

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение
социального обслуживания населения
«Центр социальной реабилитации инвалидов и детей-инвалидов
Невского района Санкт-Петербурга»**

Принята на заседании
Методического совета
Дата «02» июня 2020 г. № протокола 36

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 170 от 04.06.2020
Директор СПб ГБУСОН
«ЦСРИДИ Невского р-на»
_____ Т.Н. Жукова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ С
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»**

Возраст обучающихся: старший дошкольный возраст

Срок реализации программы: 36 часов

Разработчик:

Колесникова Елена Васильевна

педагог-психолог

Санкт-Петербург

2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развитие эмоциональной сферы дошкольника» (далее Программа) имеет социально-психологическую направленность. Ее предназначение - поддержка психологического здоровья детей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эмоционально-волевая сфера дошкольника» составлена в соответствии со следующими документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 28 декабря 2013 г. № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания в Российской Федерации».

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.)

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

6. Распоряжение Комитета по образованию от 01.03. 2017г. № 617-р «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».

Актуальность программы. Жизнь детей наполнена разнообразными эмоциями, чувствами и требует от ребенка их правильного понимания, соответствующего поведения и реагирования на них. Зачастую детей переполняют чувства, и они не всегда способны управлять своими эмоциями и регулировать свое поведение. Необходимо научить ребенка определять свое состояние и формировать способность к регулятивному поведению. В дальнейшем это поможет ребенку приобрести уверенность в себе, навыки позитивной коммуникации и бесконфликтного общения.

У детей с особенностями психофизического развития часто наблюдаются нарушения развития эмоциональной сферы и отклонения в поведении. Эмоции этих детей часто примитивны, слабо развиты, недостаточно дифференцированы, маловыразительны, однообразны. Они не всегда могут угадать смысл поведенческих реакций, окружающих по

внешним эмоциональным проявлениям и правильно реагировать на них. У таких детей часто наблюдаются немотивированные колебания настроения - капризность, плаксивость, смех без причины, наблюдаются агрессивность, возбудимость, тревожность, нарушения самооценки. Степень выраженности искажений эмоционального развития детей, имеющих отклонения в психофизическом развитии, может быть различной. Но это в любом случае затрудняет развитие форм самостоятельной адаптации к жизни, социализации и коммуникативных навыков.

Приоритетным направлением данной общеразвивающей программы является эмоциональная сфера дошкольника. В период дошкольного детства в ребенке созревает самостоятельная, активная личность, образующая стержень психики, которая в дальнейшем формирует характер. Происходит осознание собственной личности, деятельности и объективной оценке себя. Также в это время формируется соподчинение мотивов, то есть ребенок способен управлять своим поведением, контролировать его и по возможности предвидеть результат деятельности или его отсутствие.

Адресат программы: дети с ограниченными возможностями здоровья 5-7 лет.

Цель программы: Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи программы:

1. Обучающие:

- Познакомить детей с основными эмоциональными состояниями: радость, удивление, грусть, интерес, гнев, страх, стыд, отвращение;
- Продолжать учить распознавать эмоциональные проявления, умение понимать эмоциональные состояния других людей; объяснить, что нет "плохих" и "хороших" чувств, есть плохие поступки;
- Обучить приемам снятия психоэмоционального напряжения, мышечных зажимов;
- Обогащать словарь детей за счёт слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения.

2. Развивающие:

- Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния и поведения;
- Развивать навыки общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками и окружающими;
- Тренировать психомоторные функции;
- Совершенствовать психические процессы: память, внимание, мышление, восприятие, воображение, речь.

3. Воспитательные:

- Обучать детей правилам хорошего тона.

- Развивать эмпатию, способность сопереживать.

Условия реализации программы.

Условия набора и формирования групп: в учебные группы зачисляются дети старшего дошкольного возраста не имеющие медицинских противопоказаний.

Для достижения поставленных задач предусматривается отбор психологических методов и приемов коррекционной работы. Особое место занимают следующие методы и приемы: игровая терапия, арттерапия: сказкотерапия, музыкотерапия, тренинговые упражнения, психогимнастика, релаксация.

Формы проведения занятий: практические занятия, занятия с элементами психологического тренинга, игра (сюжетно-ролевые, словесные), беседа, дискуссии, импровизация, свободное и тематическое рисование, аутотренинг (с использованием стихов, записи звуки природы, релаксационной музыки).

Занятия по данной программе может проводить педагог-психолог.

Материально-техническое обеспечение. Психологические занятия проводятся в просторном, светлом помещении со столами и стульями по количеству занимающихся. Техническое оснащение:

- звуко и видеовоспроизводящая аппаратура;
- компьютер с доступом в интернет, принтер;
- аудио, видеотека.

Реализация программы обеспечена методическим материалом, наглядными средствами обучения, методическими разработками, диагностическим и контрольным материалами.

Планируемые результаты:

В процессе реализации программы ожидаются следующие результаты:

- усвоили основные эмоциональные состояния, научились их распознавать эмоции и понимать эмоциональные состояния других людей;
- владеют приемами снятия психоэмоционального напряжения, мышечных зажимов;
- умеют правильно использовать слова обозначающие различные эмоции, чувства, настроение;
- умеют произвольно регулировать свое эмоциональное состояние, овладели навыками коммуникативного общения и правилами хорошего тона;
- повысилась концентрация, переключаемость, устойчивость внимания; выработались эффективные приёмы запоминания; повысился уровень развития памяти; сформировалась самостоятельность в выполнении заданий; сформирована положительная мотивация к учению.
- выработка положительных черт характера: доброта, эмпатия, уверенность в себе, самостоятельность.

Для оценки результативности программы, проводится диагностика эмоционально сферы ребенка по следующим методикам: диагностические задания Л.П. Стрелковой, цветовой тест Люшера – актуальное психоэмоциональное состояние, методика «Цветик-семицветик» И.М. Витковской, методика «Древо желаний» В.С. Юркевич, методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов), тест тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Теммл, М.Дорки, В Амен (Приложение 1).

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1 год	Сентябрь	Май	36	36	1 раз в неделю

Учебный план

№ п/п	Тема и цель занятия	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Психодиагностика эмоциональной сферы	4		4	Количественная и качественная оценка результатов психодиагностики
2.	Вводное занятие.	1	1		Беседа о технике безопасности, Устанавливаем правила поведения в кабинете психолога
3.	«Волшебные средства понимания: мимика, интонация»	1		1	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение
4.	Знакомство с базовыми эмоциями. Мое «Я». Развитие позитивного	4	1	3	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение

	образа «Я», снятие тревожности, повысить уверенность в себе.				
5.	Эмоции «Радость» и «Грусть». Узнавание по невербальным проявлениям, адекватное выражение. Поиск переживаний в опыте.	2		2	Педагогическое наблюдение
6.	Эмоция «Гнев». Узнавание невербальных проявлений, поиск аналогичных переживаний в своем опыте, приемлемые способы выражения, регулирование выражения гнева в игровой форме.	2		2	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение
7.	«Удивление». Узнавание невербальных проявлений, поиск аналогичных переживаний в своем опыте, умение выразить удивление; креативное поведение, умение находить необычное в обычном, создавать необычное и удивительное	2		2	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение
8.	«Приручение страха» узнавание невербальных проявлений, десенсибилизация (уменьшение) страхов, способы самопомощи, закрепление	3		3	Педагогическое наблюдение

	эмоционального переживания и проявления смелости				
9.	Настроение. «Чувство вины, стыда»: представление ситуации, узнавание невербальных проявлений чувства вины, стыда; понимание причин, эффективное поведение в аналогичных ситуациях.	3		3	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение, проведение графической методики «Кактус»
10.	Настроение. «Чувства - недовольство, обида, отвращение»: узнавание невербальных проявлений, регулирование в игровой форме, эффективные способы поведения, символическое освобождение от обид.	3		3	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение.
11.	Чувства. «Гордость, пренебрежение» и «Робость, смущение»: понимание чувств по ситуации; узнавание невербальных проявлений, неадекватные проявления гордости — «хвастовство, зазнайство» и их последствия, адекватные проявления гордости, важность уважения других и самоуважения, самопомощь при	4		4	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение, проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур

	смущении.				
12.	Конфликт. «Какие чувства приводят к ссоре?» Понимание конфликта, узнавание невербальных проявлений.	2		2	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение.
13.	«Счастье». Понимание ощущения счастья, узнавание невербальных проявлений. Поиск переживаний в опыте.	2		2	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение
14.	«Мои желания». Развитие произвольного контроля над своими действиями, овладение умением действовать по правилу. Формирование способности дифференцировать различные эмоциональные состояния, обучение умению контролировать свои желания.	3		3	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение
15.	«Общение» Формирование произвольной регуляции поведения и эмоциональных реакций, развитие внимания, воображения.	4		4	Педагогическое наблюдение.
16.	Итоговое занятие. Игра «Такие разные эмоции». Успешное взаимодействие между детьми.	1		1	Выполнение заданий, педагогическое наблюдение.
17.	Психодиагностика	4		4	Количественная и

	эмоциональной сферы ребенка				качественная оценка результатов психодиагностики
ИТОГО		36	2	34	

Методическое обеспечение программы

Раздел или тема программы	Приемы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятия)	Приемы и методы организа ции образова тельного процесса (в рамках занятия) Форма занятия	Дидактический материал	Техническо е оснащение занятий	Формы подведен ия итогов
Психодиагнос тика эмоционально й сферы	Диагностическая методика	Индивиду альная	Вопросы методики		Диагност ика
Мимика, интонация	1.Разминка 2. Беседа 3. Упражнение 4. Игра	Группова я	Наглядные пособия	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
Знакомство с эмоциями. Мое «Я»	1. Разминка 2. Игра 3. Упражнение 4.Релаксационное упражнение	Группова я	Наглядные пособия Музыкальное сопровождение	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
Эмоции	1. Упражнение	Группова	Наглядные	Аудио и	Рефлекси

«Радость» и «Грусть»	2. Чтение стихотворения 3. Чтение сказки 4.Беседа 5. Этюд	я	пособия, сюжетные картинки Художественная литература	видео техника, дидактическ ий материал	я
Эмоции «Гнев»	1. Разминка 2. Упражнение 3. Этюд 4. Беседа 5. Игра	Группова я	Наглядные пособия Музыкальное сопровождение	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
«Удивление»	1. Разминка 2. Дыхательное упражнение 3. Беседа 4. Упражнение 5. Рисование	Группова я	Наглядные пособия	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
«Приручение страха»	1. Дыхательное упражнение 2. Чтение стихотворения 3. Беседа 4. Упражнение 5.Релаксационное упражнение	Группова я	Наглядные пособия Художественная литература	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
Настроение. "Чувство вины, стыда":	1. Разминка 2. Этюд 3. Чтение рассказа 4. Беседа. 5. Игра 6. Графическая методика	Группова я	Наглядные пособия Художественная литература	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
Настроение. "Чувства - недовольство,	1. Разминка 2. Чтение стихотворения	Группова я	Наглядные пособия, художественная	Аудио и видео техника,	Рефлекси я

обида, отвращение"	3. Чтение сказки 4. Беседа 5. Упражнение 6. Игра		литература	дидактическ ий материал	
Чувства. «Гордость, пренебрежени е» и «Робость, смущение»	1. Разминка 2. Ролевая игра 3. Рассказывание 4. Беседа 5. Игра 6. Раскрашивание 7. Диагностическая методика	Группова я	Наглядные пособия Маски животных Раскраска	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
«Конфликт»	1. Разминка 2. Чтение стихотворения 3. Беседа. 4. Психогимнастика 5. Рисование	Группова я	Наглядные пособия, художественная литература Материалы для рисования	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
"Счастье"	1. Игра 2. Беседа 3. Сказкотерапия 4. Аутотренинг 5. Рисование	Группова я	Наглядные пособия Материалы для рисования Художественная литература Музыкальное сопровождение	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я
"Мои желания"	1. Разминка 2. Упражнение 3. Релаксационное упражнение 4. Просмотр мультфильма 5. Беседа 6. Арттерапия	Группова я	Наглядные пособия Видеозапись мультфильма	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлекси я

«Общение»	1. Разминка 2. Игра 3. Упражнение 4. Беседа 5. Игра	Групповая	Наглядные пособия, музыкальное сопровождение	Аудио и видео техника, дидактический материал	Рефлексия
«Такие разные эмоции»	1. Упражнение 2. Игра	Групповая	Наглядные пособия	Аудио и видео техника, дидактический материал	Рефлексия
Психодиагностика эмоциональной сферы	Диагностическая методика	Индивидуальная	Материалы для проведения методик		Диагностика

Каждое психологическое занятие имеет следующую структуру:

1. Вводная часть или разминка в неё входит приветствие и ставит своей целью, включить детей в работу.
2. Основная часть определяется содержанием темы, рассматриваются определенные эмоции.
3. Практическая часть включает в себя проигрывание сказок, рисование на определённую тему.
4. Заключительная часть – снятие у детей эмоционального возбуждения, подведение итогов занятия.

Каждое занятие программы начинается с приветствия, дети настраиваются на положительную эмоциональную атмосферу внутри группы и друг на друга. Завершаются занятия созданием детьми какого-либо рисунка, который является итогом работы, своеобразной рефлексией и объединяет в себе все впечатления, полученные в ходе игрового занятия. Заканчивается каждое занятие традиционным прощанием.

Список литературы

1. Бавина Т.В. «Детские страхи: решение проблемы в условиях д\с.» Арктика М.2007.
2. Вайзман Н.П. Реабилитационная педагогика. В 3 вып. — М., 1995, 1996.
3. Ворожцова О.А. Музыка и игра в детской психотерапии: музыкальная арт-терапия для детей. — М., 2004.
4. Грив Б. Д. Когда тебе грустно: как поднять себе настроение — М., 2004.
5. Джинотт Х. Д. Групповая психотерапия с детьми: теория и практика игровой терапии. — М., 2005.
6. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. — М., 1993.
7. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. — СПб, 2001.
8. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. — М., 1997.
9. Крюкова С.В., Слободняк Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. — М., 2006.
10. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. — Екатеринбург, 2004.
11. Кэдьусон К., Шеффер Ч. Практикум по игровой психотерапии. — СПб, 2000.
12. Лэндрет Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений. — М., 1994.
13. Мейер В., Чессер Э. Методы поведенческой терапии — СПб, 2001.
14. О'Коннор К. Теория и практика игровой психотерапии — СПб, 2002.
15. Панфилова М.А. Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры. — М., 2005.
16. Семенака С.И. «Учимся сочувствовать, сопереживать». 5-8лет. Арктика М., 2005.
17. Фрид Э. М. Книга для тебя. — М., 1994.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1

Диагностические методики

1. Диагностические задания Л.П. Стрелковой

Данной диагностикой оцениваются:

- Адекватная реакция на различные явления окружающей действительности;
- Дифференциация и адекватная интерпретация эмоциональных состояний других людей;
- Широта диапазона понимаемых и переживаемых эмоций, интенсивность и глубина переживания, уровень передачи эмоционального состояния в речевом плане, терминологическая оснащенность языка;
- Адекватное проявление эмоционального состояния в коммуникативной сфере.

1. Изучение особенностей использования детьми мимики пантомимики при демонстрации заданной эмоции.

Ребенку предлагается продемонстрировать веселого, печального, испуганного, сердитого, удивленного мальчика (девочку). Каждое эмоциональное состояние называют по мере выполнения.

Ф.И. ребенка	Веселый	Печальный	Испуганный	Сердитый	Удивленный
	М П	М П	М П	М П	М П

Выразительное средство, используемое ребенком при демонстрации указанного эмоционального состояния, обозначают знаком «+» в соответствующей графе таблицы.

М – мимика

П – пантомимика

2. Изучение выразительности речи

Ребенку предлагается произносить фразу «Вот это погода» радостно, грустно, удивленно, испуганно, сердито. Адекватно переданную эмоцию обозначают знаком «+» в соответствующей графе таблицы.

Ф.И. ребенка	Радостно	Грустно	Испуганно	Сердито	Удивленно

3. Изучение детьми графического изображения эмоций.

Ребенку предлагают карточки с графическим изображением радости, горя, страха, гнева, удивления. Предъявляют их по одной с вопросом «Какое это лицо?». Ответы детей записывают в таблицу.

Ф.И. ребенка	Радость	Грусть	Страх	Гнев	Удивление

3. Изучение понимания детьми эмоциональных состояний людей.

Ребенку предлагается ответить на вопросы:

Как ты думаешь, почему детям больше нравятся книги с картинками?

Что произойдет с человеком, если он увидит на березе груши?

Что ты чувствуешь, когда ешь любимую конфету?

Как ты думаешь, почему покраснела девочка, когда ей сделали замечание?

Что чувствует кошка, когда за ней гонится собака?

Что чувствует собака, когда другая собака утащила у нее кость?

Что почувствует мальчик, если ему подарят «Денди»?

Что почувствует человек, если у него пропадает любимая собака?

Каждый следующий вопрос задают после ответа ребенка на предыдущий. Ответы заносятся в таблицу.

Ф. И. ребенка	Ответы ребенка

5. Изучение понимания детьми своего эмоционального состояния

(За 1 раз дети рисуют 2-3 эмоции)

Детям помогают вспомнить и нарисовать ситуацию, когда они испытывают: интерес, удивление, удовольствие, стыд, страх, злость, горе, радость.

(Оценивают содержательную сторону детских работ, расположение изображения на листе бумаги, величину изображения, использование цвета).

2. Цветовой тест Люшера

Используется для оценки эмоционального состояния и уровня нервно-психической устойчивости; выявления внутриличностных конфликтов и склонности к депрессивным состояниям и аффективным реакциям.

Ребенку предъявляются восемь различных по цвету карточек, и предлагается сделать выбор наиболее привлекательных цветов на момент тестирования. Набор карточек предъявляется дважды



Номера цветов:

- серый – 0
- темно-синий – 1
- зеленый – 2
- оранжево-красный – 3
- желтый – 4
- фиолетовый – 5
- коричневый – 6
- черный – 7

Для получения достоверных результатов целесообразно использовать стандартные наборы карточек, например, из методики, изданной Иматон.

Цветовые карточки предъявляются испытуемому на белом фоне и раскладываются в случайном порядке на примерно равном расстоянии друг от друга.

Инструкция

«Посмотри внимательно на эти 8 карточек. **Выбери, какой цвет является самым приятным для тебя в данный момент.** Постарайся не связывать этот цвет с какими-либо вещами – одеждой, машиной и т.д. Выбирай цвет, наиболее приятный сам по себе». **Выбранная карточка переворачивается и убирается в сторону из поля зрения испытуемого.** «Хорошо, а теперь выбери самый приятный цвет из оставшихся». Эта инструкция и, соответственно, выборы повторяются до тех пор, пока перед испытуемым не останется три последних карточки. «Хорошо, а теперь выбери самый неприятный цвет».

Все выборы испытуемого записываются. По окончании первой серии испытуемому вновь предлагаются все карточки: «Теперь попробуй еще раз выбрать самый приятный цвет из этих карточек. Не старайся вспомнить, как ты выбирал в прошлый раз, просто выбирай самый симпатичный цвет».

Созданная испытуемым цветовая последовательность разбивается на группы:

- «+» – наиболее приятные цвета;

- «х» – приятные цвета;
- «=» – безразличные цвета;
- «-» – неприятные, отвергаемые цвета.

Далее результаты соотносятся с интерпретационными таблицами для качественного анализа. (Руководство по использованию восьмицветового теста Люшера/ составитель Дубровская О.Ф. М, «Фолиум», 1995 или Цветовой психодиагностический тест М. Люшера, С.-Птб, Иматон, 2000.)

Оценка результатов

- **4 балла** – в начале ряда синий, желтый, фиолетовый цвета. Черный, серый, коричневый – в конце ряда. Благоприятное эмоциональное состояние.
- **3 балла** – допускаются красный и зеленый цвета на первых позициях. Смещение серого и коричневого в середину ряда. Удовлетворительное эмоциональное состояние.
- **2 балла** – смещение черного в середину ряда. Синий желтый, фиолетовый – на последних позициях. Эмоциональное состояние ребенка неудовлетворительное – требуется помощь психолога, педагога.
- **1 балл** – черный и серый в начале ряда; ребенок отказывается от выполнения. Ребенок находится в кризисном состоянии, требуется помощь специалистов (психолога, психотерапевта).

3. Методика «Цветик-семицветик» И.М. Витковская

Методика предназначена для дошкольников и младших школьников. Методика направлена на выявление содержания и широты сферы, основных осознаваемых ребенком собственных потребностей и желаний.

Для проведения методики потребуется лист бумаги с нарисованным на нем «Волшебным цветком» с семью разноцветными лепестками. Размер лепестков должен быть таким, чтобы ребенок мог записать в нем свое желание.

С дошкольниками и первоклассниками, у которых не сформированы навыки свободного письма, методика проводится индивидуально. С более старшими учениками она может проводиться как индивидуально, так и фронтально. Для более младших детей, а также для детей с задержкой психического развития и педагогически запущенных количество лепестков можно уменьшить до трех. Вместе с тем, следует иметь в виду, что количество желаний, высказанных ребенком, само по себе может являться ценным диагностическим показателем.

«Цветки» могут быть приготовлены заранее, но, если позволяет время и условия, лучше предложить их изготовить самим детям, поскольку в этом они полнее включаются в ситуацию и валидность методики повышается.

Инструкция. «Представьте себе, что каждому из вас, как девочке Жене из сказки В.Катаева «Цветик-семицветик» достался волшебный цветок с семью волшебными лепестками. Каждый лепесток выполнит одно желание. Этот цветок нарисован на листе. Напишите на каждом лепестке одно свое желание. А всего каждый из вас сможет написать семь самых заветных своих желаний. Все поняли, что надо сделать?»

После сообщения инструкции психолог отвечает на вопросы детей.

«Итак, начинаем...»

Обработка результатов и интерпретация

1. Определяется направленность ответов на выполнение своих собственных желаний, ориентированных на благо других людей (сверстников, воспитателей, родителей, братьев, сестер и др.), относящиеся к школе, и широкие “общечеловеческие” (“Хочу, чтобы люди никогда не болели”, “Чтобы никто не убивал других людей”, “Нашли все полезные ископаемые” и пр.).

Поскольку само строение методики ориентирует детей прежде всего на актуализацию собственных желаний, то выделение желаний “для других” свидетельствуют о широте мотивации, выходе за пределы личного опыта, наличии широких смыслообразующих мотивов и/или формировании потребности в благе для других людей. Вместе с тем, неблагоприятными являются варианты, когда желания “для себя” полностью отсутствуют.

2. Определяются качественные категории, характеризующие преобладающую сферу предпочтений.

Наиболее часто здесь встречаются ответы, о желании обладать определенными материальными благами, иметь какие-то новые качества, способности, приобрести друзей, повысить успеваемость, выполнять требования воспитателей и др.

Неблагоприятными вариантами является фиксация всех ответов в сфере выполнения требований взрослых, а также совершенно конкретных (“мелких”) материальных благ (например, конфету, жвачку и мороженое).

Следует обратить особое внимание на ответы, связанные с физической агрессией: как на открытые агрессивные тенденции (“Я хотел бы всех избить, уничтожить”, “Чтобы отомстить всем”, “Чтобы избили всех тех, кто меня обижает”), так и жертвы агрессии: “Чтобы меня не били”, “Чтобы меня кто-нибудь защитил, когда меня снова начнут бить”).

Ответ “не знаю” является неблагоприятным показателем, который может свидетельствовать как о слабости желаний и потребностей, о недоразвитии их рефлексии, о том, что ребенок не привык давать себе отчет о своих желаниях, так и о своеобразном “отказе” от желаний, их вытеснении, а также об определенной закрытости по отношению ко взрослому,

иногда имеющей характер негативного протеста. Какой именно из вариантов имеет место в конкретном случае, следует выяснить в процессе дополнительной беседы.

3. Определяется степень “протяженности” желаний во времени.
4. Модальность высказывания (“Я хочу”, “Я хотел бы”).

Использование сослагательного наклонения, свидетельствующего о неуверенности ребенка в своем “праве на желание”, является неблагоприятным симптомом.

4. Методика «Древо желаний» В.С. Юркевич

Цель: изучение познавательной активности детей (используются картинки и словесные ситуации)

1. Волшебник может исполнить 5 твоих желаний. Чтобы ты у него попросил? (6 мин.)
2. Мудрец может ответить на любые твои вопросы. О чем бы ты спросил у него? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.
3. Ковер-самолет в мгновение ока доставит тебя куда ты захочешь. Куда бы ты хотел слетать? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.
4. Чудо-машина умеет все на свете: шить, печь пироги, мыть посуду, делать любые игрушки. Что должна сделать чудо-машина по твоему приказанию? – 5 мин.
5. Главная книга страны Вообразии. В ней любые истории обо всем на свете. О чем бы ты хотел узнать из этой книги? – 5 мин.
6. Ты очутился вместе с мамой в таком месте, где все разрешается. Ты можешь делать все, что твоей душе угодно. Придумай, что бы ты в таком случае делал? – (регистрируются первые 5 ответов) – 4 мин.

Из ответов выбираются ответы познавательного характера.

Высокий уровень познавательной потребности – 9 ответов и выше.

Средний уровень познавательной потребности – от 3 до 8 ответов.

Низкий уровень познавательной потребности – 2 и меньше ответов.

Качественный анализ:

- Высокий уровень – стремление проникнуть в причинно-следственные связи явлений, отчетливо проявляется исследовательский интерес к миру.
- Средний уровень – потребность в знаниях имеется, но привлекает только конкретная информация, причем достаточно поверхностная.
- Низкий уровень – дети удовлетворяются односложной информацией, например их интересует реальность услышанной когда-то сказки, легенды и т.д.

Все эти суждения носят познавательный характер, но различаются разным уровнем сложности. Ответы «потребительского» содержания – иметь игрушки, проводить досуг без познавательных целей. Креативные ситуации – 2, 3, 4, 5.

5. Методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)

Цель: Выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни. Исследование психоэмоционального состояния ребенка.

Задачи:

- Познакомить детей с разными эмоциональными состояниями.
- Развивать у детей способность к рефлексии эмоционального поведения.
- Развивать у детей навыки самоконтроля.

Инвентарь: цветные карандаши, заготовки карты волшебной страны. Время работы: 25 мин.

Возрастные рамки применения: клиенты от 5 лет до 13 лет. Алгоритм работы. Вступление. Каждому ребенку рассказывается сказка о жизни жителей волшебной страны чувств, и помочь им в решении их жизненных трудностей.

Основная часть.

Инструкция к действию: Перед ребенком раскладываются восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

Шаг 1. Ребенку зачитывается следующий текст.

Далеко-далеко, а, может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Вина, Грусть, Злость, Страх, Обида и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем, каждое чувство: живет в доме определенного цвета. Кто-то: живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом. Каждый день, как встает солнце, жители занимаются своими делами. Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильны, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось. И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои дома разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда - всю краску унес ветер.

Инструкция: У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Шаг 2. Ребенку говорят: Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Инструкция: Покажи им, где их домики.

Шаг 3. Ребенку говорят: Спасибо, ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои дома. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как, же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена. Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту.

Обработка результатов. При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

- 1) все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков;
- 2) адекватно ли подобраны цвета при «заселении» в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, он, тем не менее, является диагностичным;
- 3) каким образом распределены обозначающие чувства цвета внутри силуэта человека.

Символически силуэт делится на 5 зон:

- голова и шея - символизируют ментальную деятельность;
- туловище до линии талии, исключая руки - символизируют эмоциональную деятельность;
- руки - символизируют коммуникативные функции;
- тазобедренная область - символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний;
- ноги - символизируют чувство «опоры», уверенность в себе, возможность «Заземления» негативных переживаний.

Таким образом, данная методика показывает нам актуальное психоэмоциональное состояние ребенка.

6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния.

3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.

Выводы: Методика «Волшебная страна чувств» позволяет не только продиагностировать эмоциональную сферу ребенка, определить в каком актуальном эмоциональном состоянии ребенок пребывает, но и является хорошей коррекционной техникой направленной на выброс и отреагирование негативных эмоциональных состояний, раскрытие ресурса личности, развитие саморегуляции, формирование умения выражать свои мысли, развитие фантазии и

воображения.

ВОЛШЕБНАЯ СТРАНА ЧУВСТВ

Домики Жители

Карта страны



Радость



Удовольствие



Страх



Вина



Обида



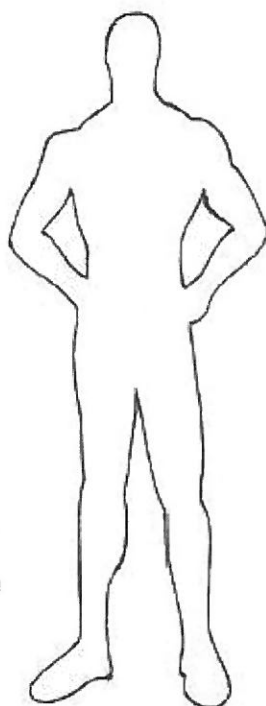
Грусть



Разочарование



Интерес



6. Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. Методика "Выбери нужное лицо"

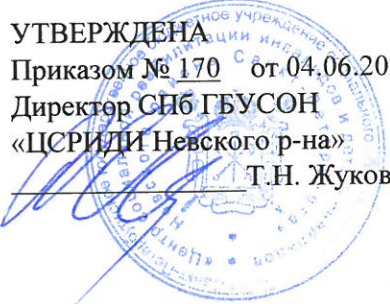
Данная методика используется для исследования тревожности ребенка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми. Определение степени тревожности раскрывает внутреннее отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду.

Ребенку последовательно предъявляют 14 рисунков. Каждый рисунок представляет некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы с прорисованным лицом (улыбающееся и печальное лицо), по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. Ребенку предлагают подобрать к каждой ситуации подходящее лицо для изображенного ребенка. Рисунки выполнены в двух вариантах: для девочек и для мальчиков.

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение
социального обслуживания населения
«Центр социальной реабилитации инвалидов и детей-инвалидов
Невского района Санкт-Петербурга»**

Принята на заседании
Методического совета
Дата «02» июня 2020 г. № протокола 36

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 170 от 04.06.2020
Директор СПб ГБУСОН
«ЦСРИДИ Невского р-на»
Т.Н. Жукова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ С
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ»**

Возраст обучающихся: старший дошкольный возраст

Срок реализации программы: 36 часов

Разработчик:

Колесникова Елена Васильевна
педагог-психолог

Санкт-Петербург

2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

«РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ»

Задачи программы:

1. Обучающие:

- Познакомить детей с основными эмоциональными состояниями: радость, удивление, грусть, интерес, гнев, страх, стыд, отвращение;
- Продолжать учить распознавать эмоциональные проявления, умение понимать эмоциональные состояния других людей; объяснить, что нет "плохих" и "хороших" чувств, есть плохие поступки;
- Обучить приемам снятия психоэмоционального напряжения, мышечных зажимов;
- Обогащать словарь детей за счёт слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения.

2. Развивающие:

- Развивать произвольную регуляцию своего эмоционального состояния;
- Развивать навыки общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками и окружающими;
- Тренировать психомоторные функции;
- Совершенствовать психические процессы: память, внимание, мышление, восприятие, воображение, речь.

3. Воспитательные:

- Обучать детей правилам хорошего тона.
- Развивать эмпатию, способность сопереживать;

Планируемые результаты:

В процессе реализации программы ожидаются следующие результаты:

- усвоили основные эмоциональные состояния, научились их распознавать эмоции и понимать эмоциональные состояния других людей;
- владеют приемами снятия психоэмоционального напряжения, мышечных зажимов;
- умеют правильно использовать слова обозначающие различные эмоции, чувства, настроение;

	программы. Знакомство детей с понятием эмоции.	
"Волшебные средства понимания: мимика, интонация"	1. Разминка. Упражнение "Говорящие ладошки"; 2. Беседа "Средства понимания". Чтение стихотворения с разной интонацией. Рисуем на листе волнистую линию, похожую на улыбку, веселого и грустного человека; 3. Упражнение "Доброе животное" Данное упражнение способствует сплочению детей, развитию умения понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать; 4. Игра "Будь внимателен" Развиваем слуховое внимание, запоминание, эмоциональную отзывчивость; 5. Игра "Имитация" Развиваем умение пользоваться выразительными средствами для передачи настроения, чувств. При помощи походки передавать информацию. 6. Расскажи стихи руками. Развиваем творческие способности, самостоятельность, умение с помощью жестов, мимики и движений передать содержание стихотворения. 7. Рефлексия. Уточняем, при помощи чего мы понимаем другого человека.	1
Знакомство с базовыми эмоциями. Мое "Я". Развитие позитивного образа "Я", снятие тревожности, повысить уверенность в себе.	1. Разминка "Солнышко и тучка" Установление позитивного эмоционального настроя, снятие психического напряжения. 2. Игра «Моё имя». Содействие эмоциональному принятию ребёнком себя; развитие тактильно-кинестетической чувствительности, воображения, восприятия; дифференциация собственных ощущений; стимулирование творческого самовыражения; повышение уверенности в себе. 3. Упражнение Эмоции 4. Релаксационное упражнение "Прекрасный сад". Данное упражнение способствует познанию ребёнком своего внутреннего мира; развитие воображения, эмоциональной сферы, эмпатии. 5. Ритуал прощания "Дарим тепло наших сердец"	4
Эмоции "Радость" и "Грусть". Узнавание по невербальным проявлениям, адекватное выражение. Поиск переживаний в опыте.	1. Приветствие. Упражнение "Я рада тебя видеть". Создаем положительный эмоциональный фон; 2. Эмоция "Радость". Чтение стихотворения Александрова З. «Катя в яслях». Определение детьми эмоции радости, после прочтения стихотворения; 3. Показ пиктограммы радости. Дети показывают на своем лице радость; 4. Упражнение «Закончи предложение». С помощью этого упражнения дети учатся искать переживания в опыте. 5. Эмоция "Грусть". Вспоминаем сказку и читаем ее по картинкам, определяем эмоции, которые испытывают герои сказки. 6. Упражнение "Я грущу, когда." С помощью этого	2

проявления смелости	6. Релаксационное упражнение «Волшебный сон. Снимаем психоэмоциональное напряжение, мышечные зажимы; 7. Ритуал прощания "Дарим тепло наших сердец".	
Настроение. «Чувство вины, стыда»: представление ситуации, узнавание невербальных проявлений чувства вины, стыда; понимание причин, эффективное поведение в аналогичных ситуациях.	1. Разминка. Упражнение «Коробка настроения». Установление позитивного эмоционального настроя; 2. Работа с пиктограммами. Описываем лицо человека, которому стыдно; 3. Этюд «Стыдно». Этюд на выражение вины и стыда; 4. Чтение рассказа В.Осеевой «Печенье». Беседа с детьми о чувствах, которые испытали главные герои рассказа; 5. Игра «Море волнуется». Развиваем находчивость, внимание, память, эмоциональную активность детей; 6. Проведение графической методики «Кактус»; 7. Релаксационное упражнение «Путешествие на облаке». Снимаем психоэмоциональное напряжение, мышечные зажимы; 8. Ритуал прощания "Дарим тепло наших сердец"	3
Настроение. «Чувства - недовольство, обида, отвращение»: узнавание невербальных проявлений, регулирование в игровой форме, эффективные способы поведения, символическое освобождение от обид.	1. Ритуал приветствия "Передай улыбку". Установление позитивного эмоционального настроя; 2. Чтение стихотворения "Обида" В. Орлова. Беседа с детьми о чувствах, которые испытали герои стихотворения; 3. Чтение сказки «Сказка о лисёнке, который обиделся» (О. Хухлаева). Обсуждение с детьми сюжета сказки, анализ произведения и выводы детей; 4. Упражнение «Кто что не любит» Упражнение на выражение эмоции - отвращение; 5. Работа с пиктограммами. Описываем лицо человека, который испытывает обиды и отвращение. 6. Ритуал прощания «Игра - мирилка»;	3
Чувства. «Гордость, пренебрежение» и «Робость, смущение»: понимание чувств по ситуации; узнавание невербальных проявлений, неадекватные проявления гордости — «хвастовство, зазнайство» и их последствия, адекватные проявления гордости, важность уважения других и	1. Разминка. Упражнение «Коробка настроения». Установление позитивного эмоционального настроя; 2. Работа с пиктограммами. Описываем выражения на лице человека эмоций- гордость, пренебрежение; 3. Работа с пиктограммами. Описываем выражения на лице человека эмоций- Робость, смущение; 4. Ролевая игра "Девочка - зазнайка" Проигрывание и анализ эмоций - гордость, пренебрежение; 5. Рассказывание истории о робком львенке. Обсуждение эмоций - робость и застенчивость; 6. Игра "Я - Лев" Данная игра способствует повышению у детей уверенности в себе; 7. Раскраска "Львенок" Развиваем эмоциональную активность, творческие способности, воображение; 8. Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур	4

	воображение, мелкую моторику рук, снимаем эмоциональное напряжение; 8. Рефлексия "Солнышко и тучка". Анализируем настроение на занятии.	
"Общение" Формирование произвольной регуляции поведения и эмоциональных реакций, развитие внимания, воображения.	1. Разминка "Солнышко". Создаем положительный настрой, доброжелательное отношение друг к другу; 2. Игра с мячом "Познакомимся». Закрепляем умение представляться в обществе; 3. Упражнение "Интервью". Развиваем речевую активность и быстроту мышления, сообразительность и находчивость. Закрепляем у детей представления о том, что у каждого может быть свое мнение; 4. Игра "Мирилка". Повышаем мотивацию к мирному разрешению конфликтов в группе, создаем ритуал завершения конфликта; 5. Ритуал прощания "Солнечные лучики".	4
Итоговое игровое занятие "Такие разные эмоции". Успешное взаимодействие между детьми.	1. Ритуал приветствия "Мое настроение". Обсуждение настроения каждого ребенка; 2. Упражнение "Давайте поздороваемся" Создаем комфортную психологическую атмосферу в группе; 3. Игра "Письмо от Ёжика". Закрепляем умение выражать эмоциональное состояние в мимике, побуждаем использовать методы саморегуляции настроения, способствуем снятию психологического напряжение, получению положительных эмоций; 4. Упражнение "Изобрази эмоцию" Актуализируем знания об эмоциях, умение их изображать и узнавать; 5. Упражнение "Способы овладения негативным эмоциональным состоянием". Обучаем способам выражения негативных эмоций в социально приемлемой форме; 6. Игра "Кричалки-хлопалки-молчалки". Развитие внимания, волевую регуляцию поведения; 7. Упражнение «Морщинки" Учим детей снимать мышечное напряжение, закреплять эмоциональные состояния: радости, интереса, удовольствия; 8. Заключительный упражнение "Башня радости". Рефлексия занятия.	1
Психодиагностика эмоциональной сферы ребенка	1. Диагностические задания Л.П. Стрелковой; 2. Цветовой тест Люшера- актуальное психоэмоциональное состояние; 3. Методика «Цветик-семицветик» И.М. Витковской; 4. Методика «Древо желаний» В.С. Юркевич; 5. Методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов), 6. Тест тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Теммл,	4

- Сегодня мы с вами узнаем, какие различные средства понимания помогают нам лучше понимать друг друга.

- Я прочитаю одно и то же стихотворение по разному, а вы попробуйте определить, как я прочитала (грустно, весело, свирепо, удивленно, боязливо)

- С разной интонацией произнести фразы:

Пойдем, поиграем!

Дай мне игрушку!

- В зависимости от того, с какой интонацией говорит человек, мы можем понять, что он чувствует: злится, радуется, удивляется, боится и т. д.

- Как еще можно понять, что чувствует человек?

- Посмотрите на разные выражения лица, попробуйте определить, что чувствует человек?

- Выражение лица человека может нам рассказать о чувствах

- Какое выражение лица характерно для добрых людей, веселых, общительных, ворчливых, злых, грубых?

Работа на листе

- Нарисуем волнистую линию, похожую на улыбку доброго и огорченного человека.

3. Упражнение "Доброе животное". Цель: способствовать сплочению детей, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Психолог тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе

4. Игра "Будь внимательный". Цель: развитие слухового внимания, запоминания, эмоциональной отзывчивости

Дети идут по кругу, ведущий дает инструкцию пройдите как

- зайчики – дети прыгают,

- цапли – останавливаются и стоят на одной ноге,

- лягушки – дети приседают и прыгают,

- лошадки – дети останавливаются и стучат об пол ногой.

5. Игра "Имитация". Цель: Развивать умение пользоваться выразительными средствами для передачи настроения, чувств

- При помощи походки можно тоже передать информацию

- покажите как ходит старичок,

- маленький ребенок,

- счастливый человек,

- котенок.

6. Расскажи стихи руками. Цель: Развивать умение пользоваться выразительными средствами для передачи настроения, чувств

- Нужно руками изобразить героев стихотворения

Ждет гостей сегодня кошка

И волнуется немножко:

"Что ж так долго не идут?"

Ну, а гости тут как тут.

4. Релаксационное упражнение "Прекрасный сад". Цель: познание ребёнком своего внутреннего мира; развитие воображения, эмоциональной сферы, эмпатии.

Материал: аудиозапись релаксационной музыки, по количеству детей: наборы цветных карандашей, гуашь, акварель, кисти, баночки с водой, бумага.

Детям предлагают закрыть глаза и представить, что они оказались в прекрасном саду: вообразите себя растением. Какое оно? Какие у него листья? Есть ли шипы? А цветы? Какого цвета? Цветы распустившиеся или бутоны? Как выглядит стебель и корни? Где оно растёт, что окружает его? Кто-нибудь ухаживает за растением? Как пахнет растение? Как оно двигается, если дует ветер? Есть ли у него друзья?

Открыв глаза, дети под музыку рисуют реальное или выдуманное растение, которое описывали, самостоятельно выбрав технику исполнения, а затем из рисунков формируют единый коллаж — прекрасный сад. Дети становятся вокруг него, водят хоровод, делятся своими чувствами. Далее коллаж используют для украшения групповой комнаты.

4. Ритуал прощания "Дарим тепло наших сердец" Кладем одну кисть своей руки на другую, прижимаем их к области сердца, согреваем и поворачиваем скрещенные кисти рук в центр, тем самым посылая друг другу тепло наших сердец.

Тема 5 (2 занятия): Эмоции «Радость» и «Грусть».

Узнавание по невербальным проявлениям, адекватное выражение. Поиск переживаний в опыте.

1. Приветствие. Упражнение «Я рада тебя видеть...». Цель: создание положительного эмоционального фона.

Дети, передавая мяч по кругу проговаривают: «Я рада тебя видеть.».

2. Чтение стихотворения Александрова З. «Катя в яслях». Эмоция "Радость".

"Девочки и мальчики,
Прыгают, как мячики,
Ножками топчут,
Весело хохочут.

- О каком чувстве идет речь? Дети распознают чувство радости.

3. Показ пиктограммы радости. Дети показывают на своем лице радость.

4. Упражнение «Закончи предложение». С помощью этого упражнения дети учатся искать переживания в опыте.

Радость – это когда...

Я радуюсь, когда...

Мама радуется, когда...

Воспитатель радуется, когда...

5. Эмоция грусть.

Давайте вспомним сказку «Курочка Ряба». Я буду показывать вам картинки, и мы вместе с вами будем «читать» эту сказку.

Психолог показывает картинки, одновременно проговаривая текст сказки вместе с детьми.

А теперь скажите мне, пожалуйста, какие бабушка с дедушкой в начале сказки? (смотрим на картинку) – Радостные.

А какие в конце? (смотрим на картинку) – Грустные, печальные.

Почему они плачут? – Яичко разбилось. Им грустно от этого.

А давайте подумаем, когда нам бывает грустно?

6. Упражнение «Я грущу, когда...»

сжиматься. Вас толкнули, не приняли в игру, вы на кого-то злитесь, злость накапливается и пружина сжимается все сильнее (сжать пружину). Легко ли держать такую пружину? А что хочется сделать? Конечно, отпустить ее и дать ей выпрямиться. Так происходит и с вашим поведением. В результате ваша злость внутри копится и в один прекрасный день она выходит наружу и тогда, когда вас разозлят, вы можете сказать обидные слова и даже ударить обидчика, мы часто жалеем потом о своем поступке».

«Сейчас мы с вами будем учиться справляться со своей злостью. Как вы думаете, как можно справиться со злостью? Что нужно сделать?».

5. Игра «Волшебный мешочек». Цель: снятие негативных эмоциональных состояний, вербальной агрессии.

Ход игры: детям предлагается оставить свое плохое настроение и все «плохие» слова в волшебном мешочке (маленький мешочек с завязочками). В мешочек можно даже покричать. После того, как ребенок выговорится, завяжите мешочек вместе с ним и спрячьте.

8. Игра «Тух-тиби-дух». Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

Ход игры: психолог обращается к детям: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Все дети становятся в круг, ведущий – в центр круга. Дети идут по часовой стрелке, ведущий – против. Как только я скажу: «Раз, два, три, стоп!» - все останавливаются. Ведущий останавливается напротив одного из участников и сердито-пресердито произносит волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем ведущий меняется местами с тем, напротив кого он остановился, и игра продолжается. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами».

9. Ритуал прощания "Дарим тепло наших сердец"

Тема 7 (2 занятия): «Удивление».

Узнавание невербальных проявлений, поиск аналогичных переживаний в своем опыте, умение выразить удивление; креативное поведение, умение находить необычное в обычном, создавать необычное и удивительное. Цель: знакомство с чувством удивления, учить понимать чувства свои и других людей; развивать способность детей выражать эмоциональное состояние вербально.

1. Разминка "Солнышко и тучка"

Тучка с солнышком опять

В прятки начало играть:

Только солнце спрячется – (закрываем лицо ладошкой)

Тучка вся расплчется - (делаем грустное лицо)

А как солнышко найдется – (закрываем лицо ладошкой)

В небе радуга смеется - (делаем веселое лицо)

2. Дыхательное упражнение «Ныряльщик». Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

3. Беседа. Чтение стихотворения.

Ой, смотрите, кто-то там ползет!

На себе он домик свой везет...

И волшебное это мгновение

Вызывает у всех удивление!

Нет! Нет!

Пока никак в саду

Кто где не разобрать,

Я не боюсь,

Но не пойду.

Я лучше лягу спать!

Беседа: О каком чувстве идет речь? Показ пиктограммы страха и картинки с изображением испуганных людей. «А как вы догадались, что это страх?». На рисунке у человека широко открыты глаза и рот, он вот-вот закричит.

4. Упражнение "Закончи предложение...". "Страх – это, когда...". "Я боюсь, когда...".

5. Задание на отреагирование эмоций «Рисуем страшную маску». Для работы могут потребоваться любые изобразительные средства по выбору детей и бумага А4. чтобы получилась действительно маска, для младших детей можно обозначить на листе контур, ориентируясь на который они смогут нарисовать маску нужного размера.

По окончании рисования лишнюю бумагу надо вырезать ножницами или оборвать по контуру маски, проделать глаза, рот (вырезать или порвать). Маска с рваными краями получается особенно впечатляющей. С левого и правого боков маски на скотч или степлер крепятся веревочки.

6. Релаксационное упражнение "Волшебный сон". Снимаем психоэмоциональное напряжение, мышечные зажимы.

Дети ложатся на ковер. Психолог обращается к детям: "Сейчас, когда я начну читать стихи, вы закроете глаза и начнется игра "Волшебный сон". Вы не заснете по-настоящему и будете все слышать, но не будете двигаться, и открывать глаза, пока я вам не разрешу. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Шептаться не надо. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза".

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем...(2 раза)

Сном волшебным засыпаем...

Дышится легко...ровно...глубоко...

Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают...засыпают...(2 раза)

Шея не напряжена

И рас-сла-а-аб-ле-на...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляются...(2 раза)

Дышится легко...ровно...глубоко...

Напряжение улетело...

И расслаблено все тело...(2 раза)

Греет солнышко сейчас...

Руки теплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги теплые у нас...

Дышится легко...ровно...глубоко...

Инструкция. «На листе белой бумаги нарисуй кактус – такой, какой ты себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

При обработке результатов принимаются во внимание данные, свойственные всем графическим методам: пространство, расположение, размер рисунка, характеристика линий, нажим. Кроме того, учитываются показатели специфические именно для данной методики: характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, примитивный, детально прорисованный); характеристика иголок (размер, расположение, количество).

В рисунках может проявиться следующие качества испытуемых:

Агрессия – наличие иголок. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг от друга.

Импульсивность – отрывистость линий, сильный нажим.

Эгоцентризм – крупный рисунок, центр листа

Зависимость – маленький рисунок, низ листа.

Демонстративность, открытость – выступающие отростки в кактусе, вычурность форм.

Скрытность, осторожность – зигзаги по контуру или внутри кактуса.

Оптимизм – «радостные кактусы»

Тревога – темные цвета, внутренняя штриховка.

Женственность – украшение, цветы, мягкие линии и формы.

Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.

Интровертированность – на рисунке изображен один кактус

Стремление к домашней защите, наличие чувства семейной общности – наличие цветочного горшка, изображение комнатного растения.

Наличие чувства одиночества – дикорастущие, «пустынные» кактусы.

7. Релаксационное упражнение «Путешествие на облаке». Снимаем психоэмоциональное напряжение, мышечные зажимы;

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните. Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как твои ноги, спинка, попа удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает твое лицо? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где ты будешь счастлив. Постарайся мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь ты чувствуешь себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное... Теперь ты снова на своем облаке, и оно везет тебя назад, сюда в кабинет. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо тебя покатило. Потянитесь, выпрямитесь и снова будь бодрым, свежим и внимательным.

8. Ритуал прощания "Дарим тепло наших сердец".

Тема 10 (3 занятия): Настроение.

ты ещё успеешь». Лисёнок действительно успел поиграть в шалаше и пришёл домой совершенно счастливым. Но главное, он теперь знал, как ему справляться со своими обидами – просто надо рассказать о них.

Вопросы для обсуждения.

- за что обиделся Лисенок на маму?
- обиделся бы ты на его месте?
- что понял Лисенок из этой истории?

Психолог обобщает детские суждения и подводит к выводу:

Обиженный человек чувствует себя несчастным, раздраженным.

Обида опасна, потому что может вызвать такие чувства, как гнев, ненависть и разрушить доброжелательные отношения.

4. Упражнение "Кто что не любит". Дети встают в круг. Педагог кидает мячик одному из них со словами: "(имя ребенка), что ты больше всего не любишь из еды? Если мама положила тебе (нелюбимое блюдо), то какое у тебя будет лицо?". Участвуют все дети.

5. Работа с пиктограммами. Описываем лицо человека, который испытывает обиды и отвращение.

6. Ритуал прощания «Игра - мирилка»

Тому, кто справа, улыбнись,
Тому, кто слева, улыбнись,
Тому, кто справа, поклонись,
Тому, кто слева, поклонись.
Тому, кто справа, руку дай.
Тому, кто слева, руку дай.
И в центр круга ты шагай,
С друзьями вместе ты шагай.
Тому, кто справа, подмигни,
Тому, кто слева, подмигни.
Тому, кто справа, обними,
Тому, кто слева, обними.
Ну вот, закончилась игра,
И снова дружат все! Ура!

Тема 11 (4 занятия): Чувства.

«Гордость, пренебрежение» и «Робость, смущение»: понимание чувств по ситуации; узнавание невербальных проявлений, неадекватные проявления гордости — «хвастовство, зазнайство» и их последствия, адекватные проявления гордости, важность уважения других и самоуважения, самопомощь при смущении.

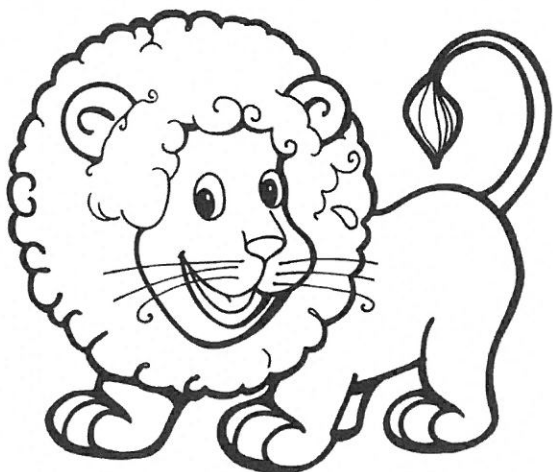
1. Разминка. Упражнение «Коробка настроения». Установление позитивного эмоционального настроения.

Психолог. У меня в руках коробка. Сейчас мы будем «наполнять» её своим настроением. По очереди будем «класть» то, что хотим пожелать каждому из нас. Например, я кладу в нашу коробку улыбку, а вы что? (Дети по очереди «кладут» в коробку хорошее настроение, здоровье, радость, любовь, дружбу и т. д.)

Психолог. Я вижу, что у вас хорошее настроение и мы можем приступать к работе

2. Работа с пиктограммами. Описываем выражения на лице человека эмоций- гордость, пренебрежение.

7. Раскраска "Львенок" Развиваем эмоциональную активность, творческие способности, воображение;



8. Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур. Данная методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

Цель исследования: определить особенности самооценки ребёнка (как общего отношения к себе) и представлений ребёнка о том, как его оценивают другие люди. Материал и оборудование: нарисованная лесенка, фигурка человечка, лист бумаги, карандаш (ручка).

Процедура исследования: Методика проводится индивидуально. Процедура исследования представляет собой беседу с ребёнком с использованием определённой шкалы оценок, на которой он сам помещает себя и предположительно определяет то место, куда его поставят другие люди.

Проведение теста: Ребенку дают листок с нарисованной на нём лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял ребёнок ваше объяснение. В случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.

Анализ результатов: Прежде всего, обращают внимание, на какую ступеньку ребёнок сам себя поставил. Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из нижних ступенек (а уж тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, но об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это очень серьёзное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессиям, неврозам у детей. Как правило, это связано с холодным отношением к детям, отвержением или суровым, авторитарным воспитанием, при котором обесценивается сам ребёнок, который приходит к выводу, что его любят только тогда, когда он хорошо себя ведёт. А так как дети не могут быть хорошими постоянно и уж тем более не могут соответствовать

самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».	
3. Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.	Адекватная самооценка
4. Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».	Заниженная самооценка

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять. Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю». Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия. Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Заниженная самооценка у детей дошкольного возраста рассматривается как отклонение в развитии личности.

9. Ритуал прощания. "Игра - мирилка"

Тому, кто справа, улыбнись,
Тому, кто слева, улыбнись,
Тому, кто справа, поклонись,
Тому, кто слева, поклонись.
Тому, кто справа, руку дай.
Тому, кто слева, руку дай.
И в центр круга ты шагай,
С друзьями вместе ты шагай.
Тому, кто справа, подмигни,
Тому, кто слева, подмигни.

П: Алёша хорошо сдвинул брови – видно, что он сердится...

П: Ребята, а когда вы ссоритесь с кем-нибудь, вам хочется сразу помириться?

Д: Да.

П: А как вы миритесь со своими друзьями, близкими?

Д: Я прошу прощение, дарю подарок, делаю что-то приятное...

П: А хотите я вам расскажу и покажу, как ещё можно помириться с друзьями?!

Для этого надо взять друга за руки. А мы, сейчас взявшись за руки, построим круг, теперь надо другу, или как мы сейчас – соседу посмотреть в глаза и молча подарить ему самую добрую, самую красивую улыбку. (По очереди). После такой очаровательной улыбки все ссоры будут забыты.

П: ребята, а знаете, я летом видела, как в соседней группе Наташа с Леной играли в мяч. Мяч покатила в лужу. Лена хотела достать мяч, но не удержалась на ногах и сама упала в лужу. Наташа начала смеяться, а Лена горько заплакала.

П: Как вы думаете. Почему заплакала Лена? А ты как думаешь Оля?

Д: Ей стало обидно.

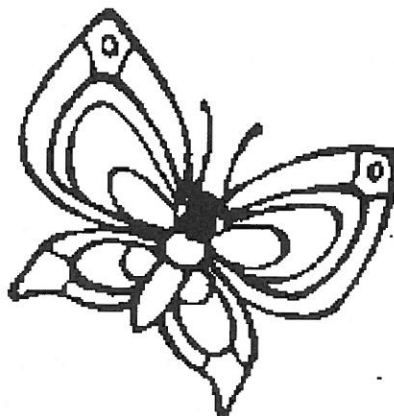
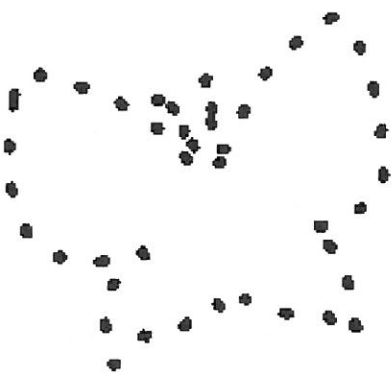
П: Как вы считаете, правильно ли поступила Наташа? Кто думает иначе?

Д: Нет, неправильно.

П: Как бы вы поступили на месте Наташи? А ты Юля?

П: Ребята, если вы являетесь виновником ссоры, то давайте научимся признавать и понимать свою вину. Для этого вам всегда помогут волшебные слова: «извини», «Давай играть вместе». А так же надо чаще улыбаться, и вам не придётся ссориться!

4. Рисование на тему "Бабочка дружбы" под песню "От улыбки". Психолог предлагает детям обвести по точкам и раскрасить красивых бабочек, которых они могут подарить своим друзьям и, может быть, тем, кто сейчас в ссоре — они помогут помириться.



5. Ритуал прощания "Дарим тепло наших сердец".

Тема 13 (2 занятия): «Счастье».

Понимание ощущения счастья, узнавание невербальных проявлений. Поиск переживаний в опыте.

1. Ритуал приветствия "Передай улыбку". Установление позитивного эмоционального настроения.

2. Игра «Волшебные очки». Цель: Вызвать эмоциональный отклик ребенка, вспомнить радостные события

Сказочным, ярким и беззаветным.

6. Прощание «Солнечные лучики»

Инструкция: а теперь встанем в круг, вытянем перед собой руки и соединим их в центре круга. Давайте тихо постоим и представим себя теплыми солнечными лучами. Лучи солнца приносят людям радость и счастье.

Тема 14 (3 занятия): "Мои желания".

Развитие произвольного контроля над своими действиями, овладение умением действовать по правилу. Формирование способности дифференцировать различные эмоциональные состояния, обучение умению контролировать свои желания.

1. Разминка "Шла веселая собака". Установление позитивного эмоционального настроения, снятие психического напряжения;

Шла веселая собака – чики-брики-гав

А за ней бежали гуси, голову задрал,

А за ними поросенок – чики-брики-хрю

Чики-брики повтори-ка, что я говорю!

2. Упражнение «У меня хорошее настроение» Цель: Создаем радостное настроение у детей.

Психолог: Я начну с себя: «У меня сегодня хорошее настроение, потому что утром увидела солнышко и красивую собаку!». Следующий ребенок должен назвать свое настроение и объяснить, почему оно такое. Итак, начинаем!

3. Релаксационное упражнение "Волшебный цветок" Развиваем воображение, саморегуляцию, эмоциональную активность;

Психолог: Ребята сядьте как можно удобнее, закройте глаза и попробуйте представить себя на поляне, где мягкая трава и поют птицы. Греет солнышко, поют птицы. Почувствуйте, как ваши глазки отдыхают, отдыхают руки и ноги голова. Ваше дыхание становится ровным и спокойным, вам приятно и спокойно находится на этой поляне. Представьте, что перед вами появился цветок, посмотрите какой он, какие у него стебель, листья и сами лепестки. Посмотрите, какой он внутри, потрогайте его, может он как то пахнет, у него есть свой запах. Позвольте себе побыть с ним. Цветок этот может выполнить ваши желания, подумайте, чтобы вы попросили у него. Представили...

Вам становится спокойно и уютно. Вы чувствуете себя отдохнувшими и с новыми силами готовыми продолжать свой день. Запомните свой цветок, медленно потянитесь и откройте глаза.

Психолог: Вот если бы у вас был этот волшебный цветок, какие бы вы желания загадали ему, чтобы попросили у него...(ответы детей).

4. Просмотр мультфильма «Цветик-семицветик» (по сказке В. Катаева). Цель данного просмотра: подвести детей к пониманию нравственного смысла сказки, оценке поступков и характера главной героини.

5. Беседа по мультфильму "Цветик-семицветик". Формируем умение в речи передавать свои впечатления, свое отношение к героине сказки, эмоционально окрашивать речь. Развиваем произвольное внимание, слуховую память.

Вопросы для беседы:

Сколько желаний девочки Жени исполнил цветик-семицветик?

На какое из желаний Женя потратила лепесток не зря? Почему?

По кругу передается мягкий мячик по очереди. В чьих руках мячик оказывается, ребенок называет своё имя и коротко рассказывает о себе.

3. Упражнение "Интервью". Цель: Развитие речевой активности и быстроты мышления, сообразительности и находчивости. Закрепление у детей представления о том, что у каждого может быть свое мнение.

Замечательная у вас игра. А теперь разрешите мне взять у вас интервью? Кстати вы знаете что такое интервью (ответы детей?)

Психолог задает вопросы детям, дети поднимая руку отвечаю на них в микрофон.

Вопросы:

1. Почему для людей важно дружить друг с другом?
2. По каким качествам вы выбираете друг друга?
3. Каким должен быть настоящий друг?
4. В каких сказках говорится о дружбе?

4. Игра "Мирилка" Цель: Повысить мотивацию к мирному разрешению конфликтов в группе, создать ритуал завершения конфликта.

Дети разбиваются по парам, становятся лицом друг другу, берутся за руки и рассказывают мирилку:

"Чем ругаться и дразниться

Лучше нам с тобой мириться!

Будем вместе улыбаться,

Песни петь и танцевать,

Летом в озере купаться,

И клубнику собирать,

На коньках зимой кататься,

Баб лепить, в снежки играть,

На двоих делить конфеты,

Все проблемы и секреты.

Очень скучно в ссоре жить,

Потому – давай дружить!" (крепко обнимаются)

5. Ритуал прощания «Солнечные лучики»

Инструкция: а теперь встанем в круг, вытянем перед собой руки и соединим их в центре круга. Давайте тихо постоим и представим себя теплыми солнечными лучами. Лучи солнца приносят людям радость и счастье.

Тема 16 (1 занятие): Итоговое игровое занятие «Такие разные эмоции».

Успешное взаимодействие между детьми.

1. Ритуал приветствия "Мое настроение". Обсуждение настроения каждого ребенка.

2. Упражнение "Давайте поздороваемся". Цель: Создание комфортной психологической атмосферы в группе.

Психолог: Ребята мы с вами все умеем здороваться. Обычно люди здороваются с помощью речи, они говорят "Здравствуйте" или "Привет". Мужчины обычно пожимают руки. Я сегодня предлагаю вам поздороваться по-другому. Мы будем называть друг друга ласково. Например, здравствуй, Машенька. (Дети здороваются друг с другом, называя имена друг друга ласково)

игру, посмотреть интересный мультик, почитать веселую книгу, съесть конфетку, полепить из пластилина, побегать на улице, попускать мыльные пузыри)

– Злиться вредно для здоровья. С какими людьми приятнее общаться: с добрыми или злыми? (ответы детей).

– Молодцы, он не знал, что вы сможете найти ответ на этот вопрос.

6. Игра «Кричалки-хлопалки-молчалки». Цель: развитие внимания, волевой регуляции поведения.

Психолог: Ой, тут какие-то ладошки. Так, что же это за задание? Грустиплач не верит, что мы сможем выполнить это задание, потому что здесь нужно быть очень внимательными и запомнить порядок выполнения действий. А порядок такой: Если я покажу синюю ладошку, то нужно всем вместе громко кричать звук «А», если зеленую, то нужно всем вместе громко хлопать, если красную, то нужно сидеть тихо-тихо. Давайте вспомним и потренируемся. Ну, а теперь очень внимательно выполняем это задание злого волшебника (дети выполняют задание). Дети получают 2 части замка.

7. Упражнение «Морщинки» Цель: учить детей снимать мышечное напряжение, закреплять эмоциональные состояния: радости, интереса, удовольствия и т. д.

Психолог: Перед нами следующее задание. Я предлагаю вам несколько раз вдохнуть и выдохнуть (звучит спокойная музыка). Отлично. Широко улыбнитесь своему соседу справа, а теперь – соседу слева. Наморщите лоб – удивитесь, нахмурьте брови – рассердитесь, наморщите нос – вам что-то не нравится. Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох-выдох, молодцы (дети выполняют задание).

– Молодцы, вот и последняя часть замка появилась.

8. Заключительный упражнение "Башня радости". Рефлексия занятия.

Психолог: А вот и Ежик, но к нему еще не вернулся смех. Грустиплач всегда грустный, злой и очень часто плачет, чтобы действие его волшебства закончилось, и к Ежику вернулся смех, нужно построить башню радости.

Для этого каждому по очереди нужно рассказать, что ему нравится или что его радует. Я назову, что мне нравится и протяну руку ладонью вверх, а вы по очереди будете подходить, называть, что вам нравится или что вас радует и класть свою руку на мою ладонь. Какая хорошая башня радости у нас получилась, а Ежик снова смеется.

Тема 17 (4 занятия): Психодиагностика эмоциональной сферы.

1. Диагностические задания Л.П. Стрелковой;
2. Цветовой тест Люшера - актуальное психоэмоциональное состояние;
3. Методика «Цветик-семицветик» И.М. Витковской;
4. Методика «Древо желаний» В.С. Юркевич;
5. Методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов);
6. Тест тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Теммл, М.Дорки.

Эмоции «Гнев»	1. Разминка 2. Упражнение 3. Этюд 4. Беседа 5. Игра	Групповая	Наглядные пособия Музыкальное сопровождение	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлексия
«Удивление»	1. Разминка 2. Дыхательное упражнение 3. Беседа 4. Упражнение 5. Рисование	Групповая	Наглядные пособия	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлексия
«Приручение страха»	1. Дыхательное упражнение 2. Чтение стихотворения 3. Беседа 4. Упражнение 5. Релаксационное упражнение	Групповая	Наглядные пособия Художественная литература	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлексия
Настроение. "Чувство вины, стыда":	1. Разминка 2. Этюд 3. Чтение рассказа 4. Беседа. 5. Игра 6. Графическая методика	Групповая	Наглядные пособия Художественная литература	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлексия
Настроение. "Чувства - недовольство, обида, отвращение"	1. Разминка 2. Чтение стихотворения 3. Чтение сказки 4. Беседа 5. Упражнение 6. Игра	Групповая	Наглядные пособия, художественная литература	Аудио и видео техника, дидактическ ий материал	Рефлексия
Чувства.	1. Разминка	Групповая	Наглядные	Аудио и	Рефлексия

«Такие разные эмоции»	1. Упражнение 2. Игра	Групповая	Наглядные пособия	Аудио и видео техника, дидактический материал	Рефлексия
Психодиагностика эмоциональной сферы	Диагностическая методика	Индивидуальная	Материалы для проведения методик		Диагностика

Каждое психологическое занятие имеет следующую структуру:

1. Вводная часть или разминка в неё входит приветствие и ставит своей целью, включить детей в работу.
2. Основная часть определяется содержанием темы, рассматриваются определенные эмоции.
3. Практическая часть включает в себя проигрывание сказок, рисование на определённую тему.
4. Заключительная часть – снятие у детей эмоционального возбуждения, подведение итогов занятия.

Каждое занятие программы начинается с приветствия, дети настраиваются на положительную эмоциональную атмосферу внутри группы и друг на друга. Завершаются занятия созданием детьми какого-либо рисунка, который является итогом работы, своеобразной рефлексией и объединяет в себе все впечатления, полученные в ходе игрового занятия. Заканчивается каждое занятие традиционным прощанием.

Ребенку предлагают карточки с графическим изображением радости, горя, страха, гнева, удивления. Предъявляют их по одной с вопросом «Какое это лицо?». Ответы детей записывают в таблицу.

Ф.И. ребенка	Радость	Грусть	Страх	Гнев	Удивление

3. Изучение понимания детьми эмоциональных состояний людей.

Ребенку предлагается ответить на вопросы:

Как ты думаешь, почему детям больше нравятся книги с картинками?

Что произойдет с человеком, если он увидит на березе груши?

Что ты чувствуешь, когда ешь любимую конфету?

Как ты думаешь, почему покраснела девочка, когда ей сделали замечание?

Что чувствует кошка, когда за ней гонится собака?

Что чувствует собака, когда другая собака утащила у нее кость?

Что почувствует мальчик, если ему подарят «Денди»?

Что почувствует человек, если у него пропадает любимая собака?

Каждый следующий вопрос задают после ответа ребенка на предыдущий. Ответы заносятся в таблицу.

Ф. И. ребенка	Ответы ребенка

5. Изучение понимания детьми своего эмоционального состояния

(За 1 раз дети рисуют 2-3 эмоции)

Детям помогают вспомнить и нарисовать ситуацию, когда они испытывают: интерес, удивление, удовольствие, стыд, страх, злобу, горе, радость.

(Оценивают содержательную сторону детских работ, расположение изображения на листе бумаги, величину изображения, использование цвета).

2. Цветовой тест Люшера

Используется для оценки эмоционального состояния и уровня нервно-психической устойчивости; выявления внутриличностных конфликтов и склонности к депрессивным состояниям и аффективным реакциям.

Ребенку предъявляются восемь различных по цвету карточек, и предлагается сделать выбор наиболее привлекательных цветов на момент тестирования. Набор карточек предъявляется дважды.

- «х» – приятные цвета;
- «=» – безразличные цвета;
- «-» – неприятные, отвергаемые цвета.

Далее результаты соотносятся с интерпретационными таблицами для качественного анализа. (Руководство по использованию восьмицветового теста Люшера/ составитель Дубровская О.Ф. М, «Фолиум», 1995 или Цветовой психодиагностический тест М. Люшера, С.-Птб, Иматон, 2000.)

Оценка результатов

- **4 балла** – в начале ряда синий, желтый, фиолетовый цвета. Черный, серый, коричневый – в конце ряда. Благоприятное эмоциональное состояние.
- **3 балла** – допускаются красный и зеленый цвета на первых позициях. Смещение серого и коричневого в середину ряда. Удовлетворительное эмоциональное состояние.
- **2 балла** – смещение черного в середину ряда. Синий желтый, фиолетовый – на последних позициях. Эмоциональное состояние ребенка неудовлетворительное – требуется помощь психолога, педагога.
- **1 балл** – черный и серый в начале ряда; ребенок отказывается от выполнения. Ребенок находится в кризисном состоянии, требуется помощь специалистов (психолога, психотерапевта).

3. Методика «Цветик-семицветик» И.М. Витковская

Методика предназначена для дошкольников и младших школьников. Методика направлена на выявление содержания и широты сферы основных осознаваемых ребенком собственных потребностей и желаний.

Для проведения методики потребуется лист бумаги с нарисованным на нем «Волшебным цветком» с семью разноцветными лепестками. Размер лепестков должен быть таким, чтобы ребенок мог записать в нем свое желание.

С дошкольниками и первоклассниками, у которых не сформированы навыки свободного письма, методика проводится индивидуально. С более старшими учениками она может проводиться как индивидуально, так и фронтально. Для более младших детей, а также для детей с задержкой психического развития и педагогически запущенных количество лепестков можно уменьшить до трех. Вместе с тем, следует иметь в виду, что количество желаний, высказанных ребенком, само по себе может являться ценным диагностическим показателем.

«Цветки» могут быть приготовлены заранее, но, если позволяет время и условия, лучше предложить их изготовить самим детям, поскольку в этом они полнее включаются в ситуацию и валидность методики повышается.

иногда имеющей характер негативного протеста. Какой именно из вариантов имеет место в конкретном случае, следует выяснить в процессе дополнительной беседы.

3. Определяется степень “протяженности” желаний во времени.

4. Модальность высказывания (“Я хочу”, “Я хотел бы”).

Использование сослагательного наклонения, свидетельствующего о неуверенности ребенка в своем “праве на желание”, является неблагоприятным симптомом.

4. Методика «Древо желаний» В.С. Юркевич

Цель: изучение познавательной активности детей (используются картинки и словесные ситуации)

1. Волшебник может исполнить 5 твоих желаний. Чтобы ты у него попросил? (6 мин.)
2. Мудрец может ответить на любые твои вопросы. О чем бы ты спросил у него? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.
3. Ковер-самолет в мгновение ока доставит тебя куда ты захочешь. Куда бы ты хотел слетать? (регистрируются первые 5 ответов) – 6 мин.
4. Чудо-машина умеет все на свете: шить, печь пироги, мыть посуду, делать любые игрушки. Что должна сделать чудо-машина по твоему приказанию? – 5 мин.
5. Главная книга страны Вообразилии. В ней любые истории обо всем на свете. О чем бы ты хотел узнать из этой книги? – 5 мин.
6. Ты очутился вместе с мамой в таком месте, где все разрешается. Ты можешь делать все, что твоей душе угодно. Придумай, что бы ты в таком случае делал? – (регистрируются первые 5 ответов) – 4 мин.

Из ответов выбираются ответы познавательного характера.

Высокий уровень познавательной потребности – 9 ответов и выше.

Средний уровень познавательной потребности – от 3 до 8 ответов.

Низкий уровень познавательной потребности – 2 и меньше ответов.

Качественный анализ:

- Высокий уровень – стремление проникнуть в причинно-следственные связи явлений, отчетливо проявляется исследовательский интерес к миру.
- Средний уровень – потребность в знаниях имеется, но привлекает только конкретная информация, причем достаточно поверхностная.
- Низкий уровень – дети удовлетворяются односложной информацией, например их интересует реальность услышанной когда-то сказки, легенды и т.д.

Все эти суждения носят познавательный характер, но различаются разным уровнем сложности. Ответы «потребительского» содержания – иметь игрушки, проводить досуг без познавательных целей. Креативные ситуации – 2, 3, 4, 5.

путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена. Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту.

Обработка результатов. При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

- 1) все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков;
- 2) адекватно ли подобраны цвета при «заселении» в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, он, тем не менее, является диагностичным;
- 3) каким образом распределены обозначающие чувства цвета внутри силуэта человека.

Символически силуэт делится на 5 зон:

- голова и шея - символизируют ментальную деятельность;
- туловище до линии талии, исключая руки - символизируют эмоциональную деятельность;
- руки - символизируют коммуникативные функции;
- тазобедренная область - символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний;
- ноги - символизируют чувство «опоры», уверенность в себе, возможность «Заземления» негативных переживаний.

Таким образом, данная методика показывает нам актуальное психоэмоциональное состояние ребенка.

6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния.

3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.

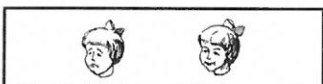
Выводы: Методика «Волшебная страна чувств» позволяет не только продиагностировать эмоциональную сферу ребенка, определить в каком актуальном эмоциональном состоянии ребенок пребывает, но и является хорошей коррекционной техникой направленной на выброс и отреагирование негативных эмоциональных состояний, раскрытие ресурса личности, развитие саморегуляции, формирование умения выражать свои мысли, развитие фантазии и

Тестовый (стимульный) материал. Рисунки для девочек.

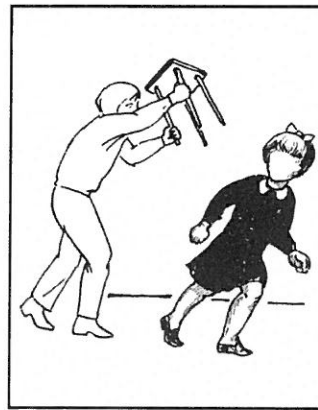
1



2



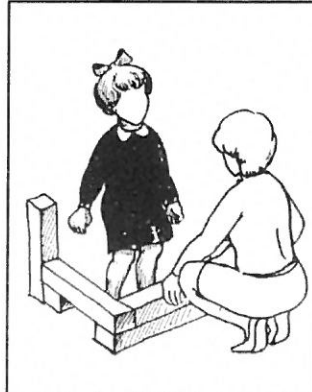
3



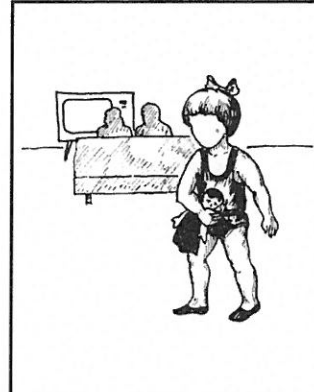
4



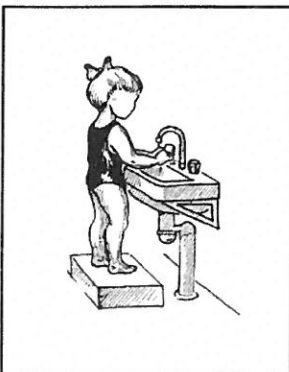
5



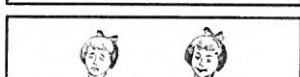
6



7



8

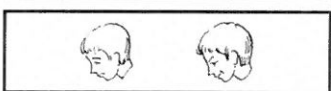


9

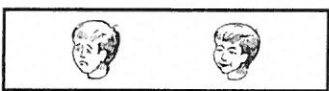


Тестовый (стимульный) материал. Рисунки для мальчиков.

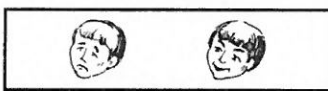
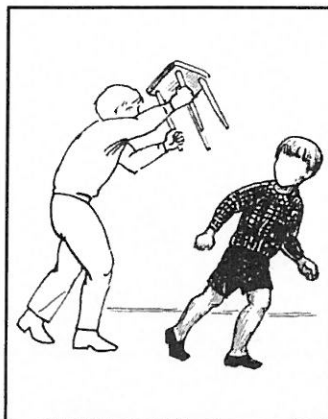
1



2



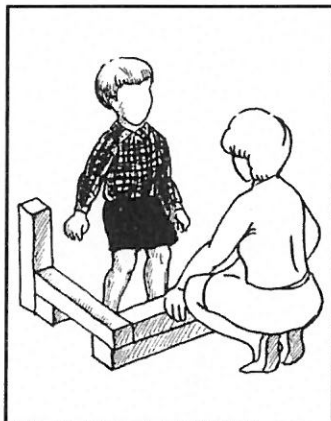
3



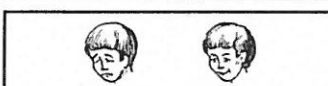
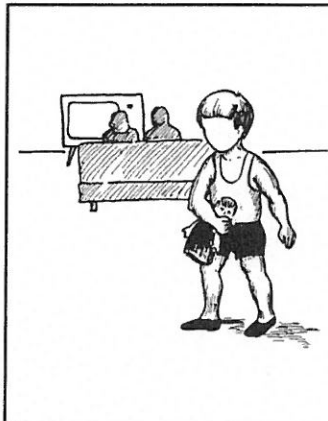
4

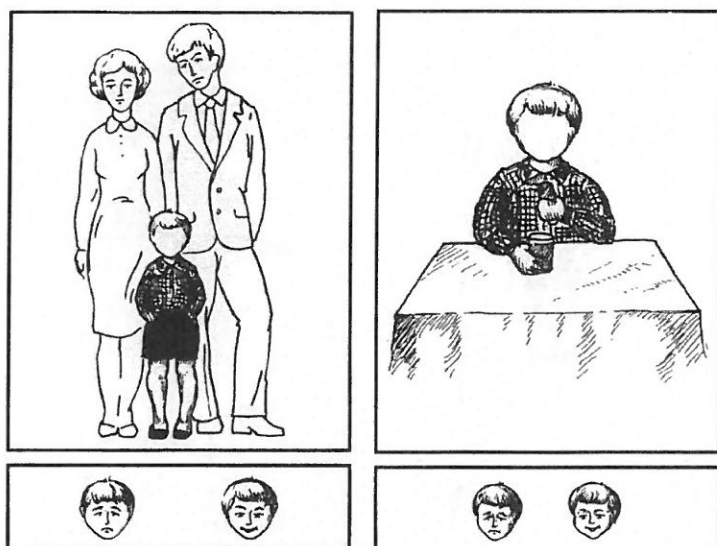


5



6





Обработка.

Рис.1. Игра с младшими детьми: «Как ты думаешь, какое у ребенка будет лицо, веселое или печальное? Он (она) играет с малышами».

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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