

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра общей и консультативной  
психологии

---

**«Влияние арт-терапии на развитие эмоционально-волевой сферы  
старших дошкольников»**

---

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

---

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
МАГИСТРА

студента (ки)   3   курса  384  группы

направления  
(специальности)

 37.04.01 «Психология» 

код и наименование направления (специальности)

---

факультета психологии

---

наименование факультета, института, колледжа

---

 Дворцовой Екатерины Алексеевны 

фамилия, имя, отчество

---

Научный руководитель  
(руководитель)

к.пед.н., доцент

---

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

 Е.Г. Евдокимова 

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д.псих.н., доцент

---

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

 С.В. Фролова 

инициалы, фамилия

Саратов 2022

## **Введение**

Арт-терапия – одно из самых интересных направлений практической психологии. Сегодня арт-терапия имеет многочисленные формы и вариации, эту методику работы используют психотерапевты, клинические психологи и педагоги-психологи.

В психологии арт-терапия через творческую самореализацию позволяет человеку обрести гармонию с собой и с миром, сбросить психоэмоциональное напряжение. Этот метод психокоррекции позволяет установить связь между сознательной сферой человека и его подсознанием.

В период дошкольного детства арт-терапия – это инновационный метод развития мышления, воображения и эмоционально-волевой сферы. В ходе таких занятий у детей формируются коммуникативные навыки и умение сотрудничать.

*Актуальность выбранной темы исследования* определяется широким изучением сенситивного периода развития эмоционально-волевой сферы старших дошкольников. Психологические исследования и практические наблюдения за дошкольниками показывают, что у многих современных детей все чаще встречаются различного рода трудности и проблемы в развитии личности, среди которых дисгармония эмоционально-волевой сферы занимают одно из ведущих мест.

*Степень разработанности проблемы.* В нашей стране и за рубежом растет интерес к применению арт-терапии как метода коррекции в практической психологии образования. Арт-терапия используется как средство гармонизации и развития психики человека, а особенно ребенка через занятия художественным творчеством.

Анализ результатов психолого-педагогических исследований (Л.С. Выготский, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, М. В. Киселева, А.И. Копытин, Л. Д. Лебедева, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн) показал, что данный метод способствует повышению самооценки, учит расслабляться и избавляться от негативных эмоций, в частности очень эффективен для коррекции эмоциональных нарушений у детей.

Специалисты в области дошкольной педагогики и психологии (Т.Ф. Казакова, М. В. Киселева, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л.Д. Лебедева, О.В. Хухлаева, М.И. Чистякова) подчеркивают роль арт-терапевтического процесса в повышении адаптационных возможностей ребенка. Поэтому развивающие возможности арт-терапии по отношению к детям старшего дошкольного возраста с трудностями в эмоциональном самоопределении имеют огромный потенциал.

Исследуя данную проблему, следует признать, что нынешнее состояние образования, в частности дошкольного, не позволяет эффективно решать задачи сохранения психологического здоровья детей и требует научной разработанности новых подходов к этой проблеме.

Актуальность данного исследования заключается в использовании арт-терапии, в рамках учебно-воспитательного процесса дошкольного учреждения с целью профилактики и коррекции негативных эмоциональных состояний у детей — дошкольников.

**Цель исследования** - разработка и апробирование программы рекомендаций, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста, используя метод арт-терапии.

Для достижения цели исследования были поставлены следующие **задачи**.

- Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме психологического развития эмоциональной сферы старшего дошкольника и подобрать комплекс методик для диагностики эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста;
- Экспериментально изучить особенности эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста;
- Провести сравнительный анализ в динамике данных, полученных от экспериментальной группы и анализ данных участников обеих групп исследования по различным критериям развития эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста;
- Выполнить статистический анализ различий посредством t-критерия Стьюдента и оценить уровень значимости;
- Составить программу рекомендаций по психолого-педагогическому развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с использованием метода арт-терапии и обосновать необходимость изучения и развития эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста в условиях образовательного учреждения.

**Объектом** нашего исследования выступают развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста в условиях пребывания в дошкольных образовательных учреждениях.

**Предметом** исследования является влияние арт-терапии на развитие эмоционально-волевой сферы старших дошкольников.

В рамках эмпирического исследования методами диагностики были выбраны специально разработанная авторская психологическая анкета с использованием количественной шкалы субъективных оценок для эксперта-преподавателя.

При помощи анкеты был осуществлен сбор информации о регулярности и длительности посещения занятий детьми и изменениях в их поведении и характере человека. В исследовании приняли участие 54 ребенка в возрасте 5-7 лет, из них 28 ребят принадлежали к экспериментальной группе и занимались в кружке изобразительного искусства, и 26 ребят, воспитанников старшей группы детского сада, которые не посещали занятия по арт-терапии. Средний возраст - 6 лет.

*Теоретическим методом* служило изучение и анализ литературы; обобщение.

Выбор психодиагностического инструментария осуществлялся в соответствии с поставленными задачами исследования и требованиями валидности, надёжности, стандартизации и адаптации используемых методик. Достоверность опроса подтверждена добровольным согласием респондентов на прохождение опроса.

Также помимо анкетирования преподавателей среди участников обеих групп исследования были проведены тест тревожности по методике «Выбери лицо» авторов Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен., тест «Опросник страхов» А.И. Захарова, графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой. Для проведения этих тестирований были предложены графические рисунки, и дети непосредственно отвечали на вопросы педагогов и рисовали свои изображения. В качестве метода статистической обработки и определения уровня значимости выступил t-критерий Стьюдента.

*Новизна* исследования выпускной квалификационной работы (магистерской диссертации). Метод арт-терапии является одним из самых подходящих инструментов работы с детьми дошкольного возраста, в том числе для развития эмоциональной сферы.

Данное направление имеет достаточную методологическую базу, однако практико-ориентированных исследований недостаточно, поэтому изучение этой области является актуальным.

**Практическая значимость** проделанной работы заключается в том, что арт-терапевтические методики, техники, которые рекомендованы к регулярному применению в разработанной программе, эффективны и несут развивающую и терапевтическую пользу. Поэтому использование методов арт-терапии для развития эмоционально-волевой сферы старших дошкольников необходимо адаптировать и рекомендовать к широкому применению в работе с детьми старшего дошкольного возраста в учреждениях общего дошкольного образования и дополнительных кружках с целью профилактики и коррекции негативных эмоциональных состояний, нормализации эмоционально-волевой сферы личности, способствующих гармонизации и духовно-нравственному и физическому оздоровлению.

**Структура работы** определяется целью и задачами исследования и состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

### **Основное содержание работы**

**В первой главе** изучены: теоретические основы понятия и виды арт-терапии, условия и факторы развития детей старшего дошкольного возраста; специфика эмоционально-волевой сферы, основные факторы влияния, особенности применения арт-терапии в развитии эмоциональной сферы в дошкольном возрасте, анализ отечественных и зарубежных концепций метода арт-терапии.

**Во второй главе** приведено эмпирическое исследования по влиянию арт-терапии на развитие эмоционально-волевой сферы старшего дошкольника.

В эмпирической части нашего исследования, целью которого являлось выявление степени и характер влияния арт-терапии на развитие эмоционально-волевой сферы старших дошкольников, были поставлены задачи:

- разработка авторского психологического опросника;
- реализация эмпирического исследования посредством личного наблюдения за работой на занятиях старших дошкольников;
- устное и письменное анкетирование эксперта-преподавателя изобразительного кружка;
- устное и письменное анкетирование воспитателя старшей группы детского сада;
- проведение графических методик вместе с экспертом-преподавателем у детей старшего дошкольного возраста;
- обработка полученных результатов;
- анализ и обобщение полученных результатов, формулировка выводов, достижение цели исследования.

После завершения первого этапа эмпирического исследования по сбору и обобщению полученной информации были сделаны выводы: посещаемость занятий на уровне выше среднего, больше половины группы посещают занятия на протяжении длительного времени, эмоциональная вовлеченность характеризуется величиной выше среднего, критерий наличия сдвигов креативности составил 75%, то есть 3/4 испытуемых проявили себя креативно.

Более высокий уровень усидчивости продемонстрировали почти все участники экспериментальной группы, за исключением 5 ребят.



Научились более успешно фокусироваться на процессе 75% участников, остальные пока не проявили успехов по этому критерию.

Более уверенными в себе стали чувствовать себя 79% ребят, 6 участников группы пока не показывают такой результат.

Заметное снижение фоновой тревожности отметили почти у всей группы испытуемых в арт-кружке, за исключением троих ребят.

Таким образом, по истечении первого периода исследования, а именно 6 месяцев, можно сделать вывод о том, что влияние арт-терапии на эмоционально-волевую сферу старших дошкольников колоссально и имеет прямой позитивный эффект. Участники группы планируют посещать кружок и далее, тем самым улучшать свои показатели и развивать навыки креативности и контроля над эмоционально-волевой сферой личности.

Далее был проведен сравнительный анализ в динамике данных от участников экспериментальной группы по истечении 1 года и 6 месяцев регулярных занятий. Значительно увеличилась посещаемость занятий детьми, больше половины группы ходят довольно регулярно, допуская пропуски редко и по уважительным причинам. И 36% испытуемых в этой группе стабильно ходят в студию, занимаются арт-терапией. По истечении 1,5 лет исследования эмоциональная вовлеченность старших дошкольников в занятия арт-терапией немного снизилась. Около 30% детей недостаточно эмоционально включены в работу, еще 30% наоборот, показывают лучший результат, остальные на среднем уровне. Чуть менее половины детей стараются на высоком уровне эмоционально вкладываться в процесс. И половина участников имеют максимальный показатель по эмоциональной включенности в занятия арт-терапией. Это говорит о высоком интересе к технике психологического расслабления и проявления эмоций, соответственно о большом положительном эффекте от таких занятий.

Также стоит отметить 100%-й показатель наличия сдвигов креативности у всех детей. В предыдущий отчетный период одна четвертая часть детей не продемонстрировали изменений.

Необходимо добавить, что за прошедший год у всех участников наметились позитивные тенденции в улучшении показателей эмоционально-волевой сферы личности.

Таким образом, арт-терапия — это прекрасный инструмент для проработки как негативных переживаний, так и позитивных эмоций, а также данный метод является эффективным при купировании немотивированной агрессии и аутоагрессии, которые так часто дети не могут проявить в доступной форме и самостоятельно справиться со своим эмоциональным состоянием. Далее был проведен сравнительный анализ на основе данных от воспитателя старшей группы в детском саду и сделаны выводы. Одна пятая часть группы практически эмоционально не реагировала на творческий процесс. 42% испытуемых данной группы показали средний балл вовлеченности. И почти 40% продемонстрировала высокий уровень заинтересованности на занятии. Стоит отметить, что эти показатели значительно ниже тех, что были отмечены у экспериментальной группы. 62% ребят проявили себя креативно, остальные не продемонстрировали творческой заинтересованности. Таким образом, ребята из экспериментальной группы показали значительные позитивные изменения в эмоционально-волевой сфере, а именно 89% группы стали работать на занятиях максимально эмоционально вовлеченно в процесс арт-терапии, всего 11% участников показали среднее значение. Минимального в данной группе нет. В контрольной группе всего 42% получили верхние оценки по шкале, 39% продемонстрировали себя на среднем уровне, 19% дошкольников дали минимальные результаты.

Исследуя изменения в креативности ребят из групп, отметим, что все участники экспериментальной группы показали положительные сдвиги, когда как в контрольной группе старшие дошкольники также хорошо себя проявили всего 62%.

После проведения сравнительного анализа, следующим этапом становится осуществление статистического анализа. после определения основных (выборочных) характеристик и анализа одной выборки, является совместный анализ нескольких выборок. Важнейшим вопросом, возникающем при анализе двух выборок, является вопрос о наличии различий между выборками. Обычно для этого проводят проверку статистических гипотез о принадлежности обеих выборок одной генеральной совокупности или о равенстве средних.

В данном исследовании вид распределения выборки нам задан, в этом случае задача оценки различий двух групп независимых наблюдений может решаться с использованием параметрического критерия статистики, а именно критерия Стьюдента ( $t$ ), так как сравнение выборок ведется по средним значениям ( $X$  и  $Y$ ), в нашем случае экспериментальная группа (1) и контрольная группа (2).

Значение данного критерия составило 83,6. Это значение больше, чем значение 3,416, следовательно уровень значимости меньше 0,001. Если уровень значимости меньше 0,05, можно сделать вывод о наличии различий между группами.

Таким образом, между двумя группами есть различия в уровне сдвигов эмоциональной вовлеченности.

Получив достоверные данные сравнительного и статистического анализа, следует сделать вывод о том, что проявление качеств эмоционально - волевой сферы, такие как усидчивость, умение фокусироваться, уверенность в себе, отмечены на низком уровне у большинства контрольной группы, у большей части ребят прослеживается наличие фоновой тревожности. Эти данные говорят о том, что у ребят меньше возможностей научиться правильно трактовать и контролировать свои эмоции, тогда как у старших дошкольников, посещающих изобразительный кружок есть шанс научиться понимать свои чувства и бережно их проявлять.

Далее для того, чтобы выявить детей с повышенным уровнем тревожности мы использовали «Тест тревожности» авторов Р.Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. Так же данный тест позволяет выявить область, в которой ребенок испытывает наибольшую тревогу: в отношениях со сверстниками, в отношениях с родителями, в ситуации одиночества.

Показатель общей тревожности также у участников экспериментальной группы выше, чем у представителей контрольной группы. Разница составляет 1,5 балла.

Таким образом, прослеживается тенденция к более высоким показателям уровня тревожности по всем сегментам у детей из экспериментальной группы в сравнении с показателями, полученными от участников контрольной группы.

Следующим этапом выступил анализ полученных ответов по «Опроснику страхов» автора А.И. Захарова. Ребятам были заданы 29 вопросов относительно их страхов. Автор методики отмечает, что индекс страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста в норме составляет 9. Среди ответов экспериментальной группы максимальные значения набрали 9 категорий страхов.

При анализе ответов контрольной группы максимальные показатели у тех же видов страхов, но стоит отметить, что по другим типам страхов показатели немного выше, чем у экспериментальной группы.

Далее было проведено графическое тестирование «Кактус». Целью исследования стало выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности. Автор используемой методики М. Панфилова.

Исходя из полученных данных можно сделать вывод, что агрессия и тревожность у детей выражается в невербальном эмоциональном фоне, который можно определить по внешним признакам (если внимательно наблюдать за ребенком) и при диагностике.

Таким образом, можно отметить, что все дети оптимистично настроены, но у детей из контрольной группы значения, характеризующие показатели агрессии, неуверенности в себе, интровертированности выше, чем у участников экспериментальной группы. Поэтому из этого следует, что посещение занятий по арт-терапии положительно сказывается на развитии эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, была подтверждена гипотеза исследования.

**Основная гипотеза:** регулярное посещение занятий по арт-терапии с качественным выполнением заданий благоприятно и эффективно влияет на эмоционально-волевою сферу и личность старших дошкольников.

На основании результатов проведенного эмпирического исследования сформированы рекомендации по Рекомендации по применению арт-терапии в качестве фактора развития эмоционально-волевой сферы, представленные в третьем параграфе второй главы диссертации.

В заключении отражены выводы, полученные во время эмпирического исследования.