

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №14 ст. Северской  
Муниципального образования Северский район

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ ПО ТЕМЕ:  
«Психолого-педагогическая коррекция эмоциональной  
сферы детей среднего дошкольного возраста»**

Автор: Ольга Анатольевна  
Коваленко,  
педагог-психолог

ст. Северская  
2015г.

## СОДЕРЖАНИЕ:

	стр
1. Литературный обзор состояния вопроса.	3
1.1 История темы педагогического опыта в педагогике	3
1.2.История изучения темы педагогического опыта в дошкольном образовательном учреждении	5
1.3.Основные понятия, термины, используемые в описании педагогического опыта	7
2.Психоло-педагогический портрет группы дошкольников, являющихся базой для формирования представляемого педагогического опыта	9
3.Педагогический опыт.	11
3.1.Описание основных методов и методик, используемых в предоставляемом педагогическом опыте	11
3.2.Актуальность педагогического опыта	15
3.3.Научность в представляемом педагогическом опыте	17
3.4.Результативность педагогического опыта	20
3.5.Новизна (инновационность) представляемого педагогического опыта	23
3.6.Возможность творческого применения представляемого педагогического опыта	24
4.Выводы	26
Список литературы:	28
Приложение № 1	29
Приложение № 2	31
Приложение № 3	33
Приложение № 4	45
Приложение № 5	53
Приложение № 6	57
Приложение № 7	64
Приложение № 8	72

# 1. Литературный обзор состояния вопроса.

## 1.1 ИСТОРИЯ ТЕМЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА

«Психолого-педагогическая коррекция эмоциональной сферы детей среднего дошкольного возраста».

«Дети должны жить в мире красоты, игры, музыки, сказки, рисунка, фантазии, творчества».

В. А. Сухомлинский.

С давних пор человек, становясь человеком, испытывал потребность в достижении наивысших результатов в той деятельности, которой занимался. И действительно, оказывалось, что человек способен к таким высшим достижениям, только одному удастся одно, а другому - другое.

Многие отечественные психологи, такие как, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, выводили ряд принципиально важных положений относительно, зависимости эмоций от характера деятельности субъекта, о регулирующей их роли в этой деятельности и об их развитии в процессе усвоения человеком общественного опыта. В этой связи указывалось на связь эмоций с мотивом деятельности. А.К. Леонтьев подчеркивал, что эмоции не только соответствуют той деятельности, в которой они возникают, но и подчиняются этой деятельности, её мотивам. С другой стороны, как отмечает в своих исследованиях А.В. Запорожец и Я.З. Неверович, эмоции играют важную роль в реализации этих мотивов. Они считают, что «...эмоции представляют собой не самый процесс активизации, а особую форму отражения субъектом действительности, при посредстве которого производится психическое управление активизацией, или, вернее, было бы сказать, осуществляется психическая регуляция общей направленности и динамики поведения».

Отечественные психологи подчёркивают и значение тех физиологических механизмов, которые являются условием возникновения эмоциональных процессов. Крупнейшим специалистом в этой области являлся академик П.К. Анохин, который создал биологическую теорию эмоций. П.К. Анохин подчёркивал, что «...физиологическая характеристика эмоций... связана прежде всего с распространением возбуждения из области гипоталамуса на все эффекторные органы. Биологическая теория эмоций П.К. Анохина (от греч. *bio* – жизнь + *logos* – учение) — теория возникновения положительных (отрицательных) эмоций, согласно которой нервный субстрат эмоций активируется в тот момент, когда обнаруживается совпадение

(рассогласование) акцептора действия, как афферентной модели ожидаемых результатов, с сигнализацией о реально достигнутом эффекте».

В работах отечественных исследователей А.Г. Ковалёва, А.И. Пуни и др., раскрывается место психических, в том числе и эмоциональных состояний в психической структуре личности, их связь с психическими процессами и психическими свойствами личности.

Таковы основные направления исследования эмоций в отечественной психологии. Говоря об исследовании чувств, отечественными психологами, следует отметить, что большинство авторов – С.Л. Рубинштейн, П.М. Якобсон, А.В. Петровский, А.Г. Ковалёв – считают чувства высшими, сложными, социальными эмоциями.

Высшие социальные эмоции или чувства представляют собой продукт общественного воздействия. Они возникают лишь при наличии определённого уровня интеллекта и отражают отношение предметов и явлений к высшим потребностям и мотивам деятельности человека, как личности.

Не каждый взрослый человек способен разобраться во всей гамме своих переживаний, а для ребенка эта задача является еще более трудной. Дети не всегда правильно понимают даже простые эмоции, тем более трудно им осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связей с окружающим миром.

Целью работы, коррекции эмоциональной сферы развития детей среднего дошкольного возраста, является содействие полноценному психическому и личностному развитию, формирование эмоциональной сферы детей.

Для реализации поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- \*изучить психолого-педагогическую литературу по данной проблеме.
- \*изучить особенности эмоциональной сферы детей.
- \*скорректировать эмоционально - личностные проблемы детей.
- \*сформировать у детей осознание себя личностью, понимание собственной уникальности и уникальности других людей .
- \*совершенствовать у детей способности адаптироваться к различным жизненным ситуациям.
- \*провести повторное исследование эмоционального развития детей.
- \*проанализировать практическую значимость используемых методов, при коррекции эмоционального развития детей среднего дошкольного возраста.

## 1.2. ИСТОРИЯ ИЗУЧЕНИЯ ТЕМЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

В связи с большим объемом познавательного и развивающего материала в работе воспитателя, заложенного в современных программах воспитания и обучения дошкольников, все более актуальным становится выбор расширенных методов обучения детей. Понятно, что изучение новых методов должны стать не целью, а средством развития ребенка

Дошкольное детство, как указывают ведущие отечественные и зарубежные психологи (Божович Л. И., Выготский А. В., Запорожец К., Воллон Н.) особо ответственный период, когда происходит формирование личностных качеств ребенка, поэтому очень важно в этот период заложить основы полноценной психически здоровой личности.

В 1924 году в книге «Психология детства» психолог и педагог В.В.Зеньковский отводит эмоциональным явлениям одно из первых мест по их значению в развитии ребёнка.

Примерно в тоже время, в 1926 году, психолог А.С. Выготский писал в «Педагогической психологии»: «Почему-то в нашем обществе сложился односторонний взгляд на человеческую личность, и почему-то все понимают одарённость и талантливость применительно к интеллекту. Но можно не только талантливо мыслить, но и талантливо чувствовать».

Невнимание, неостребованность и даже как бы несуществование в течении ряда лет проблем воспитания, связанных с определёнными сторонами эмоциональной жизни ребёнка, можно объяснить специфическими для нашей страны причинами социального характера. Частично это можно объяснить длительным отсутствием запроса на исследовательские работы в области эмоций.

Однако в условиях последующей перестройки социально – экономического уклада жизни в нашей стране и связанных с этими изменениями трудностей эмоциональная атмосфера общества не обрела стабильность. И как в прошлый период относительно стабильного уклада жизни, так и в сегодняшний – нестабильный – переживаниями людей нашего общества, к сожалению, являются переживания страха и агрессии.

И всё-таки.... В последние годы интерес к проблеме эмоций и чувств значительно вырос. Безусловно, это сопряжено с большими переменами в жизни нашего общества. Лишь в последнее время проблема эмоционального благополучия детей становится предметом серьёзных теоретических обсуждений (В.П. Зинченко, А.Б. Орлов, В.И. Слободчиков).

История изучения эмоций в российской психологии переживала периоды взлёта и падений. Ещё в XIX веке психиатр И.А. Сикорский писал в своей книге «Воспитание в возрасте первого детства»: «Достоверно только то, что чувства и аффекты появляются у детей значительно раньше, чем другие виды психических функций (например, воля, рассудок), и в известную пору составляют самую выдающуюся сторону их душевной жизни».

Тревожность постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходит в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх, тревогу в специфических социальных ситуациях, связанных с повышенной эмоциональной и физической напряженностью, порожденной причинами иного характера.

Рост агрессивности и тревожности затрагивает общество в целом, вызывает как глубокое беспокойство педагогов, родителей, так и острый научно-практический интерес исследователей (Хорни Л., Фромм Э., Брютнер К., Лебединский В. В., Лешли Дж., Кратчфилд Р. и многие другие). Тревожность и агрессивность может выражаться в предприимчивости развивать дух инициативы, делать ребенка упорным или беспокойным в достижении цели. Но агрессивность может выражаться в непослушании и бурном сопротивлении, насилии, нанесении душевных и физических травм, породить враждебность и замкнутость. В этом случае необходимо ограничивать, контролировать данные проявления или переориентировать на такие формы активности, которые не будут приносить вреда личности и обществу.

Итак, основные задачи современной психологии и педагогики эмоций состоят в следующем: уточнение роли эмоций для всего психического развития ребёнка, особенно в период дошкольного возраста, раскрытие роли эмоций как мощнейшего инструмента воспитания и обучения детей, поиск методов, приёмов, техник управления развитием эмоциональной сферы ребёнка, а так же коррекции и профилактики эмоциональных нарушений у детей.

### 1.3. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ТЕРМИНЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ОПИСАНИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА.

**Анкета** - средство для сбора сведений используется специально оформленный список вопросов.

**Анкетирование** — это метод опроса, используемый для составления статистических (однократное анкетирование) или динамических (при многократном анкетировании) представлений о состоянии общества, общественного мнения, состояния политической, социальной и прочей напряжённости с целью прогнозирования действий или событий.

**Агрессивность** – проявление активности ребенка, его протест, попытка изменить неблагоприятную для него ситуацию

**Воспитание родителей** – организация систематического обучения родителей воспитанию детей и навыкам жизни в семье, способствующим улучшению жизни всех членов семьи. В понятие «воспитание родителей» входят вопросы влияния семьи на формирование личности ребенка и его развитие в целом, а также отношения семьи к обществу, культуре.

**Сотрудничество** – это общение на «равных», где никому не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать.

**Взаимодействие** - это способ организации совместной деятельности, которая осуществляется на основании социальной перцепции и с помощью общения .

**Инновация** – целенаправленное изменение, вносящее в среду внедрения (организацию, общество, группу) новые стабильные элементы (новшества), вызывающие переход системы из одного состояния в качественно другое . В научной литературе также различают понятия «инновация» (нововведение) и «новшество» (новое средство). При этом новшество определяется как средство (новый метод, концепция, технология, программа и т.п.), а инновация – процесс освоения этого средства.

**Метод** – это способ достижения поставленной цели, предполагающий совокупность приемов и средств.

**Общение** – это процесс обмена информацией и взаимодействия между людьми, основанный на восприятии и понимании людьми друг друга

**Общественное воспитание** – это воспитание способности человека жить в обществе.

**Педагогическая компетентность** - человек, профессионально работающий в области педагогики, способен рационально использовать всю совокупность цивилизованного опыта в деле воспитания и обучения, а значит, в

достаточной степени владеет способами и формами целесообразной педагогической деятельности и отношений.

**Педагогическая культура родителей** – это составная часть общей культуры человека, в которой воплощён накопленный человечеством опыт воспитания детей в семье. Положительно влияя на весь строй семейной жизни, педагогическая культура родителей служит основой собственно педагогической деятельности отца и матери, помогает им избегать традиционных ошибок в семейном воспитании и находить верные решения в нестандартных ситуациях.

**Тревожность** — индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека часто переживать сильную тревогу по относительно малым поводам.

**Эмоция** - это «сложный психологический механизм, прижизненно формирующийся в процессе деятельности ребенка и являющийся важным регулятором поведения и деятельности в соответствии потребностям и интересам детской личности» (А.В. Запорожец). Запорожец А.В. Развитие эмоциональной регуляции действий у ребенка



## 2. ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ГРУППЫ ВОСПИТАННИКОВ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ БАЗОЙ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРЕДСТАВЛЯЕМОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА.

Средняя группа, состоит из 35 детей.

Когда речь идет о функциональной норме, педагог делает вывод о том, насколько ребенок «вписывается» в группу «среднестатистической» нормы, насколько он адаптирован к ней, относительно хорошо приспособлен или напротив, выделяется среди коллектива нормально развивающихся сверстников.

Современному обществу нужны гармонично развитые личности. Поэтому родители и педагоги стремятся всесторонне развивать детей. В наш сложный век очень важно развивать познавательную, которая определяет, интеллект, но в то же время нельзя недооценивать аспекты эмоционально - волевой сферы, которая регулирует поведение.

Вместе с возрастающим уровнем развития познавательной сферы у детей наблюдается снижение уровня развития сферы эмоциональной. Все большее количество детей испытывает трудности в общении со сверстниками. Дети часто не могут правильно оценить эмоциональное состояние своего сверстника, а так же испытывают трудности в выражении своего эмоционального состояния. Осознание своих эмоций и контроль над ними снижены. Между детьми возникают частые конфликты, которые они не умеют разрешать. К сожалению, приходится отметить, что дети становятся менее отзывчивыми к чувствам других людей. Недостаточное развитие эмоциональной сферы способствует возникновению феномена «засушенное сердце» (отсутствие чувства), о котором писал Л.С. Выготский. Именно в дошкольном возрасте ребенок живет в «мире эмоций», его эмоциональная сфера пластична и легко поддается коррекции.

Поэтому я не случайно делаю акцент на развитие эмоционально-волевой сферы детей, так как она определяет интеллектуальную активность и способствует развитию познавательных способностей.

В возрасте 4-5 лет у детей появляется более широкое использование речи как средства общения, при этом стимулирует расширение кругозора ребенка, открытие им новых граней окружающего мира. Ребенок в этом возрасте становится более вынослив физически. Это стимулирует развитие выносливости психологической. В этом возрасте сверстник становится более значим и интересен. Ребенок стремится к партнерству в играх, ему уже не интересно играть «рядом». Начинают складываться предпочтения по половому признаку. Игровые объединения становятся более или менее устойчивыми.

Большим шагом вперед является развитие способности выстраивать умозаключения, что является свидетельством отрыва мышления от непосредственной ситуации.

Зависимость внимания от эмоциональной насыщенности и интереса к ним сохраняется. Но развивается устойчивость и возможность произвольного переключения. Продолжает активно развиваться фантазирование, в процессе которого ребенок включает себя и своих близких в цепь самых невероятных событий. Грамотное использование взрослыми этих возможностей ребенка будет способствовать его нравственному и познавательному развитию. Необходимо обсуждать с ребенком его фантазии, включаться в них, предлагать повороты сюжетной линии, давать нравственные оценки поступкам героев.

Следует обратить внимание на то, что в возрасте 4-5 лет недостатки воспитания ребенка начинают постепенно укореняться и переходить в устойчивые негативные черты характера.

До 5 лет ребенок еще не способен регулировать свою интеллектуальную активность, управлять своим сознанием и поведением, так как в это время он активно познает окружающий мир, его внешние формы.

### 3. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ

#### 3.1. ОПИСАНИЕ ОСНОВНЫХ МЕТОДОВ И МЕТОДИК, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРЕДСТАВЛЯЕМОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ОПЫТЕ.

Коррекционно - развивающие занятия проводятся с детьми среднего дошкольного возраста. Перед началом занятий диагностируется их эмоциональная сфера, с помощью ниже перечисленных методик.

ГРАФИЧЕСКАЯ МЕТОДИКА "КАКТУС" (М.А. Панфилова), целью которой является исследование эмоционально-личностной сферы ребенка. Испытуемому выдается лист бумаги форматом А4, простой карандаш и предлагается нарисовать кактус. Дополнительные объяснения не допускаются. (Приложение №1)



Диагностика тревожности детей. Методика “Незаконченные предложения”, цель которой является получение дополнительных сведений о наличии страхов, беспокойства ребенка. Ребенку предлагается продолжить начатые психологом предложения.

(Приложение №2)

В процессе игровой деятельности проводилось наблюдение за проявлением эмоций (агрессивность, тревожность).

По результатам диагностики выявляются дети, нуждающиеся в коррекционно-развивающих занятиях. На каждого ребенка заводится индивидуальная карта развития.



С целью повышения эффективности коррекционно-развивающих мероприятий одновременно велась работа с родителями (Приложение №3, 5):

- \*беседы,
- \*консультации,
- \*собrania,
- \*анкетирование.
- \*тренинги.

Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей велась в форме тренинга.

Тренинговые программы С.В. Крюковой, Н.П. Слободяник были использованы как единый комплекс, в то же время их можно применять и по отдельности.

Основная цель первой программы — "Давайте жить дружно!" — адаптация детей к условиям дошкольного учреждения, создание у них чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, развитие коммуникативных навыков.

Вторая программа - "Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь" — направлена на эмоциональное развитие детей и является логическим продолжением первой. Работу по этой программе рекомендуется начинать с ноября, после завершения периода адаптации детей к дошкольному учреждению.





В приложении № 6,7 программы представлены в виде подробных сценариев занятий, в каждой новой группе работа строится по-своему, поэтому не всегда возможно было использовать сценарии в неизменном виде. Авторы специально подчеркивают, что их разработки могут служить и основой для создания собственных сценариев с учетом потребностей и особенностей каждой конкретной группы, что предполагает обязательный элемент творчества в работе. Несомненной ценностью этих программ является четкая логика их построения, психологически обоснованная последовательность проведения групповых занятий и упражнений. Все занятия имеют общую гибкую структуру, которая была разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Опираясь на эту простую схему, я самостоятельно составляла занятия на тему агрессивности и тревожности.



Вашему вниманию предлагаются две программы, предназначенные для работы с дошкольниками 4-6 лет.

Первая программа состоит из 7 занятий и проводится 1 раз в неделю продолжительностью 30-40 минут.

Вторая программа состоит из 15 занятий и проводится 1 раз в неделю продолжительностью 30-40 минут.

### 3.2. АКТУАЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА

Актуальность данной тематики обусловлена тем, что перед нашим обществом на современном этапе его развития стоит задача дальнейшего улучшения воспитательно - образовательной работы с детьми дошкольного возраста, подготовки их к обучению в школе. Для успешного решения этой задачи от воспитателя требуется умение определить уровень психологического развития ребенка, вовремя диагностировать его отклонения и на этой основе намечать пути коррекционной работы. Изучение уровня развития психики детей является основой как организации всей последующей воспитательной и учебной работы, так и оценки эффективности содержания процесса

Эмоции ребёнка – это отражение его внутреннего состояния. Дети трёх - пяти лет уже в состоянии ярко проявлять внутреннее эмоциональное состояние, распознавать эмоциональное состояние окружающих. Благодаря этому эмоции участвуют в формировании взаимодействий и привязанностей.

Детские эмоции влияют на будущее поведение человека. Эмоции способствуют социальному и нравственному развитию, которое начинается с известных вопросов «Что такое хорошо? Что такое плохо?».

Кроме того, эмоции являются источником радости и страдания, а жизнь без эмоций – как положительных, так и отрицательных – пресна и бесцветна.

Психологи попытались определить и классифицировать эмоции. Оказалось, что люди различают шесть основных эмоций: радость, гнев, грусть, удивление, отвращение, страх. Каждая эмоция, имеет своё мимическое выражение, одни распознаются легче, другие - труднее. Способность или умение правильно распознавать эмоциональное состояние другого человека – важный фактор в формировании отношений к людям.

Эта способность, укрепляясь на протяжении детства, приводит в дальнейшем к адекватному восприятию другого человека.

Эмоции, как мне кажется, это сама естественность поведения ребёнка, непосредственность.

Все изменения в познавательной деятельности, которые происходят на протяжении детства, необходимо связывать, как справедливо указывал Л.С.Выготский, с глубоким изменением в мотивационно - эмоциональной сфере личности ребёнка.

Работая с детьми, я пришла к выводу: воспитание предполагает не только обучение детей определённой системе знаний, умений и навыков, но и формирование эмоционального отношения к действительности и людям. Эффективность обучения, в свою очередь, напрямую зависит и от того, какие

чувства вызывает у ребёнка та или иная ситуация, как он переживает свои успехи и неудачи.

Настроение улучшает и процесс запоминания. Благодаря эмоциональной памяти долго помнятся пережитые события. Люди, наделённые развитой эмоциональной памятью, могут живо представить и сами чувства.

Но я заметила, что эмоции связаны и с забыванием. Ребёнок быстро забывает то, что эмоционально нейтрально и не имеет для него большого значения.

Эмоциональная привлекательность цели умножает силы человека, облегчает выполнение решения. Вместе с тем, принятые в состоянии эмоционального напряжения решения, как правило, не выполняются.

Для психического здоровья, на мой взгляд, необходима сбалансированность эмоций. Поэтому, при воспитании эмоций важно научить детей не бояться отрицательных эмоций, ибо не возможно представить себе какую-то деятельность без ошибок и неудач.

В настоящее время у детей часто отмечается состояние эмоциональной напряжённости, и как следствие, напряжённые отношения в детском коллективе.

Я хочу, чтобы у детей, которые приходят ко мне в группу было всегда хорошее настроение, чтобы они чувствовали себя уверенно. Поэтому в совместной деятельности с детьми я использую игры, направленные на развитие эмоциональной сферы детей, умение понимать своё эмоциональное состояние, распознавать чувства других.



### 3.3. НАУЧНОСТЬ В ПРЕДСТАВЛЯЕМОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ОПЫТЕ.

Формирование современной педагогической психологии определяется гуманитарными идеалами научности, направленными на становление самостоятельного, жизнеспособного человека как уникального духовного образования в условиях обучения и воспитания.

Развитие педагогической психологии обусловлено системой социальных ценностей и ожиданий, принятых в рамках образовательной системы и в обществе в целом, которые определяют социальную целесообразность тех или иных действий теории и практики. Так, на настоящем этапе социально целесообразным становится создание таких образовательных систем, которые способствуют воспитанию самостоятельной, автономной личности, способной к определению и реализации целей собственного развития и дальнейшего развития общества.

Любое психическое явление или система, ставшие предметом изучения педагогической психологии, анализируется с точки зрения социальной целесообразности *на двух уровнях*:

- *уровень адаптации* (непротиворечие индивидуальных норм субъекта общественным требованиям при обеспечении своей жизнедеятельности);
- *уровень преобразования* себя и общества (создание новых общественно-исторических форм, способствующих развитию данного человека (системы) и прогрессу общества в целом).

*Принцип единства теории и практики.* Образовательная практика является основным источником проблем для теоретических и экспериментальных исследований педагогической психологии, а также критерием оценки их результативности. Психолого-педагогическая теория и практика взаимно влияют друг на друга.

Выделяются три ключевых вопроса при организации взаимодействия теории и практики педагогической психологии:

*Зачем?* Поиск смысловых оснований применения новых психологических знаний человеком (вовлечение человека в событийную общность с новым знанием и с психологом, приобретение личностного смысла в новом знании, приобретение потенциала для совершения дальнейших преобразований).

*Что?* Определение целей психологического воздействия (в зависимости от понимания природы человека и его развития);

*Как?* Оценка эффективности применяемых психотехник (целесообразность применения, характер влияния психолога, краткосрочные и долгосрочные результаты влияния психолога и т.д.).

В психологии, в том числе педагогической, к настоящему моменту сложились два методологических подхода к изучению человека: естественнонаучный и гуманитарный (психотехнический).

Естественнонаучный подход направлен на построение истинной картины происходящего, познание объективных, общих законов природы. Психолог занимает позицию отстраненного исследователя, не влияющего на происходящее с исследуемым объектом. Исключено влияние собственного отношения к происходящему, ценностей, которые признает исследователь. Различные типологии, классификации являются результатом использования математических методов обработки результатов.

Гуманитарный подход концентрируется на наиболее существенных проявлениях человеческой природы: ценностях, смыслах, свободе, ответственности. Для этого подхода наиболее важным становится не столько понимание психологических закономерностей и фактов, сколько отношение человека к этим фактам, смыслы, которые он им придает. В гуманитарном познании акцент смещается с выявления общих закономерностей на поиск индивидуального, особенного. Кроме того, в гуманитарном подходе признается сложность, противоречивость и изменчивость человеческого бытия.

Педагогическая психология как наука нуждается в накоплении эмпирических данных, их систематизации и объяснении. Для этого в рамках естественнонаучной парадигмы сформированы две исследовательские стратегии:

*стратегия наблюдения*, обеспечивающая сбор данных в контексте поставленной исследователем задачи, накопление эмпирического материала, для того чтобы в дальнейшем выйти на описание закономерностей наблюдаемого процесса или явления;

*стратегия естественнонаучного констатирующего эксперимента*, которая позволяет обнаружить явление или процесс в контролируемых условиях, измерить его количественные характеристики и дать качественное описание. Ребенок, педагог или родитель выступают здесь для психолога в качестве объекта исследования, испытуемого. Программа исследования формируется заранее, влияние психолога на изучаемый процесс должно быть сведено к минимуму;

*третья стратегия формирования* того или иного процесса с заданными свойствами предполагает активное взаимодействие психолога с другим человеком. Появление этой стратегии связано с тем, что современная педагогическая психология становится наукой не об устоявшемся личном сознании человека, но о сознании становящемся, развивающемся, сознании духовно растущего человека, совершающего усилие и работу по своему развитию. Процедуры, используемые для реализации этой стратегии, гибкие,

зависящие от особенностей взаимодействия. Психолог проявляет заинтересованность в происходящем. Для реализации третьей стратегии особенно важны умения психолога *интерпретировать, понимать, рефлексировать, проблематизировать и вступать в диалог с другим человеком.*

### 3.4 РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА

Результатом такой работы стало ее эффективность и положительное влияние на психическое здоровье детей.

Использование психогимнастики, аутотренинга на тренинговых занятиях дали положительные результаты:(Приложение №8)

Степень выраженности разных видов агрессии по результатам.

**(35 детей) Сентябрь 2013года.**

Физическая агрессия	-29 %
Вербальная агрессия	-18 %
Косвенная агрессия	-20 %
Раздражительность	- 22 %
Негативизм	-15%
Признаки агрессии отсутствуют	-2 %

**Декабрь 2013года.**

Физическая агрессия	-22 %
Вербальная агрессия	-12 %
Косвенная агрессия	-17 %
Раздражительность	- 22 %
Негативизм	-11 %
Признаки агрессии отсутствуют	- 17 %

**Апрель 2014года.**

Физическая агрессия	-17 %
Вербальная агрессия	-11 %
Косвенная агрессия	-15 %
Раздражительность	- 17 %
Негативизм	-10 %
Признаки агрессии отсутствуют	- 25 %

### **В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ:**

\*отношение детей к нравственным нормам повысилось.

\*увеличилось число лидеров.

\*снизилась агрессивность .

Работа оказала влияние на функциональное состояние детей и на состояние их здоровья, улучшились показатели как физического так и психического здоровья детей

Проведенная работа в целом показала, что применение игр на улучшение эмоционального состояния в режиме дня, разнообразие форм мероприятий делает возможным улучшение состояния здоровья, психического и физического развития детей в ДОУ.

### **В РАБОТЕ С РОДИТЕЛЯМИ:**

\*возрос интерес родителей к эмоциональному развитию ребёнка.

\*активность участия родителей в педпроцессе увеличилась.

\*повысилась педагогическая компетентность.

Позитивный настрой на общение является тем самым прочным фундаментом, на котором строится вся работа педагогов группы с родителями.

В общении психолога с родителями неуместны категоричность, требовательный тон. Ведь любая прекрасно выстроенная администрацией детского сада модель взаимодействия с семьей останется «моделью на бумаге», если психолог не выработает для себя конкретных форм корректного обращения с родителями. Педагог общается с родителями ежедневно, и именно от него зависит, каким будет отношение семьи к детскому саду в целом. Ежедневное доброжелательное взаимодействие педагогов с родителями значит гораздо больше, чем отдельное хорошо проведенное мероприятие.

Индивидуальный подход необходим не только в работе с детьми, но и в работе с родителями. Сотрудничество, а не наставничество. Современные мамы и папы в большинстве своем люди грамотные, осведомленные и, конечно, хорошо знающие, как им надо воспитывать своих собственных детей. Поэтому позиция наставления и простой пропаганды педагогических знаний сегодня вряд ли принесет положительные результаты. Гораздо эффективнее будут создание атмосферы взаимопомощи и поддержки семьи в сложных педагогических ситуациях.

Я считаю, что работа прошла успешно, и дети, и родители получили необходимые знания, умения и навыки. Очевидно, что в главном направлении деятельности была обеспечена взаимосвязь всех составляющих здоровья – физического, психического и социального. Это позволило повысить эффективность педагогической деятельности в целом.

Представленная система работы позволяет эффективно решать вопросы полноценного психического развития дошкольников, сохранения и укрепления

их здоровья, воспитывать у детей потребность положительном эмоциональном восприятии жизни.

Перспективу своей деятельности вижу в продолжении работы по формированию эмоциональной сферы дошкольников. и развитию активной деятельности в тесном сотрудничестве с семьей воспитанников, постоянный поиск и внедрение современных технологий.

### 3.5. НОВИЗНА (ИННОВАЦИОННОСТЬ) ПРЕДСТАВЛЯЕМОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА.

Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста является приоритетным в системе дошкольного воспитания в силу своей особой значимости в социальном развитии ребёнка, приобщение его к активной целенаправленной деятельности, определяющей как психоэмоциональное самочувствие ребёнка, так и успех любой деятельности.

В современной отечественной психологии часто используются понятие «эмоциональный комфорт», «эмоциональное развитие». Авторы современных программ также считают, что воспитателю необходимо быть крайне внимательным к эмоциональному состоянию каждого ребёнка, способствовать развитию эмоциональной сферы, понимать его душевное состояние, причины душевного дискомфорта и выбирать оправданную с этой точки зрения форму педагогического воздействия.

Тренинговые программы "Небесное путешествие" автор Малахова А.Н., «Удивляюсь, злюсь, смеюсь и радуюсь» авторы С.В. Крюкова и Н.П. Слободяник, цель которых состоит в комплексном психологическом развитии и коррекции не только психических процессов, но и эмоционально-личностной сферы дошкольников. В ходе игры решаются следующие задачи: развитие памяти, внимания, мышления; развитие самоконтроля и саморегуляции; повышение самооценки; развитие коммуникативных способностей и уверенности в себе. Особое внимание уделяется коррекции детской агрессивности, тревожности и гиперактивности.

Поэтому при разработке моих занятий был учтен опыт лучших педагогических находок уже существующих программ. Новизна данной программы заключается в том, что развитие и отработка навыков общения детей дошкольного возраста проходит через основную деятельность – игру, но сама структура занятия дополняется (арт-терапией, релаксом, работой с песком).

Данный опыт является творческим преобразованием современных подходов к вопросу эмоционального развития дошкольников и возможности активного включения в процесс работы психолога с детьми детского сада.

### 3.6. ВОЗМОЖНОСТЬ ТВОРЧЕСКОГО ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕДСТАВЛЯЕМОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА.

Моя работа для всех, кто работает с детьми в детском саду и занимается их воспитанием. Предложенный практический материал может оказаться полезным при планировании и осуществлении деятельности в дошкольном учреждении. Главное – учитывать потребности ребёнка, а так же возможности педагога в конкретной ситуации. Предлагаемы игры и занятия не являются средством решения всех проблем, однако позволяют создать благоприятную атмосферу для развития ребёнка.

При реализации работы по эмоциональному развитию важно учитывать этапность поставленных целей и задач.

1. На первом этапе педагогу необходимо пробудить в детях эмоциональную активность, доверие к себе и другим людям, чувство Мы.
2. На втором этапе важно обратить внимание на интерес детей к сверстникам, развитие эмпатии, способности сопереживать, понимать, видеть, слышать другого.
3. На третьем этапе обратить внимание на формирование позитивных представлений детей о себе. Главная задача педагога – обеспечить сознание ребёнком своей значимости, гордости за свои успехи, познание своей индивидуальности.
4. На четвёртом этапе важно обратить внимание на эмоциональную восприимчивость детьми себя и сверстников, способность самовыражения. Это возможно при эмоциональной открытости самого педагога при взаимодействии с детьми.
5. На пятом этапе важно вести детей, опираясь на их чувства принадлежности к группе, умение воспринимать другого, согласовывать свои действия, достигать успеха в группе.

Опыт доступен и может быть использован воспитателями дошкольных учреждений в массовой практике. Он будет способствовать осознанию идей установления сотрудничества педагога с семьями воспитанников, поможет реализовать ключевой ориентир.

Не все родители откликаются на стремление воспитателей к сотрудничеству, проявляют интерес к объединению усилий по воспитанию своего ребенка. Поэтому педагогам необходимы терпение и целенаправленный поиск путей решения этой проблемы.

Возможность творческого применения опыта заключается во внедрении опыта в деятельность педагога-психолога ДОУ и воспитателя. Педагоги-психологи ДОУ могут использовать тренинговые программы и



диагностический материал в полном объеме. Первая программа может использоваться в начале года. А воспитателям я рекомендую ввести в педагогический процесс отдельные игры и упражнения, которые проводятся в игровой форме. Такими упражнениями являются: ритуалы приветствия и прощания, работа с пиктограммами, игры «Эхо», «Морщинки», «Доброе животное», « Два барана» и т.д.

#### 4. ВЫВОДЫ.

1. Данная проблема психолого-педагогической коррекции эмоциональной сферы детей среднего дошкольного возраста является актуальной в соответствии с современными тенденциями развития системы дошкольного образования.

Разработка проблемы становления внутреннего мира ребенка в педагогической науке и практике получила свое развитие сравнительно недавно. Долгое время главными ориентирами и критериями успешности педагогической работы с ребенком были уровни развития детей, степень владения ими знаниями, умениями, навыками, которые должны пригодиться потом, на этапе школьного обучения. Однако социальные процессы происходящие в современном обществе, создают предпосылки для выработки новых целей образования, центром которого становится личность и ее внутренний мир.

2. В результате применения тренинговой программы снизилась агрессивность и тревожность у детей среднего дошкольного возраста.

3. Тренинговая программа, направленная на снижение агрессивности и тревожности у детей среднего дошкольного возраста соответствует основным принципам педагогики и психологии.

4. Результаты диагностики показали, что применение тренинговой программы С.В. Крюковой и Н.П. Слободяник эффективно в условиях ДОУ. Мой педагогический опыт могут использовать педагоги-психологи ДОУ. А также воспитатели применяя отдельные игровые упражнения тренинга в совместной деятельности с детьми

Опыт моей педагогической деятельности показывает, что заниматься эмоциональным воспитанием надо начинать как можно раньше, со всеми детьми и постоянно, как на занятиях, так и в повседневной жизни.

Необходимость организации работы по эмоциональному развитию и воспитанию назрела у меня давно, когда я, увидела, как дети остро реагируют на окружающий мир, как они беспомощны и поэтому так нуждаются в эмоциональной поддержке, в специальной организации воспитательной работы по эмоциональному воспитанию. Мы, педагоги-психологи можем что-то сгладить, сделать менее заметным, облагородить. Но Ребенка надо научить понимать себя, свои эмоциональные переживания, соотносить их с эмоциями людей ближайшего окружения. Его нужно научить изменять, корректировать своё поведение в различных жизненных ситуациях.

*Берегите своих детей, их за шалости не ругайте.  
Зло своих неудачных дней никогда на них не срывайте.  
Не сердитесь на них всерьез, даже если они провинились,  
Ничего нет дороже слез, что с ресничек родных скатились.  
Если валит усталость с ног, совладать с нею нету мочи.  
Ну, а к Вам подойдет сынок, или руки протянет дочка.  
Обнимите покрепче их! Детской ласкою дорожите -  
Это счастье - короткий миг, быть счастливыми поспешите!  
Ведь растают как снег весной, промелькнут дни златые эти.  
И покинут очаг родной повзрослевшие Ваши дети.  
Перелистывая альбом с фотографиями их детства,  
С грустью вспомните о былом, о тех днях, когда были вместе.  
Как же будете Вы хотеть в это время опять вернуться,  
Чтоб им маленьким песню спеть, щечки нежной губами коснуться.  
И пока в доме детский смех, от игрушек некуда деться,  
Вы на свете счастливей всех! Берегите, пожалуйста, детст*

## Список литературы:

1. Азаров Ю. П. Педагогика любви и свободы. М.: - Топикал, 1994. – 608с.
2. Аралова М. А. Справочник психолога ДОУ. М.: - Сфера, 2010.- 272с.
3. Аверин В. А. Психология детей и подростков.: Учебное пособие.-СПб.: Изд-во Михайлова В.А.,1998.- 379с.
4. Веприцкая Ю. Е. Развитие внимания и эмоционально-волевой сферы детей 4-6 лет. – Волгоград : Учитель, 2011.-123с.
5. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребёнком. Как? - М.: Сфера, 2005.-240с.
6. Доценко Е. В. Психодиагностика детей в дошкольных учреждениях.- В.:Учитель, 2013.-297с.
7. Зверева О. Л., Кротова Т. В. Общение педагога с родителями в ДОУ: Методический аспект. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 80 с.
8. Зверева О. Л., Кротова Т. В. Родительские собрания в ДОУ: методическое пособие. М.: Айрис-пресс, 2007. – 128с.
9. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2000 г.
10. Истратова О. Н., Широкова Г. А., Эксакусто Т. В. Большая книга детского психолога .: - Р н Д: Феникс, 2011.- 568с.
11. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль, 1997 г.
12. История дошкольной педагогики: Учебное пособие для студентов пед. институтов/ Под ред. Л. Н. Литвина.- М.: Просвещение, 1989. – 352с.
13. Мудрость воспитания: Книга для родителей / Составители Б. М. Бим-Бад, ЭХ. Д.Днепров, Г. Б. Корнетов. – М.: Педагогика, 1987. – 288 с.
14. Никитина Л. А. Мама или детский сад. – М.: Просвещение, 1990.
15. Островская Л. Ф. Педагогические ситуации в семейном воспитании дошкольников. – М.: Просвещение, 1990.
16. Рубченко А. К. Подходы к проблеме детско-родительских отношений в отечественной психологии// Вопросы психологии. – 2005. - №4.-с.98-114.
17. Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. – СПб.: Речь, 2002 г.
18. Шитова Е. В. Работа с родителями : практические рекомендации и консультации по воспитанию детей 2-7 лет.-В.:Учитель,2014.- 169с.
19. Шаграева О. А. Детская психология: Теоритический и практический курс:- М.: Владос, 2001, -368с.
20. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. – СПб.: Валери СПД; М.: ТЦ Сфера, 2002 г.
21. Интернет-ресурс

## ГРАФИЧЕСКАЯ МЕТОДИКА

### "КАКТУС"

(М.А. Панфилова)

#### ОПИСАНИЕ

Графическая методика М.А. Панфиловой "Кактус" предназначена для работы с детьми старше 3 лет. Тест используется для исследования эмоционально-личностной сферы ребенка.

#### ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕНИЯ ТЕСТА

При проведении диагностики испытуемому выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием восьми «люшеровских» цветов, при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.

В ходе работы вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

#### ОБРАБОТКА

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

1. пространственное положение
2. размер рисунка
3. характеристики линий
4. сила нажима на карандаш

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

1. характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, женственный и т.д.)
2. характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный и пр.)
3. характеристика иголок (размер, расположение, количество)

#### ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

##### **1. По результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка.**

- **Агрессивность** – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.
- **Импульсивность** – отрывистые линии, сильный нажим.
- **Эгоцентризм, стремление к лидерству** – крупный рисунок, расположенный в центре листа.
- **Неуверенность в себе, зависимость** – маленький рисунок, расположенный внизу листа.
- **Демонстративность, открытость** – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.
- **Скрытность, осторожность** – расположение зигзагов по контуру или

внутри кактуса.

- **Оптимизм** – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.
- **Тревожность** – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.
- **Женственность** – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.
- **Экстравертированность** – наличие на рисунке других кактусов или цветов.
- **Интровертированность** – на рисунке изображен только один кактус.
- **Стремление к домашней защите, чувство семейной общности** – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.
- **Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества** – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

## **2. Интерпретация цветовой гаммы рисунка:**

- **темно-синий:** покой, слияние, объединение, гармония, любовь (матери и младенца). Темно-синий — это небо и океан, где зародилась жизнь. Это состояние блаженства.
- **темно-зеленый:** символ — росток, пробивающийся сквозь асфальт. Воля, целеустремленность, жизнелюбие, решительность, упорство, честолюбие, упрямство.
- **оранжево-красный:** символ — огонь, кровь, взрыв. Экспансия, подчинение окружающей среды, сила, энергия, активность во всех направлениях.
- **лимонно-желтый:** изменение, , творчество, гибкость, отзывчивость на внешние стимулы, радость.
- **бордовый:** искусство, необычность, гармония духовности, рождение нового, удвоение сущности, хрупкое динамическое равновесие.
- **светло-коричневый:** тревога, беспокойство, болезнь, неприкаянность, неуверенность, переживание неуютности, физический и психологический дискомфорт.
- **черный:** пустота, эксцентричность, ночь. смерть, уничтожение.

**ИНСТРУКЦИЯ:** «На листе бумаги нарисуй кактус - таким, каким ты его себе представляешь».

## Диагностика тревожности детей. Методика “Незаконченные предложения”

Цель: получение дополнительных сведений о наличии, причинах страхов, беспокойства ребенка.

Процедура проведения: ребенку предлагается послушать предложения и сразу, не задумываясь продолжить его первой, пришедшей в голову мыслью. Делать это надо быстро.

Инструкция для ребенка: “Мы сейчас с тобой поиграем. Я тебе буду говорить предложения, а ты как можно быстрее закончи их. Говори первое, что придет в голову”.

Обработка результатов: Законченные предложения можно разделить на 6 групп:

1. Отношение к отцу – 13, 21
2. Отношение к матери – 8, 24
3. Отношение к себе – 3, 4, 7, 10, 12, 18, 27, 29
4. Отношение к сверстникам – 2, 22, 26, 30
5. Отношение к детскому саду – 1, 16, 19, 23
6. Страхи и опасения – 5, 6, 9, 11, 14, 15, 17, 20, 25, 28

Эта методика простая по содержанию, хорошо выявляет скрытые переживания ребенка. Ответы на вопросы могут выражать положительное, отрицательное или безразличное отношение ребенка

Эксперимент идет в быстром темпе.

### Бланк ответов

Ф.И.О. \_\_\_\_\_.

Возраст \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

1. Мой детский сад...
2. Мой друг...
3. Если меня наказывают, то...
4. Я играю чаще всего...
5. Мои сны...
6. Боюсь...
7. Моя мечта...
8. Моя мама и я...

9. Сделал бы все, чтобы забыть...
10. Не люблю, когда меня...
11. Плачу, когда...
12. Когда меня спрашивают...
13. Мой папа и я...
14. Когда смотрю “ужасы” в кино...
15. Когда я один дома...
16. Моя воспитательница...
17. Когда меня мама ругает...
18. Больше всего люблю...
19. Когда прихожу в детский сад...
20. Когда бывает темно...
21. Когда мой папа...
22. Ребята в детском саду...
23. Когда меня спрашивают на занятии...
24. Когда моя мама...
25. Когда все ругаются...
25. Когда я выхожу во двор...
27. Я всегда хотел...
28. Меня беспокоит...
29. Скрываю...
30. Старшие ребята...



## Консультации для родителей.

### ***Устраняем вспышки агрессии у ребенка***

Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой. К сожалению, многие родители пока еще и сами не умеют управлять собственными эмоциями. Следствием этого будет то, что их дети вряд ли когда-либо в процессе воспитания усвоят навык адекватного выражения агрессии.

\* Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно. Слушайте своего ребенка. Проводите вместе с ним как можно больше времени. Делитесь с ним своим опытом. Рассказывайте ему о своем детстве, детских поступках, победах и неудачах. Если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе. Уделяйте свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности.

\* Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия. Отложите или отмените совместные дела с ребенком (если это, конечно, возможно). Старайтесь не прикасаться к ребенку в минуты раздражения.

\* Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии. Говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях: «Я очень расстроена, хочу побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате» или «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста, не трогай меня».

\* Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев. Не давайте ребенку играть с теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите.

\* Не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать поступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой (подумать о чем-то приятном) и ситуацией.

\* К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребенка к предстоящим событиям. Если вам предстоит сделать первый визит (к врачу, в детский сад и т. д.), проиграйте ситуацию заранее или проговорите ее. Если ребенок капризничает в тот момент, когда он голоден, продумайте, как накормить его во время длительной поездки и т. п.

Для того чтобы устранить нежелательные вспышки агрессии у ребенка, родителям стоит уделять больше внимания своим детям, стремиться к установлению теплых отношений с ними, а на определенных этапах развития сына или дочери проявлять твердость и решительность.

## *Цвет хорошего настроения*

Удивительно, что в детях, даже самых маленьких, природой заложена определенная реакция на тот или иной цвет. У всех ребятшек повышена чувствительность к цветовой гамме. Одежда, игрушки, стены комнат - все вещи и предметы определенных цветов могут стать вашими помощниками во взаимоотношениях с сыном или дочкой, а могут и помешать.

У психологов принято разделять цвета на активные и пассивные. Активные действуют возбуждающе - они дают легкую "встряску" организму и в состоянии ускорить процессы жизнедеятельности. Такими способностями обладают прежде всего ярко-красный и ярко-оранжевый оттенки, в меньшей степени - желтый. В окружении красного или ярко-оранжевого ребенок первые 30 минут чувствует прилив энергии. Через 1-1,5 часа он уже гиперэнергичен, то есть перевозбужден, а через 5 часов станет раздражительным и агрессивным. Но стоит сменить эту гамму на салатно-голубую, и буквально через 20-30 минут маленький злюка превратится если не в ангелочка, то в человека, с которым можно вести переговоры и надеяться на взаимопонимание.

В 2-4 года наиболее приятны детскому глазу нежно-розовые, желтоватые и голубые оттенки. Розовый слон или голубой щенок вызовут нежную привязанность у чувствительных девочек. Мальчики же, по наблюдениям, выбирали исключительно светло-коричневых медведей, но решительно отказывались от точно таких же, но темно-коричневых или черных.

Однако это вовсе не означает, что теперь на все темное, красное или фиолетовое следует наложить табу. Просто учтите влияние этих цветов, выбирая детские наряды, и не покупайте для повседневной носки бордовые колготки, красные рубашки или лиловые платья - малышам в этой одежде предстоит провести в детском саду весь день!

Сколько конфликтов удалось бы избежать, если бы со стен в комнате, где обитает ребенок, с самого нежного возраста на него не смотрели "веселенькие детские рисунки" на белом, как правило, фоне. Статичные фигурки заек, мишек и корабликов очень быстро начинают "мозолить глаза" малышу. Только он, к сожалению, пока не в силах разобраться, что его раздражает, а тем более поведать вам об этом. Куда полезнее для его глаз и нервной системы однотонный спокойный колер: розовый, голубой, салатный, бледно-желтый. По возможности цвет ежегодно или раз в два года заменяйте на новый. Выручат недорогие обои, которые неоднократно можно покрывать краской.

И еще один любопытный вывод сделали психологи. Если при дневном свете малыш будет рисовать или учиться писать на белой бумаге, а вечером при свете лампы - на нежно-салатной, он весьма продвинется в этих начинаниях. Такое распределение цветов при письме и рисовании способствует лучшему запоминанию и меньше всего утомляет.

Как показали специальные исследования, функциональное состояние нервной системы малышей гораздо лучше, если они одеты в голубое и зеленое.

"Кислотные" цвета - пронзительные салатный, розовый и голубой маленьким детям абсолютно противопоказаны! Цветопсихологи рекомендуют в помещениях для малышей использовать гамму цветов от желтовато-зеленого через желтый до бледно-оранжевого. Светло-синий и светло-зеленый цвета подходят для детских комнат, выходящих окнами на юг, - эти цвета создают ощущение прохлады.

Покупая мебель для малыша, особенно стол, выбирайте светлый натурального дерева или салатного цвета.

## ***Профилактика тревожности***

1. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей. (Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваши воспитатели понимают! Бабушку лучше слушай!»)
2. Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.
3. Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они не могут выполнить. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишней раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.
4. Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть.
5. Если по каким-либо объективным причинам ребенку трудно учиться, выберите для него кружок по душе, чтобы занятия в нем приносили ему радость и он не чувствовал себя ущемленным.

Если родители не удовлетворены поведением и успехами своего ребенка, это еще не повод, чтобы отказать ему в любви и поддержке. Пусть он живет в атмосфере тепла и доверия, и тогда проявятся все его многочисленные таланты.

## **Тема: «Критикуя ребенка, подумай – для чего?»**

Замечаниями мы хотим добиться лучших результатов. А получается наоборот.

Вообще разные дети по-разному реагируют на родительские "не так": одни грустнеют и теряются, другие обижаются, третьи бунтуют: "Раз плохо, не буду вообще!".

Почему детям не нравится такое обращение?

Посмотрим на годовалого ребенка, который учится ходить. Мало кому из родителей придет в голову поучать: "Разве так ходят? Смотри, как надо! Ну что же все качаешься? Сколько раз говорила, не маши руками! Пройди еще раз, чтобы все было правильно!" Нелепо? Конечно! Столь же нелепы, с психологической точки зрения, любые критические замечания, обращенные к ребенку, который учится что-либо делать сам, пусть с ошибками или не так как считает нужным взрослый.

Как же научить, если не указывать на ошибки, спросите Вы? Указывать на ошибки нужно, но с особенной осторожностью и тактом.

Во-первых, не стоит замечать каждую ошибку;

Во-вторых, ошибку лучше обсудить, не в тот момент, когда ребенок увлечен делом, а потом в спокойной обстановке.

Наконец, замечания надо делать на фоне общего одобрения.

А знает ли ребенок о своих ошибках? Согласитесь, часто знает, как ощущает нетвердость шагов годовалый малыш. Вот только относятся дети к ошибкам более терпимо, нежели взрослые. Почему? А он доволен уже тем, что у него что-то получается, ведь он уже "идет", пусть пока нетвердо. К тому же, он догадывается: завтра получится лучше!

## **Тема: «Развитие детей в игре»**

Что ты больше всего любишь делать?» На этот вопрос большинство детей ответят одним словом: «Играть!». Дети играют дома, в детском саду, на улице, в гостях. Любое увлекательное занятие обозначается для них словом «игра». Через игру ребенок познает окружающую его действительность, свой внутренний мир. В Младенческом возрасте посредством игры развиваются органы чувств малыша, происходит накопление зрительных, слуховых, тактильных, вкусовых ощущений. В этот период закладывается основа познавательной деятельности и физической активности ребенка. Кроха с увлечением исследует пред-меты, его окружающие, применяя при этом все доступные ему способы: рассмотреть, потрогать, попробовать на вкус. С возрастом игра становится более осмысленной, предметной, но ее цель — познание мира, остается неизменной.

В игре ребенок воссоздает модель окружающей его среды, обыгрывает различные ситуации, примеряя на себя ту или иную роль. Но игра, придуманная ребенком, не всегда в полной мере способствует его гармоничному развитию. Поэтому основной задачей родителей на данном этапе становится совместная игровая деятельность, позволяющая раскрыть потенциальные возможности малыша. Как ни странно это звучит, но взрослые должны научить ребенка играть. Рассмотрим ситуацию: перед крохой выложили разноцветные геометрические фигуры. Что сделает ребенок первым делом? Конечно, возьмет их в руки, попробует на зуб, попытается куда-нибудь засунуть и вскоре потеряет к ним интерес. Взрослый же может показать малышу, как из треугольника и прямоугольника строится домик, обратит внимание на то, что все фигурки отличаются друг от друга, но даже разные изображения могут иметь что-нибудь общее, например, цвет и т.д. Малыш вновь заинтересуется, и материал, не заслуживший с первого взгляда его одобрения, будет восприниматься как источник вдохновения. И это касается любой сферы деятельности ребенка. Родители — первые наставники своего ребенка, открывающие ему этот мир. То, что малыш увидит и, прежде всего, как он это увидит, в первую очередь зависит от его ближайшего окружения, от того, насколько правильно мама и папа сумеют выбрать ориентиры для воспитания и развития своего ребенка.

## **Тема: «Педагогические сказки»**

И многовековой опыт народного творчества, и современные научные работы доказывают, что сказка может быть эффективным инструментом воспитания. Психологи активно используют приемы сказкотерапии, причем не только в работе с дошкольниками. Сказки помогут и обычным родителям решить каждодневные проблемы и скорректировать поведение ребенка.

Где найти подходящие сказки?

Лучше всего их придумать. Можно использовать любимых персонажей, сюжетные повороты известных художественных произведений или взять за основу чужие истории. Но в остальном сказка должна быть ваша, домашняя. Хорошо, если в ней узнаются и ваш ребенок, и речевые обороты его родителей и всякие мелочи, к которым дети очень чувствительны. И не сомневайтесь в своем таланте сказочника. Просто опишите неприятную ситуацию (как ребенок не хотел мыть голову или разбрасывал вещи) только в качестве участников происшествия выберите других людей, животных или известных литературных

героев. В большинстве историй необходима капелька фантазии, чтобы додумать финал. Но, скорее всего, вы и так уже рассказывали ребенку, что будет, если он не перестанет так себя вести.

Какие проблемы решают сказки?

Сказки могут показать ребенку, что он делает не так. Дети не умеют посмотреть на себя со стороны и сами не догадываются, что мешают другим, поступают неправильно или неосторожно. Так же сказки помогут предупредить о последствиях нежелательных действий.

И конечно сказки не только показывают ошибки, но и дают примеры для подражания, учат ребенка как себя вести в той или иной ситуации.

Иногда ребенок и рад бы поступать так, как надо, но в нужный момент об этом забывает. И раздраженное родительское "Сколько раз тебе говорить!" только мешает ему правильно себя вести. А сказка дарит удобный сигнал, кодовое слово, которым можно сообщить об оплошности, не задев детской гордости.

С помощью сказки родители могут рассказать о своих чувствах, в том числе и негативных. И ребенок тоже учится понимать и выражать эмоции и чувства, причем делать это наиболее конструктивным образом.

И есть особые сказки, которые не воспитывают, а просто создают у малыша состояние психологического комфорта, помогают успокоиться, избавиться от страха неизвестности, убеждают, что все его переживания нормальны, любовь родителей неизменна и все будет хорошо.

### **Тема: «Влияние телевидения и компьютерных игр на психологическое здоровье дошкольников»**

Влияние телевидения и компьютерных игр на психологическое здоровье дошкольников. В последнее время психологам всё чаще приходится сталкиваться с очень искаженным поведением дошкольников. Это могут быть: скованность, недостаточное развитие речи, сильная агрессивность и демонстративность. Такой ребенок стесняется ответить на простейший вопрос, но при этом не боится: кривляться при чужих взрослых, ползать под столом и выполнять неприличные жесты. Одним словом, ведет себя абсолютно неуправляемо. Модели плохого поведения притягивают, как магнит, хотя он зачастую не видит ничего подобного дома и, конечно, тысячу раз слышал от родных, что так вести себя нельзя.

Уже в 4-5 лет такие дети обожают смотреть боевики и отказываются смотреть наши отечественные мультфильмы и сказки, говоря, что это им неинтересно. Но после занятий с психологом, становится ясно, что дело в другом. Просто содержание наших мультфильмов ускользало от их понимания,

поэтому было и неинтересно. Когда же недоразвитие ребенка компенсируется, он переключается на отечественные мультфильмы и смотрит их с энтузиазмом.

Практически все дети с раннего возраста увлечены компьютерными играми и телевизором. Так в чем же дело?

Влияние СМИ очевидно. Современное западное искусство изменяет, деформирует психику ребенка. Конечно, прежде всего, речь идет о мультфильмах и компьютерных играх. Чудовищно воздействуя на воображение ребенка, они дают новые установки и модели поведения. Давайте рассмотрим отдельно каждое из вышеупомянутых поведенческих отклонений. Начнем с агрессии.

Вспомним «Покемонов» (в переводе с англ. «карманный монстр»). Эти существа друг друга поражают, стремятся уничтожить. Явное сходство с забавами для взрослых – петушиные и собачьи бои. Наблюдая за смертельной схваткой животных, взрослый переходит грань, позволяя себе испытывать удовольствие от того, что видит.

Что переживает ребенок, смотря такой мультфильм? Естественно он идентифицирует себя с его героями, усваивая агрессивные модели поведения. Вы скажете, что в мультфильмах есть борьба со злом... Да... Богатыри побеждают драконов, Змея Горыныча, Кощея Бессмертного. Но победив его, он не получает удовольствия от его гибели. Существует большое отличие традиционных сказочных мультфильмов от западных нового поколения. Почему происходит фиксация на агрессии?

К сожалению, в каждом человеке в скрытом виде есть садомазохистский комплекс. И современные западные мультфильмы его эксплуатируют, заставляя ребенка переживать наслаждение, когда герой мультфильма причиняет кому-нибудь боль. Это умело стимулируется аудио- и видеорядом. Многократное повторение подобных сцен вызывает у детей фиксацию на агрессии и способствует выработке соответствующих моделей поведения. Изменение личности происходит как раз в тот момент, когда покемоны уничтожают противников.

Дети, с одной стороны, ужасно застенчивы, а с другой стороны – дико себя ведут. Дети просто повторяют то, что видят на экране. Конечно, герои мультфильмов не застенчивы, нет, это природа ребенка. Многие дети по натуре застенчивы. А поскольку герои мультфильмов ведут себя демонстративно, то чтобы подражать им, ребенку приходится переламывать себя и он идти вразнос.

Помните «Телепузиков»? Авторы этой передачи говорят, что использовали какие-то чрезвычайно передовые технологии, развивающие маленьких детей. Но на самом деле это не так. Смысл ярких вставок совсем в

другом – в приучении детей к экрану. Причем к приучению страшному, гипнотическому. Ведь экран светится, его мерцание человек воспринимает помимо своей воли. Подобранный ритм, мерцание, шум действуют гипнотически на психику. В результате маленький человек впадает в транс и притягивается к экрану всё больше и больше, заглатывая зачастую ненужную информацию. За последние 20 лет резко увеличилось количество детей, которые умеют воспринимать только зрительную информацию. Слова проходят мимо них. В школе «телевоспитанники» испытывают большие затруднения со сменой привычного визуального восприятия на вербальный (слуховой). Ведь их обучает не телевизор, а живой учитель, которого они не способны услышать, а значит и понять. И в общении с другими детьми у них возникают сложности.

Родители! Обращайте внимание на игры ваших детей, на тот поток информации, который льётся с экрана телевизора или компьютера. Необходимо, прежде всего, Вам ввести цензуру на просмотр телепередач и компьютерных игр. Не оставляйте ребенка одного в этом сложном мире информации. Интересуйтесь, какие игры ему нравятся, какие книги, какие мультфильмы он предпочитает смотреть, почему? Если не Вы, то кто поможет вашему ребенку разобраться со своими эмоциями.

### **Тема: «Изящные» выражения в детском лексиконе**

С расширением круга общения, с поступлением в детский сад, посещением разнообразных кружков ребенок начинает приобретать много нового. И не всегда это новое – хорошее. Один из таких далеко не радостных моментов – бранные слова. Услышав от своего ребенка такое «новшество», взрослые часто теряются и не знают, как себя вести в таких ситуациях. Оправившись от шока, родители выбирают один из следующих вариантов.

#### **Вариант 1. Ругаем**

«И в кого только он пошел?..» - удивляются часто родители. Чтобы понять это, нужно просто понаблюдать за своими манерами, своим стилем поведения. Ведь часто случается так, что, не замечая своих особенностей поведения, мы отслеживаем их в поведении своих детей. Задумайтесь, является ли характерной для вас несдержанность, агрессивность, излишняя эмоциональность? В этом случае действуйте по принципу «начни с себя».

#### **Вариант 2. Оставляем без внимания («Ничего не произошло!»)**

Оправдываясь тем, что на таких словах не следует акцентировать внимание, что ребенок сам их забудет, родители отчасти правы. Но какая гарантия того, что, однажды забыв эти выражения, ребенок не вспомнит их в самый неподходящий момент?.. Также взрослым надо помнить, что логика



детей отличается от логики взрослых. Поразмыслив, малыш, скорее всего, придет к выводу, что если вы никак не реагируете на эти слова, то так оно и должно быть.

#### Вариант 3. Запугиванием («Будешь ругаться – язык отрежут!»)

Очень эффективный способ, особенно при необходимости немедленного воздействия. Но имеет два очень больших минуса. Во-первых, с возрастом все труднее будет найти действенный персонаж запугивания, а во-вторых, в случае ненормированного использования этот метод может спровоцировать появление и развитие невротических состояний. Особенно «популярны» у родителей медицинские процедуры: уколы, хирургические операции и т.д. В этом случае не стоит удивляться тому, что при очередном посещении медицинского кабинета у ребенка начнется истерика.

#### Вариант 4. Объясняем

Самый эффективный, но самый трудный способ, так как требуется больших усилий и четкой последовательной тактики. Столкнувшись с тем, что ваш ребенок включает в свою речь нецензурную лексику, сразу объясните малышу твердым тоном, что данные выражения используются или хулиганами, или глупыми маленькими детьми; ни тех, ни других в приличные места не пускают.

Дайте ребенку возможность сделать свой выбор!

Одна из причин, по которой дети начинают ругаться, – это желание привлечь к себе внимание. Получив в свой арсенал хороший способ шокирования взрослых, а тем самым возможность попасть в центр внимания, ребенок будет пускать его в ход все чаще и чаще. Во-первых, постарайтесь найти приемлемый способ самоутверждения для ребенка. Во-вторых, сразу давайте «обратную связь» – спокойно, но твердо отрицательно. Необходимо показать малышу, что у окружающих пропадает всякое желание общаться с ним, когда он кричит и ругается. Тем самым вы сможете позаботиться о психогигиене и душевном покое как вашем, так и вашего ребенка. Будьте здоровы!

## **Тема: « Стресс и здоровье»**

Как бы нам не хотелось, чтобы жизнь приносила только приятные сюрпризы, чтобы радость стала постоянным спутником наших будней. Но, к сожалению (или нет?), в наш бурный век никому не удастся избежать неприятностей, будь то сдача экзаменов, разногласия в семье или потеря работы. И часто бывает так, что мы оказываемся совершенно не готовы к таким ударам судьбы и не в состоянии вовремя прийти в себя и достойно их встретить. И именно тогда начинаются наши проблемы со здоровьем. Причем болеть начинает и душа, и тело..

Переживая неприятности, человек находится в постоянном напряжении, он ощущает страх, тоску, чувство тревоги. Люди, не привыкшие прислушиваться к своим внутренним ощущениям, а тем более анализировать их, не могут понять, что с ними происходит. В науке это состояние называю «стресс».

«Все болезни от нервов»...Так ли это? Можно почти с уверенностью сказать, что именно так. Существует целое направление, именуемое психосоматической медициной, которое занимается поиском подтверждений вышеприведенному утверждению (и, отметим, небезуспешно!). Специалисты в этой области объясняют многие болезни, например язву, инфаркт, влиянием стрессогенных факторов, а точнее, сопровождающих их отрицательных эмоций. Но жизнь не может быть однотонной, от неприятностей и горя нам никуда не деться. К сожалению, и способ, выбранный Скарлетт («Я не буду думать об этом сегодня, я подумаю об этом завтра»), тоже не всегда приносит желаемое успокоение и разрешение проблем. Парадокс заключается в том, что чем дальше мы гоним стресс, тем сильнее в него погружаемся. Поэтому страшен не сам стресс, а отношение к нему.

Но все по порядку. Для начала небольшой тест.

Ответьте утвердительно («да») или отрицательно («нет») на каждый приведенный ниже вопрос.

1. В последнее время вы часто испытываете страх?
2. Ощущаете ли вы себя несоборанным?
3. Трудно ли вам сосредоточиться на чем-то одном?
4. Испытываете ли вы тревогу без видимых причин?
5. Трудно ли вам заснуть?
6. Вы часто раздражаетесь по пустякам?
7. Замечаете ли вы за собой излишнюю потливость?
8. Вам часто снятся кошмары?
9. Вы ощущаете потерю аппетита?
10. Часто ли вы срываетесь на окружающих?
11. Часто ли вы ощущаете улучшение пульса?
12. Чувствуете ли вы усталость, проснувшись утром?

Вам стоит читать дальше, если хотя бы на половину вопросов вы ответили утвердительно.

Итак, у вас налицо почти все признаки стресса. Что делать?

Для начала примите нави поздравления: у вас появилась отличная возможность показать себе, как вы себя любите.

Далее попытаемся разобраться в причинах и механизме возникновения у вас стресса. Мы уже выяснили, что причинами стресса могут быть различные факторы: потеря работы, материальные трудности, учебные или рабочие перегрузки, в конце концов, неожиданно сломавшийся каблук.

Другими словами, у каждого человека причины могут быть сугубо индивидуальными, ведь каждый из нас абсолютно по-разному реагирует на такие удары судьбы. Одни воспринимают увольнение с работы как хорошую возможность для расширения поля своей деятельности, а для других – это крах всей жизни. Ученые считают, что наши индивидуальные реакции на стрессогенные факторы зависят от личностных характеристик. Другими словами, от типа темперамента, а также от уровня развития такого качества, как стрессоустойчивость. Но что же делать, если вы ранимый меланхолик, остро реагирующий на каждый кривой взгляд, не говоря уже о глобальных проблемах, таких как потеря работы, публичное выступление? Прежде всего, остановитесь, ка бы велико ни было ваше желание поддаться буре эмоций. Постарайтесь разобраться в своих ощущениях, задайтесь вопросом, что вы чувствуете, откуда пришло к вам это чувство. Найдите причину ваших переживаний. Если она стала для вас ясна (или вы, по крайней мере, так думаете), разберитесь, что именно вас беспокоит, т.е., например, это может быть мнение окружающих, потеря каких-либо материальных благ или что-то другое. Далее постарайтесь определить вашу возможность влиять на сложившуюся ситуацию, т.е. подумайте, что вы можете изменить. Здесь важно идти мелкими шагами, ставить перед собой конкретными цели.

Вероятно, у вас возникнет желание поделиться переживаниями с близкими, друзьями. Помните, что понимание и теплота любящих нас людей оказываются бесценными в ситуации стресса. В другом случае можно начать вести дневник. Попробуйте ваши смутные тревоги или кошмарные предчувствия облечь в словесную форму, вербализовать их. Это хороший способ взглянуть со стороны на свою проблему. И, вероятно, перечитав записи чуть позже, вы найдете наилучший выход из сложившейся ситуации. Но есть еще более современный и эффективный способ выхода из стресса. Это обращение к специалисту, т.е. психологу. Вы получите возможность квалифицированно решить вашу проблему со стрессом и, в конце концов, просто выговориться (что само по себе немаловажно).

Большую услугу окажет вам усвоение техники ауторелаксации (саморасслабления, саморегуляции). Эта техника доступна каждому и не требует особых затрат. Оставшись наедине с собой, попробуйте отключиться от внешних раздражителей (звуков, света), т.е. постарайтесь сосредоточиться

на своем дыхании, не убыстряйте его и не замедляйте, просто сосредоточьтесь на нем. При этом совершенно не нужно принимать позу лотоса или лечь на пол – примите удобную для вас в данный момент позу.

Просто почувствуйте свой вдох и выдох. Когда почувствуете, что владеете своим дыханием и своими мыслями, сформулируйте несколько фраз типа «Я спокоен...», «Я могу...», «Я владею ситуацией...» Лучше, если предложения будут содержать конкретные действия и формулироваться в позитивном ключе (без частицы «не»). Повторите ваши «заклинания» несколько раз, постарайтесь убедить себя в них. Для примера можно вспомнить героиню всеми любимого фильма, которая не без помощи своей подруги – психолога занималась аутотренингом, чтобы найти свое семейное счастье. Еще один хороший способ борьбы со стрессом и его последствиями – переключение, т.е. занятие спортом, рукоделием, активный отдых. Выбор за вами!

Если вы почувствовали хоть толику оптимизма и ситуация уже не кажется столь плачевной – это замечательно. Но хочется еще раз напомнить: стресс – вещь серьезная и неизбежная. Поэтому нужно заранее себя готовить к появлению всяческих неприятностей или хотя бы постараться предвидеть их, а если удастся – избегать. И, наконец, страшен не сам стресс, а негативное отношение к нему. Если вы научитесь контролировать свои чувства хотя бы в минимальной степени, стрессовая ситуация может подвигнуть вас на покорение невиданных вершин.

К сожалению, стресс как явление слишком объемно, чтобы уместиться в рамках одной статьи. И способов борьбы с ним тоже достаточно много. Но существует ряд правил, которые можно назвать универсальными.

1. Воспринимайте жизнь такой, какая она есть. Старайтесь объективно оценивать события и помните, что каждый человек – индивидуален, он волен поступать так, как считает нужным. Поэтому:

2. Умейте защищаться, когда вас пытаются «окунуть» в стресс.

3. Боритесь с комплексом неудачника. Перестаньте воспринимать себя как жертву судьбоносных событий. Вспомните игры – формулы: «Я – хозяин своей жизни».

4. Умейте предугадывать неприятности. Предугадывать – не означает ждать их, а тем более жить в постоянном ожидании их.

5. Любите себя. Самокритика – дело хорошее, но лишь как способ определения своих реальных возможностей, а не самобичевания.

Быть счастливым – в силах каждого. Умейте противостоять стрессам - одно их условий счастья. У многих это получается. Вы с этим тоже справитесь!

ТРЕНИНГИ,  
РОДИТЕЛЬСКИЕ  
СОБРАНИЯ

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

**«ОСОБЕННОСТИ  
СЕМЕЙНОГО  
ВОСПИТАНИЯ»**



# **Детство** – самый поддающийся педагогическим воздействиям период



**В детстве закладываются  
основы, создаются  
предпосылки гармоничной  
личности**

## **ФУНКЦИИ РОДИТЕЛЕЙ**

- **Создание оптимальных условий для роста и развития ребенка**
- **Обеспечение безопасности-  
Обеспечение адаптации к жизни**
- **Воспитание ребенка**

**РЕБЁНОК ЖДЁТ ОТ РОДИТЕЛЕЙ:  
ЛЮБВИ**

**ТЕПЛА ОДОБРЕНИЯ**

**ЗАБОТЫ**

**ПОДДЕРЖКИ**

**ПОХВАЛЫ**

**ПОНИМАНИЯ**

**НЕЖНОСТИ**

**УЛЫБКИ**





## «КУМИР СЕМЬИ»

- Ребенок обожаем, любим
- Любая прихоть ребенка – закон
- Восторгаются им, ежеминутно находят в ребенке «таланты»
- Растет капризным, своевольным эгоистом
- Освобожден от всех обязанностей



## «В КУЛЬТЕ БОЛЕЗНИ»

- Когда ребенок болеет достаточно серьезным хроническим заболеванием
- Боясь, что ребенок заболеет, трясутся над ним, предупреждая все его желания
- Пользуется созданным положением и злоупотребляет им
- Ребенок хочет, чтобы исполнялись все его желания, заботились о нем
- Такой ребенок - маленький тиранчик, он притворяется, придумывает новую болезнь, чтобы добиться всего
- Ждет сочувствия и сострадания от всех
- С трудом приспосабливается к действительности



## «ПОВЫШЕННАЯ»

### МОРАЛЬНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

- На плечи ребенка возлагается огромная ответственность, обычно непосильная для его возраста
- Свои не оправдавшиеся надежды, мечтают реализовать в детях
- Ребенку поручают заботиться о младших в доме или о престарелых

## «Ежовые рукавицы»



- Ребенку диктуют, приказывают, на нем срываються и разряжаются
- Внушают лишь подчинение
- Ребенок не знает ласки и тепла, беспрекословно подчиняясь
- Вырастает эмоционально
- 
- неотзывчивым, суровым к близким, с часто с бурными реакциями

# Тренинг с родителями и детьми



# Буклеты

*Мама! Самое прекрасное слово на земле – мама.*

*Это первое слово, которое произносит человек, и оно звучит на всех языках мира одинаково нежно.*

*Хоть праздник этот еще молодой, и традиций*

*празднования и всенародной любви еще не приобрел,*

*но хочется верить, что он станет поистине любимым, почитаемым, святым!*

*Мама - это начало нашей жизни, самый теплый взгляд, самое любящее сердце, самые добрые руки.*

*Становясь матерью, женщина открывает в себе лучшие качества: доброту, любовь и заботу.*

*День Матери — постепенно приживается в России. Основанный Президентом Российской Федерации 30 января 1998 года, он празднуется в последнее воскресенье ноября, воздавая должное материнскому труду и их бескорыстной жертве ради блага своих детей. И это правильно: сколько бы хороших, добрых слов ни было сказано мамам, сколько бы поводов для этого ни придумали, лишними они не будут. Говорите*



*Без сна ночей твоих прошло немало,  
Забот, тревог за нас не перечесать,  
Земной поклон тебе, родная мама  
За то, что ты на белом свете есть*



*мамам самые нежные слова, признавайтесь им в любви, и знайте, пока у вас есть мама - вы под защитой ангела-хранителя. В ее сердце бесконечная любовь, тревога и прощение!*

*Мама – это солнечный свет,  
Взгляд чудесных ласковых глаз.  
Сохранит от тысячи бед  
И поможет тысячу раз.*



*Легко ли быть матерью? Нет. Это самый тяжелый труд. Ведь мама отвечает не только за физическое состояние своего ребенка, но и за его душу.*



### МАТЕРИНСКИЕ ЗАПОВЕДИ

♥ Люби свое дитя, но не балуй, не губи. Избаловать дитя можно и в бедности. При ласковой строгости можно растить настоящим человеком и в богатстве.

♥ Воспитывай благодарность: если нет ответной любви на твою самоотверженность, считай, что дети только потребляют твою любовь. Пусть будет хорошо не только детям, но и тебе.

♥ Тебе не будет счастья без счастья твоих детей, но их тоже пусть трогают твои беды.

♥ Будь другом детям, но не приятельницей. Будь рядом с ними, но выше. Будь доброй, но не добренькой.

♥ Учи детей думать не о вещах, а о делах: трехлетняя дочь пусть помогает матери, трехлетний сын пусть защищает ее. Никто не может сидеть без дела, когда трудится мать.

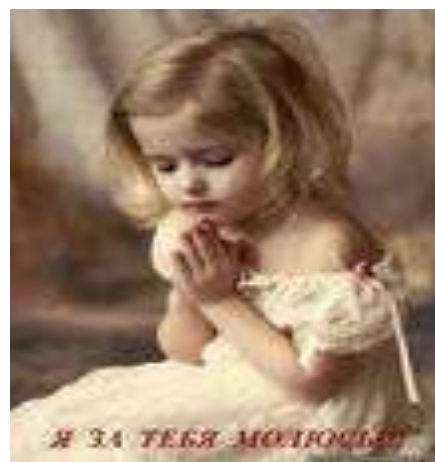
♥ Мать, помни: лучшее – детям.

♥ Дети, помните: лучшее – матери.

♥ Мать, помни о себе: забудешь – плохо станет детям.

♥ Помни: все исходит от тебя, все подчиняется тебе.

Поклон вам, мамы дорогие,  
За ваш нелегкий, нужный труд,  
За всех детей, что вы взрастили  
И тех, что скоро подрастут.  
За вашу ласку и вниманье,  
За искренность и простоту.  
За мужество и пониманье,  
За чуткость, нежность, доброту.



Пусть в свете дней потухнут все печали,  
Пусть сбудутся все материнские мечты.  
Желаем, чтоб всегда вы освещали  
Дорогу жизни светом доброты!

*Буклет для  
родителей*

**Моя милая мама!**



1. Прежде чем вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат от этого вы хотите получить.
2. Убедитесь в том, что этот результат для вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучиться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя останавливаться.
10. Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее вас.
11. Лучший способ общения – избегать необоснованных и скандальных конфликтов во взаимоотношениях.
12. Оценка деятельности группы, разрешение конфликтных ситуаций является правом каждого родителя и педагога. Но критика должна быть внутренней, она должна высказываться в ДОУ с глазу на глаз.
13. Критика должна быть обоснованной, конструктивной, тактичной.



Комплекс тренинговых занятий по  
коррекции эмоциональной сферы  
детей:

«Давайте жить  
дружно!»

### Тематический план

№ занятия	Цели занятия	Кол-во часов
1	развивать чувство принадлежности к группе; развивать навыки позитивного социального поведения.	1
2	дать ребенку возможность ощутить свою принадлежность к группе, выразить свое настроение; учить детей ощущать близость, тепло другого.	1
3	развивать чувство единства, сплоченности; учить детей действовать согласованно.	1
4	развивать групповую сплоченность; повышать у детей уверенность в себе.	1
5	повышать у детей уверенность в себе; развивать координацию движений; развивать слуховое восприятие.	1
6	повышать у детей уверенность в себе; развивать произвольность; формировать позитивное отношение к сверстникам	1
7	укреплять чувство единства; развивать тактильное восприятие; развивать воображение.	1

## **Занятие №1**

### **Цели:**

- развивать чувство принадлежности к группе;
- развивать навыки позитивного социального поведения.

### **Материалы:**

- магнитофон и usb с записью спокойной музыки;
- колокольчик;
- свечка в безопасном подсвечнике;
- один большой обруч и маленькие обручи по количеству детей;
- клубки разноцветных шерстяных ниток по количеству детей;
- бусинки, шнурки, палочки, камешки, круглые пластинки.

### **Ход занятия:**

Звучит спокойная музыка. В центре зала лежит большой обруч, а на нем — обручи поменьше (по одному на каждого ребенка).

Здравствуйте!

Проходите, я рада вас видеть! Давайте подойдем поближе и посмотрим, на что похожа фигура в центре зала?

А теперь пусть каждый из вас возьмет по обручу. Отнесите свой обруч туда, где вы хотите сидеть во время нашего занятия... Это будет ваше место... Кто уже нашел свое место, пусть обойдет вокруг своего обруча... А теперь закройте глаза и попробуйте с закрытыми глазами отойти от обруча и вновь приблизиться к нему. Откройте глаза, посмотрите внимательно на свой обруч и определите его середину... Все нашли середину? А теперь сядьте в центр обруча. Отлично! У всех получилось?

Закройте глаза и попробуйте почувствовать себя в обруче как у себя дома... Все представили круг своим домиком? Расскажите, у кого какой домик получился, на что он похож, где находится?

Очень хорошо! Подумайте, как можно ваш домик украсить?.. Подойдите к столам и возьмите то, что я приготовила для украшения ваших домов. Вы должны украшать свой домик, начиная с центра. На это я даю вам 10 минут. Когда услышите звон колокольчика, ваша работа должна быть закончена.

Пока дети украшают свой дом, привяжите к каждому обручу по клубку ниток. Звенит колокольчик.

А сейчас возьмите клубочек и, разматывая его, соедините свой домик с любым другим домиком, потом — с большим обручем, который лежит в центре, и возвращайтесь снова в свой дом.

Давайте придумаем, как можно оформить обруч в центре. Пусть каждый положит в него что-то из своего домика. А в середину мы поставим свечку, чтобы дом был теплым и живым... Замечательно! Теперь давайте встанем на стульчики и посмотрим, что у нас получилось. У каждого из нас есть свой домик, от каждого домика идут дороги к другим домам, и от всех домиков идут дороги в один большой дом. А большой дом состоит из множества разных кусочков. Каждый из вас положил туда что-то свое, значит, у всех нас есть один большой общий дом, где все могут жить вместе.

Давайте встанем вокруг большого дома и поблагодарим друг друга за отличную работу. Я возьму в руки свечку, и мы будем передавать ее друг другу и говорить при этом своим соседям добрые слова.

Спасибо, Саша, мне было очень приятно с тобой работать! (Ребенок, чье имя было названо, передает свечку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.) А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

## **Занятие №5**

**Цели:**

- повышать у детей уверенность в себе;
- развивать координацию движений;
- развивать слуховое восприятие.

**Ход занятия:**

Дети сидят в кругу на стульях.

Здравствуйте!

Давайте начнем нашу встречу с игры "Паровозик с именем". (Цель — настроить детей на совместную работу.)

Сейчас каждый будет превращаться в паровоз. Когда "паровоз" будет ехать по кругу, он будет хлопать в ладоши и называть свое имя. Я начну: "Све-та, Све—та...". Я проехала целый круг, а теперь выберу одного из вас, и он станет паровозиком вместо меня. Я выбираю Олю. Теперь она будет называть свое имя и хлопать в ладоши, а я стану ее вагончиком, положу руки ей на плечи и вместе с ней буду повторять ее имя... Поехали!

Вот мы и проехали целый круг, теперь Оля выберет того, кто станет "паровозиком", и мы уже втроем будем повторять его имя.

И так до тех пор, пока все дети не примут участие в игре. Отлично!

Мы приехали на нашем поезде на солнечную полянку и теперь поиграем в игру, которая называется "Узнай по голосу". (Цель — развитие слухового восприятия.)

Давайте встанем в круг, возьмемся за руки. Нам нужен один человек внутри круга. Кто хочет встать в центр?.. Отлично, Вася! Все остальные будут вокруг тебя водить хоровод и петь песенку. А Вася пусть ее внимательно слушает и делает то, о чем мы будем его просить. Слушайте песенку...

Вася, ты сейчас в лесу.

Мы зовем тебя: "Ау!"

Ну-ка глазки закрывай, не робей.

Кто зовет тебя — узнай поскорей.

Теперь, Вася, закрой глаза, а тот, до кого я дотронусь, сделает шаг вперед и позовет: "Вася! Ау!" А ты попробуешь угадать, кто тебя звал.

Если ребенок отгадал правильно, то он займет место ведущего, если нет, можно позвать ребенка еще раз. Игра повторяется несколько раз.

А теперь давайте оглядимся вокруг. Какое сейчас время года? Правильно, осень... Представьте себе, что мы стоим возле сливы. Давайте ее рассмотрим... (Цель игры — развитие координации движений.)

Я всем предлагаю потанцевать возле нее. Запомните, что когда я хлопну в ладоши, вы должны будете быстро сесть на свои места.

Мы танцуем возле сливы (3 раза) — солнечным осенним днем. Так мы кружимся на месте (3 раза) — солнечным осенним днем. Так мы топаем ногами (3 раза) — солнечным осенним днем. Так мы хлопаем руками (3 раза) — солнечным осенним днем. А вот так мы моем руки (3 раза) — солнечным осенним днем. Так мы руки вытираем (3 раза) — солнечным осенним днем. Так мы руки вытираем и бежим скорее к маме.

По хлопку все дети бегут и садятся на стульчики.

А сейчас, когда мы с вами дома, давайте соберем все необходимое и отправимся на охоту. (Игра "Мы охотимся на льва", цель — развитие межполушарного взаимодействия.)

Давайте жить дружно!

Это упражнение на ритмизацию, чередование темпа и громкости речи. Необходимо построчно выразительно проговаривать текст, сопровождая его движениями, соответствующими происходящим событиям. А дети должны повторять за Вами текст и движения или импровизировать, совершая свои движения в такт произносимому тексту.

## **Занятие №7**

Это занятие завершает программу. Лучше проводить его в зале, где достаточно места для свободного передвижения.

**Цели:**

- укреплять чувство единства;
- развивать тактильное восприятие;
- развивать воображение.

**Материалы:**

- колокольчик;
- сухие листья по количеству детей;
- гроздь винограда;
- магнитофон и кассета с записью спокойной музыки.

**Ход занятия:**

Звучит спокойная музыка. Дети входят в зал и рассаживаются на ковре вокруг выложенного в форме круга каната.

Здравствуйтесь!

Я предлагаю вам поиграть в новую игру. Давайте возьмемся за руки. Нам много, а все вместе мы — одна группа. Давайте почувствуем, как мы связаны друг с другом, сидя в кругу на полу... А теперь давайте встанем, не нарушая эту связь.

Взявшись за руки, мы идем по кругу и чувствуем связь. Мы идем по кругу один за другим, положив правую руку на левое плечо впереди идущего, и чувствуем связь... А теперь положите левую руку на правое плечо впереди идущего..

Хорошо!

дружно!

А теперь садитесь в круг и закройте глаза.

Прикоснитесь рукой к какой-либо части тела ребенка: ладони, руке, лицу, голове, плечам, спине. (Цель упражнения — развитие осязания.)

Кто почувствует прикосновение, должен, не открывая глаз, передать его своему соседу справа.

Молодцы!

После того, как круг замкнется, прикоснитесь по очереди к каждому ребенку мягким мехом (платком, перышком и т.п.).

А теперь тот, кто почувствует прикосновение, может открыть глаза.

Посмотрите, что я вам принесла. (Покажите детям коробку с сухими листочками.) Осмотритесь, выберите для себя место в зале, ложитесь на пол и закройте глаза. Представьте себе, что начался листопад...

Отпускайте над каждым ребенком по одному листку так, чтобы он упал на ребенка.

Тот, кто почувствует, что на него упал листок, должен открыть глаза и сесть в круг на канат.

Посмотрите на свой листочек. Почувствуйте его, ощупайте, подбросьте его вверх и послушайте звук, который возникает при его движении.

— Как вы думаете, откуда он?

— Почему он слетел с дерева?

— Куда он хотел улететь?

— Если бы лист мог говорить, что бы сказал ваш листочек? Дети отвечают по желанию.

Вы можете показать движениями руки, как падает ваш листочек? Мне кажется, что это может происходить вот так... (Покажите детям, как листок медленно вянет, может быть, сворачивается в трубочку, отрывается от ветки и падает) А теперь по очереди покажите сами...

Очень хорошо! Встаньте, пожалуйста. Давайте представим себе деревья, на которых выросли ваши листочки. Давайте покажем, как дерево растет, как у него вырастают длинные ветки, как глубоко корнями оно уходит в землю, как качается оно на ветру...

А теперь представьте, что все мы превратились в листочки с наших деревьев. Возьмите свои листики, по очереди бросьте их. Понаблюдайте и послушайте, как они падают. Изобразите своим телом падение листьев.

Следующее упражнение является заключительным. Гроздь винограда здесь символизирует единство. Когда дети передают ее по кругу, они должны почувствовать ее "весомость", а кроме того могут ощутить уникальность каждой отдельной ягодки.

Садитесь снова в круг. Давайте возьмемся за руки и замкнем наш круг. Закройте глаза. (В это время положите в центр круга гроздь винограда на тарелке.) Кто услышит колокольчик, может открыть глаза и опустить руки.

Сегодня я принесла вам виноград. Маша, осторожно возьми гроздь винограда, полюбуйся ей и передай своему соседу справа. (Так по очереди дети передают гроздь друг другу в руки.)

Сейчас, когда каждый из вас подержал гроздь в руках, ощутил ее тяжесть, мы будем передавать ее друг другу снова, но теперь каждый должен оторвать одну ягодку от грозди. Каждая ягодка должна что-то о себе сказать. Например: "Я — круглая", "Я — сладкая", "Я — сочная" и т.д.

Затем дети съедают ягоды.

На этом наше занятие заканчивается. Всем — спасибо!

Комплекс тренинговых занятий по коррекции эмоционально - волевой сферы детей 4-5 лет:

**«Удивляюсь, злюсь,  
боюсь, хвастаюсь и  
радуюсь»**



## Перспективный план занятий

№ занятия	Цели занятия	Кол-во часов
1 «Робость»	повышение у детей уверенности в себе; сплочение группы;	1
2 «Радость 1»	первичное знакомство с чувством радости; развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние;	1
3 «Радость 2»	продолжение знакомства с чувством радости.	1
4 «Радость 3»	продолжение знакомства с чувством радости; развитие способности понимать и выражать эмоциональное состояние другого.	1
5 «Радость 4»	закрепление и обобщение знаний о чувстве радости.	1
6 «Страх 1»	знакомство с чувством страха; — изучение выражения эмоциональных состояний в мимике.	1
7 «Страх 2»	знакомство с чувством страха;	1
8 «Страх 3»	учить детей узнавать чувство страха по его проявлениям; развивать умение справляться с чувством страха;	1

9 «Страх 4»	знакомство с чувством самодовольства	1
10 «Удивление»	знакомство с чувством удивления; закрепление мимических навыков	1
11 «Самодовольство»	знакомство с чувством самодовольства	1
12 «Закрепление знаний о чувствах»	закрепление умения различать чувства	1
13 «Злость»	знакомство с чувством злости; тренировка умения различать эмоции.	1
14 «Стыд, вина»	знакомство с чувством вины.	1
15 «Отвращение, брезгливость»	знакомство с чувством отвращения.	1

## **Занятие 1: «Робость»**

### **Цели:**

- повышение у детей уверенности в себе;
- сплочение группы;
- знакомство с чувством робости.

### **Материалы:**

- клубочек шерсти;
- пиктограмма "робость".

### **Ход занятия:**

Здравствуйте, я рада вас видеть!

У меня в руках клубочек. Сейчас мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках он окажется, будет называть свое имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего. Я начну, а продолжит тот, кто сидит слева от меня, (Цель — сплочение детей.)

Итак, я — Света. Больше всего я люблю гулять в парке со своей собакой...

Далее по очереди высказываются дети. Здорово/

А теперь послушайте мою историю... (Цель — знакомство с эмоцией "робость" и ее внешними проявлениями.)

Мальчик Костя первый раз пришел в детский сад. Он вошел в раздевалку, переоделся, познакомился с воспитателями и подошел к двери в группу. Он чуть приоткрыл дверь и заглянул внутрь. На его лице было вот такое чувство (покажите пиктограмму "робость"). Оно называется робость. Давайте попробуем изобразить его. Глаза чуть опущены. Голова слегка наклонена в бок. Кто хочет изобразить Костю?.. Что могут сделать дети, чтобы помочь мальчику?..

Хорошо!

Пиктограмма "робость"

А сейчас давайте поиграем в игру, которая называется "Я — лев". (Цель — повышение у детей уверенности в себе.) Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев — царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный, мудрый. Он красив и свободен.

Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например: "Я — лев Гоша". Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой...

Отлично!

Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: "Я очень хороший" или "Я очень хорошая". (Цель — создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности.) Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово "Я" шепотом, потом — обычным голосом, а затем — прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами "очень" и "хороший" (или "хорошая").

И, наконец, дружно: "Я очень хороший(ая)!"

Молодцы! Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет — шепотом, обычным голосом или прокричит, например: "Я — Наташа! Я очень хорошая!" или: "Я — Кирилл! Я очень хороший!"

Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем: "Мы очень хорошие!" — сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим.

На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

## **Занятие 10 «Удивление»**

### **Цели:**

- знакомство с чувством удивления;
- закрепление мимических навыков.

### **Материалы:**

- пиктограммы с изображением чувств радости, страха, удивления;
- шляпа с привязанной к ней длинной ниткой;
- игрушечный котенок, которого можно спрятать под шляпу.

### **Ход занятия:**

Здравствуйте. Я рада вас видеть!

Давайте все вместе возьмемся за руки и громко скажем друг другу: "Доброе утро!" (Цель — создание чувства группового единства.)

Очень хорошо! Вспомним, о каких чувствах мы с вами уже говорили?.. Да, мы знаем такие чувства, как радость и страх. Сегодня мы познакомимся с удивлением. Что помогало нам, глядя на человека, сказать, радуется он или боится?.. Мы смотрели на выражение его лица и старались определить, что происходит с человеком в данный момент.

Изобразим чувство радости. Что происходит в это время с нашими лицами?.. Какие у нас глаза в этот момент?.. Что происходит с нашими губами?..

Теперь изобразим чувство страха. Мы можем помогать себе жестами. Какие у нас будут движения?.. Может быть, отталкивающие, или наоборот, зовущие? Что в это время происходит с нашими лицами? С глазами? Ртом?..

Отлично! Попробуйте изобразить на своем лице чувство удивления. Как вы думаете, оно будет долго длиться, или оно мгновенно возникает и быстро пропадает?.. Совершенно верно, оно неожиданно возникает и быстро исчезает. (Покажите детям пиктограмму "удивление".) Давайте рассмотрим пиктограмму... Что же происходит с нашими лицами? С бровями?.. Правильно, они подняты вверх. С глазами?.. Они широко открыты. С губами?.. Они растянуты и похожи на букву "О".

Пиктограмма "удивление"

Удивление можно сравнить с быстрым прикосновением. Да те передадим прикосновение по кругу.

У вас замечательно получилось!

Теперь слушайте историю "Живая шляпа". (Цель — закрепление мимических навыков.)

Мальчик Дима гулял во дворе. Вдруг он услышал, как мама зовет его, стоя у открытого окна:

— Дима, пора домой, обед уже на столе.

Дима попрощался с друзьями и пошел к дому. На дороге он увидел шляпу и решил ее поднять, но шляпа, как-будто угадала, что хочет сделать мальчик, и отпрыгнула в сторону. Дима очень удивился.

Попробуем разыграть эту историю. Кто хочет быть Димой? Мамой? Шляпой?.. Как вы думаете, кто мог находиться под шляпой?.. (Предложите детям разыграть эту сценку с предметами: шляпой, котенком.)

Замечательно!

Вспомните, что происходит с вашим лицом, когда вы удивляетесь?.. (Положите перед собой лист бумаги и начните рисовать все то, о чем говорят дети.) Рот широко открывается и вытягивается. Глаза широко открыты. Брови ползут вверх. Теперь осталось нарисовать нашему человечку волосы, нос, уши и румянец. Замечательно! Смотрите, какой удивленный человек у нас получился. Как вы думаете, чему он удивляется?.. А что может удивить вас?.. (Дети отвечают по кругу.)

Садитесь за столы. Перед вами лежат листы, на которых нарисованы кружочки. Вам надо оживить эти кружочки — нарисовать глаза, брови, нос, губы, но так, чтобы каждый человечек удивлялся. А пока вы рисуете, придумайте, что это за человечки, и чему они удивляются.

Когда работа закончена, дети садятся в круг и рассказывают о своих человечках.

На этом наше занятие завершается. До свидания!

## **Занятие 15 «Отвращение, брезгливость»**

### **Цели:**

— знакомство с чувством отвращения.

### **Материалы:**

- пустая чашка;
- листы бумаги;
- мусорное ведро;
- вода, тазик, песок или земля в мисочке;
- пиктограмма "отвращение".

### **Ход занятия:**

Здравствуйте!

^Давайте начнем наше занятие вот с чего... Пусть каждый из вас назовет себя по имени и при этом выполнит какие-нибудь движения или действия. (Цель — создание условий для самовыражения.) Например, я назову свое имя и прохлопаю его в ладоши. Можно топтать ногами или делать что-то еще, но так, чтобы все сидящие в кругу смогли повторить ваши действия.

Итак, я называю свое имя и прохлопываю его, а все остальные за мной..

Отлично! Продолжит тот, кто сидит справа от меня и т.д.

Посмотрите на лицо, которое изображено на этой карточке. эжите детям пиктограмму "брезгливость".) Как вы думаете, какое чувство испытывает этот человек?.. (Цель — отработка мимических навыков.)  
Послушайте историю "Соленый чай"...

Бабушка потеряла очки и поэтому вместо сахара насыпала в чай 2 ложки соли. Ее внук Петя пришел из детского садика и попросил бабушку дать ему попить. Она принесла чашку чая. Мальчик сделал один глоток, а чай оказался соленым. Как противно стало у него во рту!

Я предлагаю вам представить, что вы сделали глоток соленого чая. Будем передавать чашку по кругу, изображая, что мы делаем глоток, а чай оказывается, соленый...

Выразительные движения — голова немного откинута назад, верхняя губа подтягивается к носу, брови нахмурены, нос сморщен.

Пиктограмма "брезгливость" У вас хорошо получилось.

одному будем вставать со стульев, аккуратно брать одну бумажку и относить ее в мусорное ведро.

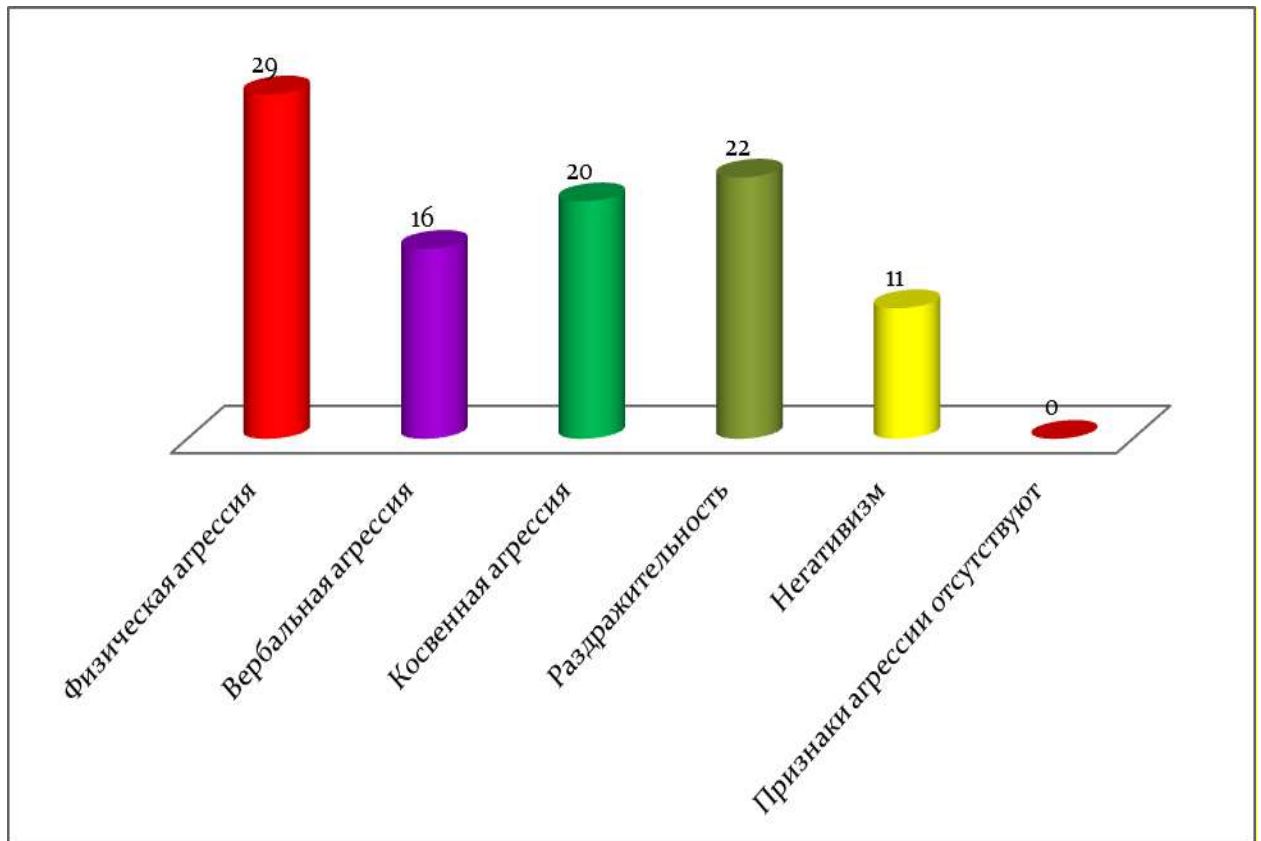
Выразительные движения — рука протянута вперед, листик берем аккуратно двумя пальчиками.

Мусор собран, можно и погулять. Вдруг пошел сильный дождь, на дорожке стало грязно и скользко, и нам надо осторожно, не запачкав ботинок, дойти до сада.

Теперь встанем и аккуратно, друг за другом, пройдем по кругу. Выразительные движения — походка медленная, на носочках. Молодцы!

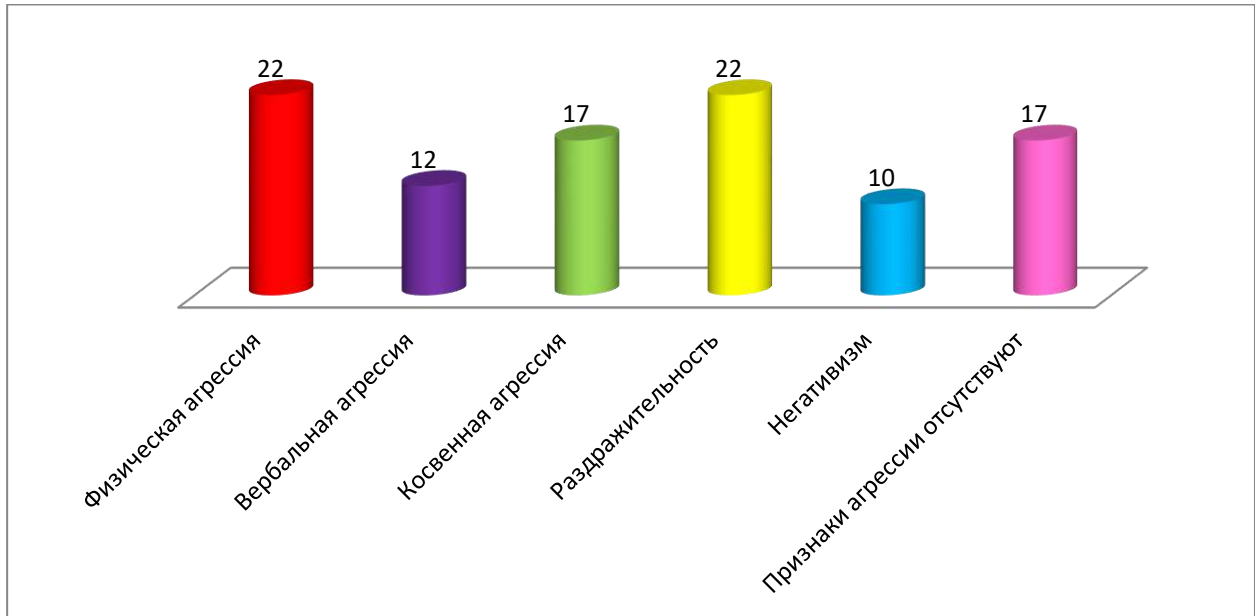
На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

Степень выраженности разных видов агрессии по  
результатам (35 детей)  
Сентябрь 2013 года





Степень выраженности разных видов агрессии по результатам (35 детей)  
Декабрь 2013 года



Степень выраженности разных видов агрессии по результатам (35 детей)  
АПРЕЛЬ 2014 года

