

УДК 373.2 : 159.942.5

DOI: 10.26140/anip-2019-0804-0064

КОРРЕКЦИЯ НЕГАТИВНЫХ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

© 2019

Велиева Светлана Витальевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры
возрастной, педагогической и специальной психологии

Ярабаева Наталья Юрьевна, аспирант

*Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева
(428000, Россия, Чебоксары, ул. К. Маркса, д. 38, e-mail: stlena70@mail.ru)*

Аннотация. Рост числа детей с психосоматическими заболеваниями, эмоциональными и поведенческими проблемами с одной стороны, и целевые ориентиры и приоритетные задачи ФГОС дошкольного образования, с другой стороны, обуславливают поиск эффективных средств и технологий психологической и педагогической коррекции негативных психических состояний у детей дошкольного возраста. Аналитический обзор подходов к пониманию феноменологии психических состояний, средств их развития и коррекции позволил определить ключевые маркеры их оценки, выделить направления и средства коррекционной работы. Изучение актуализированных психических состояний и их компонентов проводилось посредством наблюдения, тестирования при помощи методик «Цветовые пороги» (Э.Т. Дорофеева), «Паровозик» (С.В. Велиева), «Дом. Дерево. Человек» (Дж. Бук). С опорой на полученные данные была сконструирована и апробирована модель коррекции негативных психических состояний у старших дошкольников посредством интеграции нейропсихологических и арт-терапевтических игровых упражнений. Для статистической обработки материалов исследования применялся χ^2 -критерий Пирсона, таблицы критических значений, описательные характеристики. Эмпирически обнаружено, что специально подобранный комплекс интенсивных комплементарных игровых заданий способствует позитивному преобразованию различных структурных компонентов психических состояний, повышению степени психоэмоционального благополучия и снижению интенсивности функционального напряжения, функционального и аффективного возбуждения. Наиболее целесообразно применение цикла занятий для коррекции физиологических, моторных и эмоциональных компонентов психических состояний.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, позитивные и негативные психические состояния, нейропсихологические средства, арт-терапия, игровая деятельность, цикл коррекционных интегрированных занятий, маркеры оценки.

CORRECTION OF NEGATIVE MENTAL CONDITIONS IN CHILDREN OF PRESCHOOL AGE BY MEANS OF NEUROPSYCHOLOGICAL AND ART-THERAPEUTIC EXERCISES

© 2019

Velieva Svetlana Vitalevna, candidate of psychological sciences, associate professor
of the department of age, pedagogical and special psychology

Yarabaeva Natalya Yuryevna, graduate student

*Chuvash State Pedagogical University named after I. Yakovleva
(428000, Russia, Cheboksary, street K. Marx, 38, e-mail: stlena70@mail.ru)*

Abstract. An increase in the number of children with psychosomatic diseases, emotional and behavioral problems, on the one hand, targets and priorities of the Federal State Educational Standard for Preschool Education, on the other hand, determine the search for effective means and technologies of psychological and pedagogical correction of negative mental states in preschool children. An analytical review of approaches to understanding the phenomenology of mental states, means of their development and correction made it possible to identify key markers for their assessment, to identify areas and means of corrective work. The study of actualized mental states and their components was carried out through observation, testing using the techniques of "Color Thresholds" (E.T. Dorofeeva), "Steam Engine" (S.V. Velieva), "House. Tree. The Man" (J. Buck). Based on the obtained data, a model for the correction of negative mental states in older preschoolers was constructed and tested through the integration of neuropsychological and art therapeutic game exercises. For statistical processing of research materials, the Pearson χ^2 test, a table of critical values, and descriptive characteristics were used. It is empirically found that a specially selected complex of intensive complementary game tasks contributes to the positive transformation of various structural components of mental states, increase the degree of psycho-emotional well-being and reduce the intensity of functional stress, functional and affective excitement. The most appropriate use of a class cycle for the correction of physiological, motor and emotional components of mental states.

Keywords: preschool children, positive and negative mental states, neuropsychological agents, art therapy, game activities, cycle of corrective integrated classes, assessment markers.

Введение

В современном обществе на уровне государственной политики и запроса населения существует потребность в обеспечении эмоционально-безопасных условий благоприятного пространства жизнедеятельности дошкольников, обеспечивающих оптимальное психическое развитие, охрану и укрепление их здоровья.

Равновесные и неравновесные позитивные психические состояния оказываются особенно важными в период дошкольного возраста, поскольку служат основой первоначального становления личности, формирования психологических ресурсов, баланса между внешним влиянием, внутренним состоянием, мироощущением и формами поведения, залогом оптимистической картины мира, безопасных отношений с миром и с окружающими. В этой связи своевременное выявление негативных и формирование равновесных и позитивных неравновес-

ных психических состояний детей оказывается особенно важным проблемным полем.

Психические состояния определяются как один из вариантов организации режима жизнедеятельности человека, отличающийся энергетическими характеристиками на физиологическом уровне и особым специфическим восприятием окружающего мира (психологической фильтрацией). Исследователи определяют психическое состояние как синтез каких-либо характеристик, обуславливающих результативность деятельности: как гармония психических процессов (В. Л. Маришук [1]), разнообразных элементов психики (Ю. Е. Сосновикова [2]), психофизиологических и психических функций (Е. П. Ильин [3]). Авторы выделяют многообразные связи, свойства, функции и зависимости психических состояний с другими психическими явлениями. Однако с позиции системного подхода отмечается недостаточность

раскрытия понятия, поскольку необходима упорядоченность по временным, пространственным, информационным и энергетическим параметрам.

Наиболее полно и содержательно оказывается определение, предложенное А. О. Прохоровым [4], где психическое состояние показано в виде стабильного синдрома субъективного отражения ситуации в процессе психической деятельности. Этот синдром представлен в континууме времени целостно в единстве поведения и переживания. Психические состояния влияют на физическое самочувствие, эффективность когнитивных процессов, актуализацию того или иного свойства человека, результативность деятельности человека в целом, и сами зависимы от них.

В настоящее время регистрируется значительное повышение числа негативных психических состояний у дошкольников, что приводит к появлению и закреплению психосоматических заболеваний (В.Э. Медведев [5], А.А. Протопопов [6]), трудностей в социальной адаптации и поведении (О.А. Лысова [7], М.С. Леонтьева [8]), проблем в установлении близких коммуникативных контактов с окружающими (Н.В. Мандель [9], М.И. Лисина [10], С.Л. Соловьева [11]). Значимость постоянного изучения эмоциональных проявлений детей обусловлена также необходимостью их оперативной коррекции в образовательном пространстве дошкольной организации, составления персональных маршрутов сопровождения ребенка. Эти задачи оказываются наиболее очевидными, поскольку своевременная регуляция отрицательных состояний детей взрослыми обеспечит формирование конструктивных качеств личности дошкольников, более успешную их социокультурную адаптацию и социализацию. В связи с этим, бесспорна необходимость поиска эффективных практик преодоления негативных и оптимизации позитивных психических состояний у детей дошкольного возраста.

Исследованию возможностей различных педагогических и психологических средств в коррекции и регуляции отрицательных психических состояний посвящены изыскания отечественных (Ю.Л. Блинова [12], О.М. Попова [13], Е.С. Иванова [14], В.В. Николаева, А.Е. Байкенова [15]) и зарубежных (Е.Л. Davis, L.J. Levine, H.C. Lench, J.A. Quas [16], C. Caprin, I. Grazzani, V. Ornaghi, A. Pepe, E. Conte [17], A.J. Aznar, H.R. Tenenbaum, A.M. Fidalgo [18]) ученых.

М.С. Леонтьева [8], Ю.Л. Блинова [12], О.М. Попова [13] и ряд других авторов предлагают использовать арт-терапевтические техники, основанные на искусстве и творчестве, для преодоления негативных эмоциональных состояний у детей дошкольного возраста.

Ю.Л. Блинова [12] разработала раздел примерной образовательной программы «Диалог», в которой представила целостную систему работы по развитию и коррекции эмоциональных состояний дошкольников средствами мультимодальных арт-технологий. О.М. Попова [13] предлагает использовать средства комического (комических деталей и ситуаций, перевертышей, дискредитацию негативных объектов, преобразование сказочных образов и пр.) в терапевтических целях. Е.С. Иванова [14] при введении игровых (вербальных, сюжетно-ролевых, коммуникативных и т.д.) технологий для профилактики эмоционального неблагополучия особое внимание уделяет диалоговому характеру взаимодействия взрослого и ребенка, ребенка со сверстником.

Е.Л. Davis, L.J. Levine, H.C. Lench, J.A. Quas [16] предлагают развивать у детей 5-6 лет метакогнитивные стратегии: изменять направленность мышления через преобразование собственных мыслей и целей в отношении восприятия актуальной негативной ситуации и ее последствий; интериоризировать и продуктивно использовать чужой и личный опыт успешной регуляции психических состояний.

Исследования I. Grazzani, V. Ornaghi, E. Conte, A. Pepe, C. Caprin [17] указывают на ценность конструи-

рования специальной языковой среды, обеспечивающей формирование языковой компетенции, абстрактного и ассоциативного мышления, обогащение словарного запаса и эмоционального опыта, в качестве ведущего средства коррекции и регуляции психических состояний детей от 3 до 8 лет.

A.M. Fidalgo, H.R. Tenenbaum, A.J. Aznar [18], M. Sprung, H.M. Münch, P.L. Harris, C. Ebesutani, S.G. Hofmann [19] считают важным в коррекции негативных психических состояний у детей от 3 до 8 лет развитие понимания состояний как своих, так и партнера по общению. Авторы указывают на необходимость работы с внешними факторами (распознавание эмоциональных выражений, понимание внешних причин состояний и влияние воспоминаний на настоящие эмоциональные состояния); ментальные факторы (понимание состояний, основанных на желаниях, убеждениях; распознавание скрытых состояний); и рефлексивные факторы (овладение способами регуляции эмоциональных состояний, понимание амбивалентных и гуманитарных состояний).

Применение нейронаучных достижений в практике образования послужило основой создания системы коррекции психоэмоциональной сферы детей дошкольного возраста. Исследования Т.В. Ахутина, Н.М. Пылаева [20], Т.В. Коростелева [21], М.И. Чистяковой [22], С.О. Кузнецниковой [23], А.В. Семенович [24], А.Л. Сиротюк [25], Л.С. Цветковой [26] и др. показали целесообразность и эффективность включения упражнений по развитию сенсомоторной пластичности, невербальных психических процессов, смыслообразующих функций, релаксации для профилактики и коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка.

Арт-терапевтические, нейропсихологические и игровые технологии являются базовыми средствами нивелирования отрицательных психических состояний. Это связано, прежде всего, с возрастными функциональными возможностями развития мозговых структур, социальной ситуацией развития, характером воздействия ведущей деятельности. Игра и продуктивные виды деятельности позволяют максимально непринужденно и эффективно оказывать существенное влияние на психическое развитие дошкольника, максимально обеспечивая вовлеченность разнообразных нейрофизиологических механизмов, собственную творческую активность ребенка, целостность познавательной и аффективно-потребностной сферы.

Методология

Несмотря на активный научный интерес и сложившиеся подходы к моделированию и реализации системы коррекции психических состояний дошкольников, обозначенная проблемная область остаётся актуальной.

Цель настоящего исследования – разработка, апробация и выявление степени эффективности цикла занятий, направленного на коррекцию негативных психических состояний дошкольников, совмещающего в себе элементы арт-терапевтических, нейропсихологических и игровых технологий.

Аналитический обзор подходов к пониманию феноменологии психических состояний, средств их развития и коррекции позволил определить ключевые маркеры их оценки, и в последующем – определение направлений коррекционной работы. Критериями актуализации и функционирования психических состояний оказываются физиологические (вегетативный тонус, вазомоторные изменения), моторные (мышечный тонус, оптико-кинестические, паралингвистические, экстралингвистические проявления), эмоциональные (степень напряженности, доминирование эмоций), ментальные (скорость и эффективность познавательных процессов), поведенческие (адекватность и результативность действий), социально-психологические (коммуникативные, адаптационные компоненты).

Значимость нейропсихологических, арт-терапевтических и игровых технологий в коррекции отдельных

психических состояний не вызывает сомнения. Это позволяет предположить, что комбинация обозначенных техник позволит значительно повысить эффект от системы коррекционных мероприятий.

В ходе настоящего исследования применялся теоретический анализ научных изысканий, педагогический эксперимент. При обработке материалов исследования использовались количественные и качественные методы. Обработка производилась с помощью программной среды Microsoft Excel 2016 с использованием специализированного пакета IBM SPSS Statistics. Для статистической обработки материалов исследования применялся χ^2 -критерий Пирсона, таблица критических значений, описательные характеристики. Психологическая диагностика проводилась посредством наблюдения, тестирования при помощи методик «Цветовые пороги» (Э.Т. Дорофеева), «Паровозик» (С.В. Велиева), «Дом. Дерево. Человек» (Дж. Бук) в 2018 и 2019 г.г. Для углубленного изучения структурных компонентов психических состояний применялся подсчет числового показателя, указывающего на коэффициент вегетативного тонуса (К. Шипош, в адаптации Е.А. Калининой, В.П. Сопова).

Результаты исследований и их обсуждение.

Выборку исследования составили 99 детей 5-7 лет двух дошкольных образовательных учреждений города Чебоксары.

Результаты констатирующего этапа показали, что у 37% обследуемых преобладает позитивное психическое состояние. Для детей характерны активность, оптимизм, бодрость (36%), спокойствие (3%), уравновешенный тип реагирования (30%), оптимальный коэффициент вегетативного тонуса (12%). Остальные дети выявили разную форму и степень эмоционального неблагополучия (излишнее возбуждение и напряжение (36%), апатию и истощение (3%), торможение и утомление (25%)), тропный и эрготропный типы реагирования (46% и 24% соответственно). У респондентов фиксировалось функциональное (30%) и аффективное (18%) торможение, функциональное возбуждение (22%) и расслабление (15%). Аффективное возбуждение и функциональная напряженность регистрировались у 9 и 6% респондентов соответственно.

У испытуемых установлены на высоком уровне ощущение неполноценности (1%), незащищенность (5%), недоверчивость (6%), асинтония (8,1%), депрессивность (9,1%), агрессивность и фрустрация (по 10,1%), тревожность (50,5%). У большинства детей вышеуказанные показатели находятся на среднем и низком уровнях выраженности. У двух последних категорий детей более благоприятное эмоциональное самочувствие, они чувствуют себя защищенными, уверенными в себе и в любви окружающих. Достаточная степень открытости и доверия к окружающим позволяет им устанавливать дружеские контакты, включаться в продуктивную и игровую совместную деятельность, в отличие от детей, у которых выявлен высокий уровень выраженности данных симптомокомплексов и т.д. Обращает на себя внимание факт наличия у 63% респондентов неблагоприятных психических состояний разной степени выраженности и у 50% – высокого уровня тревожности.

Мы предполагали, что процесс коррекции негативных психических состояний у детей 5-6 лет будет наиболее эффективен, если обеспечить синергию нейропсихологических, арт-терапевтических и игровых технологий в коррекции структурных компонентов психических состояний. С этой целью каждое из 48 тематических занятий, длительностью каждого по 36-40 минут 2-3 раза в неделю, включало специально подобранный комплекс игровых упражнений и заданий, и проводилось с подгруппой из 10-12 детей.

Каждое игровое занятие строится по единой сюжетной линии и состоит из разминки и настроя, основной и заключительной частей.

1 часть. Разминка и настрой (6 минут).

- 1.1. Приветствие участников, введение в тему.
- 1.2. Стимулирующе-мотивационные задания [23].
- 1.3. Дыхательные упражнения.
- 1.4. Музыкально-ритмические игры, ритмирование.
- 1.5. Элементы игрового стрейчинга (преимущественно растяжки на полу).

1.6. Элементы психогимнастики М.И. Чистяковой [22].

2 часть. Основная (20-22 минуты).

- 2.1. Элементы партерной гимнастики.
- 2.2. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства [22].

2.3. Образно-игровые стимулирующие упражнения [23].

2.4. Активизирующие функциональные упражнения [22, 23].

2.5. Артикуляционные упражнения с элементами биоэнергетики Р.Г. Бушляковой [27], работа с офтальмотренажерами, чередование упражнений для глаз из систем Э.С. Аветисова [28], В.Ф. Базарного [29], У.Г. Бейтса [30], М.С. Норбекова [31], О. Панкова [32].

2.6. Упражнения на мышечно-телесную координацию, сложные растяжки [22].

3 часть. Заключительная (10-12 минут).

3.1. Дыхательные упражнения, ритмирование организма.

3.2. Самомассаж из комплекса Т. Нестерюк, А. Шкоды [33].

3.3. Пальминг для успокоения нервной системы и снятия напряжения с глаз [34].

3.4. Релаксация [22].

3.5. Высвобождающая чувства арт-терапия, организованная в виде игровой деятельности [35].

3.6. Заполнение дневника творчества.

Перед началом любого из занятий зона активности детей оформляется в соответствии с темой занятия, готовится специальный тематический инвентарь, оборудование, игровые атрибуты. Темы занятий подбираются в соответствии с временами года, приближающимися праздниками (бытовыми, семейными, народными, фольклорными, государственно-гражданскими, международными и т.д.), могут посвящаться литературным или сказочным героям и пр. Например, «Коляда», «У моей России длинные косички», «Поездка в горы», «Вдоль по реченьке», «Путешествие в страну Лилипутов», «Круиз вокруг света», «Водоворот», «Зеленая роща», «Поиск клада», «Усы, лапы и хвост», «Планета Маленького принца» и многие другие.

В ходе ведения всего цикла занятий важна партнерская позиция, т.е. позиция «на равных» по отношению друг к другу. Благожелательное внимание всех участников занятия (взрослого и сверстника), ощущение принятия, понимания, свободы от оценки обеспечивает удовлетворенность в личностно-доверительном общении, чувство защищенности. Также важно, чтобы взрослый обеспечил условия для реализации и активизации внутренних источников роста ребенка. Для этого ему необходимо самому проявить аутентичность (достоверность и подлинность эмоциональных проявлений) и сензитивность (способность увидеть, понять, почувствовать мир глазами другого, его внутренние резервы), безусловно принимать индивидуальные особенности ребенка.

На каждом занятии используются основные виды движений, усвоенные на физкультурных занятиях, которые повторяются в определенной последовательности, варьируясь и усложняясь через небольшие интервалы времени. Новые упражнения вводятся постепенно и закрепляются на протяжении 3-4 занятий.

Подобранные упражнения обеспечивают совершенствование координирующей и регулирующей роли нервной системы, более высокий уровень речевой организации, адекватное эмоциональное реагирование детей.

Первая часть – настройка – включает постановку проблемных задач на занятие в игровой форме, создает

благоприятные условия для понимания потребностей, эмоциональных состояний друг друга в совместной игре, для согласованного участия членов группы при выполнении упражнений. Разминка обеспечивает постепенную подготовку костно-мышечной системы организма для выполнения упражнений основной части занятия. Задания этой части направлены на формирование положительной установки на занятие, вовлечение в игровую деятельность, освобождение от мышечного, речевого, эмоционального напряжения, формирование образа положительного психического состояния. Мимические и пантомимические этюды, невербальные пластические средства (элементы психогимнастики) предполагают выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью невербальных пластических средств (движений, мимики, пантомимики).

Основная часть занятия – стержневая, занимает большее по нагрузке и количеству время. В этой части решаются основные запланированные задачи, поставленные на занятие (развитие эмоционально-образной сферы, чувства собственной уникальности, позитивного самоощущения, навыков аутоконтроля и регуляции, выработка толерантности к неудачам). Эта часть занятия включает танцевальные этюды с элементами актерского мастерства и образно-игровые стимулирующие игры, интенсивные упражнения на повышение энергетического потенциала, гармонизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы, межполушарного взаимодействия, координацию речевой, мыслительной и двигательной активности, синхронизацию нервно-психических процессов центральной нервной системы, развитие сенсомоторной пластичности, самоконтроля, саморегуляции.

Данные игры по выбору и в соответствии с темой занятия могут быть также направлены на улучшение ориентации в пространстве, в сторонах собственного тела; на напряжение и расслабление мышц тела; гибкость, растяжку и подвижность суставов.

Цель заключительной части занятия – обеспечение перехода от возбужденного к равновесному состоянию; анализ динамики собственных ощущений, переживаний, настроения, оптимизация эмоционального статуса и фона деятельности. Дыхательные упражнения, ритмирование организма, самомассаж, пальминг и релаксация помогают детям самостоятельно справиться с физиологическими проявлениями негативных состояний, освободиться от излишнего мышечного и нервного напряжения.

В этой части занятия предусматривается выполнение творческого задания изобразительными средствами, выбранными ребенком по желанию. Заранее готовятся художественные материалы (акварель, гуашь, пастель, цветные карандаши или нитки, глина, пластилин, фольга, соленое тесто, песок и пр.). Творческое задание может выполняться на горизонтальной (на столе, на полу) или вертикальной (на стене, на мольберте) плоскости; на нестандартных поверхностях (рисование на мятой или мокрой бумаге, ткани, стекле и пр.).

Работа с дневником творчества как своеобразный шеринг – завершает каждое занятие. В дневнике ребенок изображает собственное психическое состояние в виде невербального спонтанного образа, передавая его через цвет, фигуру и линию. Концентрация на своих зрительных и телесных ощущениях, на состояниях, эмоциях, чувствах и переживаниях развивает осознание своих эмоциональных состояний, их проявления, закрепляют знания об психических состояниях.

Как показали результаты контрольного этапа исследования (тестирование, проективные методы, личные беседы), после цикла занятий произошли значимые изменения в структурных компонентах психических состояний.

Для выявления степени эффективности проведенного цикла занятий применялся $\chi^2_{\text{эмп}}$. Получено значение $\chi^2_{\text{эмп}} = 53.372$, превышающее критическое значение $v=7$,

$p \leq 0,01$, при допустимой вероятной ошибки 18,475, что указывает на достоверность данных. Измерение и тематический анализ показателей, полученных на констатирующем и контрольном этапах, позволили определить статистически значимые различия. Установлено, что наиболее эффективное влияние оказывается на преодоление тревожности и ощущение неполноценности ($f_T = 13,33$), депрессивности ($f_T = 5$), фрустрации, незащищенности, недоверчивости ($f_T = 3,33-3,55$), апатии и утомления ($f_T = 6,67$ и 10). Зарегистрировано повышение положительного самоощущения и рост числа позитивных ($f_T = 1,714$; $\chi^2_{\text{эмп}} = 8,714$ при $p \leq 0,05$) и равновесных психических состояний оптимальной степени психической активности ($f_T = 41,66$; $\chi^2_{\text{эмп}} = 127,102$ при $p \leq 0,01$). Достигнуты значимые показатели в снижении излишнего напряжения и интенсивности состояния ($\chi^2_{\text{эмп}} = 18,45$ при $p \leq 0,01$), коэффициента вегетативного тонуса ($\chi^2_{\text{эмп}} = 26,832$ при $p \leq 0,01$, при допустимой вероятной ошибки 9,21), тропотропного и эрготропного реагирования ($\chi^2_{\text{эмп}} = 14,91$ при $p \leq 0,01$), уменьшения числа детей с негативными психическими состояниями средней и высокой степени ($f_T = 1,5$; $\chi^2_{\text{эмп}} = 8,714$ при $p \leq 0,05$).

Отмечается снижение функционального и аффективного возбуждения ($f_T = 6,4$), функционального напряжения ($f_T = 12,86$) при повышении функциональной расслабленности ($f_T = 12,86$; $\chi^2_{\text{эмп}} = 74,73$ при $p \leq 0,01$).

В наименьшей степени положительные результаты достигнуты в коррекции асинтонии ($f_T = 1,25$) и агрессивности ($f_T = 0,889$).

Выводы и перспективы

Апробация системы интегрированных занятий с использованием комплиментарных средств (нейропсихологических, арт-терапевтических и игровых технологий) позволила выявить ее ресурсы и ограничения. Достоверно установлено, что сконструированная система занятий обеспечивает увеличение числа позитивных и равновесных психических состояний оптимальной психической активности, благоприятное самоощущение, повышение функциональных резервов организма, позволяет значительно снизить проявления тревожности, депрессивности, фрустрации, апатии и утомления.

Установлено, что наиболее целесообразно применение цикла с применением сочетания нейропсихологических, арт-терапевтических и игровых технологий для коррекции физиологических, моторных и эмоциональных компонентов психических состояний.

Возможности снижения степени функционального напряжения, функционального и аффективного возбуждения оказываются особенно ценным для детей, имеющих трудности в координации движений, тонкой моторики, сложности в регуляции и контроле двигательных функций и поведения, в установлении социально-коммуникативных контактов.

Серьезное научное и прикладное значение имеют полученные сведения об эффективности и дополнительных возможностях сконструированной системы интегрированных занятий, включающей нейропсихологические, арт-терапевтические и игровые технологии для коррекции негативных психических состояний у детей старшего дошкольного возраста. Предполагается, что следующим этапом исследования может служить апробация системы мероприятий в других образовательных организациях и с включением дополнительных средств, позволяющих в большей степени оказывать корректирующее воздействие на ментальные, поведенческие и социально-психологические компоненты психических состояний.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Маришук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. СПб.: Издательский дом «Сентябрь», 2001. 260 с.
2. Сосновикова Ю.Е. Психические состояния человека и их классификация. Психические состояния как общепсихологическая проблема. Сост. И. В. Герасимова. Владивосток : ДВГМА, 2001. 106 с. С. 63–84.

3. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. Санкт-Петербург: Питер, 2017. 412 с.
4. Прохоров А.О. Психология состояний. М.: Когито-Центр». 2011. 624 с.
5. Медведев В.Э. Психосоматические заболевания: концепции и современные состояния проблемы. Архив внутренней медицины. 2013. №6(14). С. 37-40.
6. Протопов А.А. Хронические соматические заболевания у детей: психосоматические аспекты диагностики и коррекции: дисс. доктора медицинских наук. Саратов, 2003. 314 с.
7. Лысова О.А. Основные проблемы и трудности поведения дошкольников. Воспитание и обучение детей младшего возраста. 2016. №5. С. 729-730.
8. Леонтьева М.С. Теоретические проблемы социализации и социальной адаптации детей-сирот. Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. 2013. №3-2. С. 149-161.
9. Мандель Н.В. Вопросы проблемного поведения ребенка: осмысление как способ регуляции. Развитие территорий. 2018. №2 (12). С. 38-42.
10. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. СПб.: Питер, 2009. 320 с.
11. Соловьева С.Л. Тревога и тревожность: теория и практика [электронный ресурс]. Медицинская психология в России: электронный научный журнал. 2012. №6(16). Режим доступа: http://www.mprj.ru/archiv_global/2012_6_17/nomer/nomer14.php
12. Блинова Ю.Л. Развитие и коррекция эмоциональной сферы дошкольников средствами мультимодальных арт-технологий. Педагогическое образование в России. 2016. №1. С. 144-149.
13. Попова О.М. Нивелирование отрицательных эмоциональных состояний у детей дошкольного возраста средствами комического. Образование и наука. 2006. №5. С. 34-45.
14. Иванова Е.С. Сущность и специфика профилактики негативных эмоциональных состояний дошкольников средствами игровых технологий. Социально-экономические явления и процессы. 2013. №11(057). С. 177-182.
15. Николаева В.В., Байкенова А.Е. Использование средств арт-терапии в развитии эмоциональной сферы старших дошкольников. Актуальные проблемы современности: наука и общество. 2015. №4(9). С. 34-39.
16. Davis E.L., Levine L.J., Lench H.C., Quas J.A. Metacognitive Emotion Regulation: Children's Awareness that Changing Thoughts and Goals Can Alleviate Negative Emotions. Emotion. 2010. Aug. 10(4): 498-510.
17. Grazzani I., Ornaghi V., Conte E., Pepe A., Caprin C. The Relation Between Emotion Understanding and Theory of Mind in Children Aged 3 to 8: The Key Role of Language. Front Psychol. 2018; May 9. P. 724.
18. Fidalgo A.M., Tenenbaum H.R., Aznar A.J. Are There Gender Differences in Emotion Comprehension? Analysis of the Test of Emotion Comprehension. Journal of Child and Family Studies. April 2018. Volume 27, Issue 4. PP. 1065-1074.
19. Sprung M., Münch H.M., Harris P.L., Ebesutani C., Hofmann S.G. Children's emotion understanding: A meta-analysis of training studies. Dev Rev. 2015. Sep. 1(37). 41-65.
20. Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. СПб.: Питер, 2008. 320 с.
21. Коростелева Т.В. «Родничок успеха» коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа комплексного сопровождения нейропсихологического развития ребёнка 5-6 лет методом замещающего онтогенеза. Вестник практической психологии образования. 2013. № 2. С. 103-118.
22. Чистякова М.И. Психогимнастика. Под ред. М.И. Буянова. 2-е изд. М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. 160 с.
23. Кузнеценкова С.О. Нейройога. Воспитание и развитие ребенка с пользой для здоровья. СПб.: Речь. 2010. 192 с.
24. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. М.: Генезис, 2007. 474 с.
25. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. М.: ТЦ Сфера, 2003. 288 с.
26. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста. Под ред. Л.С. Цветковой. 2 изд., испр. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2006. 296 с.
27. Бушлякова Р.Г. Артикуляционная гимнастика с биоэнергетикой. М.: Детство-Пресс, 2011. 240 с.
28. Аветисов Э.С., Ливадо Е.И., Курпан Ю.И. Занятия физической культурой при близорукости. М.: «Физкультура и спорт», 1983. 68 с.
29. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома. М., 2015. 176 с.
30. Бейтс У.Г. Совершенное зрение без очков (Лечение несовершеннолетнего зрения без помощи очков). Пер. с англ. И. Голова. 2013. 346 с.
31. Норбеков М.С. Опыт Дурака или ключ к прозрению, как избавиться от очков. М.: АСТ, 2016. 320 с.
32. Панков О. Уникальные упражнения для восстановления зрения у детей по методу профессора Олега Панкова. Тренинги и игры для мышц глаз. М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2011.
33. Нестерюк Т., Шкода А. Гимнастика маленьких волшебников. М.: ДТД, 1993. 32 с.
34. Поляков А.Р. Методы естественной нормализации остроты зрения // Вестник ИрГТУ. 2012. №8 (67). С. 325-330.
35. Копытин А. И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, 2002. 368 с.

Настоящее исследование выполнено в рамках исполнения хоздоговора, заключенного с МГПИ им. М.Е. Евсеева по результатам конкурса научно-исследовательских работ по приоритетным направлениям научной деятельности вузов-партнеров.

Статья поступила в редакцию 27.08.2019
Статья принята к публикации 27.11.2019