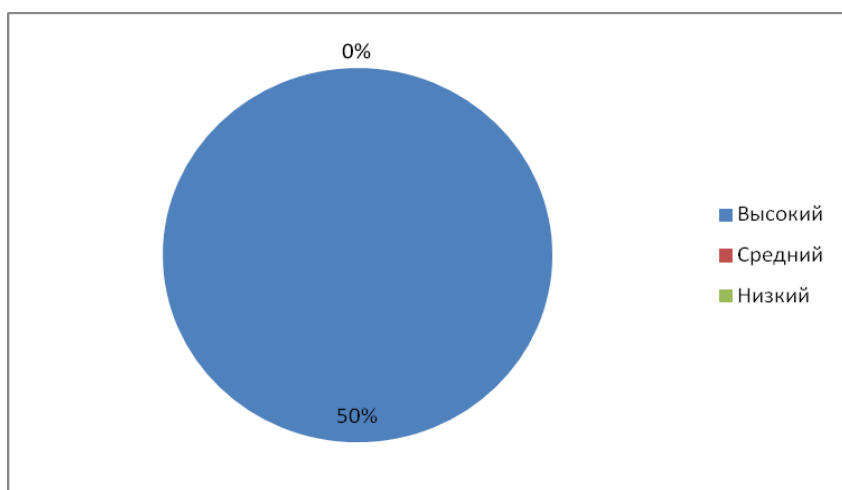
Показатели уровня тревожности детей КГ отражены в рисунке 2.



2 рис. Показатели уровня тревожности в КГ (контрольной группе).

По рисункам видно, что показатели тревожности в обеих группах имеют практически одинаковую степень выраженности, что подтверждено и расчетами математической статистики в таблице 8.

Показатели тревожности мальчиков и девочек отражены в рисунках 3 и 4.



3 рис. Показатели уровня тревожности мальчиков

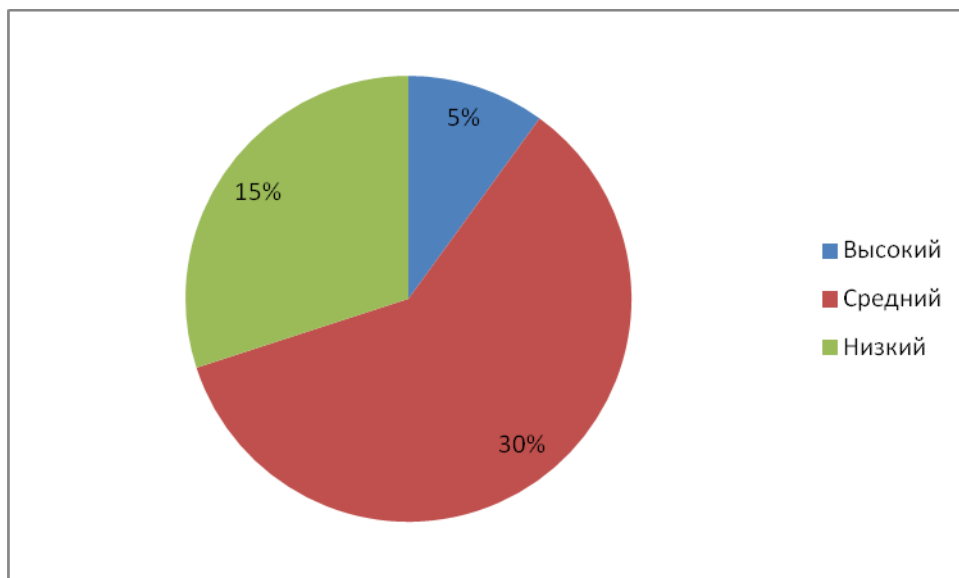


Рис.4 Показатели уровня тревожности девочек

Результаты автоматического расчета по угловому критерию Фишера

Гипотеза: дети экспериментальной группы по уровням тревожности существенно не отличаются от детей контрольной группы.

Таблица 8

Группы	«Есть эффект»	«Нет эффекта»	Суммы
Экспериментальная группа	8 (40%)	12 (60%)	20 (100%)
Контрольная группа	9 (45%)	11 (55%)	20 (100%)
Сумма	17	23	40

По таблице критических значений определяем, какому уровню значимости соответствует $\phi^*_{\text{эмп.}}$.

$$\phi^*_{\text{эмп.}} = 0,323 \qquad \phi^*_{\text{эмп.}} < \phi^*_{\text{кр}}$$

$$\phi^*_{\text{кр.}} = 1,64 \quad p \leq 0,05$$

$$\phi^*_{\text{кр.}} = 2,31 \quad p \leq 0,01$$

Полученное эмпирическое значение ϕ^* находится в зоне незначимости.

Принимается H_0

Анализ данных диагностики показывает, что среди детей с высоким уровнем тревожности доминирует ситуативная тревожность, это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию (адаптация к условиям детского сада), которая объективно вызывает беспокойство. Высокий

уровень тревожности детей объясняется недостаточной эмоциональной приспособленностью к новым условиям жизни.

Результатом тревожного воздействия может стать низкая самооценка ребенка.

Таблица 9

Показатели диагностики уровня самооценки по методике

Р.С Немова «Какой Я»

№ п/ п	Испытуем.	Сумма баллов	Тип самооценки	№ п/ п	Испытуем.	Сумма баллов	Тип самооценки
1.	Боря А.	3	Н	11.	Лара С.	8	В
2.	Алеша А.	2	Н	12.	Дима С.	6	С
3.	Никита А.	3	Н	13.	Настя В.	5	С
4.	Соня А.	8	В	14.	Маша Ф.	7	С
5.	Алеша Б.	2	Н	15.	Катя С.	9	В
6.	Оля Б.	8	В	16.	Дима К.	9	В
7.	Даша В.	3	Н	17.	Тая Ж.	7	С
8.	Поля С.	7	С	18.	Вова У.	3	Н
9.	Митя Л.	5	С	19.	Рина П.	5	С
10	Антон С.	3	Н	20.	Ямир С.	3	Н

Среднее по ЭГ					5,3	
----------------------	--	--	--	--	------------	--

Результаты обследования в экспериментальной группе:

с высокой самооценкой - **5 детей (1 мальчик и 4 девочки) 5% и 20%** соответственно;

со средней самооценкой - **7 детей (2 мальчика и 5 девочек) 10% и 25%** соответственно;

с низкой самооценкой - **8 детей (7 мальчиков и 1 девочка) 35% и 5%** соответственно.

Результаты обследования представлены в рисунке 5.

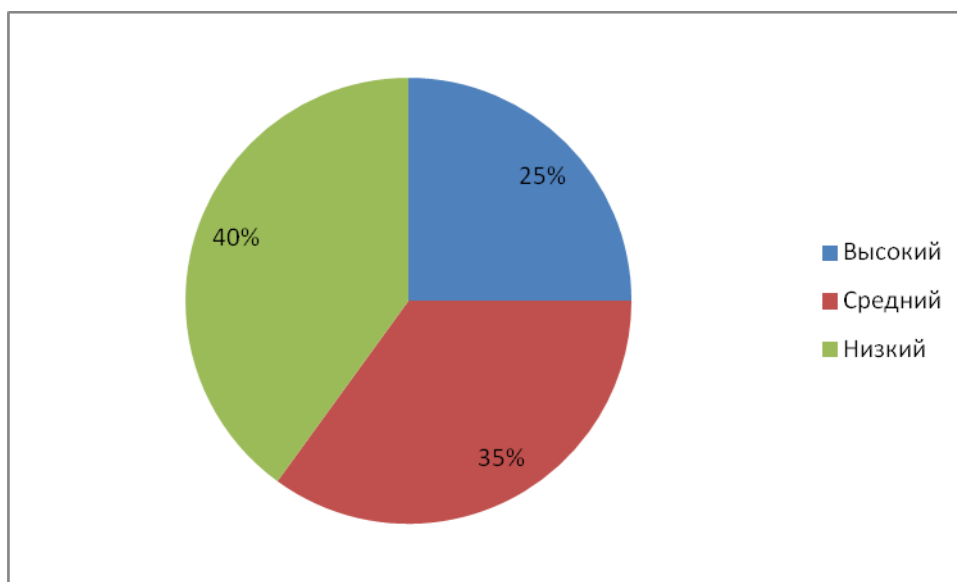


Рис. 5 Показатели самооценки у детей ЭГ

Таблица 10

Показатели диагностики уровня самооценки по методике

Р.С. Немова «Какой Я»

№ п/п	Испытуем.	Сумма баллов	Тип самооцен ки	№ п\п	Испытуем.	Сумма баллов	Тип самооце нки
21.	Рома Р.	3	Н	24.	Ульяна Щ.	9	В
22.	Вера М.	2	Н	25.	Моника С.	6	С
23.	Ульяна Ф.	3	Н	26.	Максим З.	3	Н
27.	Настя Н.	9	В	34.	Ваня С.	3	Н
28.	Ирина М.	8	В	35.	Миша Б.	7	С
29.	Настя В.	7	С	36.	Лиза С.	8	В
30.	Варя Е.	8	В	37.	Лиля П.	9	В
31.	Вова З.	2	Н	38.	Дима Б.	7	С
32.	Вова К.	3	Н	39.	Миша Э.	3	С
33.	Ваня Д.	2	Н	40.	Вадим В.	2	Н
Среднее по КГ						5,2	

По результатам обследования в контрольной группе:

с высокой самооценкой: **6 детей (0 мальчиков и 6 девочек) 0% и 30%** соответственно;

со средней самооценкой – **5 детей (3 мальчика и 2 девочки) 15% и 10%** соответственно;

с низкой самооценкой – **9 детей (9 мальчиков и 0 девочек) 45% 0%** соответственно.

Из научной литературы известно, что для дошкольников младшего возраста характерна высокая самооценка, а средняя и низкая могут говорить об отклонениях в эмоциональной сфере. Показатели самооценки детей контрольной группы отражены в рисунке 6.

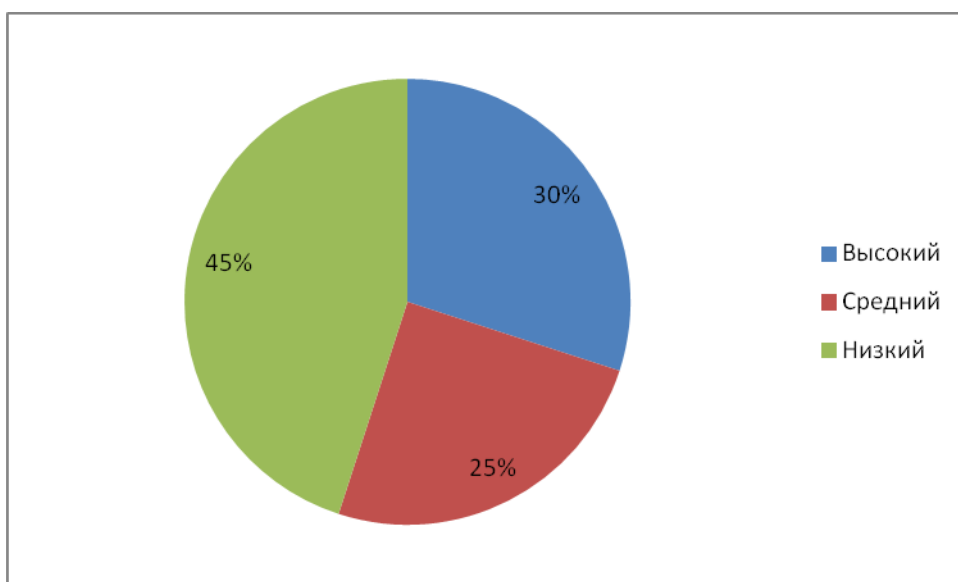


Рис. 6 Показатели самооценки у детей контрольной группы.

Автоматический расчет углового критерия Фишера:

Гипотеза: подтвердим H_0 – различие в уровне самооценки детей ЭГ и КГ незначимы.

Таблица 11

Группы	«Есть эффект»	«Нет эффекта»	Суммы
Экспериментальная группа	8 (40%)	12 (60%)	20 (100%)
Контрольная группа	9 (45%)	11 (55%)	20 (100%)

По таблице критических значений определяем, какому уровню значимости соответствует

$$\varphi^*_{\text{эмп.}} = 0,323 \quad \varphi^*_{\text{эмп.}} < \varphi^*_{\text{кр}}$$

$$\varphi^*_{\text{кр.}} = 1,64 \quad p \leq 0,05$$

$$\varphi^*_{\text{кр.}} = 2,31 \quad p \leq 0,01$$

Полученное эмпирическое значение φ^* находится в зоне незначимости.

Принимается H_0 .

Таблица 12

Результаты анкетирования родителей по уровню эмоционального благополучия. (Опросный лист Н. Артюховой и А. М. Щетининой).

№ п/ п	Испытуем.	Сумма баллов	Уровень ЭБ	№ п/ п	Испытуем.	Сумма баллов	Уровень ЭБ
1.	Боря А.	24	Н	11.	Лара С.	10	В
2.	Алеша А.	23	Н	12.	Дима С.	14	С
3.	Никита А.	22	Н	13.	Настя В.	15	С
4.	Соня А.	8	В	14.	Маша Ф.	16	С
5.	Алеша Б.	21	Н	15.	Катя С.	1	В
6.	Оля Б.	7	В	16.	Дима К.	19	Н
7.	Даша В.	24	Н	17.	Тая Ж.	18	С
9.	Митя Л.	23	Н	19.	Рина П.	5	В
10	Антон С.	17	С	20.	Ямир С.	20	Н
Среднее по ЭГ						15,1	

Данные диагностического обследования представлены в рисунке 7

Результат: с высоким уровнем - 6 детей (1 мальчик и 5 девочек) -5% и 25% соответственно;

со средним уровнем – **6 детей (2 мальчика и 4 девочки)-10% и 20%** соответственно;

с низким уровнем- **8 детей - (7 мальчиков и 1 девочка)- 35% и 5%** соответственно;

Результаты диагностического обследования родителей детей ЭГ представлены в рисунке 7.

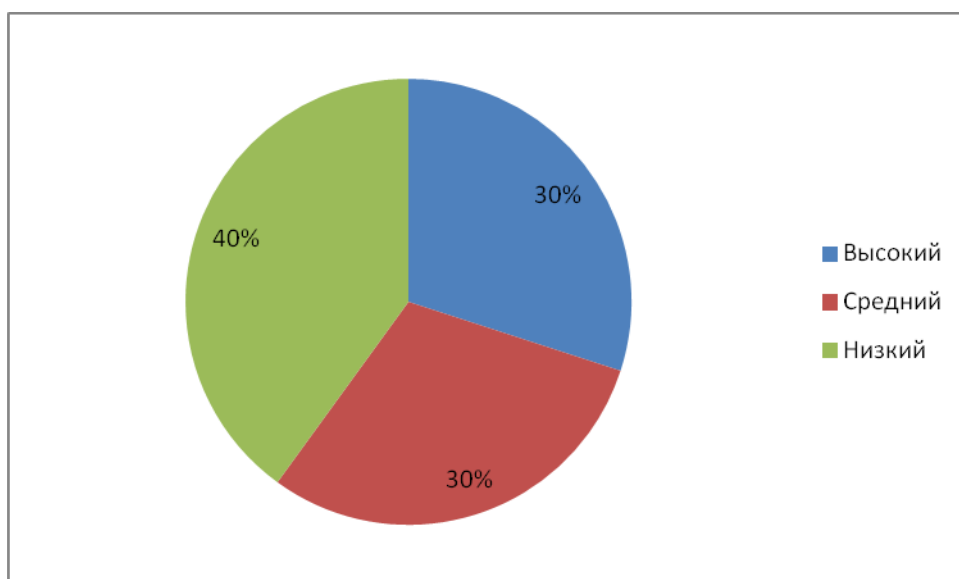


Рис. 7 Показатели эмоционального благополучия в ЭГ

Таблица 13

Показатели уровня эмоционального благополучия по методике:

(Опросный лист Н. Артюховой и А. М. Щетининой)

№ п/ п	Испытуем.	Сумма баллов	Уровень ЭБ	№ п/ п	Испытуем.	Сумма баллов	Уровень ЭБ
21	Рома Р.	23	Н	31.	Вова З.	22	Н
22	Вера М.	24	Н	32.	Вова К.	21	Н
23	Ульяна Ф.	23	Н	33.	Ваня Д.	20	Н
24	Ульяна Щ.	13	С	34.	Ваня С.	19	Н
25	Моника П.	14	С	35.	Миша Б.	16	С
26	Максим З.	15	С	36.	Лиза С.	6	В
27	Настя В.	17	С	37.	Лиля П.	11	В
28	Ирина М.	2	В	38.	Дима Б.	9	В
29	Настя Н.	18	С	39.	Миша Э.	12	В
30	Варя Е.	9	В	40.	Вадим В.	8	В
Среднее по КГ						15,1	

Результат:

с высоким уровнем: 7 детей (3 мальчика и 4 девочки) 15% и 20% соответственно;

со средним уровнем: 6 детей (2 мальчика и 4 девочки) 10% и 20% соответственно;

с низким уровнем- 7 детей (5 мальчиков и 2 девочки) 25% и 10 % соответственно.

Результаты диагностики родителей детей КГ по уровню эмоционального благополучия отражены в рисунке 8.

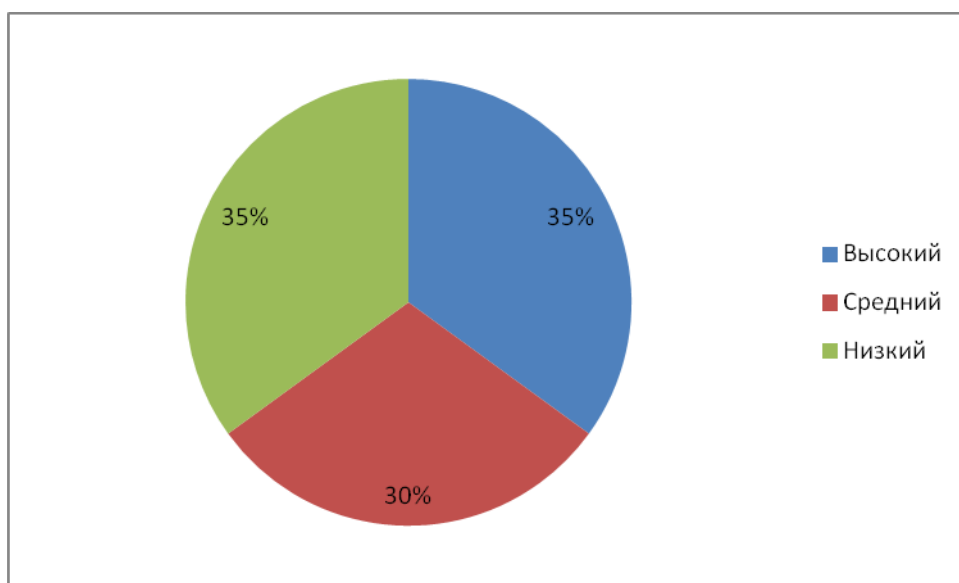


Рис. 8 Показатели уровня эмоционального благополучия в КГ

По мнению родителей с поступлением в детский сад многие дети испытывают эмоциональное неблагополучие, которое выражается в нервозности, повышенной тревожности, плаксивости.

Под эмоциональным благополучием дошкольников младшего возраста мы понимаем положительно окрашенное эмоциональное состояние ребенка, характеризующееся ощущением комфорта, защищенности, успешности, возникающим на основе удовлетворения его функциональных потребностей в безопасности, любви, самовыражении и общении.

На основании результатов обследования детей экспериментальной и контрольной групп по всем методикам составили сводную таблицу 14

Таблица 14

Показатели уровня эмоционального благополучия по всем методикам

№п/п	Испытуемые	Самооценка	Результат наблюдений	Тест тревожности	Уровень ЭБ
1	Боря А.	низкая	высокая	высокая	НД
2	Алеша А.	низкая	высокая	высокая	НД
3	Никита А.	низкая	высокая	высокая	НД
4	Соня А.	высокая	низкая	низкая	ОП
5	Алеша Б.	низкая	высокая	высокая	НД
6	Оля Б.	высокая	низкая	низкая	ОП
7	Даша В.	низкая	высокая	высокая	НД
8	Поля С.	средняя	средняя	средняя	Д
9	Митя Л.	низкая	высокая	высокая	НД
10	Антон С.	низкая	высокая	высокая	НД

11	Лара С.	высокая	низкая	низкая	ОП
12	Дима С.	низкая	высокая	высокая	НД
13	Настя В.	средняя	средняя	средняя	Д
14	Маша Ф.	средняя	средняя	средняя	Д
15	Катя С.	средняя	средняя	средняя	Д
16	Дима К.	низкая	высокая	высокая	НД
17	Тая Ж.	средняя	средняя	средняя	Д
18	Вова У.	низкая	высокая	высокая	НД
19	Рина П.	средняя	средняя	средняя	Д
20	Ямир С.	низкая	высокая	высокая	НД

Из таблицы видно, что в экспериментальной группе - с оптимальным уровнем эмоционального благополучия – 3 ребенка (20%); с допустимым – 5 детей (25%); с недостаточным – 11 детей (55%).

Таблица 15

Показатели эмоционального благополучия по всем методикам

№п/п	Испытуемые	Самооценка	Результат наблюдений	Тест тревожности	Уровень ЭБ
21.	Рома Р.	низкая	высокая	высокая	НД
22.	Вера М.	низкая	высокая	высокая	НД

23.	Ульяна Ф.	низкая	высокая	высокая	НД
24.	Ульяна Щ.	средняя	средняя	средняя	Д
25.	Моника П.	средняя	средняя	средняя	Д
26.	Максим З.	низкая	высокая	высокая	НД
27.	Настя В.	высокая	низкая	низкая	ОП
28.	Ирина М.	средняя	средняя	средняя	Д
29.	Настя Н.	средняя	средняя	средняя	Д
30.	Варя Е.	средняя	средняя	средняя	Д
31.	Вова З.	низкая	высокая	высокая	НД
32.	Вова К.	низкая	высокая	высокая	НД
33.	Ваня Д.	низкая	высокая	высокая	НД
34.	Ваня С.	низкая	высокая	высокая	НД
35.	Миша Б.	низкая	высокая	высокая	НД
36.	Лиза С.	высокая	низкая	низкая	ОП
37.	Лиля П.	высокая	низкая	низкая	ОП
38.	Дима Б.	низкая	высокая	высокая	НД
39.	Миша Э.	низкая	высокая	высокая	НД
40.	Вадим В.	низкая	высокая	высокая	НД

В контрольной группе: с оптимальным уровнем -3 ребенка (15%); с допустимым -5 детей (15%); с недостаточным - 12 детей (60%).

Обобщив результаты по обеим группам – экспериментальной и контрольной, представили их в таблице 16.

Таблица 16

Показатели уровня эмоционального благополучия по всем методикам

Группы	Оптимальный уровень		Допустимый уровень		Недостаточный уровень	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
Экспериментальная	3	15%	6	30%	11	55%
Контрольная	3	15%	5	25%	12	60%

Таким образом, после анализа, интерпретации и обобщения данных первичной диагностики оказалось:

В экспериментальной группе -

с оптимальным уровнем (ОП) эмоционального благополучия – 3 ребенка (20%);

с допустимым (Д) – 5 детей (25%);

с недостаточным (НД) – 11 детей (55%).

В контрольной группе:

с оптимальным уровнем -3 ребенка (15%);

с допустимым - 5 детей (15%);

с недостаточным - 12 детей (60%).

Результаты первичной диагностики представлены в рисунках 9 и 10.

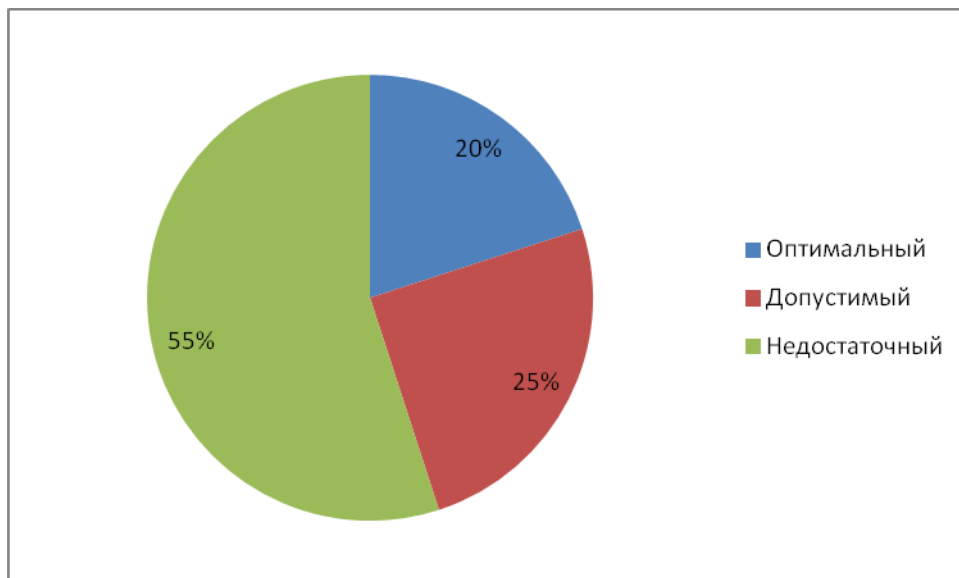


Рис. 9 Показатели эмоционального благополучия по всем методикам в экспериментальной группе

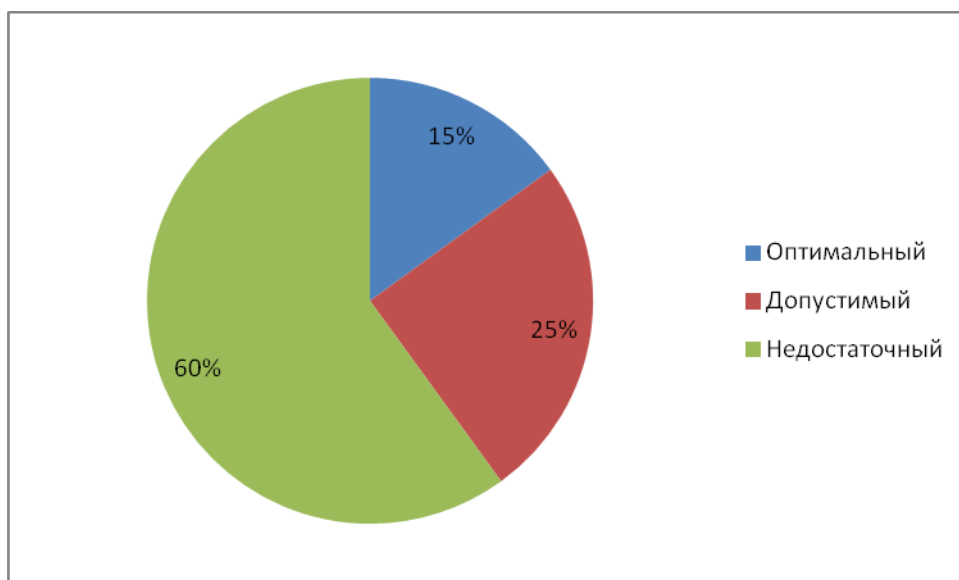


Рис. 10 Показатели эмоционального благополучия по всем методикам в контрольной группе

Перед началом формирующего эксперимента дети и экспериментальной, и контрольной групп имели равную степень выраженности тревожности и самооценки, и одинаковый уровень эмоционального благополучия (неблагополучия).

Таким образом, в ходе проводимого нами исследования эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста детского сада № 107 было выявлено, что большинство детей имеют средний и низкий уровень тревожности и самооценки, что является показателем их эмоционального неблагополучия. Это осложняет нормальное развитие и мешает адаптироваться детям к условиям детского сада. Необходима специально организованная работа по профилактике эмоционального неблагополучия. Поэтому, была разработана профилактическая программа психологической помощи для создания благоприятной атмосферы и обеспечения эмоционального благополучия дошкольников младшего возраста.

2.3. Контрольный этап эксперимента

Контрольный этап формирующего эксперимента – апрель – май 2013г.

После проведения цикла занятий, направленных на снижение тревожности, повышения самооценки и как следствие обеспечение эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста детей был произведен контрольный срез на всей выборке детей с использованием таких же методик.

Для подтверждения данных было проведено повторное наблюдение по шкале Р. Сирса. Результаты наблюдения представлены в таблице 17.

Таблица 17

Результаты повторного наблюдения по шкале Р. Сирса

Боря А.	6	Лара С.	4	Рома Р.	18	Вова З.	19
Алеша А.	5	Дима С.	12	Вера М.	6	Вова К.	18
Никита А	4	Настя В.	6	Ульяна Ф.	6	Ваня Д.	19
Соня А.	4	Маша Ф	1	Ульяна Щ.	5	Ваня С.	21
Алеша Б.	15	Катя С.	2	Моника П.	6	Миша Б.	20
Оля Б.	4	Дима К.	12	Максим З.	18	Лиза С.	6
Даша В.	6	Тая Ж.	4	Настя В.	14	Лиля П.	6
Поля С.	6	Вова У.	12	Ирина М.	14	Дима Б.	17
Митя Л.	3	Рина П.	1	Настя Н.	9	Миша Э.	13
Антон С.	12	Ямир С.	18	Варя Е.	15	Вадим Б.	22

Экспериментальная группа

Контрольная группа

Анализ данных повторного наблюдения показал, что, в экспериментальной группе:

18 - 36 б - с высоким уровнем тревожности - **1 (5%) ребенок;**

7 - 17 б - с тревожностью среднего уровня **5 (25%) детей;**

0 - 6 б - с низким уровнем тревожности **14 (70%) детей;**

В контрольной группе: с высоким уровнем тревожности осталось **8 детей (40%)**; со средним уровнем тревожности - **6 детей (30%)**; с низким уровнем тревожности - **6 детей (30%)**

Таблица 18

Результаты повторной диагностики по тесту тревожности

Испыт.	Уро вень тр. балл	Испыт.	Уро вень тр. балл	Испыт.	Уро вень тр. балл	Испыт.	Уров ень тр. балл
Боря А.	Н	Лара С.	Н	Рома Р.	В	Вова З.	В
Алеша А.	Н	Дима С.	С	Вера М.	Н	Вова К.	В
Никита А	Н	Настя В.	Н	Ульяна Ф.	Н	Ваня Д.	В
Соня А.	Н	Маша Ф.	Н	Ульяна Щ.	Н	Ваня С.	В
Алеша Б.	С	Катя С.	Н	Моника П.	Н	Миша Б.	В
Оля Б.	Н	Дима К.	С	Максим З.	В	Лиза С.	Н
Даша В.	Н	Тая Ж.	Н	Настя В.	С	Лиля П.	Н
Поля С.	Н	Вова У.	С	Ирина М.	С	Дима Б.	С
Митя Л.	Н	Рина П.	Н	Настя Н.	С	Миша Э.	С
Антон С.	С	Ямир С.	В	Варя Е.	С	Вадим В.	В

Экспериментальная группа

Контрольная группа

Анализ данных повторного наблюдения показал, что, в экспериментальной группе:

18 - 36 б - с высоким уровнем тревожности - **1 (5%)** ребенок;

7 - 17 б - с тревожностью среднего уровня **5 (25%)** детей;

0 - 6 б - с низким уровнем тревожности **14 (70%) детей;**

В контрольной группе: с высоким уровнем тревожности осталось **8 детей (40%)**; со средним уровнем тревожности - **6 детей (30%)**; с низким уровнем тревожности – **6 детей (30%)**.

Таблица 19

Результаты самооценки по методике Р. Немова «Какой Я»

Испыт.	Уро вень само оцен ки	Испыт.	Уро вень само оцен ки	Испыт.	Уро вень само оцен ки	Испыт.	Урове нь самоо ценки
Боря А.	8; В	Лара С.	8; В	Рома Р.	2; Н	Вова З.	2; Н
Алеша А.	8; В	Дима С.	5; С	Вера М.	8; В	Вова К.	3; Н
Никита А	9; В	Настя В.	8; В	Ульяна Ф.	8; В	Ваня Д.	3; Н
Соня А.	8; В	Маша Ф.	9; В	Ульяна Щ.	8; В	Ваня С.	2; Н
Алеша Б.	4; С	Катя С.	9; В	Моника П.	9; В	Миша Б.	3; Н
Оля Б.	8; В	Дима К.	7; С	Максим З.	3; Н	Лиза С.	8; В
Даша В.	8; В	Тая Ж.	9; В	Настя В.	5; С	Лиля П.	8; В
Поля С.	9; В	Вова У.	5; С	Ирина М.	5; С	Дима Б.	6; С
Митя Л.	8; В	Рина П.	9; В	Настя Н.	4; С	Миша Э.	5; С
Антон С.	7; С	Ямир С.	3; Н	Варя Е.	4; С	Вадим В.	3; Н

Экспериментальная группа

Контрольная группа

На контрольном этапе эксперимента были получены следующие результаты диагностики самооценки по методике Р.С. Немова «Какой Я»:

В экспериментальной группе с высокой самооценкой стало 14 детей (у 6-ти детей повысилась самооценка); со средней самооценкой 5 детей; с низкой самооценкой остался один ребенок. В контрольной группе: с высокой самооценкой стало 6 детей (30%) (у 2-х повысилась);

со средней самооценкой стало 6 детей (30%), с низкой самооценкой - 8 человек; (40%)

Далее мы составили сводную таблицу по результатам всех использованных методик и полученные данные зафиксировали в таблице 20.

Таблица 20

Показатели уровня ЭБ по всем методикам

№п /п	Испытуем	Самооценка	Результат наблюдений	Тест тревожности	Уровень эм. благ.
1.	Боря А.	высокая	низкая	низкая	ОП
2.	Алеша А.	высокая	низкая	низкая	ОП
3.	Никита А.	высокая	низкая	низкая	ОП
4.	Соня А.	высокая	низкая	низкая	ОП
5.	Алеша Б.	средняя	средняя	средняя	Д
6.	Оля Б.	высокая	низкая	низкая	ОП

7.	Даша В.	высокая	низкая	низкая	ОП
8.	Полина С.	высокая	низкая	низкая	ОП
9.	Митя Л.	высокая	средняя	низкая	ОП
10.	Антон С.	высокая	средняя	средняя	Д
11.	Лара С.	высокая	низкая	низкая	ОП
12.	Дима С.	средний	высокая	высокая	НД
13.	Настя В.	высокая	низкая	низкая	ОП
14.	Маша Ф.	высокая	низкая	низкая	ОП
15.	Катя С.	высокая	низкая	низкая	ОП
16.	Дима К.	средняя	средняя	средняя	Д
17.	Тая Ж.	высокая	низкая	низкая	ОП
18.	Вова У.	средняя	средняя	средняя	Д
19.	Рина П.	высокая	низкая	низкая	ОП
20.	Ямир С.	низкая	высокая	высокая	НД

Таким образом, после анализа, интерпретации и обобщения данных вторичной диагностики оказалось:

В экспериментальной группе - с оптимальным уровнем эмоционального благополучия – 14 детей (70%); с допустимым – 5 детей (25%); с недостаточным – 1 ребенок (5%)

Показатели уровня ЭБ по всем методикам

Таблица 21

21.	Рома Р.	низкая	высокая	высокая	НД
22.	Вера М.	высокая	низкая	низкая	ОП
23.	Ульяна Ф.	высокая	низкая	низкая	ОП
24.	Ульяна Щ.	высокая	низкая	низкая	ОП
25.	Моника П.	высокая	низкая	низкая	ОП
26.	Максим З.	низкая	высокая	высокая	НД
27.	Настя В.	средняя	средняя	средняя	Д
28.	Ирина М.	средняя	средняя	средняя	Д
29.	Настя Н.	средняя	низкая	низкая	Д
30.	Варя Е.	средняя	средняя	средняя	Д
31.	Вова З.	низкая	высокая	высокая	НД
32.	Вова К.	низкая	высокая	высокая	НД
33.	Ваня Д.	низкая	высокая	высокая	НД
34.	Ваня С.	низкая	высокая	высокая	НД
35.	Миша Б.	низкая	высокая	высокая	НД
36.	Лиза С.	высокая	низкая	низкая	ОП
37.	Лиля П.	высокая	низкая	низкая	ОП
38.	Дима Б.	средняя	средняя	средняя	Д
39.	Миша Э.	средняя	средняя	средняя	Д

40.	Вадим В.	низкая	высокая	высокая	НД
-----	----------	--------	---------	---------	----

После анализа, интерпретации и обобщения данных вторичной диагностики оказалось:

В контрольной группе: с оптимальным уровнем - 6 детей (30%); с допустимым - 6 детей (30%); с недостаточным - 8 детей (40%).

Результаты представлены в рисунках 11, 12 и в таблице 22.

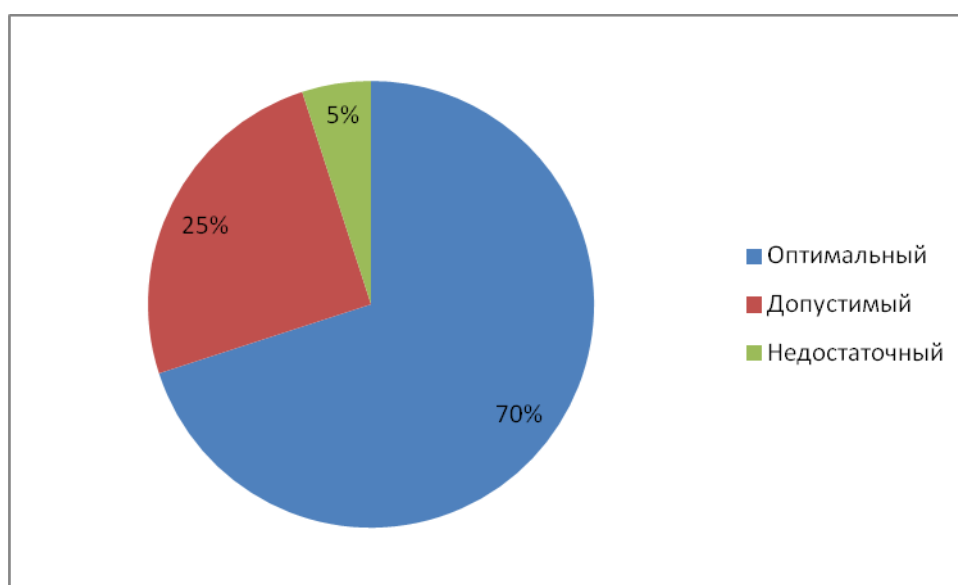


Рис. 11 Показатели эмоционального благополучия в ЭГ

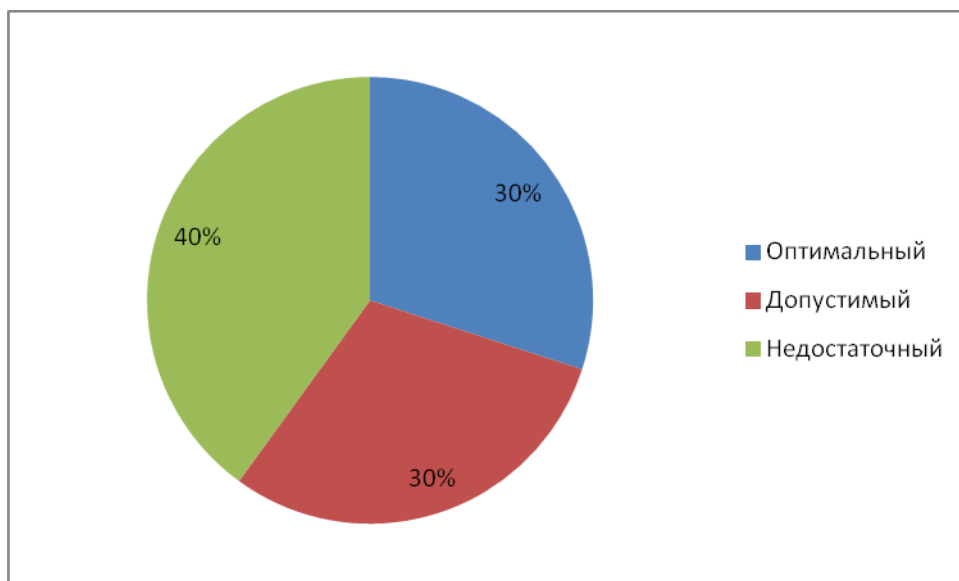


Рис. 12

При сравнении частотных (процентных распределений данных) оказалось: в экспериментальной группе на констатирующем этапе из 20 дошкольников 11 детей имели недостаточный уровень (НД) эмоционального благополучия; 6 детей имели - допустимый уровень (Д); 3 ребенка - оптимальный уровень (ОП) эмоционального благополучия. После эксперимента ситуация изменилась. С недостаточным уровнем (НД) эмоционального благополучия остался 1 ребенок; с допустимым уровнем (Д) стало 5 детей; с оптимальным уровнем (ОП) стало 14 детей.

В контрольной группе на констатирующем этапе эксперимента из 20 детей 12 имели недостаточный уровень эмоционального благополучия (НД); 5 детей имели допустимый уровень (Д); 3 ребенка – оптимальный (ОП) уровень эмоционального благополучия. После эксперимента: с недостаточным уровнем осталось 8 детей; с допустимым - 6; с недопустимым - 6.

Таблица 22

Показатели уровня эмоционального благополучия

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество детей	Процентное соотношение к общему числу детей	Количество детей	Процентное соотношение к общему числу детей
Высокий	14	70%	6	30%
Средний	5	25%	6	30%
Низкий	1	5%	8	40%

Можно ли, опираясь на эти данные, утверждать, что формирующий эксперимент, направленный на улучшение эмоционального благополучия, удался? Для этого воспользуемся статистикой

Таблица 23

Автоматический расчет углового критерия Фишера

Группы	«Есть эффект»	«Нет эффекта»	Суммы
Экспериментальная группа	19 (95%)	1 (5%)	20 (100%)
Контрольная группа	12 (60%)	8 (40%)	20 (100%)
Сумма	31	9	40

Ответ: $\varphi^*_{\text{эм}} = 2.906$

Полученное эмпирическое значение φ^* находится в зоне значимости. H_0 отвергается

В экспериментальной группе уровень эмоционального благополучия дошкольников у детей стал выше, чем в контрольной группе.

Таким образом, было установлено, что у детей в экспериментальной группе более высокие показатели уровня эмоционального благополучия.

Этому способствовала серьезная работа, проведенная с детьми, Для сравнения динамики результатов контрольного и констатирующего эксперимента представлены в гистограмме.

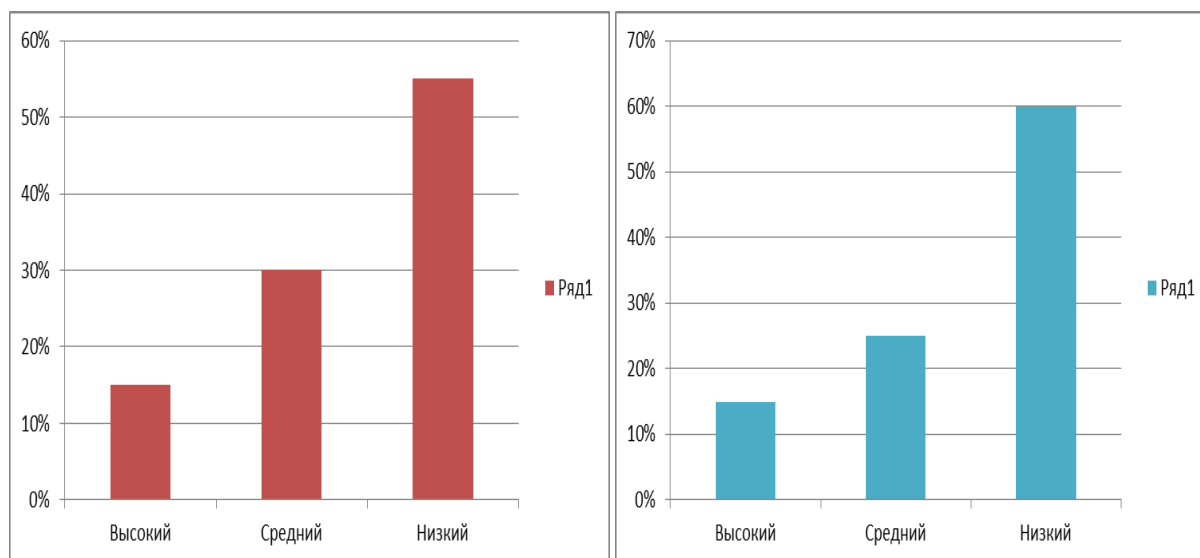


Рис. 13 Уровень эмоционального благополучия детей до эксперимента

Гистограмма 1.

в экспериментальной группе на констатирующем этапе из 20 дошкольников 11 детей имели недостаточный уровень (НД) эмоционального благополучия; 6 детей имели - допустимый уровень (Д); 3 ребенка - оптимальный уровень (ОП) эмоционального благополучия. В контрольной группе на констатирующем этапе эксперимента из 20 детей 12 имели недостаточный уровень эмоционального

благополучия (НД); 5 детей имели допустимый уровень (Д); 3 ребенка – оптимальный (ОП) уровень эмоционального благополучия.

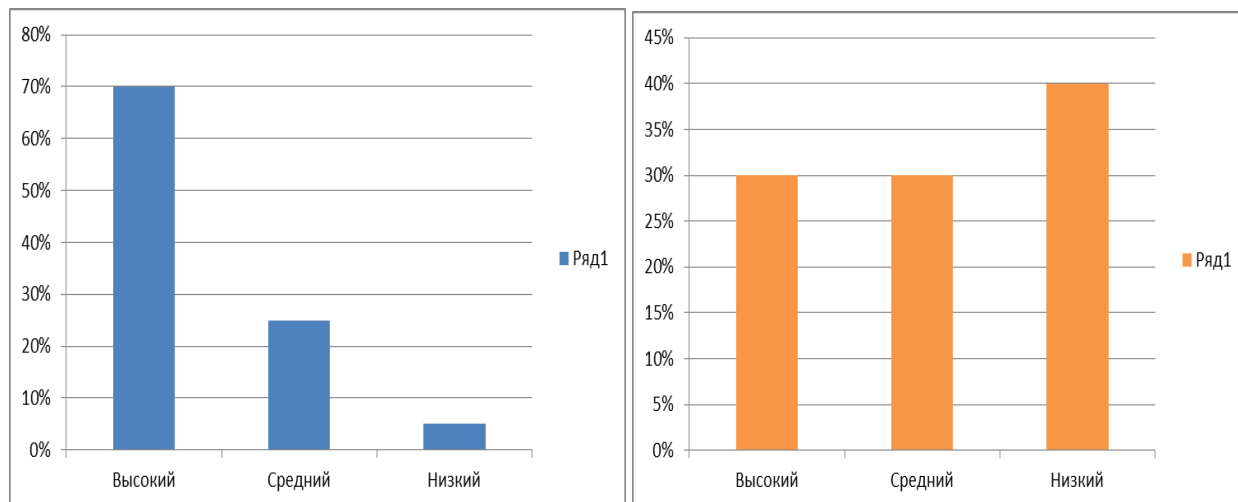


Рис 14. Уровень эмоционального благополучия после эксперимента

Гистограмма 2. Уровни эмоционального благополучия дошкольников

Таким образом, результаты констатирующего и контрольного эксперимента показали, что в экспериментальной группе высокий уровень эмоционального благополучия повысился на 55% и составил 14 детей (70%).

Средний уровень – остался без изменений в количественном отношении, за счет повышения качественного уровня отдельных детей и составил 5 детей (25%), низкий уровень уменьшился на 55%, и составил одного ребенка (5%).

В контрольной группе уровень развития эмоциональной сферы дошкольников претерпел незначительные изменения.

Высокий уровень – увеличился на 15%, средний уровень остался без изменения и составил 30% -шесть детей.

Низкий уровень уменьшился на 20%, восемь детей (40%).

Это позволяет сделать вывод о том, что высокий результат уровня эмоционального благополучия был достигнут при организации

целенаправленной работы на формирующем этапе в экспериментальной группе, апробированию программы, в которой определились цель, задачи, методы, приемы и формы обеспечения эмоционального благополучия. После проведения цикла занятий, направленных на эмоциональное развитие младших дошкольников, диагностирование на контрольном этапе показало более высокие результаты, по сравнению с результатами диагностики на констатирующем этапе.

В контрольной группе результат уровня эмоционального благополучия изменился незначительно, так как целенаправленная работа с детьми в данном направлении не проводилась. Следовательно, данная программа является эффективным средством обеспечения эмоционального благополучия младших дошкольников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

По данным медико - социальных исследований за последние годы увеличилось число детей младшего дошкольного возраста с нарушениями в эмоциональном развитии. Изучение особенностей эмоционального благополучия как важнейшего регулятора всей психической деятельности и развития детей, особенно важно и актуально, так как от своевременной профилактики зависит социальная адаптация ребенка, его дальнейшее личное развитие, адаптация в социуме.

В исследовании мы выявили сущность понятия эмоциональное благополучие, определили базу исследования, подобрали методы исследования. Выяснилось, что результаты всех методик на констатирующем этапе не отличаются друг от друга, однако после проведенной работы показатели эмоционального благополучия значительно выше чем в группе контрольной. Причем результаты являются статистически значимыми. Вычисление проведено

с помощью непараметрических критериев Манна-Уитни и углового критерия Фишера.

По результатам проведенного эксперимента можно отметить, что выдвинутая нами гипотеза подтвердилась. Разработанная нами программа является эффективным средством для обеспечения эмоционального благополучия младших дошкольников. Учитывая тот факт, что мы провели методики с достаточно большим временным интервалом между ними, можно утверждать, что измеряемое свойство носит достаточно устойчивый характер. Не можем не отметить тот факт, что изучая практическую и теоретическую базу исследования, мы не смогли найти ни одного серьезного исследования по данной возрастной категории. Возрастная форма и понятийный аппарат младшего дошкольника еще достаточно низкого развития, и составление опросников для дошкольников данной категории составляет большие трудности.

Анализ полученных результатов доказал, что цель и задачи исследования достигнуты. При этом проведенное исследование не претендует на исчерпывающий анализ всех аспектов исследуемой проблемы. Углубление может быть связано с дальнейшей разработкой методики.

Список использованных источников

Федеральный закон от 29.12.2012 №273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Приказ № 155 от 17.10. 2013 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» Министерство образования и науки главы 1-4.

1. Авдеева Н.Н., Князева О.П., Стеркина Р. Б. Основы безопасности детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение. 2007

2. Белкина В. Н. Психология раннего и дошкольного детства. В.Н. Белкина,- М.:2010. – 56-73 228

3. Бойко В.В. Энергия эмоций. -2-е издание доп. и перераб. - СПб.: Питер, 2004.-474с.

4 Борисова Е. М. Гуревич К.М. Введение в психодиагностику – М.:»Академия»- Пресс», 2001. 78 стр.

5. Борисова Е. М., Гуревич К. М. Проблема эмоционального мироощущения ребенка.- М.: Издательство Академия,2001.

6. Бреслав Г. М. Психология эмоций. - М.: Смысл; Издательский центр «Академия», 2004. -544с

7.Веккер Л.М. Психика и реальность: единая теория психических процессов. – М.: Смысл, 1998. – 685с.

8. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений - СПб: Питер, 2003.-19с.

9. Выготский Л. С. Педагогическая психология. - Москва: АСТ: Астрель: Люкс, 2005. – 671с.

10. Выготский Л. С. Психология. М.: Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2000. С.
11. Гоулман Д. Деструктивные эмоции. Текст перевод с англ. О. Г. Белошеев. – Мн.: ООО «Попури», 2005. - 220 с.
12. Гребенщикова Т. В. Педагогическая поддержка эмоционально-экспрессивного развития детей в дошкольном образовательном учреждении. 13.00.01. Автореферат дисс. на соискание уч степени кан. пед. Наук. Татьяна Валерьевна Гребенщикова – Новокузнецк, 2011. - 22 с.
13. Детский практический психолог: Программы и методические материалы: Учеб. Пособие для студ. выс. пед. учеб. зав./ О.А. Шаграева, А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда, Г.Г. Фидиппова; под редакцией О.А. Шаграевой, С.А. Козловой – М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 256 с.
14. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. – Ростов/нД. : Феникс, 2002. – 79 с.
15. Игра дошкольника. Под. ред. Новоселовой С.Л.- М.: Просвещение. 2003. - 286 с.
16. Идобаева О. А. Психолого - педагогическая модель формирования психологической благополучности личности. Дисс. д. псих. наук: 19.00.07. [Место защиты: Московский гос. Лингвистический ун-т – Москва, 2013. - 389 с.
17. Изард, К.Е. Психология эмоций. Перевод с англ.-СПб.: Питер, 2003. - 384 с.
18. Кошелева А.Д. Перегуда В.И., Шаграева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников: учебное пособие М.: Академия, 2003. – 168 с.
19. Кроник А.А. Ахмеров Р.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологическом жизненном пути. – М.: Смысл, 2003. - 284 с.

20. Л. Куликов. Психология личности в трудах отечественных ученых: Питер; СПб.: 2009. – 282с.
21. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы, эмоции. – Тексты пол редакцией Вилюнас В.К., Гиппенрейтер Ю.Б. – М.: Гуманитарный центр Владос, 2003.- 278с.
22. Немов, Р.С. Психология. Книга 1: Основы общей психологии. Под ред.Р.С. Немова – М., Просвещение, 2004. – 420 с.
23. Психологическая энциклопедия. 2-е изд./ Под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. –СПб.: Питер, 2006. -1096с.
24. Психология и педагогика игры дошкольника. Под ред. А.В. Запорожца, А.П. Усовой. - М., 2006. – 200 с.
25. Психология личности: Сборник статей Составитель А. Б. Орлов. 2-е изл., доп. М.: «ООО «Вопросы психологии», 2003.-223с.
26. С.И.Ожегов. Толковый словарь. 1984. С. 685.
27. С.Л. Рубинштейн Основы общей психологии - 4 – е издание. Изд-во МГУ,1998. – 582с.
28. Симонов П.В. Эмоциональный мозг.- М.: Инфа –М, 2002. - 365с.
29. Скитская Л.В. Оптимизация общения детей в воспитательно-образовательном процессе дошкольного учреждения. Дисс. на соискание к.п.н. 13.00.01. Московский государственный гуманитарный университет имени М.А, Шолохова. М.-2014.-300с.
30. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Практикум по детской психологии. СПб.: изд. «Питер», 2001. – 752с,.

31. Филиппова, Г.Г. Психология материнства Учебное пособие.- М.: Издательство Института Психотерапии,2002.-240с.
32. Философский словарь. Под редакцией М.М. Розенталя и П. Ф. Юдина. Издательство Политическая литература. Москва,1963.
33. Фрейд З. О клиническом психоанализе. Избранные сочинения. – М.: Медицина,1991. – 288с.
34. Шингаров Г.Х. Место эмоции в структуре личности. В кн: Проблемы личности. Материалы симпозиума. М., 2001 -14 с.
35. Якобсон П. М. Психология чувств. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1961. - 216с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Лист наблюдений по выявлению уровня тревожности детей

Признаки тревожности	Испытуемый	Деятельность в режимные моменты	Организованная деятельность	Неорганизованная деятельность
Часто напряжен, скован.	Боря А.	1.4.5. 7.8. 9.	1. 2.4.9.11.12. 14	3.4.6.8.9.13 .15.
Часто грызет ногти.	Алеша А.	1.2.4.5.6.8.9.	1.3.4.6.8.9.12.	2.4.6.8.9.
Сосет палец.	Никита А.	1.4.5.6.7.8.	1.4.9.11.12.14	1.4.5.6.7.8.
Легко пугается.	Соня А.	5	4.5.	5.
Сверхчувствителен.	Алеша Б.	1.2.4.5.6.7.	1.2.4.5.6.7.11. 12	2.4.5.6.9.
Плаксив.	Оля Б.	4.	4.5.	8
Часто агрессивен.	Даша В.	1.4.6.8.	1.4.8.9.11.12. 13.	4.6.8.10.12.
Обидчив	Поля С.	4,5,8,9	9,10,11,12, 14, 15.	

Приложение 2

Тест тревожности Тэммл, Амен, Дорки

Каждый из описанных рисунков выполнен в двух вариантах:

для мальчиков (на рисунке изображён мальчик) и для девочек (на рисунке представлена девочка). В процессе тестирования испытуемый идентифицирует себя с ребёнком того же пола, что и он сам. Лицо данного ребёнка не прорисовано полностью, дан лишь общий контур его головы.

Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными изображениями детской головы, по размерам точно соответствующими

контуру лица ребёнка на рисунке. На одном из дополнительных изображений представлено улыбающееся лицо ребёнка, а на другом — печальное.

Предлагаемые рисунки изображают типичные жизненные ситуации, с которыми сталкиваются дети-дошкольники и которые могут вызывать у них повышенную тревожность. Предполагается, что выбор ребёнком того или иного лица будет зависеть от его собственного психологического состояния в момент проведения тестирования.

Двусмысленные рисунки в методике имеют основную «проективную» нагрузку. То, какой смысл придаёт ребёнок именно этим рисункам, указывает на типичное для него эмоциональное состояние в подобных жизненных ситуациях.

В процессе психодиагностики рисунки предъявляются ребёнку в той последовательности, в которой они здесь представлены, один за другим. Показав ребёнку рисунок, экспериментатор к каждому из них даёт *Рис. 1*. Игра с младшими детьми: «Как ты думаешь, какое у ребёнка будет лицо, весёлое или печальное? Он (она) играет с малышами».

Рис. 2. Ребёнок и мать с младенцем: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».

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

Рис. 4. Одевание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) одевается».

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

Рис. 6. Укладывание спать в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) идёт спать».

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

Рис. 8. Выговор: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

Рис. 9. Игнорирование: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

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

Рис. 11. Собираение игрушек: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) убирает игрушки».

Рис. 12. Изоляция: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

Рис. 13. Ребёнок с родителями: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».

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

Выбор ребёнком соответствующего лица и его словесные высказывания фиксируются в специальном протоколе.

Протоколы, полученные от каждого ребёнка, подвергаются далее анализу, который имеет две формы: количественную и качественную.

Количественный анализ состоит в следующем. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (ИТ), который равен выраженному в процентах отношению числа эмоционально-негативных выборов к общему числу рисунков

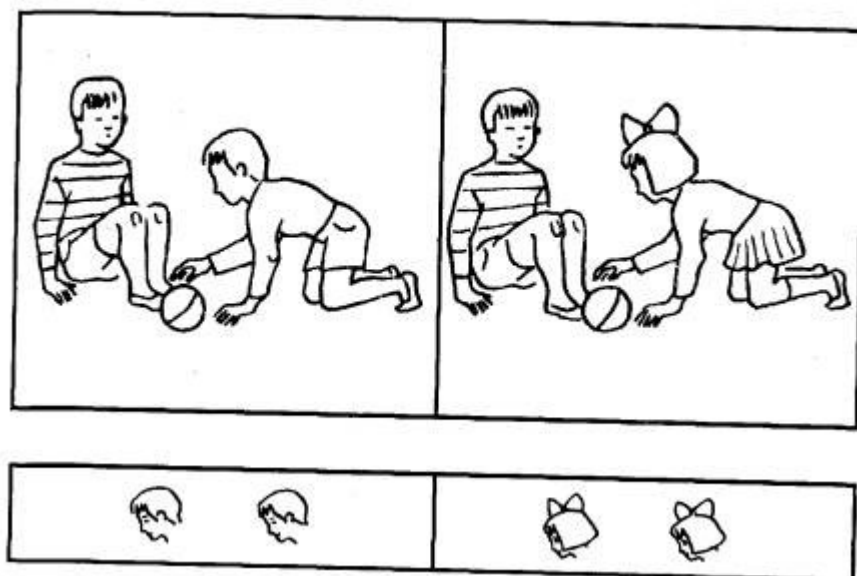


Рис. 1. Игра ребёнка с младшими детьми. Ребёнок в данной ситуации играет с двумя малышами.

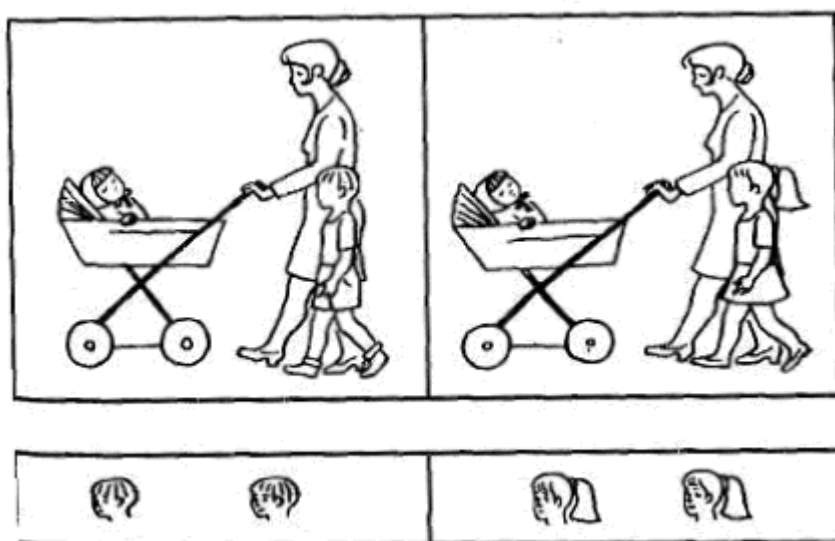


Рис. 2. Ребёнок и мать с младенцем. Ребёнок идёт рядом с матерью, которая везет коляску с младенцем.

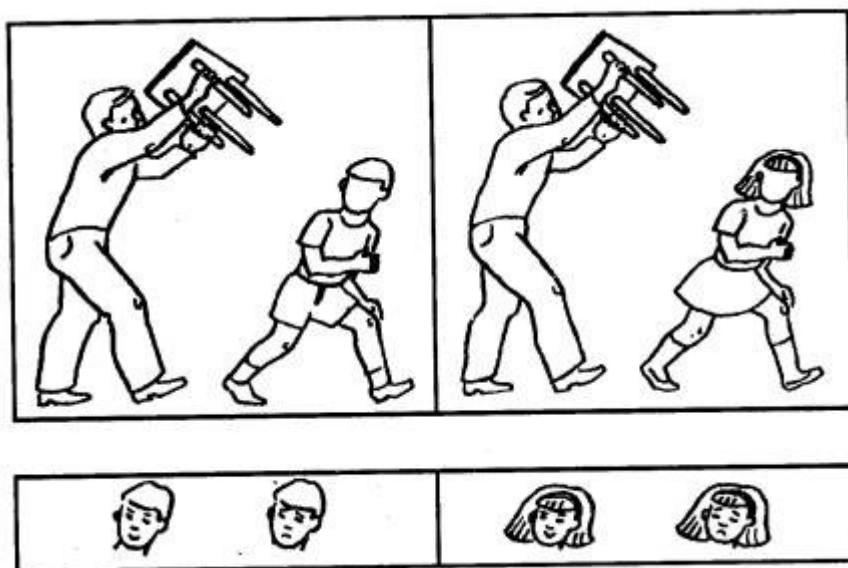


Рис. 3. Объект агрессии. Ребёнок убегает от нападающего на него сверстника.

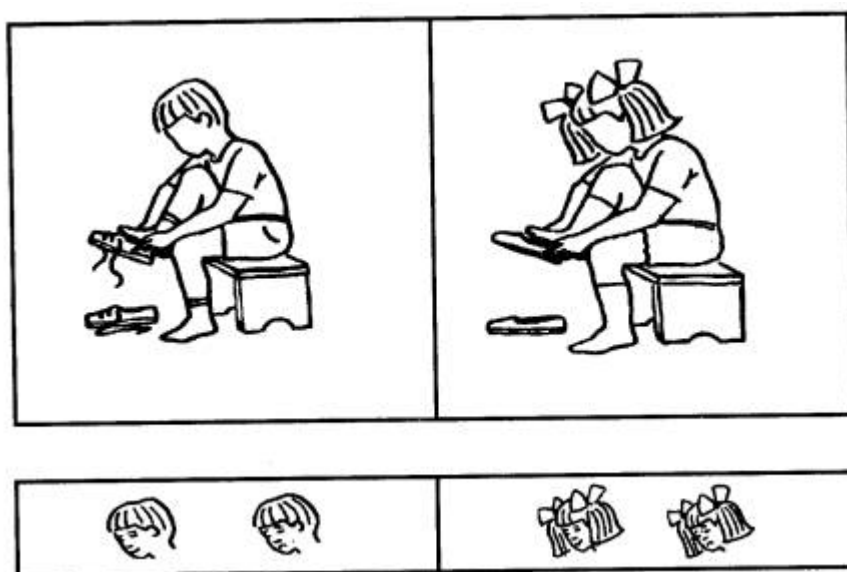


Рис. 4. Одевание. Ребёнок сидит на стуле и надевает ботинки. 134

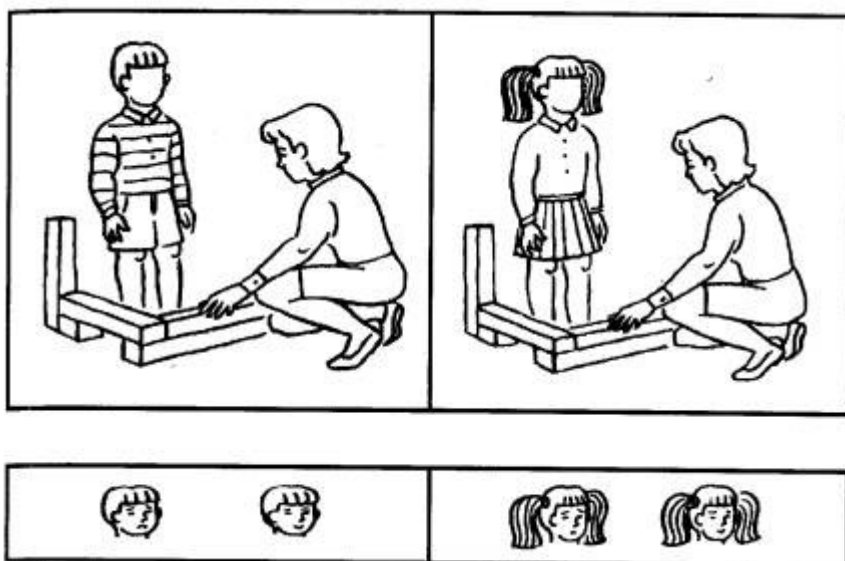


Рис. 5. Игра со старшими детьми. Ребёнок играет с двумя детьми, которые старше его по возрасту.

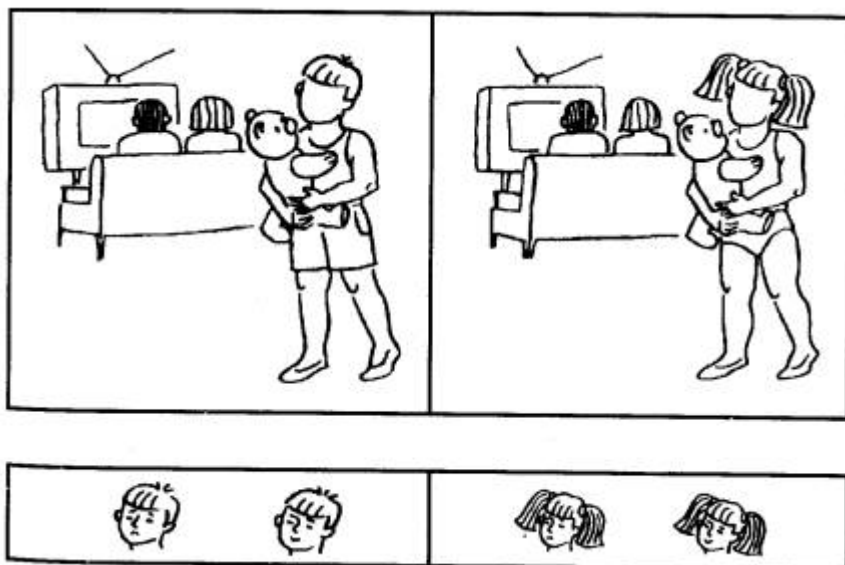


Рис. 6. Укладывание спать в одиночестве. Ребёнок идёт к своей кроватке, а родители не замечают его и сидят в кресле спиной к нему.

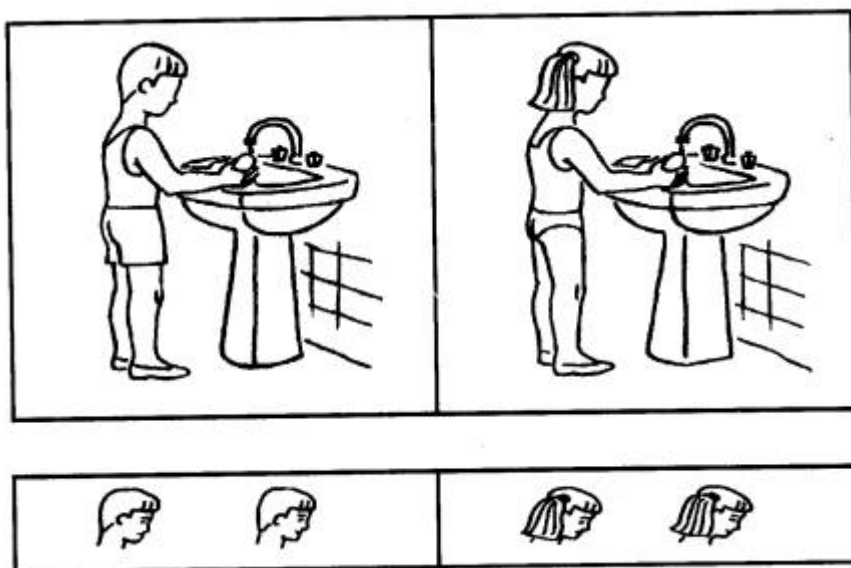


Рис. 7. Умывание. Ребёнок умывается в ванной комнате.

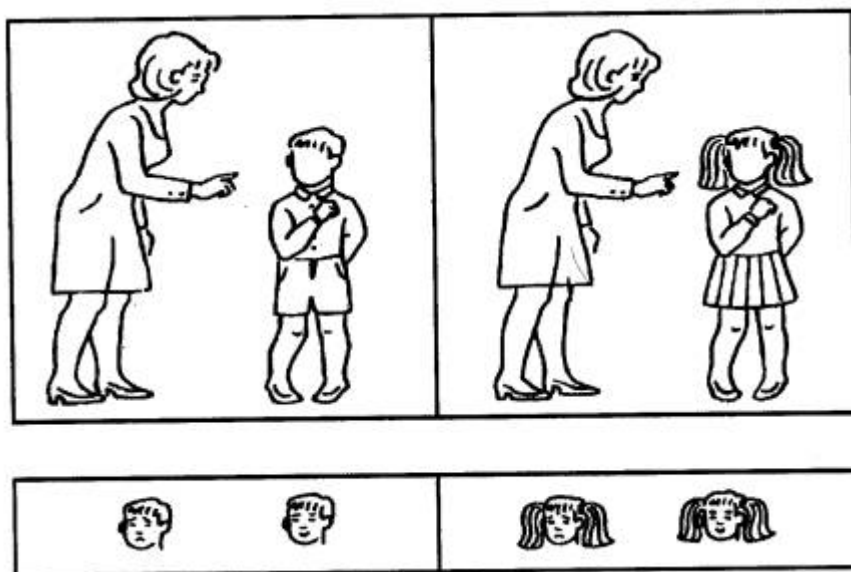


Рис. 8. Выговор. Мать, подняв указательный палец, строго выговаривает ребёнку за что-то.

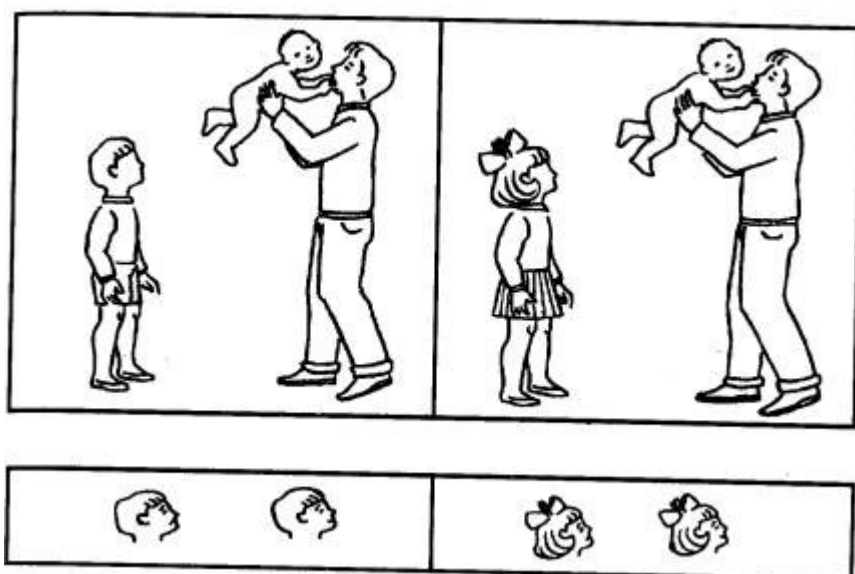


Рис. 9. Игнорирование. Отец играет с малышом, а более старший ребёнок стоит в одиночестве.

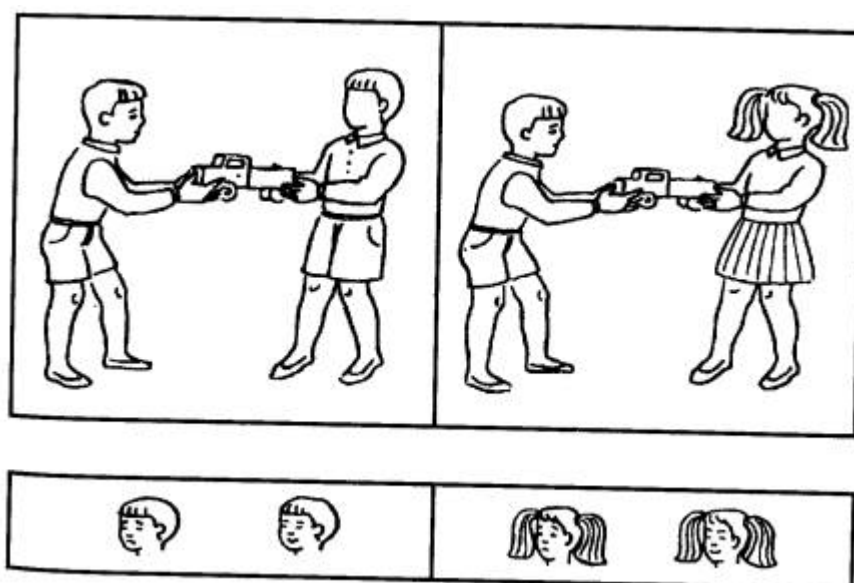


Рис. 10. Агрессивное нападение. Сверстник отбирает игрушку у ребёнка.

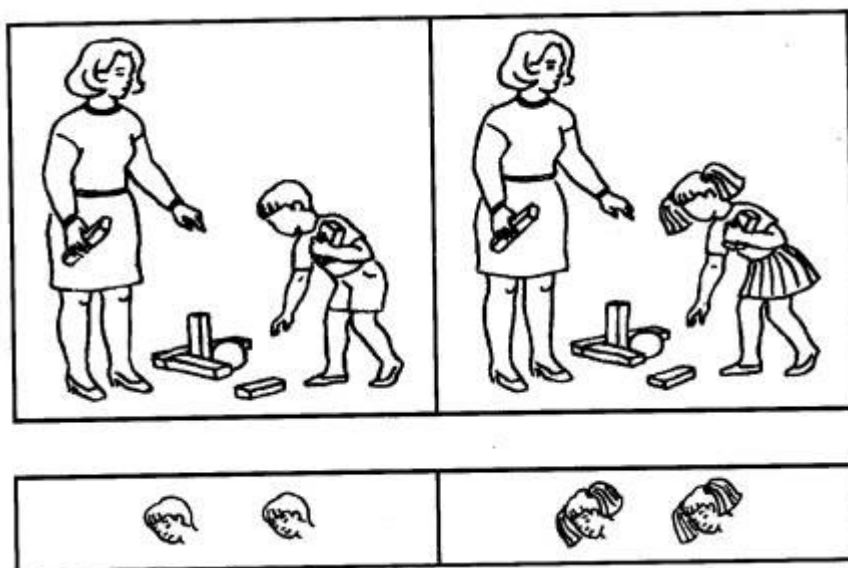


Рис. 11. Собираение игрушек. Мать и ребёнок убирают игрушки.

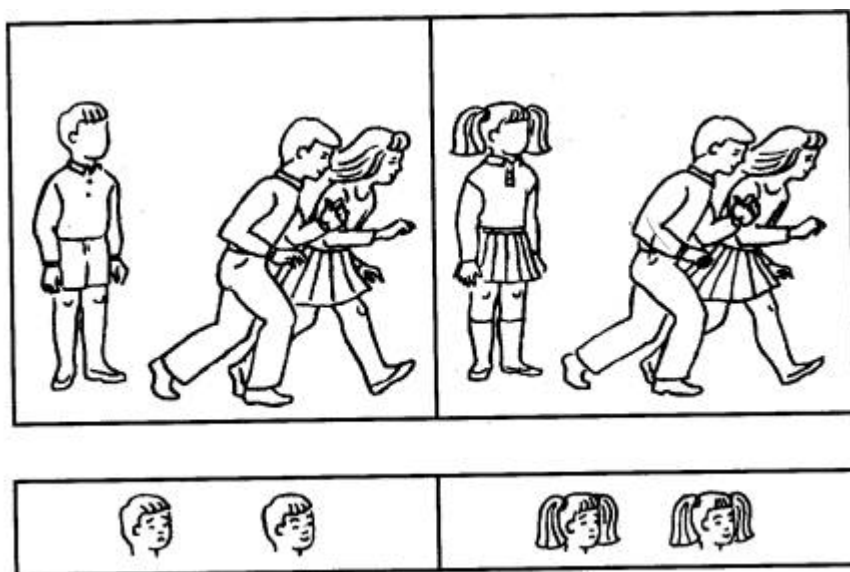


Рис. 12. Изоляция. Двое сверстников убегают от ребёнка, оставляя его в одиночестве.

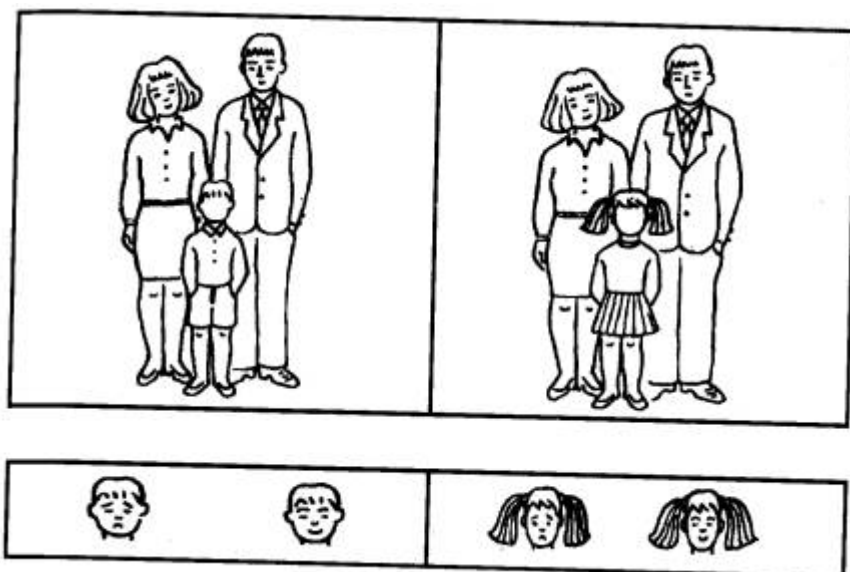


Рис. 13. Ребёнок с родителями. Ребёнок стоит между матерью и отцом.

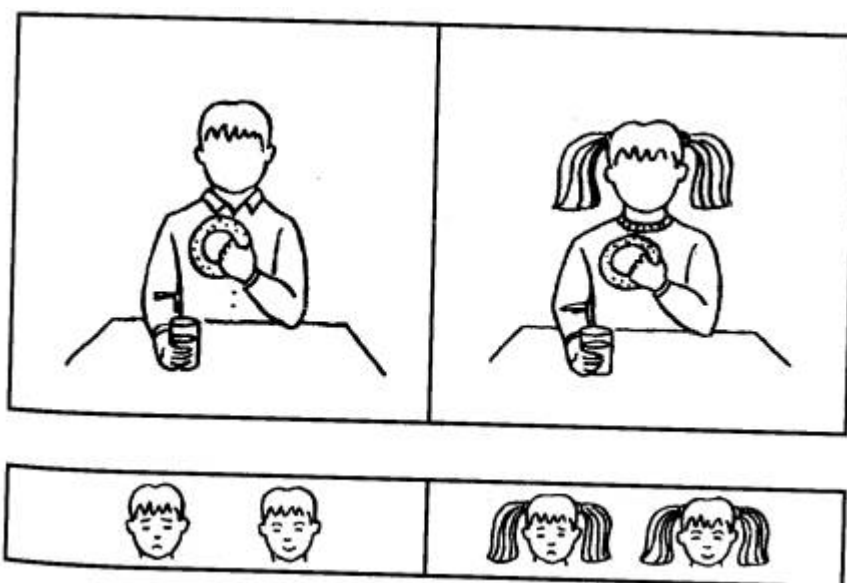


Рис. 14. Еда в одиночестве. Ребёнок сидит один за столом

Приложение 3

Протокол обследования №1

(по результатам методики на тревожность Р.Тэмбла, М.Дорки, В.Амена)

Имя ребёнка: Боря А.

Возраст ребёнка: 3,5 года

Дата проведения обследования: _____

Данные обследования			
Номер и содержание рисунка	Высказывание ребёнка	Выбор лица	
		весёлое	печальное
1. Игра с младшими детьми	Они веселые	+	
2. Ребёнок и мать с младенцем	Я не буду гулять с мамой		+
3. Объект агрессии	-	+	
4. Одевание	Не хочу одеваться		+
5. Игра со старшими детьми	Потому что у него дети		+
6. Укладывание спать в одиночестве	Я люблю спать один		+
7. Умывание	Вода горячая		+

8. Выговор	Мама хочет уйти		+
9. Игнорирование	Папа любит малыша, а не меня		+
10. Агрессивное нападение	Я его сам ударю	+	
11. Собираение игрушек	Мама его заставляет		+
12. Изоляция	Я играю один	+	
13. Ребёнок с родителями	Мама и папа гуляют	+	
14. Еда в одиночестве	Пьёт молоко, и я люблю	+	
ИТОГО		6	8

$$\text{ИТ} = (8/14) * 100 = 57,1\%$$

У данного ребенка уровень тревожности высокий.

Протокол обследования №2

Имя ребёнка: Ирина М.

Возраст ребёнка: 3,5 лет

Дата проведения обследования: _____

Данные обследования

Номер и содержание рисунка	Высказывание ребёнка	Выбор лица	
		весёлое	печальное
1. Игра с младшими детьми	Они веселые	+	
2. Ребёнок и мать с младенцем	Нет, я с ними не пойду		+
3. Объект агрессии	Хочет ударить его стулом		+
4. Одевание	Девочка будет сама одеваться		+
5. Игра со старшими детьми	Нет, с большими играть не хочу		+
6. Укладывание спать в одиночестве	Спать можно с любимой игрушкой	+	
7. Умывание	Если вода теплая	+	
8. Выговор	Нельзя детей одних оставлять	+	
9. Игнорирование	Папа хороший	+	
10. Агрессивное нападение	Не надо отбирать игрушку	+	
11. Собираение игрушек	Надо помогать	+	
12. Изоляция	Мальчик обиделся		+
13. Ребёнок с родителями	Родители хорошие	+	

14. Еда в одиночестве	Пьёт молоко, и я люблю	+	
ИТОГО		9	5

$$\text{ИТ} = (5/14) * 100 = 35,7\%$$

У данного ребенка уровень тревожности средний.

Протокол обследования №3

Имя ребёнка: Оля Б.

Возраст ребёнка: 3 года

Дата проведения обследования: _____

Данные обследования			
Номер и содержание рисунка	Высказывание ребёнка (примеры)	Выбор лица	
		весёлое	печальное
1. Игра с младшими детьми	Играть с маленькими интересно, они веселые	+	
2. Ребёнок и мать с младенцем	Я не знаю, наверное, хорошо гулять с маленьким	+	
3. Объект агрессии	Стулом драться нельзя		+
4. Одевание	Большие дети сами одеваются	+	

5. Игра со старшими детьми	Буду играть	+	
6. Укладывание спать в одиночестве	Я люблю спать с игрушкой	+	
7. Умывание	С мылом нужно умываться	+	
8. Выговор	Я не хочу быть наказанным		+
9. Игнорирование	Маленького ребенка всегда больше любят	+	
10. Агрессивное нападение	Это не хороший ребенок, он забирает у всех игрушки		+
11. Собираание игрушек	Сам играл, сам убирай	+	
12. Изоляция	Я люблю играть один	+	
13. Ребёнок с родителями	Родители любят своего ребенка	+	
14. Еда в одиночестве	Молоко нужно пить	+	
ИТОГО		11	3

$$ИТ=(3/14)*100=21,4\%$$

У данного ребенка можно констатировать низкий уровень тревожности.

Приложение 4

Протокол к методике Р. Немова «Какой Я»

[illegible]

Приложение 5

Опросный лист

(Н.Артюхина, А.М.Щетинина)

Предлагаемый опросный лист предназначен для выявления особенностей эмоционального состояния ребенка. Он также позволит определить, благополучен или неблагополучен ребенок в эмоциональном плане

Прочитайте внимательно вопросы и из предложенных ниже вариантов ответа выберите нужный (подчеркните его).

1. Каково общее эмоциональное состояние ребенка чаще всего:

- а) жизнерадостен;
- б) спокоен;
- в) угрюм, подавлен.

2. Как ребенок адаптируется к новым условиям:

- а) легко;
- б) с затруднениями;
- в) трудно.

3. Как часто проявляет ребенок агрессивные формы поведения (кусается, дерется, жестоко обращается с игрушками и др.):

- а) редко;
- б) иногда;
- в) часто.

4. Проявляет ли ребенок эмоции в неадекватных ситуациях (смеется, когда рассказывают грустную историю и др.):

а) никогда;

б) редко;

в) часто.

5. Проявляет ли ребенок сочувствие, сопереживание к сверстникам, героям сказок и др.:

а) всегда;

б) редко;

в) никогда.

6. Как ребенок общается со сверстниками:

а) активен, инициативен, общается с удовольствием, круг общения широкий;

б) общается неуверенно, круг общения узкий;

в) почти не общается, замкнут в себе.

7. Как общается ребенок с воспитателями и другими взрослыми:

а) свободно, раскованно;

б) сдержанно, неуверенно;

в) скованно, пассивно.

8. Характерна ли для ребенка боязнь безопасных предметов, чрезмерная осторожность:

а) нет;

б) иногда;

в) часто.

9. Как часто ребенок проявляет капризы, упрямство:

а) редко;

б) иногда;

в) часто.

10. Характерны ли для ребенка следующие проявления: замкнутость, тревожность:

а) нет;

б) в незначительной степени;

в) да.

11. Способен ли ребенок управлять своими эмоциями (сдерживать смех в ситуации, где он неуместен и др.):

а) почти всегда;

б) редко;

в) никогда.

12. Характерны ли для ребенка следующие вегетативные проявления: покраснение кожи, потливость, плохой сон и аппетит, энурез (недержание мочи), скованность движений и др.:

а) никогда или очень редко;

б) иногда;

в) часто, почти всегда.

Обработка результатов.

За каждый ответ соответствующий букве А, начисляется 0 баллов, букве Б - 1 балл, букве В - 2 балла. Затем подсчитывается сумма баллов.

Интерпретация данных. Если получилось в сумме от 0 до 12 баллов, то можно констатировать, что ребенок эмоционально благополучен. Если же сумма равна 13-18 баллам, то можно полагать, что ребенок не вполне эмоционально благополучен. Показатели от 19 до 24 баллов свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

Примечание. Данный опросник может быть предложен для заполнения воспитателям, которые работают с ребенком, и родителям или другим взрослым, хорошо знающим этого ребенка.

Приложение 6

(2 младшая группа)

Тема 1. Как Колобок друзей искал (знакомство)

Задачи:

- дать детям начальные знания о некоторых базовых эмоциях (радость, грусть, злость, страх, удивление);
- учить детей изображать эмоциональные состояния с помощью выразительных средств (мимика, пантомимика, жесты);
- развивать элементарные коммуникативные навыки;
- способствовать созданию положительного эмоционального настроения в группе.

Материалы: музыкальный центр; аудиозапись или диск со спокойной музыкой (например: «Волшебные голоса природы», «Малыш в лесу»); игрушка Колобка; пиктограммы Колобка («грусть», «радость»); фланелеграф со сказочными героями сказки «Как Колобок друзей искал» (приложение 1);

декорации леса (ёлка, пенёк и т.д.); медальон-пиктограмма с улыбающимся Колобком (на каждого ребёнка)

Содержание

1. Приветствие «Доброе утро!».

Психолог. Здравствуйте, ребята, давайте улыбнёмся друг другу и скажем: «Доброе утро!» Ребята, я хочу пригласить вас в сказочную страну. Вы пойдёте со мной? Тогда закрывайте глазки. (Звучит волшебная музыка) Вот мы и на лесной опушке!

2. Введение в игровую ситуацию

Психолог обращает внимание на игрушку Колобка, сидящего на пенёчке

Посмотрите, кто же тут. Колобком его зовут.

Он по- доброму глядит. И о чем- то говорит.

Ребята, давайте поздороваемся с Колобком, он приглашает вас присесть на полянку и послушать новую сказку.

3.Беседа по сказке «Как Колобок друзей искал». Психолог рассказывает сказку, сопровождая показом на фланелеграфе, дети помогают придумать ему новый сюжет сказки.

Сказка «Как Колобок друзей искал»

Катился Колобок по лесу и встретил Мишку косолапого. Мишка и спрашивает Колобка. – Как вы думаете, дети, что он спросил у Колобка? (Дети говорят свои варианты ответов)

Отвечает колобок: -

- Я, сметанный колобок. Я дедушкин, я бабушкин. Ищу себе друзей. Хочешь со мной дружить?

- А то у меня совсем друзей нет.

- Я- то очень хочу с тобой дружить!

- Не знаю, - почесал себе затылок Мишка косолапый, – ты вон, какой мягкий, маленький, вдруг я тебя нечаянно обижу.

- Не бойся, не обидишь. Ты, Мишка, всё в лесу знаешь, покажи мне, где растёт яблонька с вкусными яблочками. Я обещал бабушке и дедушке принести яблочки для пирога.

Медведь был добрый, согласился он проводить Колобка. Вот идут они вместе, вдруг навстречу им Зайка - белый хвостик. Интересно ему стало, куда это Медведь Колобка ведёт? Попросился Зайка с ними идти. Вот идут они втроём, а навстречу им Волк - серая лапа.

- А куда, это вы идёте? – спрашивает Волк

- Скажите, ребята, что ему ответил Зайка?

Попросился Волк с ними идти.

- Хорошо, иди, - согласился Колобок – тогда будешь и ты нашим другом.

Пошли дальше друзья вчетвером. Пришёл Колобок с друзьями к яблоньке, и каждый сорвал по яблочку. Набрали они полную корзину яблок и понесли их бабушке и дедушке.

А бабушка и дедушка уже ждут Колобка, не дождутся. Видят они, что Колобок не один идёт, а друзей с собой ведёт. Стала бабка хлопотать: тесто ставить, пирог печь с яблоками. А пока пирог готовился, Колобок и его друзья играли в прятки. Пирог получился на славу - вкусный, ароматный, всем друзьям хватило. С тех пор они крепко дружат, никогда не ссорятся, дружно играют и ходят к друг другу в гости.

- Ребята, понравилась вам сказка?

- Что вам больше всего понравилось в сказке?

- Как вы думаете, какое настроение было у Колобка, когда у него не было друзей? (показывают пиктограмму грустного Колобка)

- Как вы думаете, какое настроение было у Колобка, когда у него появились друзья? (показывают пиктограмму весёлого Колобка).

Психолог. Колобок приглашает вас ребята потанцевать.

4.Хороводная игра «Колобок, Колобок тоненькие ножки».

Один ребёнок берёт Колобка и садится на корточки, остальные дети, взявшись за руки, образуют круг и водят вокруг них хоровод:

Колобок, колобок

Тоненькие ножки,

Колобок, колобок,

Новые сапожки.

Мы тебя кормили,

Мы тебя поили.

(останавливаются и 2 раза протягивают руки к сидящим в центре)

На ноги поставили,

(помогают подняться сидящим в центре)

Танцевать заставили!

Танцуй сколько хочешь,

(«Колобок» танцует, остальные хлопают в ладоши)

Выбирай, кого захочешь!

(«Колобок» выбирает следующего ребёнка.)

Игра повторяется 2-3 раза.

5. Прощание.

Психолог приглашает детей в круг. Все вместе произносят слова:

В круг ребята встали,
Колобка в руки взяли.
Колобка нужно передать
Слова прощания сказать.

Дети передают Колобка и говорят ему слова прощания.

Психолог. Колобку очень понравились наша новая сказка, и он хочет сделать вам подарок. Закройте все глаза, и случится чудо, если не будете подглядывать. (Дети закрывают глаза, появляются пиктограммы улыбающегося Колобка - психолог дарит каждому ребёнку).

Психолог. Наше путешествие по сказке заканчивается. Вместе дружно скажем Колобку спасибо и до следующих встреч с Колобком и его новыми друзьями!

Приложение 7

Блок 3. Работа с педагогами и с родителями

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ В «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОСТИНОЙ»

№ п/п	Тема	Срок проведения
1.	«Давайте познакомимся!» (адаптация)	сентябрь
2.	«В царстве упрямства и капризов» или «Кризис 3-х летнего возраста»	ноябрь
3.	«Колобок и я – лучшие друзья»	февраль

Встречи с родителями детей 3-4 лет

ТЕМА 1: «ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ!» (адаптация)

Цели:

1. Создать условия для знакомства родителей друг с другом, возникновения положительных взаимоотношений между ними.
2. Установление эмоционального контакта, партнёрских взаимоотношений.
3. Познакомить родителей с понятием «эмоциональное благополучие ребёнка», дать рекомендации по общению с детьми в период адаптации к ДОУ.

План:

1. Вступительное слово. Игра-знакомство «Давайте познакомимся».

2. Мини-беседа психолога «Эмоциональное благополучие ребёнка в период адаптации к детскому саду».
3. Знакомство родителей с целями и задачами программы по эмоциональному благополучию ребёнка «Как Колобок друзей искал». Заполнение анкет родителями.
4. Игротренинг (игры с родителями).

Игра «Похвалюшки». Родителям предлагается представить, что кукла – это их ребёнок. Им нужно передавая куклу по кругу похвалить, сказать своему ребёнку комплимент. Нельзя повторять уже сказанное другими родителями.

Подвижная игра «Синички» В эту игру можно играть дома, вдвоем с малышом, а можно и в дружной детской компании. В компании, мне кажется, даже интересней получится.

Дети - «синички» сидят в углу комнаты, сложив «крылышки» и закрыв глаза. Взрослый говорит стишок, а дети выполняют действия, о которых рассказывается в стихе.

Вот в гнезде проснулись птички, разноцветные синички.

Тянут крылышки, встают, громко песенку поют.

«Синички» открывают глаза, встают, поднимают руки, пищат «пи-пи-пи».

Птички, поскорее крылья расправляйте, вылетайте.

Корм ищите по полям, по садам и по лесам.

Дети машут «крыльями», летают по полям, по садам и по лесам.

Поклевали их немножко.

Громко клювики стучат

- Вкусно! - птички говорят.

Присели на корточки, стучат пальцами по полу – «клюют».

Осторожнее, синички

Повнимательнее, птички!

К вам крадется кот Матвей

Улетайте поскорей!

«Кот» (взрослый) крадется к детям. «Птички» летят в гнездо. Кот их ловит

Игра-задание «Любимые игрушки»

Родителям предлагается назвать любимую игрушку своего ребенка или любимое занятие (например - слушать сказки). После этого родители находят в группе место, где стоят любимые игрушки ребенка. Воспитатель поясняет, что это за уголок, как эти пособия и игрушки влияют на эмоциональное развитие ребенка.

5. Ответы на вопросы родителей.

6. Раздача материалов в «Родительскую копилку»: «Эмоциональное благополучие ребёнка 3-4 лет», «Играем дома» (описание игр для занятий с ребёнком дома).

Стендовая консультация «Как помочь ребёнку снять психоэмоциональное напряжение».

Советует психолог:

«Что нужно знать родителям об эмоциональном развитии ребёнка 3-4 лет»

3 года – может вести себя некоторое время **нормально «хорошо»:**

- способен играть вместе с другими детьми в игрушки и фантазийные игры;

- может помогать взрослым;
- может в какой - то мере быть чутким к переживаниям других;
- допускает внесение незначительных изменений в обещания взрослых.

Нормальное (плохое) поведение:

- не хочет общаться и играть с другими детьми и взрослыми;
- не хочет заботиться о других;
- эмоционально глух к боли, причиняемой окружающим людям и животным;
- истерики, слёзы, крик.

4 года - ведёт себя **нормально «хорошо»** более продолжительное время:

Советы взрослому, которые помогут предупредить нежелательные формы поведения ребёнка:

- говорите малышу о своей любви к нему как можно чаще;
- целуйте его, обнимайте и берите на руки при каждом

- способен к сотрудничеству со сверстниками;
- способен усвоить правила очередности;
- может проявлять заботу о младшем или животном и сочувствие к обиженным.

Нормально «плохое» поведение

- напоминает поведение ребёнка более младшего возраста. (Снимается лаской и терпимостью взрослых к временному регрессу в поведении.)
взаимном желании и возможности;
- избегайте ситуаций, в которых ребёнок вынужден подчиниться вашему требованию поневоле;
- терпеливо демонстрируйте культурные формы отношений в ответ на агрессию ребёнка;
- сопровождайте телесные

контакты с ним словами нежности.

Нормальное (плохое) поведение:

- не хочет общаться и играть с другими детьми и взрослыми;
- не хочет заботиться о других;
- эмоционально глух к боли, причиняемой окружающим людям и животным;
- истерики, слёзы, крик.

4 года - ведёт себя **нормально «хорошо»** более продолжительное время:

- способен к сотрудничеству со сверстниками;

- способен усвоить правила очередности;
- может проявлять заботу о младшем или животном и сочувствие к обиженным.

Нормально «плохое» поведение

- напоминает поведение ребёнка более младшего возраста. (Снимается лаской и терпимостью взрослых к временному регрессу в поведении)

- играть с другими детьми и не хочет заботиться о других;
- эмоционально глух к боли, причиняемой окружающим людям и животным;
- истерики, слёзы, крик.

4 года - ведёт себя **нормально «хорошо»** более продолжительное время:

Приложение 9

ТЕМА 2: «В ЦАРСТВЕ УПРЯМСТВА И КАПРИЗОВ»

ИЛИ «КРИЗИС 3-летнего ВОЗРАСТА»

Цели:

- познакомить родителей с психологическими особенностями ребенка 3-х лет, симптомами течения кризиса 3-х лет;
- наметить пути преодоления острых кризисных проявлений.

План

1. Дискуссия «Симптоматика течения кризиса 3-х лет».
2. Решение педагогических ситуаций.
3. Практические советы:
 - А) «Как вести себя родителям в период кризиса».
 - Б) «Если ребёнок не слушается. Причины детского непослушания».
4. Рисование «Мир детства и мир взрослых».
5. Рефлексия «Самооценка»

Ход проведения

1. Дискуссия «Симптоматика течения кризиса 3-х лет».

Достаточно спокойный в эмоциональном плане период развития с года до трёх лет заканчивается. Впереди кризис трёх лет. Ваш ещё совсем недавно ласковый и послушный ребёнок вдруг становится упрямым, истеричным, строптивым, словом, по мнению родителей, неуправляемым. Взрослые при этом зачастую не знают, как себя вести и что делать с этим маленьким упрямцем.

Недаром известный педагог С. Соловейчик назвал этот период "большой войной с маленьким человечком".

Кризис трёх лет - эмоционально очень тяжёлый период развития, как для родителей, так и для самого ребёнка. Изменяется поведение малыша, обостряется его стремление к самостоятельности, он начинает чувствовать себя независимым от взрослых. В чём же причины этих явлений? Как максимально безболезненно пережить время кризиса?

Уже отмечалось, что в это время ребёнок становится более самостоятельным, независимым от родителей, начинает понимать, что уже многое он может сделать сам, без их помощи. Проявление самостоятельности связано с попыткой ребёнка научиться жить и действовать самому, как отдельному, ни от кого не зависящему существу. Одним из признаков этого является то, что малыш начинает говорить о себе в первом лице. Если раньше вы слышали: "Маша хочет пить!", то теперь ребёнок совершенно отчётливо произносит: "Я хочу пить!" Слово "Я" в его лексиконе становится одним из самых употребляемых. Вы только и слышите: "Я... я... я!". Это "Я" постепенно переходит в "Я - сам!"

Это очень тонкий момент, на который следует обратить особое внимание. Внешние проявления кризисного поведения малыша связаны с его упрямством, негативизмом и строптивостью. Ребёнок хочет быть хозяином своего поведения и настаивает на этом. Его упрямство - способ проявления собственной воли. Он не даёт маме помочь одеть колготки, построить дом из кубиков, на прогулке тянет её туда, куда хочется именно ему. На любое возражение может реагировать криком, слезами, нередко переходящими в настоящую истерику. Он часто отказывается от любого предложения взрослого - "Не хочу!", "Не буду!", "Не надо!". Такая капризность ребёнка - пока единственная возможность

проявления своей значимости, а также возможность потребовать её уважения от других. Он отрицает всё, что исходит от взрослого.

И от того, насколько безболезненно пройдёт кризис 3-х лет, зависит дальнейшее эмоционально-личностное развитие малыша. Кризис 3-х лет называют «семизвездием симптомов», давайте попробуем разобраться, что представляет собой каждый из этих симптомов.

Психолог обращает внимание родителей на плакат с изображением семиконечной звезды.

Симптомы кризиса 3 лет:

1) Ярко выраженный негативизм (стремление делать всё наоборот, только потому, что его об этом попросили).

Ребёнок отказывается делать то, что мы его просим, не потому, что ему не хочется, а только потому, что его попросили об этом. Если родители используют авторитарный стиль в общении с ребёнком, то могут провоцировать приступы негативизма всякий раз, когда отдают строгий приказ, например: «Не трогай!», «Ешь быстро!» и др. При резкой форме негативизма ребенок отрицает всё, доходя до абсурда: «Это платье белое», - говорит мама, а ребёнок вопреки очевидному: «Нет, оно чёрное». Негативизм - это отношение не к предметной ситуации, а к человеку, его следует отличать от непослушания. При негативизме ребёнок поступает наперекор своему желанию, а при непослушании же он следует своему желанию, которое идёт вразрез с желанием взрослого. Негативизм избирателен: ребёнок отказывается выполнять просьбы только определённых людей, например, только мамы или только одного из воспитателей группы. С другими же он послушный и покладистый. Главный мотив, - который движет ребёнком, - сделать не так, как просят, а наоборот.

2) Упрямство (ребёнок добивается своего только потому, что он этого захотел).

Например, ребёнка, который уже проснулся, мама просит встать с постели. Но ребёнок в течение долгого времени не соглашается, хотя ему уже надоело лежать и хочется поиграть. Однако он заявляет: «Сказал - не встану, значит, не встану!». Зачастую родители встают на позицию «кто - кого», тем самым усугубляют, закрепляют проявление упрямства и загоняют ребёнка «в угол», лишая возможности выйти с достоинством из возникшей конфликтной ситуации.

3) Строптивость (капризы по любому поводу, постоянное недовольство всем, что предлагает взрослый).

Строптивость направлена не против человека, а против самого образа жизни, против тех правил, которые были в его жизни до 3 лет. Нежелание идти рядом с мамой за ручку, капризы по любому поводу - выражение этого симптома. Особенно ярко строптивость проявляется при авторитарном воспитании.

4) Своеволие (проявляется в том, что ребёнок всё хочет делать сам, даже если не умеет). В этом случае проявляется тенденция ребёнка к самостоятельности.

Остальные три симптома встречаются реже:

5) Протест - бунт против окружающих (ребёнок ссорится со всеми, ведёт себя агрессивно - ребёнок находится в состоянии войны с окружающими). Он выливается в частые ссоры с родителями.

6) Обесценивание ребёнком личности близких (обесцениваются старые привязанности ребёнка к вещам, людям, к правилам поведения). Ребёнок говорит бранные слова в адрес родителей и других взрослых, замахивается игрушками, отказывается с ними играть. Он может ещё недавно любимые игрушки бросать, ломать, рвать книжки, называть их плохими словами.

7) В семьях с одним ребёнком встречается **стремление к деспотичному подавлению окружающих**. Вся семья должна удовлетворять любое желание маленького тирана, в противном случае её ждут истерики. Если в семье несколько детей, этот симптом проявляется в ревности, агрессии, в требовании постоянного внимания к себе.

Специалисты по детской психологии, описывающие симптомы этого кризиса, подчёркивают, что в центре его стоит бунт ребёнка против авторитарного воспитания, против сложившейся ранее системы отношений в семье, за эмансипацию своего «Я». Ребёнок всё чаще произносит: «Я - сам», что говорит о стремлении к самостоятельности, автономности.

В этот период происходит ломка прежних и становление новых качеств личности. Появляется «гордость за достижения», ребёнку требуется одобрение, похвала взрослого. Признание окружающих меняет чувства ребёнка - переживание успеха или неуспеха. Он начинает смотреть на себя глазами другого.

Кризис трёх лет проявляется в трёх сферах отношений ребёнка:

- **в отношении к предметному миру** (ребёнок всё больше стремится к самостоятельности, не терпит опеки взрослого; острая, аффективная реакция на критику в свой адрес, обидах на самое невинное замечание; меняется характер действий ребёнка с предметами, возникает игра с воображаемым объектом);
- **в отношении к другим людям** (корыстное фантазирование, острая потребность ребёнка в оценке своих действий);
- **в отношении к самому себе** (у ребёнка появляется гордость за свои достижения, которая и является положительным итогом кризисного периода и раннего возраста в целом).

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса. Ведь кризис - это яркое проявление ребёнка в самоутверждении. И, наоборот, внешняя «бескризистность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманной, и свидетельствовать о том, что в развитии ребёнка не произошло соответствующих возрастных изменений. Следует ещё раз подчеркнуть, что такое тяжёлое кризисное поведение - абсолютно нормальное поведение для трёхлетнего ребёнка. Яркое проявление самостоятельности и самоутверждения ребёнка - свидетельство того, что его развитие идёт в соответствии возрасту.

2. Обсуждение и решение педагогических ситуаций родителями.

1 ситуация. Мальчик очень любит кататься на велосипеде. Ему не всегда разрешают, но сегодня говорят: - Иди, катайся! На что он отвечает: - Не пойду.

Вопросы:

- Какой симптом кризиса 3-х лет здесь проявился?
- Почему негативизм, а не упрямство?

Ответ: Негативизм - дело в том, что он уловил в голосе мамы повелительные нотки, и захотел сделать, наоборот, вопреки своему желанию покататься).

2 ситуация. Двухлетний Кирюша с усилием надевает колготки. Трудное занятие! Наконец-то после долгих усилий колготы почти надеты, но... наизнанку! Мать прекращает, как она говорит, «эту бесцельную возню», быстрым движением, не скрывая раздражения, старается натянуть колготы сыну. Малыш поднимает крик: - Сам, сам! Сам! Мама строго говорит: - Сиди спокойно и не капризничай! Не умеешь, а кричишь «сам».

Вопросы:

- Правильно ли поступила мама?

- Каковы последствия поведения мамы?
- Бывают ли подобные ситуации у вас?
- Как вы выходите из них?
- Что бы вы посоветовали Андрюшиной маме?

Ответ: Это яркое проявление своеволия, как стремления к самостоятельности. Надо всячески поддерживать это стремление, иначе дети вырастут пассивными, ленивыми. Пример. Ребёнок пытается одеться сам, но мама всё делает за него. Он тяжело вздыхает и говорит: «А я так хотел сам!».

3. Практические советы (можно предложить их в виде памяток).

А) «Как надо вести себя родителям в период кризиса 3-х лет»

- Взрослые должны сохранять общее положительное отношение ребёнка к самому себе. Поддерживайте в ребёнке уверенность в своих возможностях.
- Удвойте внимание и заботу о ребёнке, не допускайте нервозности и суеты в общении с малышом.
- Следите за питанием, сном и отдыхом малыша, не допускайте нервных перегрузок.
- Не следует сравнивать неудачи ребёнка с успехами других. Не упрекайте малыша, если он допустил промах, не обвиняйте его, старайтесь не замечать неудач ребёнка.
- Там, где возможно, дайте ему право самому выбирать дайте большей самостоятельности.

- Уважайте замыслы малыша, отвечайте так, чтобы ребёнок чувствовал вашу заинтересованность в его делах.
- Как только ребёнок начинает капризничать, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете (обнимите его, уверьте в своей любви), и постарайтесь отвлечь от каприза.
- Когда ребёнок успокоится, ласково поговорите с ним. Скажите ему, что Вас огорчило его поведение, выразите уверенность, что в дальнейшем он будет вести себя лучше. Помогите ребёнку осознать вредные для него последствия любых капризов.
- Если Вы позволите малышу с помощью истерики добиться цели, это станет устойчивой формой поведения.
- Постарайтесь поменьше читать мораль, устанавливать запреты и побольше ласки, терпения, даже ценой некоторых компромиссов.

Б) «Как не надо вести себя родителям в период кризиса 3-х лет»

но ругать и наказывать ребёнка за все неприятные для самостоятельности.

- говорить «да», когда необходимо твёрдое «нет».
- пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что в дальнейшем у ребёнка может повыситься чувство гасить активность ребёнка, ограничивая круг его взаимодействия с окружающими людьми и новыми предметами.
- приучать ребёнка к пассивности и лени - делая за ребёнка то, что может

сделать сам самостоятельно.

•

приучать малыша к лёгким победам, давая повод для самовосхваления, потому что потом любое поражение для него станет трагедией. И в то же время не подчёркивать свою силу и превосходство над ним, противодействуя ему во всём - это приведёт чуть позже к безразличию во всём или к разным видам завуалированного мщения исподтишка.

апомните, все, что происходит с ребёнком, мы рассматриваем и оцениваем с позиции взрослого, а не его, многое, не понимая при этом. Большинство родителей пугаются кризиса только потому, что им не с кем сравнивать своего малыша.

В) « Если ребёнок не слушается. Причины детского непослушания».

Ваш ребёнок не слушается, делает всё вам наперекор? Кричит, когда вы просите тишины, убегает, когда вы его зовёте, ломает и разбрасывает игрушки?

Тревожный сигнал! Что делать? Над этим стоит задуматься! Вот некоторые возможные причины такого поведения, почему ребенок не слушается, а Вы попробуйте проанализировать свою ситуацию и понять, что же не устраивает вашего ребёнка:

- Страх расставания с родителями. Малыши чувствуют себя уверенно, когда родители рядом, очень нервничают, когда на какое-то время нужно разлучиться. Страх перед разлукой начинает проявляться в возрасте 7-ми месяцев, а затем к трем годам постепенно исчезает.
- Требуют внимания к себе. И если родители мало времени уделяют ребенку, они работают, а малыш постоянно с няней или бабушкой. Иногда такие дети перестают слушаться, капризничают, постоянно раздражают родителей, добиваясь внимания к себе. Эта причина самая распространенная.
- Ревность. Ребенок хочет, что бы все внимание уделялось ему, и если родители обратили внимание на кого-то другого, это вызывает сильное негодование.

Малыш будет применять все доступные ему средства, лишь бы опять стать «центром вселенной». При этом они запросто могут толкнуть своего младшего брата или сестричку, выключить телевизор, закричать на вас или даже ударить чем-то. Ведь на этот раз родители обязательно обратятся к нему.

- Причиной детского непослушания могут также стать усталость или болезнь. Если у ребенка режутся зубы, или болит что-то, ребенок не слушается, он капризничает, ему плохо. И родители должны это понять.
- Чувство разочарования. Умственное развитие ребенка опережает физическое: он уже отлично понимает, что нужно сделать, но пока еще недостаточная координация движений не позволяет этого. Малыш складывает матрешку или кубики, но все рассыпается. Так старается взять картошку ложкой, но картошка, почему-то, падает. В таком случае необходимо родительское одобрение, поддержка, ни в коем случае не наказываете малыша.
- Иногда некоторые родители ожидают от своего малыша поведения взрослого человека, но такого не бывает. Малыш не может вести себя, как взрослый и с этим нужно считаться.

Это основные причины, почему **ребенок не слушается**. Знание этих причин поможет избежать многих конфликтов.

4. Рисование «Мир детства и мир взрослых».

Обсуждение:

- есть ли взаимодействие между миром взрослых и детей;
- как они могут помочь друг другу;
- в каком мире вам хочется быть сейчас;
- есть ли на рисунке место конфликту, где? И т. д.

5. Рефлексия «Самооценка».

Уважаемые родители продолжите фразу: «Работая с группой, я понял (а), что...».

ТЕМА 3: «Колобок и я – лучшие друзья»

(совместная детско-родительская деятельность)

Цель. Создание эмоционально положительного настроения участников. Совершенствование общения родителей, детей и педагогов, их психоземotionalного контакта в ходе совместной игровой деятельности. Тренировка мелкой моторики, координации речи с движением.

План проведения:

- 1.Приветствие и вступительное слово психолога. Раздача памяток (приложение А).
2. Игра «Ладони»
- 3.Хороводная игра «Колобок, Колобок – тоненькие ножки».
- 4.Пальчиковая гимнастика «Колобок».
- 5.Рисование «Колобки весёлые и грустные».
- 6.Прощание. Рефлексия.

Ход проведения

1.Приветствие и вступительное слово психолога.

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы собрались, чтобы поговорить о значимости эмоционального благополучия ребёнка для сохранения и укрепления его здоровья.

В возрасте 3-4 лет ребёнок начинает осознавать своё «Я», свою активность, деятельность. Усложняется эмоциональная жизнь малыша: обогащается

содержание эмоций, формируются высшие чувства. От общения только с матерью ребёнок переходит к общению со сверстниками. Именно в этом возрасте чаще всего ребёнок приходит в детский сад, где возникают новые отношения с людьми. Смена социального окружения может сопровождаться повышением тревожности, нежеланием общаться с окружающими, замкнутостью, снижением активности, капризами и истериками. Важно, чтобы уже в этом возрасте ребёнок рос в атмосфере добра, уважения и взаимопонимания, научился понимать своё эмоциональное состояние и состояние других людей, различать хорошие и плохие поступки, приобрести такие важные человеческие качества, как сочувствие, сопереживание, добросердечность. А в этом ему должны помочь мы взрослые – родители и педагоги. Предлагаем вам несколько советов, которые помогут вам наладить с вашим ребёнком более тёплые и доверительные отношения (приложение А. Памятка «Минуты нежности», «Что нужно знать родителям об эмоциональном развитии ребёнка».)

Сегодня мы вместе с детьми поиграем в игры, которые помогут вам не только занять ребёнка игрой, но и научить его легче адаптироваться в группе детей, поспособствуют повышению уверенности ребёнка в своих силах. Ведь эффективные взаимоотношения с детьми помогут ребёнку без проблем войти во взрослый мир.

Дети вместе с воспитателями заходят в зал и садятся рядом с мамами.

2.Приветствие игра «Ладони».

Цель. Снять эмоциональное напряжение; способствовать установлению тёплых доверительных отношений с взрослыми.

Ход игры. Дети и родители стоят, или сидят в кругу. Психолог просит показать свои ладони, дети протягивают их. Психолог на первый куплет

гладит ладошки двумя руками каждому ребёнку, а на второй куплет протягивает свои ладони детям, и они поглаживают их. Важно поприветствовать всех детей.

1. Дай ладошку, моя крошка,

Я её поглажу,

А потом возьму вторую

И её поглажу.

2. Вот моя ладошка,

Погладь её крошка.

Погладь, моя крошка,

Вторую ладошку.

Затем дети поворачиваются к мамам и выполняют те же движения в паре с мамой.

Психолог. Посмотрите-ка, ребятки, не успели мы поздороваться, а к нам уже в гости спешит Колобок. Давайте поприветствуем его.

- А как вы думаете, куда покатился Колобок по дорожке? (ответы детей)

- Давайте вспомним, кого встретил Колобок в лесу (дети называют, а психолог выставляет карточки с изображением зайца, волка, медведя, лисы в разных эмоциональных состояниях, дети вспоминают и называют эмоции).

Колобок приглашает детей и мам поиграть и спеть его любимую песенку.

3. Хороводная игра «Колобок, Колобок тоненькие ножки».

Одна из мам с ребёнком берут Колобка и садятся на корточки, остальные участники встречи, взявшись за руки, образуют круг и водят вокруг них хоровод:

Колобок, колобок

Тоненькие ножки,

Колобок, колобок,

Новые сапожки.

Мы тебя кормили,

Мы тебя поили.

(останавливаются и 2 раза протягивают руки к сидящим в центре)

На ноги поставили,

(помогают подняться сидящим в центре)

Танцевать заставили!

Танцуй сколько хочешь,

(«Колобок» танцует, остальные хлопают в ладоши)

Выбирай, кого захочешь!

(«Колобок» выбирает следующую пару.)

Игра повторяется 2-3 раза.

4.Пальчиковая гимнастика "Колобок".

Цель: развитие внимания, гибкости пальцев.

Я, колобок, колобок! (Катают в руках воображаемый колобок.)

По сусекам скребен, (Правой ладонью скребут по левой ладони.)

По амбару метён, (Имитируют подметание пола.)

На сметане мешен, (Делают круговые движения кистью)

Приложение 10

Ранжирование показателей

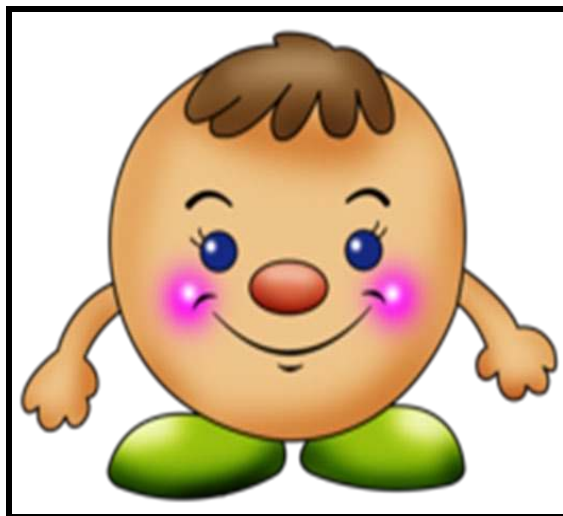
Испытуем.	ЭГ	Ранги	КГ	Ранги
1.	36	40	35	37
2.	36	39	35	36
3.	36	38	35	35
4.	5	5	8	8
5.	34	34	12	12
6.	6	6	29	29
7.	32	32	4	4
8.	17	17	10	10
9.	30	30	14	14
10.	28	28	16	16
11.	5	5	27	27
12.	26	26	33	33
13.	15	17	25	25
14.	13	13	31	31
15.	7	7	23	23
16.	24	24	2	2
17.	11	11	3	3

18.	22	22	18	18
19.	9	9	21	21
20.	20	20	19	19
Сумма		417		403
Среднее по группе	17,8		22,6	

Суммируем реальные ранги. Сумма рангов: $360+460=820$

Проверим правильность ранжирования по формуле:

Сумма рангов: $1+2+3+N = N(N+1) : 2 = 40(40+1) : 2 = 1640 : 2 = 820$

Приложение 11**УДИВЛЕНИЕ****РАДОСТЬ****ГЕРОИ СКАЗКИ «КОЛОБОК» (ФЛАНЕЛЕГРАФ)**





Отзывы педагогов и родителей

В ходе реализации программ педагоги-психологи тесно сотрудничали с педагогами и родителями. После проведенных встреч с родителями, заметно повысилось число консультаций. Специалисты отмечают, что родители стали больше внимания на свой стиль воспитания. Педагоги отмечают положительную динамику в поведении и развитии детей, а также позитивно оценивают проведение тренингов психологами.

Примеры отзывов педагогов:

Алексеева Н.Н. воспитатель подготовительной группы ДОУ №107

«Программа является интересной, познавательной, значимой для детей подготовительной к школе группы. Дети стали больше интересоваться друг другом, лучше общаться. Так, например, Настя в начале года часто плакала, потому что не могла найти контакт с детьми. После занятий девочка стала более уверенной и авторитетной среди детей. К ее мнению стали прислушиваться».

Пименова С.В. учитель - логопед подготовительной к школе группы

«Считаю работу по программе эффективной и полезной. До участия в программе Гриша все время тревожился и всего боялся, постоянно твердил, что у него ничего не получается. Занимаясь по программе, постепенно начал успокаиваться, у него многое стало получаться. Мальчик стал чаще улыбаться, уверенность появилась».

Примеры отзывов родителей:

«Программа помогла моему Саше повысить самооценку, найти друзей, он теперь легко общается со сверстниками и даже взрослыми во дворе»

Мама Саши Г.