

КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА
Факультет корекційної та соціальної педагогіки і психології
Кафедра психології освіти

Дипломна робота
магістра

з теми: ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ
САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ

Виконала: студентка 2 курсу, групи DOb1-M17z
спеціальності 012 Дошкільна освіта

Рославська Оксана Ігорівна

Керівник Панчук Н.П., кандидат психологічних наук,
доцент

Рецензент Газіна І.О., кандидат педагогічних наук,
доцент

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ.....	8
1.1 Поняття саморегуляції емоційної сфери дитини старшого дошкільного віку у психології.....	8
1.2 Особливості саморегуляції емоційної сфери старших дошкільників	20
1.3 Шляхи розвитку саморегуляції емоційної сфери у старшому дошкільному віці.....	28
РОЗДІЛ 2 МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ.....	36
2.1 Аналіз загальних підходів і основних методів дослідження	36
2.2 Дослідження напрямів формування саморегуляції емоційної сфери.....	40
РОЗДІЛ 3 ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	53
3.1 Аналіз і узагальнення результатів дослідження.....	53
3.2 Програма засобів ефективного впливу на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку	77
3.3 Рекомендації вихователю дошкільної освітньої установи щодо розвитку саморегуляції емоційної сфери у старшого дошкільника	82
ВИСНОВКИ.....	87
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	91
ДОДАТКИ	99
Додаток А. Тест тривожності (Р.Теммл, М.Доркі, В.Амен).....	99
Додаток Б. Бланк для проведення анкети для батьків	107

Додаток В. Програма ефективного впливу на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку.....	109
Додаток Д. Зразки тематичних занять, вправ та ігор.....	118

ВСТУП

Актуальність дослідження. Актуальність дослідження визначається значущістю проблеми регуляторних систем, регуляції і саморегуляції діяльності, поведінки, особистості, а також пріоритетними напрямами Національної доктрини розвитку освіти України у XXI столітті та Законів України “Про освіту”, “Про дошкільну освіту”.

Проблема емоцій є однією з актуальних у психологічній науці, оскільки емоції займають важливе місце у життєдіяльності людини та формуванні її духовності. Формування основ особистості є одним з основних напрямків психічного розвитку в дошкільному віці. Дитина починає усвідомлювати своє «Я», свою активність, діяльність, починає об’єктивно себе оцінювати. Утворюється супідрядність мотивів: можливість підпорядкувати свої безпосередні спонукання усвідомленим цілям. Дошкільник навчається в певних межах керувати своєю поведінкою і діяльністю, передбачити її результат і контролювати виконання. Ускладнюється емоційне життя дошкільника: збагачується зміст емоцій, формуються вищі почуття. Маленька дитина не вміє керувати емоціями. З розвитком емоційної сфери у дошкільника почуття стають більш раціональними, підпорядковуються мисленню. Але це відбувається, коли дитина засвоює норми моралі і співвідносить з ними свої вчинки. Дошкільник вчиться розуміти не тільки свої почуття, але і переживання інших людей. Дитина може співпереживати, співчувати літературному герою, розігрувати, передавати в сюжетно-рольовій грі різні емоційні стани. Розвитку емоційної сфери сприяють всі види діяльності дитини.

Емоційний досвід дитини, тобто досвід її переживань, може бути як позитивним, так і негативним, що безпосередньо впливає на її самопочуття. Сучасні наукові дані свідчать, що позитивний дитячий досвід, зокрема довіра, відкритість, готовність до співпраці, є основою позитивної самореалізації майбутньої особистості. Для психічного здоров’я дітей

необхідна збалансованість позитивних і негативних емоцій, що забезпечує підтримання душевної рівноваги та життєвої поведінки. Порушення емоційного балансу призводить до емоційних розладів, відхилень у розвитку особистості, проблеми соціальних контактів. Перед вихователем стоїть завдання: навчити маленьку дитину керувати своїми емоціями та сприяти створенню в дошкільнят позитивного емоційного настрою; звільнитися від напруження, скутості; розвивати й коригувати емоційну сферу дітей [9].

Проблема становлення довільності й розвитку саморегуляції старших дошкільників у дитячій психології завжди привертала увагу багатьох дослідників і розглядалася як провідна лінія розвитку особистості дитини. Питання вивчення саморегуляції на рівні процесів і станів психіки досліджували К.М. Гуревич, О.О. Конопкін, В.І. Моросанова, Б.М. Теплов та ін. Вітчизняні дослідники Л.С. Виготський, О.М. Леонт'єв, С.Л. Рубінштейн, виводили ряд принципово важливих положень щодо залежності емоцій від характеру діяльності суб'єкта. Проблеми розкриття емоційних переживань в умовах батьківсько-дитячої взаємодії досліджували Г. Бреслав, В. Вілюнас, О. Горецька, Б. Додонов, А. Кошелева, О. Кульчицька, І. Лапченко, Р. Овчарова, Ю. Савченко, І. Сопрун, О. Хартман. Вивченню сутності і змісту саморегуляції емоцій та розкриттю механізмів її розвитку значну увагу приділяли такі вчені, як: А. Бандура, Л.В. Виноградова, В.К. Гаврилькевич, В.В. Зарицька, К. Ізард, С.Д.Максименко, Дж. Капрара, В.І. Розов, Дж. Роттер, Д. Сервон, Е. Скінер, М.А. Холодна, О.А. Чернігова, Л.В. Чуніхіна та ін.

Аналіз літератури показав, що недостатньо опрацьовані питання, які стосуються загальних співвідношень між стійкими якостями емоційності й такими категоріями, як діяльність, особистість, активність, а також психологічних механізмів, від яких залежить участь емоцій у регуляції діяльності людини та її активності. Немає даних, які б розкривали регуляційну роль емоцій у конкретних видах діяльності людини і її духовної культури. Таким чином, соціальна значущість проблеми обумовила вибір

теми дослідження: «Психологічні особливості формування саморегуляції емоційної сфери старших дошкільників».

Об'єкт дослідження – саморегуляція емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – психологічні особливості формування саморегуляції емоційної сфери старших дошкільників.

Мета дослідження полягала у виявленні психологічних особливостей формування саморегуляції емоційних станів у старшому дошкільному віці, розкритті шляхів розвитку саморегуляції емоційної сфери старшого дошкільника, у розробці програми засобів ефективного впливу на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку.

Відповідно до мети були поставлені такі **завдання дослідження**:

1. Визначити теоретичні підходи в психолого-педагогічній літературі до вивчення проблеми формування саморегуляції емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку.
2. Виявити психологічні особливості формування саморегуляції емоційної сфери старших дошкільників.
3. Експериментально дослідити психологічні особливості формування саморегуляції емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.
4. Теоретично обґрунтувати та розробити програму засобів ефективного впливу на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку
5. Обґрунтувати рекомендації щодо засобів ефективного впливу на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження. З метою вирішення завдань та досягнення поставленої мети використано такі методи дослідження: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація, порівняння, класифікація, інтерпретація та узагальнення результатів; емпіричні (спостереження, бесіда, анкетування, Тест тривожності Р. Теммла, М. Доркі та В. Амен, тестування для вивчення емоційних переживань як чинника формування саморегуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку шляхом оптимізації їхніх

емоційних переживань та батьківсько-дитячих стосунків в умовах сім'ї, методи математично-статистичної обробки даних.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що проаналізовані автором теоретичні положення щодо формування саморегуляції емоційної сфери у дітей старшого дошкільного віку, підібраний комплекс психодіагностичних методик, розроблена програма засобів ефективного впливу на емоційний розвиток та сформульовані нами рекомендації можуть бути використані вихователями та психологами дошкільних освітніх установ з метою формування саморегуляції емоційних станів у старших дошкільників.

Апробація результатів дослідження. Основні положення і результати дослідження доповідалися та отримали схвалення на II Міжнародній науково-практичній конференції «Інновації партнерської взаємодії освіти, економіки та соціального захисту в умовах інклюзії та прагматичної реабілітації соціуму» (м. Кам'янець-Подільський, 2018).

Публікації. Зміст та результати роботи відображено в науковій публікації у збірнику матеріалів міжнародної науково-практичної конференції: Пасічник О.І. Психокорекція недоліків емоційної саморегуляції старших дошкільників // Інновації партнерської взаємодії освіти, економіки та соціального захисту в умовах інклюзії та прагматичної реабілітації соціуму : матеріали II міжнародної науково-практичної конференції. – м. Кам'янець-Подільський, Подільський спеціальний навчально-реабілітаційний соціально-економічний коледж. – 2018. – 354 с. – С.338-340

Структура роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Список використаних джерел налічує 70 найменувань. Основний зміст роботи викладений на 90 сторінках і містить 16 таблиць та 1 рисунок. Загальний обсяг роботи - 123 сторінки комп'ютерного набору.

ВИСНОВКИ

Емоційна саморегуляція зумовлена як внутрішніми, так і зовнішніми факторами. Розвиток емоційної саморегуляції в онтогенезі розглядається як послідовний розвиток емоційних процесів, що зумовлений: диференціацією якості емоцій; ускладненням об'єктів, що викликають емоційний відгук; зміною функціональної ролі емоційних процесів; розпізнаванням власних емоційних реакцій; розумінням емоційних реакцій інших людей; розвитком здатності регулювати емоції і їх зовнішнє вираження.

Досконалою та онтогенетично пізньою формою регуляції емоційного стану виступає вербальне вираження емоцій, що відбувається вже в дошкільному віці, а в молодшому шкільному віці формування емоційної саморегуляції висувається в центр психічного розвитку дитини.

Важливим компонентом емоційної зрілості особистості є прийняття нею власних почуттів, усвідомлення причини їх появи та визнання їх як своїх власних. Придушення емоцій і почуттів, їх елімінація відбуваються в умовах родинного припису «бути таким, як треба» - в даних умовах формується емоційно незріла особистість. Результати психотерапевтичної практики показують, що дефіцитарність емоційної сфери (яка розглядається як емоційна незрілість) має певні структурні особливості: зафіксованість переживань, які виникли внаслідок психологічної травми та резистентність їх до терапії; «злипання» емоцій; відсутність «плинності» емоцій; соматизація «заторного» переживання [29].

На початок дошкільного віку дитина вже має відносно багатий емоційний досвід. Вона достатньо активно реагує на радісні та сумні події, легко проймається настроєм оточуючих. Вираження емоцій у молодшого дошкільника досить часто має безпосередній характер, який дитина досить бурхливо проявляє в міміці, словах, рухах. Значний вплив на емоційний стан дитини в цьому віці має оцінка її вчинків дорослими (батьками, вихователем). У більшості дітей позитивні оцінки дорослого підвищують тонус нервової системи, збільшуючи ефективність діяльності, яку вони

виконують. У той же час негативні оцінки, особливо якщо вони повторюються, створюють пригнічений настрій, знижують фізичну та розумову активність. На четвертому-п'ятому році життя у дитини вперше виникає почуття відповідальності. Це пов'язано з формуванням простіших моральних уявлень відносно того, що добре і що погано. Виникають почуття задоволення, радості під час вдалого виконання своїх обов'язків і засмучення під час порушення встановлених вимог. Ці емоційні переживання виникають здебільшого у взаєминах дитини з близькою для неї людиною і поступово розширюються на ширше коло людей. У дошкільному віці відбувається перехід від бажань, спрямованих на предмети, до бажань, пов'язаних із предметами. Дії дитини вже не пов'язані безпосередньо з предметом, а будуються на основі уявлень про предмет, про бажаний результат, про можливість його досягти в найближчому майбутньому. Розвиток уявлення дає можливість дитині відвернутися від безпосередньої ситуації, у дитини тепер виникають переживання, не пов'язані з цією ситуацією [29].

Уся діяльність дошкільника є емоційно насиченою. Усе, у чому дитина бере участь — гра, малювання, ліплення, конструювання, підготовка до школи, допомога мамі в домашніх справах та ін.,— повинно мати емоційне забарвлення, інакше діяльність не відбудеться або швидко руйнуватиметься. Дитина, через свій вік, просто не здатна робити те, що їй нецікаво. Розширюється коло емоцій, властивих дитині [29].

Вегетативні та моторні реакції зберігаються і у молодших та старших дошкільників, хоча зовнішній вираз емоцій стає у дітей стриманішим. До структури емоційних процесів, крім вегетативних і моторних компонентів, належать тепер складні форми сприйняття, образного мислення, уяви. Дитина починає радіти і засмучуватися не тільки з приводу того, що вона зараз робить, але і з приводу того, що їй належить зробити. Переживання складніші та глибші. На базі природжених реакцій у дитини розвивається сприйняття емоційного стану оточуючих, яке поступово, під впливом

соціальних контактів, що постійно ускладнюються, перетворюється на вищі емоційні процеси — інтелектуальні та естетичні [29].

Основним чинником розвитку здатності до емоційної саморегуляції є розвиток самосвідомості, який визначає об'єктивну оцінку власних можливостей при регуляції емоційних станів. В період з дошкільного дитинства до молодшого шкільного віку включно виявляється достатньо низький рівень довільної регуляції емоцій; вміння управляти емоціями соціально-прийнятними засобами розвивається поступово, під впливом соціально-культурного оточення. Управління емоціями в цьому віці виявляється, переважно, в двох формах: 1) як контроль експресії (наприклад, маскування емоцій, тобто замінення емоційного стану, що переживається, зовнішнім вираженням іншої емоції; ця форма стає доступною дітям в 3-4 роки, за іншими даними – в 10 років; 2) як психологічний захист (типичним для всіх вікових груп та модальностей емоцій є механізм витіснення – неусвідомлено використовуються прийоми "забуваю", "думаю про інше", "займаюсь чимось іншим" та ін.).

Емоційні переживання дитини дошкільного віку опосередковуються її ставленням до певних життєвих подій. Як результат появи опосередкованості емоційні переживання дошкільника стають більш узагальненими, усвідомленими і керованими. Таке явище виступає характеристикою довільності поведінки дитини. Емоції дитини дошкільного віку у функції передбачення включаються у внутрішні механізми забезпечення супідрядності мотивів як важливого їх компонента.

Фактори впливу на виникнення негативних психічних станів у дітей дошкільного віку, наступні: емоційні фактори розвиваються в онтогенезі і можуть проявлятися в особистісній та соціальній сферах. Поведінковими факторами, виступають такі, як несприятлива позиція батьків і вихователів, особливості нервової системи та ін. Фізіологічними факторами є самопочуття дитини: здоров'я, стосунки з оточуючими та нагромадження в генній пам'яті (почуття та емоції пренатального періоду, фактори спадковості).

Рівні здатності дітей старшого дошкільного віку до контролю власних емоційних переживань мають наступні ознаки:

➤ високий рівень виявляється у домінуючій здатності дошкільника стримувати власні негативні емоційні переживання та скеровувати їх у відповідності з вимогами батьків та вихователів та до засвоєних норм поведінки.

➤ Середній рівень характеризується тим, що дошкільники часто виглядають доволі спокійними і тільки інколи демонструють мінливі стани; ситуативно здатні до емпатійного відгуку на емоційні стани дорослих; позитивні переживання чергуються у цих дітей з неодноразовим перебігом негативних проявів.

➤ Низький рівень обумовлений нездатністю старшого дошкільника контролювати власні емоційні всплески. Проявляється нерозуміння та невміння виявити свій внутрішній емоційний стан у соціально-адекватній формі, що виступає причиною виникнення труднощів у взаємовідносинах із дорослими.

Палітра використання дошкільниками способів регуляції зростає поступово (з 8 до 14). Найбільш різноманітними способами регулюються: 5-6 років: страх, тривожність, образа, нервозність, сором, стрес, нудьга, втома, агресивність; 6-7 років: страх, образа, тривожність, нервозність, нудьга, злість, поганий настрій, втома, агресивність, сором, стрес.

Джерелом розвитку довільної поведінки старшого дошкільника є здатність регулювати і впорядковувати свої емоційні переживання. Емоційні переживання дошкільника визначено як психічну форму відображення дійсності у свідомості дитини, внутрішнього стану його особистості, за якого виникає особистісне бачення ситуації, супроводжуване яскравим емоційно-почуттєвим забарвленням як усвідомлюваного, так і неусвідомлюваного характеру. Батьківсько-дитячі взаємовідносини впливають на емоційні переживання дошкільника, які, в свою чергу, позначаються на проявах довільної поведінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта / И.Н.Андреева. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.
2. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку “Я у Світі” / М-во освіти і науки України, Акад. пед. наук України; наук. ред. таупоряд. О.Л. Кононко. - К.: Світоч, 2008. - 430 с.
3. Баєр О.М. Розвиток саморегуляції старших дошкільників у взаємодії з однолітками і дорослими 19.00.07 - педагогічна та вікова психологія автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук . - Київ - 2008
4. Байєр О.М. Охорона емоційного здоров'я дитини в умовах сучасного дошкільного навчального закладу // Матеріали Всеукр. форуму “Здоров'я дітей – майбутнє України”. Частина I. – К., 2007. – С. 52-57.
5. Байєр О.М. Особливості розвитку саморегуляції старших дошкільників як умова успішної підготовки до шкільного життя // Теорія та практика життєтворчості: Матеріали міжрегіональної наук.-практ. конф. / За заг. ред. проф. К.Л. Крутій, проф. А.І. Павленко. Запоріжжя, 29-30 березня 2007 р. – Запоріжжя: ТОВ “ЛІПС” ЛТД, 2007. – С. 12-20.
6. Бех І. Д. Виховання особистості: У 2-х кн. Кн. 1: Особистісноорієнтований підхід: теоретико-технологічні засади / І. Д. Бех //Наук. видання. – К.: Либідь, 2003. – 280 с.
7. Былкина Н. Д. Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе / Н. Д. Былкина, Д. В. Люсин // Вопросы психологии. – 2000. – № 5. – С. 38 – 48.
8. Боришевський М.Й. Развитие саморегуляции поведения школьников. Дисс. в форме научн. докл. ... докт. психол. наук: 19.00.07. – К., 1992. – 77 с.
9. Блозва А.І., Красуля О.М. Корекція емоційної сфери дошкільника засобами гри [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://journals.nubip.edu.ua/index.php/Pedagogica/article/viewFile/3294/3218>

10. Божович Л. И. Избранные психологические труды: проблемы формирования личности / Л. И. Божович / Под. ред. Д. И. Фельдштейна. – М.: Междунар. пед. Академия, 1995. – 212 с.
11. Боришевський М.Й. Развитие саморегуляции поведения школьников. Дисс. в форме научн. докл. ... докт. психол. наук: 19.00.07. – К., 1992. – 77 с.
12. Велиева С. В. Диагностика психических состояний и отношений дошкольников в семье / С. В. Велиева // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2014. – № 10. – С. 38–59.
13. Велиева С. В. Психические состояния детей дошкольного возраста. дис. на соискание учёной степени канд. психол. наук спец.: 19.00.07, 19.00.13 / С. В. Велиева; Казанский гос. технический ун-т. – Казань, 2001. – 231 с.
14. Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук [та ін.]. – 3-є вид., випр. й доп. – К. : Каравела, 2012. – 400 с.
15. Виленская Г. А. Роль темперамента в развитии регуляции поведения в раннем возрасте / Г. А. Виленская, Е. А. Сергиенко // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. – № 3. – С. 68 – 85.
16. Выготский Л. С. Проблема возраста / Л. С. Выготский // Собр. соч. в 6-ти т. Т. 4. Детская психология / Под ред. Д. Б. Эльконина. – М.: Педагогика, 1984. – С. 244 – 268.
17. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку / О.І. Власова. – К.: Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет", 2005. – 308 с. – (Монографія).
18. Волженцева І. В. Аналіз теоретико-емпіричних досліджень структури психологічних механізмів емоційної регуляції / І. В. Волженцева // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць інституту ім. Г. С. Костюка НАПН України. – Київ, 2010. – Т.12. – Частина 7. – С. 84 – 91.

19. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. — Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1988.
20. Гребенщикова Т. В. Педагогическая поддержка эмоционально-экспрессивного развития детей в дошкольном образовательном учреждении: дис... канд. пед. наук / Т. В. Гребенщикова. – Новокузнецк, 2011. – 210 с.
21. Дерев'янюк С.П. Онтогенез розвитку здатності до розуміння та управління емоціями. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу : http://visnyk.chnpu.edu.ua/?wpfb_dl=1183
22. Дерманова И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития / И.Б.Дерманова. – СПб., 2002. – 360 с. - С.19-28
23. Диагностика емоційного розвитку дошкільнят. Колірний тест емоційних станів. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу :<http://pedkopilka.com.ua/roditeljam/diagnostika-yemocionalnoi-sfery-doshkolnikov.html>
24. Долгачова О.В. Система засобів ефективного впливу на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <https://emotsijno-osobistisnij-rozvitok-ditej-v-umovakh-simji.webnode.com.ua/sistema-zasobiv-efektivnogo-vplivu-na-emotsijnij-rozvitok-ditej-doshkilnogo-viku/>
25. Дуткевич Т.В. Загальна психологія: теоретичний курс: навчально-методичний посіб. / Т.В.Дуткевич. – Кам'янець-Подільський: Видавець ПП Зволейко Д.Г., 2015. – 432 с.
26. Дуткевич Т.В. Вікова і педагогічна психологія (курс лекцій і практикум): Навчальний посібник / Т.В. Дуткевич, В.А.Терещенко. – Кам'янець-Подільський: Медобори, 2012. – 228 с.
27. Дуткевич Т.В. Дитяча психологія : Навч. посібник. / Т.В. Дуткевич. – К. : ЦУЛ, 2012. – 424 с.
28. Дуткевич Т.В. Дошкільна психологія (курс лекцій і практикум): Навчальний посібник / Т.В.Дуткевич. – Кам'янець-Подільський, ПП Буйницький О.А., 2006. – 320с.

29. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І. В. Молодушкіна. — 2-ге вид. — Х. : Вид. група «Основа», 2011.— 207 с. : іл. — (Серія «Творчому педагогу»).
30. Зарезнова А. В. Эмоциональная культура как фактор эмоциональной саморегуляции личности / А. В. Зарезнова // Гуманитарные науки. — 2014. — №4. — С. 1 – 9.
31. Зарицька В.В. Саморегуляція емоцій в структурі емоційного інтелекту / В.В. Зарицька // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди "Психологія". — 2010. - №6. — С. 33-37.
32. Іщенко Л.В. Саморегуляція як індивідуальна властивість особистості дитини старшого дошкільного віку ... — [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <https://www.sworld.com.ua/konfer35/482.pdf>
33. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. — СПб.: Питер, 2007. — 783 с.
34. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості / Т.С. Кириленко. — К.: Либідь, 2007. — 255 с.
35. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві) : навч. посіб. для вищ. навч. закладів / О.Л. Кононко. — К. : Освіта, 1998. — 255 с.
36. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника (системний підхід)/ О. Л. Кононко. — К.: Стилос, 2000. — 336 с.
37. Кузьменко В. У. Сутність технології розвитку індивідуальності дитини 3-7 років // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. — Т. VII. — Вип. 4. — К.: ГНОЗІС, 2005. — С.181-190.
38. Кульчицька О.І. Дізнаємося про вікові особливості дітей дошкільного віку // Обдарована дитина. - 2002. - № 3. - С. 44-54.

39. Лоуэн. А. Депрессия и тело [Электронный ресурс] / А. Лоуэн.
Режим доступу: URL:
http://royallib.com/book/louen_aleksandr/depressiya_i_telo.html
40. Максимчук Н.П. Основы психокоррекции: Навчальний посібник / Н.П.Максимчук. - Кам'янець -Подільський: ПП "Медобори», 2011. – 176с.
41. Малімон Л.Я. До проблеми діагностики емоційності як властивості особистості / Л.Я. Малімон // Практична психологія та соціальна робота. — 2002. — № 7. — С. 59–65.
42. Методичні аспекти реалізації Базової програми розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» / О. Л. Кононко, З. П. Плохій, А. М. Гончаренко [та ін.]. — К.: Світоч, 2009.
43. Нгуен М.А. Психологические особенности формирования эмоционального интеллекта старших дошкольников (на примере российских и вьетнамских детей) : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 "Педагогическая психология" / М.А.Нгуен.— Тамбов, 2008. – 26 с.
44. Падун М. А. Регуляция эмоций: процесс, формы, механизмы / М.А. Падун // Психологический журнал. – 2010. – № 6. – С. 57 – 67
45. Пасічник А.А. Емоційний стан та поведінкова реакція дитини дошкільного віку в умовах сім'ї. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу : http://www.pj.kherson.ua/file/2017/psychology_03/ukr/part_2/14.pdf
46. Пасічник О.І. Психокорекція недоліків емоційної саморегуляції старших дошкільників // Інновації партнерської взаємодії освіти, економіки та соціального захисту в умовах інклюзії та прагматичної реабілітації соціуму : матеріали II міжнародної науково-практичної конференції. – м. Кам'янець-Подільський, Подільський спеціальний навчально-реабілітаційний соціально-економічний коледж. – 2018. – 354 с. – С.338-340.
47. Первичко Е. И. Стратегии регуляции эмоций: процессуальная модель Дж. Гросса и культурно-деятельностный подход / Е. И. Первичко // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 1 (17). – С. 39 – 51.

48. Писаренко В. М. Инструментальная обратная связь и повышение качества управления эмоциональным состоянием / В. М. Писаренко // Психологический журнал. – 1986. – № 5. – С. 119 – 125.

49. Півень М.А. Структурні особливості емоційної зрілості особистості - 19.00.01 – загальна психологія, історія психології Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук. – Харків 2016. – 244 с. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу :http://psychology.univer.kharkov.ua/16_17_doki/Piven_03/Piven_diss.pdf

50. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста: Психологическое исследование / под ред. А. В. Запорожца, Я. З. Неверович. – М: Педагогика., 1986. – 176 с.

51. Ревуцька І. В. Теоретичний аналіз негативних психічних станів у дітей дошкільного віку / І.В.Ревуцька // «Молодий вчений». - № 11 (51). - листопад, 2017 р. – С.826-830.

52. Ригель О. В. Психологічна адаптація дошкільника в ситуації зміни соціального середовища: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / О. В. Ригель. – Київ: Б.в., 2011. – 20 с.

53. Ригель О.В. Вікові особливості саморегуляції психічних станів на етапі дошкільного віку. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://vuzlib.com/content/view/959/94/>

54. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Издательская группа «Прогресс», 1994. – 480 с.

55. Роджерс К. Эмпатия / К. Роджерс // Психология эмоций: Тексты. М.: Изд-во МГУ, 1984. – С. 234 – 238.

56. Саенко Ю. В. Техники и приемы регуляции эмоций / Ю. В. Саенко // Вопросы психологии . – 2010 . – № 3 . – С. 83 – 93 .

57. Савчин М. В. Вікова психологія: навчальний посібник / М.В. Савчин, Л.П. Василенко. - К. : Академвидав, 2011. - 368 с.

58. Сермягина О. С. Эмоциональные отношения в семье / О. С. Сермягина // Отв. ред. Л. Я. Гозман. – Кишинев: Штиинца, 1991. – 86 с.

59. Столяренко О.Б., Чайковська О.М. Вікова психологія: навчальний посібник / О.Б.Столяренко, О.М.Чайковська. – Кам'янець-Подільський: Медобори, 2016. – 252 с.
60. Тарасов. М. А. Педагогическая поддержка развития способности к личностной саморегуляции у старших дошкольников в условиях детского сада / М. А Тарасов // Автореф. дис. ... канд. педаг. наук: : 13.00.01. - Хабаровск: РГБ, 2006. – 19с.
61. Теплюк А.А. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу : http://kubg.edu.ua/images/stories/Departaments/apirantam/Avtoreferat/k.26.133.04/avtoreferat_teplyuk.pdf
62. Титаренко Т. М. Жизненный мир личности (структурно-генетический подход): Дисс. докт. психол. наук: 19.00.07. – К., 1994. – 304 с.
63. Усик Д.Б. Психологічні особливості саморегуляції поведінки у старшому дошкільному віці (результати експериментального дослідження) [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.apppychology.org.ua/data/jrn/v9/i9/66.pdf>
64. Цыганкова И. Г. Изучение уровня сформированности эмоциональной саморегуляции у детей 6-7 лет / И. Г. Цыганкова // Вектор 198 науки ТГУ. – Серия: Психология, педагогика. – 2014. – №1 (16). – С. 211 – 215.
65. Черкасова А. О. Проблема психосоматичних розладів у дітей в сучасних умовах / А. О. Черкасова // Український вісник психоневрології. – 2017. – Т. 25. № 1(90) – С. 160–161.
66. Шаграева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников: учеб. пособ. / О.А. Шаграева. — М. : Академія, 2003.
67. Чудина Е. А. Эмоциональная зрелость личности: определение понятия и выделение критериев / Е. А. Чудина // Личность и проблемы развития: сборник работ молодых ученых. – М., 2003. – С. 112 – 116.

68. Шість способів емоційної саморегуляції, що забезпечать дитині успіх у майбутньому. - [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <https://childdevelop.com.ua/articles/develop/9/>

69. Шторк Й. Психическое развитие маленького ребенка с психоаналитической точки зрения / Й. Шторк // Энциклопедия глубинной психологии / Ред. А. Боковиков. – М.: Когито-пресс, 2001. – С. 134 – 198.

70. Эйдемиллер Э. Г Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – СПб.: Питер, 2001. – 656 с.