Методическое пособие

**«Коррекция и профилактика нарушений поведения у детей дошкольного возраста»**

Рудницкая Ольга Михайловна

*для педагогов–психологов, воспитателей дошкольных учреждений*

**Содержание**

Пояснительная записка…………………………………………………………………3-4

Введение……………………………………………………………………………………5-8

Основные теоретико-методологические подходы к проблеме нарушений поведения у детей. Феномен нарушений поведения в психологической науке…………………8-24

Особенности эмоциональной сферы…………………………………………………24-26

Методики определения нарушений у детей…………………………………………27-48

Программа «Коррекция и профилактика нарушений поведения у детей дошкольного возраста»…………………………………………………………………………………49-96

Планируемая деятельность с детьми…………………………………………………96-139

Планируемая деятельность с родителями…………………………………...……..139-156

Планируемая деятельность с педагогами…………………………………………157-171

Список литературы……………………………………………………………………………172

Приложение (использование ИКТ технологий во время занятий с детьми, консультаций с педагогами и родителями в приложении на диске)…………173-176

**Пояснительная записка.**

Возрастные особенности дошкольников, обусловленные пока ещё ограниченными возможностями в осознании и вербализации межличностных отношений, ставят психологов перед необходимостью использования различных методов и коррекционно-развивающих задач.

Это позволяет обратить серьёзное внимание на окружающую ребёнка среду, то, как она преломляется в его сознании, как он сам оценивает своё место в этой среде.

Известно, что в ходе взаимодействия с окружающими людьми происходит социализация ребёнка, усвоение им определённой системы ценностей, норм общечеловеческой культуры.

Кроме того, общение выполняет важнейшую роль в возникновении и развитии самосознания и самооценки.

В процессе общения ребёнок получает возможность с помощью взрослых и сверстников оценивать себя в разных сферах жизнедеятельности.

Гармоничное развитие личности ребёнка, успешность во взрослой жизни возможны при наличии здоровья, определяемого Всемирной организацией здравоохранения как состояние физического, психического и социального благополучия ребёнка.

Психическое здоровье - фундамент духовного развития. В последнее время отмечается рост пограничных нервно-психических расстройств у детей и подростков. Доказано, что между душевным равновесием и физическим здоровьем существует тесная взаимосвязь, а положительное состояние относится к числу важнейших условий развития личности.

Современные условия общества, нестабильность в семейных взаимоотношениях и ранняя интеллектуализация способствует проявлению нарушений в эмоциональном развитии дошкольника, которые обостряют чувствительность ребёнка, повышают уровень тревожности, нерешительности, замкнутости и неуверенности в себе, агрессивного поведения, гиперактивность что приводит к невротизации. Все эти личностные особенности детей обусловлены склонностью к беспокойству и волнениям, приходящим к ребёнку извне, из мира взрослых, из системы тех отношений, которые задаются родителями в семье, воспитателями, детьми в межличностном взаимодействии.

Одной из важнейших задач дошкольного периода является социализация ребёнка и важнейшая её часть - развитие коммуникативности ребёнка, то есть умения общаться со сверстниками и взрослыми.

По определению известного психолога Р.С.Немова коммуникативные способности - это умения и навыки общения человека с людьми, от которых зависит его успешность.

Составитель словаря "Педагогическое речеведение" А.А.Князьков, ссылаясь на психолога А.Н.Леонтьева, даёт более ёмкое определение коммуникативных способностей. У него, коммуникативные способности (коммуникативный потенциал) - понятие, отражающее комплекс взаимосвязанных качеств, обеспечивающих тот или иной уровень взаимодействия человека с окружающими. Из определения следует, что коммуникативные способности обладают сложной, уровневой структурой.

По мнению педагога Е.Юдиной, взрослый, который обладает высокой компетентностью в общении, - наиболее вероятный образец для ребёнка. При этом не просто образец для подражания. Воспринимая те нормы и стиль взаимодействия, которые демонстрирует взрослый, ребёнок принимает их как естественные и строит их на основе своего собственного стиля общения. Важна и социально-психологическая атмосфера детского коллектива. Она должна создавать оптимальные условия для развития дошкольника: порождать чувство психологической защищённости, удовлетворять потребность ребёнка в эмоциональном контакте, быть значимым для других людей.

По мнению Л.С.Выготского, положительный психологический и педагогический потенциал детского коллектива не может сложиться сам, стихийно. Нужна "окружающая ребёнка атмосфера" социальной мысли, внешнее педагогическое влияние.

Если ребёнка понимают и принимают, он легче преодолевает свои внутренние конфликты и становится способным к личностному росту. Это основное положение психолого-педагогического сопровождения, в котором взрослый как хороший садовник: он не пытается педагогического сопровождения, в котором взрослый как хороший садовник: он не пытается вырастить из астры розу, а создаёт для каждого растения оптимальные условия для развития.

1. **Введение**

В связи с прогрессивными политическими, социальными изменениями общество нуждается в социально зрелых, свободных личностях, обладающих правовыми знаниями, но в, тоже время социальные кризисные процессы, происходящие в современном российском обществе, отрицательно влияют на психологию людей, оказывают негативное воздействие на физическое и психическое развитие дошкольника. Возникают противоречия между требованиями общества и возможностями ребенка. Перед педагогами встают задачи: преодолеть возникающие противоречия и научить ребенка контролировать свое поведение, помочь реализовать свои потребности в самовыражении, самоутверждении, проявить свои способности, оценить самого себя и быть оцененными другими.

Общительность, потребность в эмоциональном контакте во многом зависит от того опыта, который сложился у человека. Если в семье, во дворе, в группе отношения напряжённые - ребёнок может уйти в себя и замкнуться. Всем педагогам приходилось иметь дело с детьми, которые в силу своих личностных особенностей, таких как, застенчивость, замкнутость, нерешительность, робость, испытывают сложности при общении со сверстниками и взрослыми.

По мнению психолога Л.И.Катаевой, застенчивость - сложное состояние, и оно может оказать самые разнообразные воздействия - от ощущения лёгкого дискомфорта до необъяснимого страха перед людьми и тяжёлых неврозов.

Застенчивость, нерешительность и неуверенность в себе свойственна многим детям и взрослым. Наверное, её можно назвать наиболее распространённой причиной, осложняющей общение.

Последствия этих личностных особенностей могут быть удручающими:

* отказ от встреч с новыми людьми, ограничение круга друзей и знакомых;
* невозможность выразить своё мнение и отстоять свои права;
* боязнь людей, особенно тех, от которых исходит, по мнению ребёнка (или взрослого), какая-то эмоциональная угроза, и т.д.

На сегодняшний день в психологии распространена точка зрения, что застенчивость является результатом реакции на эмоцию страха, которая возникает в определённый момент при взаимодействии ребёнка с другими людьми и впоследствии закрепляется.

Помочь малышу преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться - задача и психолога, и воспитателей, и родителей. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно. Ведь с течением времени у застенчивого, нерешительного и неуверенного в себе ребёнка уже складывается определённый стиль поведения, он начинает замечать имеющийся "недостаток". Осознание своих особенностей характера не только не помогает, а наоборот мешает их преодолеть. Фиксации внимания на таком поведении вызывает ещё большую скованность, усиливает неуверенность и страх перед общением. Для того, чтобы помочь ребёнку в решении его коммуникативных проблем, необходимо понять причины. Умение эффективно общаться зависит от многих факторов и, в большей степени, от отношений со значимыми взрослыми.

Как известно эффективность совместной деятельности определяется характером межличностного взаимодействия и теми отношениями, которые непосредственно складываются между людьми. Это в полной мере относится и к педагогической деятельности. От того, как складываются отношения между педагогом и ребенком, зависит эффективность учебно-воспитательного процесса. Специальные исследования и практика показывают, что отношение педагога к ребенку отражаются последними в виде ответного отношения к педагогу, проявляющегося в симпатиях и антипатиях, стимулирующего или блокирующего мотивацию учебной деятельности и общения. В силу этого проблема построения адекватных отношений между воспитателей и дошкольником в процессе педагогического взаимодействия является актуальной для современной социальной и педагогической психологии. Особое значение данная проблема приобретает в последние годы в связи со сложными и противоречивыми процессами демократизации и гуманизации, происходящими в нашем обществе.

Что касается дошкольного образовательного учреждения, то данная проблема приобретает особую значимость в связи с внедрением личностно ориентированного подхода и, соответственно, личностно - ориентированных технологий. Понятно, что такого рода технологии не могут быть внедрены в практику без соответствующей адекватной системы отношений, которые складываются между всеми участниками педагогического процесса.

К тому же всем известно, что профессия педагога отличается от других своей энергоемкостью. Для того, что бы работа была эффективной от педагога требуется большие интеллектуальные, эмоциональные и психические затраты. Особенно эти затраты повышаются если педагогам приходится работать с детьми с повышенной агрессивностью.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только для педагогов и психологов, нo и для общества в целом. Нарастающая волна детской преступности и увеличение числа детей, склонных к агрессивным формам поведения, выдвигают на первый план задачу изучения психологических условий, вызывающих эти опасные явления. Особенно важным изучение агрессивности является в дошкольном возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда еще можно предпринять своевременные корригирующие меры. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

За последние два года воспитатели и родители все чаще обращаются к психологу с просьбами обратить внимание на детей, двигательная активность которых выходит за рамки представлений о просто подвижном ребенке. Особую обеспокоенность вызывают следующие проблемы:

• С детьми трудно наладить контакт, потому, что они находятся в постоянном движении: они не ходят, а бегают, не сидят, а ерзают, не стоят, а крутятся или куда-нибудь залезают, не смеются, а хохочут, принимаются за дело или убегают, не дослушав задание до конца. Внимание их рассеянно, глаза блуждают, взгляд трудно поймать.

• Родители жалуются на то, что ребенок не дает им покоя - он постоянно вмешивается в разговоры взрослых, с ним все время что-то случается.

• Во время коллективных занятий такие дети часто вскакивают с места, не понимают, чего хочет от них воспитатель, не могут выполнить задания до конца.

Излишняя подвижность, суетливость, импульсивность, эмоциональность болтливость - все это симптомы гиперактивного поведения. Черты гиперактивности начинают появляться в большинстве случаев после четырех лет и сохраняются до подросткового возраста.

Наиболее сложный период жизни гиперактивных детей связан с поступлением в школу. Несмотря на то, что после семи лет дети становятся более усидчивыми, проблемы продолжаются, и на первый план выступает так называемый «дефицит внимания». Учащимся с гиперактивностью трудно сосредоточить внимание и удержать его на чем-то одном, трудно запоминать и выполнять инструкции учителя, не отвлекаясь на посторонние раздражители. В последние годы специалисты в таких случаях ставят диагноз «синдром дефицита внимания с гиперактивностью»

По мнению современных психологов Н.В.Клюевой и Ю.В.Филипповой, неблагополучные отношения в семье, которые проявляются в непоследовательности и противоречивости воспитания негативно влияют на психику ребёнка.

Существуют и более сложные причины - психофизиологические особенности ребёнка (определённая незрелость или минимальные поражения нервной системы вследствие неблагополучного протекания беременности матери или родов, что при правильном воспитании преодолевается к 7-8 годам).

Очень часто трудности в общении испытывают дети с общим недоразвитием речи. Помимо того, что у них страдают высшие психические функции: память, внимание, мышление, задета и эмоционально - личностная сфера: недостаточная сформированность диффренциации эмоциональных состояний и саморегуляции; небольшой объём мимических средств (выразительных движений мышц лица) и пантомимических средств (выразительных движений всего тела), слабость артикуляции и тонкой моторики, - всё это снижает коммуникативные возможности детей. Дети осознают свой "дефект", и поэтому у них появляется негативное отношение к речевому общению, невозможность высказать своё мнение, повышенная ранимость и неуверенность в себе. А ведь общение со сверстниками становится всё более привлекательным для старшего дошкольника, поскольку именно этот период сензитивен для формирования ситуативно-деловой формы общения с другими детьми.

Методологической основой программы являются труды авторитетных психологов и педагогов в области языкознания (теория коммуникативности - А.Н.Леонтьев, А.М.Шахнарович), психологии (теория общения - А.А.Боданев, Б.Ф.Ломов), психоаналитики (теория речи - А.Н.Леонтьев, С.Л.Рубинштейн).

Над проблемой развития коммуникативных способностей у детей дошкольного и младшего школьного возраста работают О.М.Казарцева, Т.А.Ладынежская, М.Р.Львов, А.Г.Арутаева, Л.М.Шипицина и др.

Психолого-педагогические особенности детей старшего дошкольного возраста рассматриваются нами с учётом исследований Н.В.Клюевой, Ю.В.Касаткиной, М.И.Лисиной, В.С.Мухиной.

Методики обследования самооценки у детей, уровня общительности педагогов, уровня родительского отношения, уровня межличностных отношений ребёнка с родителями представлены в литературе рядом авторов: В.Г.Щур, В.Ф.Ряховского, А.Я.Варги и В.В.Столина, Г.Т.Хоментаускаса.

1. **Основные теоретико-методологические подходы к проблеме нарушений поведения у детей. Феномен нарушений поведения в психологической науке.**

Психологические исследования показывают, что у большинства детей встречаются различного рода проблемы и трудности, среди которых нарушения поведения занимают одно из ведущих мест. Вместе с тем в психологической литературе нет единого определения понятия «нарушения поведения» у детей.

Специалисты практически всех наук о человеке - нейрофизиологи, антропологи, генетики, психологи, социологи, юристы, криминалисты, психиатры, занимаются изучением нарушений поведения. Это ведет к тому, что один и тот же термин может иметь совершенно разные значения в различных науках. Нейрофизиологи изучают нервные механизмы, лежащие в основе поведенческих нарушений. Психиатры собирают данные об особенностях поведения людей с серьезными нарушениями психики. Социологи заняты исследованием того, какие общественные условия порождают отклонения поведения. На современном этапе развития науки формируется понимание того, что нарушения поведения человека - феномен, являющийся предметом междисциплинарного исследования.

Согласно справочной литературе, поведение определяется как психологическая и физическая манера вести себя, с учетом стандартов, установленных в социальной группе, к которой принадлежит индивид. В связи с этим нарушения поведения рассматриваются как повторяющиеся устойчивые действия или поступки, включающие главным образом агрессивность деструктивной направленности с картиной глубоко распространившейся дезадаптации поведения (18). Оно проявляется либо в попрании прав других людей, либо в нарушении характерных для данного возраста социальных норм или правил.

С точки зрения социальной направленности различают:

· социализированное антиобщественное поведение, свойственное детям, не имеющим ярко выраженных психических расстройств и легко адаптирующимся к различным социальным условиям из-за низкого морально-волевого уровня регуляции поведения;

· и несоциализированное агрессивное поведение, наблюдающееся у детей с негативным эмоциональным состоянием, которое является реакцией ребенка на напряженную, стрессовую ситуацию или психическую травму, либо представляют собой следствие неудачного разрешения каких-то личных проблем или трудностей .

Схожую классификацию нарушений поведения предлагает В.Т. Кондрашенко, определяя их как отклонение от нормы внешне наблюдаемых действий (поступков), в которых реализуется внутреннее побуждение человека, проявляющихся как в практических действиях (реальное нарушение поведения), так и в высказываниях, суждениях (вербальное нарушение поведения).

Для определения степени тяжести имеющегося у ребенка расстройства М. Раттер предлагает следующие критерии оценки возможного отклонения в любом поведении:

1. Нормативы, соответствующие возрастным особенностям и половой принадлежности ребенка. Некоторые особенности поведения являются нормальным только для детей определенного возраста. Что касается вопросов, связанных с половыми различиями, то даже в позднем детстве поведение мальчиков и девочек во многом совпадает, и это нормально.

2. Длительность сохранения расстройства. У детей довольно часто отмечаются различные страхи, припадки, другие расстройства. Однако случаи длительного сохранения этих состояний должны вызывать тревогу у взрослых.

3. Жизненные обстоятельства. Временные колебания в поведении и эмоциональном состоянии детей - явление обычное и нормальное, так как развитие никогда не происходит гладко, а временный регресс встречается довольно часто. Все эти колебания в одних условиях происходят чаще, чем в других, поэтому важно принимать во внимание обстоятельства жизни ребенка.

4. Социокультурное окружение. Дифференциация нормального и аномального поведения не может быть абсолютной. Поведение ребенка должно оцениваться нормами его непосредственной социокультурной среды. Культурные различия, существующие в обществе, значительно влияют на вариативность в целом нормального поведения.

5. Степень нарушения. Отдельные симптомы встречаются гораздо чаще, чем целый ряд симптомов одновременно. Более пристального внимания требуют дети с множественными эмоциональными и поведенческими расстройствами, особенно если они одновременно касаются разных сторон психической жизни.

6. Тип симптома. Симптомы бывают разные. Одни обусловлены неверным воспитанием ребенка, другие - психическим расстройством.

7. Тяжесть и частота симптомов. Умеренные, изредка возникающие трудности поведения для детей более обычны, нежели серьезные, часто повторяющиеся расстройства. Очень важно выяснить частоту и длительность проявления неблагоприятных симптомов.

8. Изменение поведения. Анализируя детское поведение, следует сравнивать его проявления не только с теми чертами, которые характерны для детей вообще, но и с теми, которые являются обычными для данного ребенка.

9. Ситуационная специфичность симптома. Считается, что симптом, проявление которого не зависит от какой бы то ни было ситуации, отражает более серьезное расстройство, чем симптом, возникающий только в определенной обстановке.

Таким образом, решая вопрос об отклонении поведения ребенка от нормы, следует принимать во внимание комбинацию всех вышеназванных критериев.

В поведении и развитии детей дошкольного возраста часто встречающиеся нарушения поведения (агрессивность, вспыльчивость, пассивность, гиперактивность, застенчивость), различные формы детской нервности (невропатия, неврозы, страхи) обусловлены, как правило, двумя факторами:

· ошибками воспитания;

· определенной незрелостью, минимальными поражениями нервной системы.

Для выявления истинных причин поведения ребенка необходимо представлять симптоматику конкретных, часто встречающихся нарушений поведения, знание которой позволит педагогу совместно с психологом не только правильно построить работу с ребенком, но и определить, не переходят ли те или иные осложнения в болезненные формы, требующие квалифицированной медицинской помощи.

* 1. **Агрессивность**.

Выделяются две наиболее частые причины агрессии у детей. Во-первых, боязнь быть травмированным, обиженным, подвергнуться нападению, получить повреждения. Чем сильнее агрессия, тем сильнее стоящий за ней страх. Во-вторых, пережитая обида, или душевная травма, или само нападение. Очень часто страх порождается нарушенными социальными отношениями ребенка и окружающих его взрослых.

Физическая агрессия может выражаться как в драках, так и в форме разрушительного отношения к вещам. Дети рвут книги, разбрасывают и крушат игрушки, ломают нужные вещи. Иногда агрессивность и разрушительность совпадают, и тогда ребенок швыряет игрушки в других детей или взрослых. Такое поведение в любом случае мотивировано потребностью во внимании, какими-то драматическими событиями.

Агрессивность не обязательно проявляется в физических действиях. Некоторые дети склонны к так называемой вербальной агрессии (оскорбляют, дразнят, ругаются), за которой часто стоит неудовлетворенная потребность почувствовать себя сильным или отыграться за собственные обиды. Иногда дети ругаются совершенно невинно, не понимая значения слов. В других случаях ребенок, не понимая смысла бранного слова, использует его, желая огорчить взрослых или досадить кому-либо. Бывает и так, что брань является средством выражения эмоций в неожиданных неприятных ситуациях: ребенок упал, расшибся, его поддразнили или задели. Агрессивностью принято называть целенаправленное нанесение физического или психического ущерба другому человеку.

Те или иные проявления агрессии замечаются практически у всех детей, например, в возрасте трех - пяти лет. Но у некоторых агрессивность может закрепиться как устойчивая черта поведения и как качество личности. Так что еще в дошкольный период надо правильно относиться к поведению агрессивного ребенка.

**Какого ребенка можно назвать агрессивным?**

Чтобы ответить на этот вопрос, надо знать:

- на кого он нападает (на более младшего, слабого - могут быть и другие варианты);

- как часто он это делает. В одном из исследований подсчитали, что агрессивные дошкольники в течение часа делают несколько выпадов против своих сверстников, а более мирные собратья - не более одного выпада за то же время;

- нападает он первым или нет, в каких обстоятельствах это делает и провоцирует ли его кто-то в этот момент.

Надо заметить, что четких критериев, какое поведение считать агрессивным, пожалуй, нет. Родители мальчиков, например, часто оправдывают такое поведение, которое для девочек считается неприемлемым. И все же практически в каждом детском коллективе выделяются постоянные агрессоры и те, у кого такие вспышки бывают гораздо реже.

**Какие черты свойственны агрессивным детям?**

- Они часто перекладывают на других свою вину за вспыхнувший инцидент ("он мешал мне играть", "не хотел давать мне игрушку" и т.д.).

- В окружающих они видят постоянную угрозу нападения или обиды.

- Чаще испытывают негативные эмоции.

- Они фиксированы на себе, других людей воспринимают как обстоятельства, мешающие их жизни, не стремятся понимать чувства других.

**Почему они так себя ведут?**

Мы уже говорили, что вспышки агрессии можно наблюдать у всех маленьких детей. Объясняется это тем, что у малышей еще недостаточно средств, чтобы выразить свои негативные ощущения, внутренний дискомфорт. Например, они ведут себя импульсивно, когда хотят привлечь внимание или получить какой-то предмет. Получив то, что хотели, прекращают свои агрессивные действия. Постепенно большинство детей понимает, какими способами можно получить желаемое, и выбирает обычно неагрессивное поведение. А кто-то предпочитает добиваться своего прежними действиями.

Есть и другие мотивы нападения: защита себя от явной и скрытой угрозы, месть обидчику, желание подчеркнуть и утвердить свое превосходство. Но больше всего, конечно, взрослых возмущает стремление некоторых детей унизить другого ребенка, радуясь при этом его страданиям.

Например, отобрать игрушку и швырнуть ее далеко в воду. Или намеренно столкнуть другого с лестницы и громко хохотать, наблюдая, как тот с трудом встает на ноги. Вот здесь агрессия - это уже самоцель, жестокое и враждебное поведение. Такие дети обычно выбирают из окружения одну-две жертвы, слабее себя физически. Чувство вины и раскаяния за свой поступок у них отсутствует.

**Откуда берутся маленькие агрессоры?**

Когда речь идет о происхождении каких-то черт характера, высказывают обычно две точки зрения. Согласно одной, черты личности наследуются от родителей и более отдаленных предков. Согласно другой, ребенок подражает тому, что видит вокруг себя, и затем эти образцы поведения закрепляются как устойчивые качества личности. Правдоподобными кажутся оба объяснения. С генами могут передаваться какие-то особенности нервной системы, а значит, типы реагирования на обстоятельства жизни. И все же очень многое зависит от условий воспитания - и в семье, и в среде сверстников.

**Что можно сделать?**

1. Помогите ребенку осваивать конструктивные способы преодоления препятствий, разрешения проблем; покажите, что есть более эффективные и безопасные для всех способы, чем физическое нападение; объясните, что агрессия дает только временный успех.

2. Не заражайте ребенка собственными агрессивными реакциями на какие-то события.

3. Помогите ему лучше узнать себя и других людей. Не исключено, что ребенок ведет себя агрессивно, потому что не видит другого способа самоутвердиться или воспринимает мир как враждебный. Не унижайте и не оскорбляйте ребенка; обеспечьте ему чувство защищенности.

Вспомните причины собственных агрессивных поступков в детском возрасте. Например, из-за чего происходили ваши стычки с братом, или сестрой, или собственными родителями, или одноклассниками. Возможно, вы начнете лучше понимать своего ребенка и сможете помочь ему.

**Как вести себя взрослому, если он стал свидетелем агрессивной стычки?**

- Вмешиваться ли еще до прямых физических действий со стороны нападающего? Разумеется, надо доверять возможностям детей самим решать спорные вопросы. Но если вы видите угрозу перехода к физическому нападению, все-таки нужно вмешаться. Отвлечь агрессора (предложить другое занятие или предмет, на который можно излить свой гнев). Если отвлечь уже невозможно, установить на его пути физическое препятствие: отвести угрожающую руку ребенка или удержать его за плечи с резким "Нельзя!". Если взрослый находится поодаль - остановить окликом.

- Объяснения, почему "нельзя", не должны быть долгими, иначе они неэффективны. Такой ребенок вряд ли будет понимать вашу аргументацию, а, скорее всего, просто не услышит вас.

- Что делать, если агрессивное нападение уже совершилось? Даже если не удалось остановить ребенка, дать ему понять, что такое поведение неприемлемо. Больше уделить внимания обиженному, нападавшему - негативное, причем краткое внимание. При этом помнить, что в "мирное время" и он должен получать ваше достаточное позитивное внимание. Принуждать к извинениям в этот момент не стоит - настоящей вины и раскаяния маленький агрессор все равно не чувствует

- Должен ли взрослый обещать агрессору те же неприятности, которые тот причинил своей жертве? ("Ударил малыша палкой по голове - сейчас от меня получишь!") Побуждать ли к ответным действиям обиженных детей? Если да, то ситуация легко может выйти из-под контроля - взрослый сам показывает, что физические действия - допустимый способ разрешения конфликта.

- Стоит заранее обдумать варианты своих действии в подобных ситуациях, в острые моменты на это просто нет времени. Какие это могут быть варианты? Во-первых, отослать агрессора в специальный угол - место, где нападавший может поостыть, во-вторых, лишить игрушки или какой-то привилегии - не взять с собой в зоопарк, например. Тяжесть лишения должна соответствовать степени проступка, а само лишение следовать сразу же за произошедшим. Иначе ребенок вместо вины будет чувствовать себя несправедливо ущемленным, а это вовсе не удержит его от дальнейших агрессивных действии.

Агрессивный ребенок нуждается, прежде всего, не в усмирении любой ценой, а в понимании его проблем и в помощи взрослого.

**Беззащитность перед агрессией.**

Среди детей есть и агрессоры, и тихони. Тихони чаще - девочки, но нередко и мальчики. Незлобивые, кроткие, они уступают свои игрушки и вещи другим, никогда не дадут сдачи обидчику. Не стараются привлечь к себе внимание, не пытаются требовать даже законно своего, легко смиряются с потерями, несправедливыми решениями, не пытаются себя отстоять. Активным контактам они предпочитают позицию наблюдателя, коллективным играм - индивидуальное общение.

Родители и окружающие считают таких детей неприспособленными к жизни. Их возможности часто недооценивают, занижают. Многие родители считают, что главное в жизни - продемонстрировать свои возможности перед другими, отстоять и защитить себя. А именно этого тихие дети и не умеют.

Не все тихони такие от природы. "Тихие" качества некоторых из них сформировали родители чрезмерными требованиями соблюдать нормы поведения, постоянными напоминаниями о том, как должна себя вести приличная девочка или воспитанный мальчик.

Поведением этих детей управляют слова "прилично" и "неприлично". Неприлично выходить из себя, говорить грубые слова, драться, опускаться до уровня обидчика, повышать голос на родителей. Прилично быть скромным, стеснительным, почтительным к старшим, держать свое мнение при себе. Нередко добытая таким образом "приличность" оборачивается серьезными проблемами и для родителей. Но главным образом для самого ребенка - от непредсказуемых вспышек агрессии до тяжелых эмоциональных расстройств.

**Неагрессивный ребенок: как ему помочь?**

Ирония и юмор - защита неагрессивных детей. Но есть и другие тихони, они чувствуют себя в этой роли комфортно, поскольку она соответствует их психологической природе. Их кротость, уступчивость поначалу устраивает родителей, поскольку избавляет от многих хлопот. Но по мере того как ребенок вырастает и включается в социальную жизнь (прежде всего школьную), у родителей появляется беспокойство. Дочь (сын) не может дать отпор другим детям, постоять за себя, не в состоянии обеспечить выживаемость в борьбе за существование, которая ведется в каждом школьном классе, коридоре, дворе.

Родителям кажется, что они помогут ребенку, если научат его злиться, толкаться, выкрикивать обидные слова, драться. Они настойчиво учат его, что не следует загонять внутрь свою обиду, скрывать недовольство - лучше об этом заявить открыто. Пускай в решительной и даже агрессивной манере - надо, чтобы другие поняли, что он не собирается сидеть сложа руки и ждать, когда его обидят еще раз.

Родители были бы очень рады, увидев у ребенка признаки сильного гнева. Но чаще всего этого не происходит. Дети не хотят меняться; у них есть много причин, чтобы отстаивать свой способ включения в реальность. (И их упорство как раз демонстрирует, что не так они и безвольны, что вполне могут защищать себя, когда это для них важно.)

Тихие дети, как правило, более слабы энергетически. И, отказываясь от протестов в виде активных выступлений, отпоров, демонстраций, они, прежде всего, экономят свою энергию. У такого ребенка часто очень хорошо развита способность к самонаблюдению, самоанализу. Он хорошо объясняет собственные действия, поступки других людей, их причины. Именно так он и выясняет отношения с окружающими. Тихие дети предпочитают проводить внутреннюю работу по защите себя.

Они часто самодостаточны и гораздо меньше, чем их сверстники, зависят и страдают от мнения и оценки окружающих. Нельзя сказать, что они не высказывают своего отношения, не протестуют. Их защита - ирония и юмор. Она не так заметна со стороны, но для них она так же реальна, как для другого ребенка - крепкие кулаки, железные нервы, напористость.

**Вспыльчивость.**Ребенка считают вспыльчивым, если он склонен по любому, даже самому незначительному с точки зрения взрослых поводу устроить истерику, расплакаться, разозлиться, но агрессии при этом не проявляет. Вспыльчивость - это скорее выражение отчаяния и беспомощности, причиняющее и взрослым, и самому ребенку массу неудобств и требующее преодоления.

* 1. **Пассивность**.

Нередко взрослые не видят никакой проблемы в пассивном поведении ребенка, считая это хорошим поведением. Тем не менее, тихие дети испытывают разнообразные и далеко не самые приятные эмоции. Ребенок может быть несчастным, подавленным или застенчивым. Подход к таким детям может быть длительным и должно пройти немало времени, прежде чем появится ответная реакция.

Нередко тихое поведение ребенка - реакция на невнимание или неурядицы дома. Таким поведением он изолируется в собственном мире. Проявлениями этого являются посасывание пальца, царапанье кожи, выдергивание у себя волос или ресниц, раскачивание и пр.

Другой причиной тихого, пассивного поведения ребенка может быть страх перед незнакомыми новыми взрослыми, малый опыт общения с ними, неумение обратиться ко взрослому. Такой ребенок может или не нуждаться в физической ласке, или вообще не переносить физических контактов.

Иногда складывается такое впечатление, что наши дети, растущие в мире телевизоров и компьютеров, ничего не хотят делать, только стучать по клавишам.

Пассивность у детей – это проблема, получившая широкое распространение в современном мире. А ведь ребятам жизненно необходимы физические нагрузки, игры, бег, прыжки.

Нужно отказаться от соблазна усадить ребенка перед «электронной няней», с ее увлекательными заманушками, чтобы самому немного передохнуть.

Разные обучающие программы, игры – естественно полезны для детей, тем более, что от достижений прогресса никуда не денешься. Но постарайтесь не злоупотреблять этим, все должно быть в меру. Ведь малыш не должен приучаться к малоподвижному образу жизни.

**Как предотвратить проблему?**

Выключайте и телевизор, и компьютер!

Все педиатры рекомендуют родителям ограничивать просмотр детьми телевизионных передач. Максимум 2 часа в день, сами выбирайте темы передач, которые может смотреть малыш. Тогда у ребенка появиться время для игр или творчества и снизится уровень пассивности.

Поощряйте творчество своего ребенка, рисуйте с ним коллажи, стройте замки из кубиков или песка, придумайте новую игру.

Побольше проводите времени на улице, играя в подвижные игры. Физическая нагрузка полезна и детям и взрослым. Для взрослых польза в том, что бег улучшает работу мозга, делает тело выносливее и стройнее. А малыши, кроме физического развития всего организма, набегавшись, лучше кушают и быстрее засыпают.

**Как решить проблему?**

Чтобы искоренить пассивность у детей, ограничивайте время, проводимое перед экраном и монитором. Но будьте осторожны: не нужно подходить и резко выключать. Поскольку ребенок будет обязательно протестовать, и конфликт неизбежен. Сначала скажите ребенку о необходимости выключить телевизор, но при этом дайте еще несколько дополнительных минут. Лучше поставить таймер. Звонок будет сигналом к выключению телевизора, компьютера или приставки. Когда ребенок начнет играть, обязательно похвалите его «Я очень рада, что ты выключил компьютер и решил поиграть. Давай поиграем вместе»

Не забывайте, что дети маленькие подражатели взрослых, их нужно учить на своем примере. Когда родители, чем-то заняты: делают уборку, занимаются спортом, работают в саду, привлекая при этом малышей, то ребята не станут проводить весь день перед телевизором.

Поощряйте активность; не оставляйте активность малыша без внимания, подчеркивая каждый раз, что играть, например, в прятки не только весело, но и полезно. «Ты вырастешь здоровым, умным, красивым!»

**Чего нельзя делать?**

Не надо включать компьютер, когда вы заняты. Говоря ребенку: «Иди, поиграй в стрелялки, и не путайся под ногами, пока я приготовлю обед», вы, таким образом, толкаете к малоподвижному образу жизни, плохому зрению, поощряете пассивность у детей и т. д. Если вы приготовите обед на полчаса позже – ничего страшного не случиться. Возьмите ребенка с собой на кухню, и будет вам «помощник» - рассыпанные крупы, разлитая вода. Но если вы дадите ребенку несложные поручения, соответствующие его возрасту: помыть картошку, разобрать листочки салата, и при этом будете следить за его работой, то все будет прекрасно. И обед готов и ребенок под вашим неусыпным контролем.

* 1. **Гиперактивность**.

Одна из самых распространенных поведенческих проблем в дошкольном возрасте. Основные признаки гиперактивного поведения - отвлекаемость внимания и двигательная расторможенность. Гипердинамичный ребенок действует он, не задумываясь о последствиях, хотя плохого не замышляет и сам искренне огорчается из-за происшествия, виновником которого становится. Легко переносит наказания, не помнит обиды, не держит зла, поминутно ссорится со сверстниками и тут же мирится. Это самый шумный ребенок в детском коллективе.

Самая большая проблема гипердинамичного ребенка - его отвлекаемость. Заинтересовавшись чем-то, он забывает о предыдущем, и ни одно дело не доводит до конца. Он любопытен, но не любознателен, ибо любознательность предполагает некоторое постоянство интереса.

Классификация синдрома дефицита внимания с гиперактивностью

Выделяют три варианта течения СНВГ в зависимости от преобладающих признаков:

* синдром гиперактивности без дефицита внимания;
* синдром дефицита внимания без гиперактивности (чаще наблюдается у девочек - они достаточно спокойные, тихие, "витающие в облаках");
* синдром, сочетающий дефицит внимания и гиперактивность (наиболее распространенный вариант).

Кроме того, выделяют простую и осложненную формы заболевания. Если первая характеризуется только невнимательностью и гиперактивностью, то при второй к этим симптомам присоединяются головные боли, тики , заикание, нарушения сна. Также синдром дефицита внимания может быть как первичным, так и вторичным, то есть возникать в результате других заболеваний или как последствие родовых травм и инфекционных поражений ЦНС, например после перенесенного гриппа.

**Причины возникновения синдрома дефицита внимания с гиперактивностью**

В основе СНВГ лежат функциональная незрелость или нарушения работы специфической системы головного мозга - ретикулярной формации, которая обеспечивает координацию обучения и памяти, обработку поступающей информации, удержание внимания. Сбои в адекватной обработке информации приводят к тому, что различные зрительные, звуковые, эмоциональные стимулы становятся для ребенка избыточными, вызывая беспокойство и раздражение. Кроме того, при СНВГ под влиянием выше перечисленных неблагоприятных факторов, нарушается функционирование лобных долей, отвечающих за интеллект, подкорковых ядер головного мозга и соединяющих их нервных проводящих путей. В происхождении СНВГ важную роль играют и генетические механизмы. Предполагают, что наличие данного синдрома у ребенка обусловлено мутациями трех генов, регулирующих обмен дофамина - специфического вещества нервной системы, участвующего в передаче нервных импульсов. В семьях детей с СНВГ нередко имеются близкие родственники, имевшие в детстве аналогичные нарушения. В подобных случаях риск развития СНВГ составляет примерно 30%. Примерно в 60-70% случаев ведущую роль в возникновении СНВГ играют неблагоприятные факторы в течении беременности и родов. числу прогностически неблагоприятных для развития СНВГ факторов беременности: внутриутробная гипоксия (недостаток кислорода) плода; угрозы прерывания беременности; курение и нерациональное питание матери во время беременности; стрессы во время беременности. Неблагоприятными факторами течения родов считаются: недоношенность (рождение малыша с массой менее 2500 г), преждевременные, скоротечные или затяжные роды, стимуляция родовой деятельности. Также факторами риска являются наличие у новорожденных поражений центральной нервной системы различной степени выраженности. Напряженность и частые конфликты в семье, нетерпимость и излишняя строгость к детям также вносят свою лепту в развитие этого синдрома. Травмы шейного отдела позвоночника у ребенка, вопреки бытующему мнению, не являются причиной данного заболевания. Всегда следует иметь в виду, что несколько неблагополучных обстоятельств, взаимно влияя и дополняя друг друга, с большей вероятностью могут спровоцировать проявление СНВГ у малыша. Но основным фактором риска является предрасположенность ребенка к данному заболеванию: если ее нет, то СНВГ не может проявиться.

Диагностические критерии СНВГ

Особенности поведения:

* появляются до 8 лет;
* обнаруживаются по меньшей мере в двух сферах деятельности (в детском учреждении и дома, в труде и в играх и пр.);
* не обусловлены какими-либо психическими расстройствами;
* вызывают значительный психологический дискомфорт и нарушают адаптацию.

Невнимательность (из нижеперечисленных признаков минимум 6 должны проявляться непрерывно не менее 6 месяцев):

* неспособность выполнить задание без ошибок, вызванная невозможностью сосредоточиться на деталях;
* неспособность вслушиваться в обращенную речь;
* неспособность доводить выполняемую работу до конца;
* неспособность организовать свою деятельность;
* отказ от нелюбимой работы, требующей усидчивости;
* исчезновение предметов, необходимых для выполнения заданий (письменные принадлежности, книги и т.д.);
* забывчивость в повседневной деятельности;
* Отстраненность от занятий и повышенная реакция на посторонние стимулы.

Гиперактивность и импульсивность (из нижеперечисленных признаков минимум четыре должны проявляться непрерывно не менее 6 месяцев):

1. Гиперактивность Ребенок:

* суетлив, не может сидеть спокойно;
* вскакивает с места без разрешения;
* бесцельно бегает, ерзает, карабкается и пр. в неподходящих для этого ситуациях;
* не может играть в тихие игры, отдыхать.
* Импульсивность Ребенок:
* выкрикивает ответ, не дослушав вопрос.
* не может дождаться своей очереди.

**2.4.Тревожность.**

Под тревожностью в психологии понимают склонность человека переживать тревогу, т.е. эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагополучного развития событий.

Тревожность ребенка во многом зависит от уровня тревожности окружающих его взрослых. Высокая тревожность педагога или родителя передается ребенку. В семьях с доброжелательными отношениями дети менее тревожны, чем в семьях, где часто возникают конфликты.

Определить тревожность у ребенка помогают следующие критерии: постоянное беспокойство; трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо; мышечное напряжение (например, в области лица, шеи); раздражительность, нарушения сна.

У детей старшего дошкольного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий.

**Застенчивость**.

В психологии выделены так же три вида проявлений застенчивого поведения дошкольников:

· внешние наблюдаемые способы поведения, которые сигнализируют окружающим: «Я застенчив», с характерной неуверенностью, которая проявляется в ожидании неуспеха в осложненных ситуациях.

· физиологические симптомы, например, краска стыда.

· сильнейшие ощущения стесненности и самососредоточенности, самоанализ с хронической неуверенностью, распространяющейся на все виды деятельности.

Основной принцип поведения, определяющий природу застенчивости, - вести себя ровно и тихо. Поэтому застенчивому человеку приходится подавлять множество мыслей, чувств и побуждений, постоянно грозящих проявиться. Именно собственный внутренний мир и составляет ту среду, в которой живет застенчивый человек. И хотя внешне он может казаться неподвижным, в душе у него бушуют и сталкиваются потоки чувств и неудовлетворенных желаний.

Застенчивые дети представляют собой многочисленную категорию, которые ничем особенным не выделяются из общего количества детей, а часто являются «удобным». Эти дети внушаемы: они хорошо чувствуют отношение к себе взрослого, его эмоциональный настрой. Очень часто застенчивый ребенок бывает настолько робок, скован, что создается впечатление, что он не в состоянии справиться даже с простейшим заданием. Но его неудачи объясняются тем, что он не знает, как действовать, а тем, что его будут ругать. Таким детям требуется достаточно много времени, что бы ознакомиться с заданием, понять, что от него требуется, какой должен быть результат.

Застенчивый дошкольник не умеет и не решается вступать в контакты с другими, малознакомыми и незнакомыми людьми. Даже среди хорошо знакомых он теряется, с трудом отвечает на вопросы, на обращение к нему взрослых (за исключением близких родственников). Они разговаривают и общаются избирательно, только по своему выбору. В основном, естественно, с домашними. Однако при ближайшем рассмотрении почти всегда отказывается, что у беззащитного, вроде бы робкого и застенчивого ребенка железная воля и очень властный, упрямый характер.

«Тихони», «робкие», «боятся чужих», «малообщительные», «запуганные какие-то» - такие слова часто слышат о своих чадах родители застенчивых детей. И хотя застенчивость не доставляет им больших хлопот, самого ребенка она часто обрекает на одиночество и сильные часто невыносимые страхи в обычных социальных ситуациях.

Часто застенчивость у детей взрослые видят в розовом свете. Такой ребенок послушен, не «хулиганит», не шумит, из-за него не вызывают родителей в школу. Страдающие от застенчивости дети не хотят привлекать к себе внимание, их постоянно беспокоит, что о них могут подумать, поэтому они могут казаться образцами хорошего поведения.

Однако одобрение взрослых не уменьшает страданий, которые приносит патологическая застенчивость. Она мешает ребенку находить друзей, а также тренироваться в общении с другими людьми. В результате застенчивые дети могут вырастать людьми с очень низкими и неадекватными социальными навыками, что может отразиться на учебе, карьере и семейной жизни. Для них характерна низкая самооценка, что может привести к отказу от необходимых жизненных рисков и развития своих способностей.

К счастью, у большинства людей застенчивость уменьшается с годами. Тем не менее, у многих остается чувство горечи из-за прежней робости, им кажется, что они что-то упустили в жизни. Поэтому застенчивым детям нужна помощь. И чем раньше ее окажут, тем лучше. Чтобы они потом не сожалели о «бесцельно прожитых годах»

**Замкнутость.** Может быть вызвана разными причинами. Она может быть связана с психологическими особенностями малыша, тонкостью его душевной организации, богатством его внутреннего мира. Ребенок предпочитает находиться в одиночестве, он охотнее берется за занятия, требующие уединения: с удовольствием лепит, рисует, конструирует... Родители в этом случае должны быть крайне осторожны и чутки к своему малышу. Поэтому беспокойство, вызванное опасениями, что у него что-то не так, совершенно напрасно. Стремление, пока не поздно, перевоспитать ребенка, грубое вторжение в хрупкий мир его грез и фантазий может серьезно навредить его развитию, и тогда он действительно спрячется в свою скорлупку, уйдет в себя.

Иное дело, когда замкнутость малыша вызвана переутомлением, недомоганием, ссорой с близким другом, проблемами в общении со сверстниками. В таких ситуациях родителям необходимо осторожно выяснить причину резкой перемены настроения ребенка и постараться помочь ему менее болезненно пережить данный период.

Довольно распространенным явлением считается замкнутость единственного ребенка в семье. Лишенный общества брата или сестры, вынужденный часто играть в одиночестве, он получает неверную установку на общение, и его коммуникативные способности развиваются порой неполноценно.

**Неуверенность.** Чувство это вполне можно сравнить с ощущением страха. Разница между ними только в силе проявления. Хотя неуверенность и может быть весьма ощутимой, страх тем не менее выражается обычно более явственно. Не так уж трудно понять, когда человеку страшно. Но нужно обладать довольно тонкой наблюдательностью, чтобы распознать, когда человек испытывает неуверенность в себе. И то, и другое — составная часть одного и того же чувства — мучительной озабоченности возможным негативным результатом каких-то ожидаемых событий.

Это смутное и довольно неопределенное чувство озабоченности проявляется весьма по-разному. Ребенок, ощущая себя очень несчастным, может стать робким, озлобленным, плаксивым, а также беспокойным, раздражительным, неконтактным. Его неуверенность в себе проявляется либо в крайней решительности его действий для достижения какого-то положительного результата, либо, наоборот, в полном безволии. Он способен страдать от постоянного страха, что его накажут, отвергнут, прогонят, куда-то отправят. У него могут появиться навязчивые нервозные привычки — он начнет сосать палец, грызть ногти, часто мочиться в постель, совершать непроизвольные спазматические движения. Он может беспрестанно ссориться с товарищами и цепляться за мамину юбку, даже в каком-то плане производить впечатление ребенка с замедленным развитием. Но, самое главное, от всего этого страдает его способность жить в ладу с родителями. Не приходится поэтому удивляться, что при таком внушительном многообразии проявлений чувство неуверенности представляется нам весьма серьезным. Отчего это чувство проявляется столь разнообразно и приводит к таким последствиям? Главным образом оттого, что все время, пока длится наше долгое детство, мы чувствуем себя совершенно беззащитными и беспомощными, ничего не умея и не зная. Словом, целиком зависим от мира, в котором повелевают взрослые. Кажется, что мы бесконечно долго живем среди гигантов и до тех пор, пока сами не станем такими же рослыми и независимыми, вынуждены терпеть множество разного рода неприятностей.

**2.5.Страхи.**

Подавляющее большинство страхов в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно.

Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, незнании ими психических и возрастных особенностей ребенка, наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье.

К сожалению, в большинстве случаев страхи возникают по вине самих родителей, и наш долг - предупредить возможность их появления и оградить детей от страхов, вызванных семейными неурядицами, душевной черствостью или, наоборот, чрезмерной опекой, или же просто родительской невнимательностью.

С возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с сыном или дочерью, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-пс ак зарождается чувство страха? В самом общем виде страх возникает в ответ на что-то действительно угрожающее. Однако гораздо более распространены так называемые внушенные детские страхи. Их источник — окружающие ребенка взрослые, которые излишне настойчиво и эмоционально указывают на наличие (действительной или мнимой) опасности. Внушенные страхи возникают также у детей, при которых взрослые ведут разговоры о болезнях, пожарах, убийствах, о смерти и т.п.

Психологи выделяют несколько предпосылок для возможного развития беспокойств (страхов) у детей. Все большее укрупнение и развитие городов — урбанизация. Каким бы далеким не казалось это явление от обсуждаемого предмета, связь есть, и она очень тесна. В условиях большого города многие дети чувствуют себя одинокими, им трудно находить постоянных друзей, сложно самостоятельно организовывать свой досуг. К тому же, они часто страдают от излишней опеки взрослых. Возможно, это покажется странным, но развитию страхов способствует наличие отдельных благоустроенныхх квартир. Установленно, что у детей, проживающих в таких квартирах, страхи встречаются гораздо чаще, чем у их сверстников из коммуналок. В особенности это касается девочек. В коммунальной квартире у ребенка больше возможностей общаться со взрослыми и со сверстниками, больше возможностей для совместных игр и меньше — для одиночества и развития страхов. Разумеется, этот вывод не говорит о том, чтобы вернуться всем в коммунальные квартиры, достаточно просто создать ребенку условия для достаточного общения с окружающими. Беспокойство также развивается у детей, которые недостаточно двигаются, не участвуют в коллективных играх, поскольку игра для ребенка была и остается лучшим средством избавления от всех страхов. Причина многих детских страхов — в матери, вернее, в ее неправильном поведении в семье. Так, дети больше страдают от различных страхов, если считают главной в семье мать, а не отца. Нервно-психологические перегрузки работающей и доминирующей в семье матери вызывают у детей ответные реакции беспокойства. Не очень хорошо отражается на эмоциональном состоянии ребенка и стремление матери как можно скорее выйти на работу, где сосредоточены ее основные жизненные интересы. При этом она не всегда учитывает запросы ребенка и его потребность в более тесном контакте с ней. Чтобы ребенок начал чего-то бояться, родителям достаточно начать ссориться. Установлено, что на родительские конфликты дети чаще всего реагируют появлением страхов. Так, дети-дошкольники из конфликтных семей более часто, чем их сверстники боятся животных, стихии, заболеваний, смерти, им чаще снятся кошмары. Появление страхов зависит и от состава семьи. Например, наиболее подвержены страхам единственные дети, которые становятся в семье эпицентром родительских забот и тревоги. В то же время чем больше в семье детей, тем меньше у них страхов. Играет роль и возраст родителей. Как правило, у молодых, эмоционально непосредственных и жизнерадостных родителей дети менее склонны к проявлению беспокойства и тревоги, а у “пожилых” родителей (особенно после 35 лет) дети более беспокойны и тревожны. Причиной возникновения страхов у ребенка может быть эмоциональный стресс, пережитый мамой еще во время беременности, конфликтная обстановка в семье в этот период ее жизни. Психологов часто спрашивают, могут ли те или иные конкретные страхи передаваться по наследству? В этом случае следует сказать, что по наследству могут передаваться типологические особенности высшей нервной деятельности, общий тип реагирования на окружающий мир. Итак, чего же могут бояться наши дети? Это зависит от возраста. До 7 лет у детей преобладают так называемые природные страхи, основанные на инстинкте самосохранения. В 7–10 лет наступает как бы равновесие между природными и социальными страхами (одиночества, наказания, опоздания). Если описать это более подробно, то можно выделить конкретные страхи, свойственные каждому периоду жизни.ихического здоровья ребенка.

**2.6.Особенности эмоциональной сферы.**

Эмоциональная сфера является важной составляющей в развитии детей, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны воспринимать эмоциональное состояние другого и управлять своими эмоциями. Огромное значение в становлении личности растущего человека имеет понимание своих эмоций и чувств.

Эмоции детей этого периода хотя и ярки, но в большой степени ситуативны и неустойчивы. Ребенок еще не способен на длительное проявление заботы и сочувствия по отношению даже к самым дорогим и любимым людям. Таким же образом дети относятся и к сверстникам, не являющимся членами семьи.

Дошкольное детство – период формирования глубины и устойчивости эмоций. Старшие дошкольники уже проявляют заботу о близких в большей степени, наблюдаются альтруистические поступки, направленные на ограждение их от огорчения и беспокойства.

Одно из основных и главных направлений развития эмоций в дошкольном возрасте – увеличение их «разумности», связанное с умственным развитием человека. Ребенок продолжает познавать окружающий мир, расширяя его границы в своем сознании. Кроме того, он знакомится с тем, что его поступки имеют свои последствия, и в связи с этим начинает учиться разбираться в том, что приемлемо и неприемлемо во взаимодействии с людьми. Все это распространяется и на чувства человека, связанные с собственным поведением. Ему уже с трехлетнего возраста приятна похвала окружающих, а огорчает – порицание.

Внешние проявления эмоций в дошкольном детстве также подвержены изменениям. Постепенно приходит умение до известной степени сдерживать свои бурные, резкие выражения чувств. 5-6 летний дошкольник уже в состоянии сдерживать слезы, скрывать страх и т.п. Таким образом, начинается процесс усвоения «языка эмоций» - эмоциональные оттенки и полутона переживаний, выраженные взглядом, мимикой, жестами, позами, движениями, интонациями голоса и принятые в обществе. Все эти преобразования и изменения приводят к началу осознания человеком дошкольного возраста своих переживаний, которые формируются в устойчивые эмоциональные комплексы.

К 7-ми годам происходит обобщение предшествующих эмоций и чувств, которые были мимолетными и не оставляли заметного следа в его памяти и в известном смысле не оказывали влияние на становление его личности. Это обобщение приводит к тому, что переживания, эмоции, чувства приобретают новый смысл, между ними происходит установление связей, становится возможной борьба и взаимодействие переживаний. Появляется логика чувств.

Усложнение эмоционально-мотивационной сферы приводит к возникновению и формированию внутренней жизни человека. Она не повторяет его внешнюю жизнь, не является его копией, хотя внешние отношения, ситуации и события, безусловно, влияют на содержание внутренних ощущений и мыслей, они своеобразно преломляются в сознании и формируются в эмоциональные представления в зависимости от логики чувств человека, уровня его притязаний, ожиданий, настроения и т.п. Существует и обратный процесс: внутренняя жизнь, жизнь переживаний влияет на поведение и, следовательно, на внешнюю составляющую событий, в которую человек постоянно включается. Надо отметить, что взаимодействие внутренней и внешней жизни происходит постоянно.

В эти периоды становления личности человека утрачивается детская непосредственность: размышления предшествуют действию, скрываются переживания и сомнения, утаиваются негативные эмоции. Это становится внешне различимо. В то же время некоторое время еще значительно сохранятся открытость, стремление полностью проявить свои эмоции на окружающих, действовать согласно сиюминутным ситуативным желаниям и настроению.

Резюмируя вышесказанное, отметим, что в психологической литературе пока нет единого определения понятия «нарушения поведения» у детей. Все попытки классификаций нарушений носят условных характер, так как поведение дошкольника чаще всего сочетает в себе черты нескольких поведенческих нарушений. Тем не менее, обобщая все вышеописанное, условно можно выделить 3 наиболее выраженные группы так называемых трудных детей, имеющих поведенческие проблемы:

1. Агрессивные дети - выделяя данную группу, важно оценить степень проявления агрессивной реакции, длительность действия и характер возможных причин, порой неявных, вызвавших данное нарушение поведение.

2. Эмоционально и двигательно-расторможенные дети - относящиеся к этому типу дети на все реагируют слишком бурно: если они выражают восторг или страдают, то их экспрессивное поведение обязательно будет слишком громким и вызывающим.

3. Слишком застенчивые, ранимые, обидчивые, робкие, тревожные дети - это дети, стесняющиеся выражать свои эмоции, тихо переживающие свои проблемы, боясь обратить на себя внимание.

В поведении и развитии детей дошкольного возраста часто встречающиеся нарушения поведения (агрессивность, вспыльчивость, пассивность, гиперактивность, застенчивость), различные формы детской нервности (невропатия, неврозы, страхи) обусловлены, как правило, двумя факторами - ошибками воспитания или определенной незрелостью, минимальными поражениями нервной системы. Для выявления истинных причин поведения ребенка необходимо представлять симптоматику конкретных, часто встречающихся нарушений поведения, знание которой позволит правильно построить работу с ребенком, а для определения степени тяжести имеющегося у ребенка расстройства опираться на критерии оценки возможного отклонения в любом поведении.

**3.Методики определения нарушений поведения у детей.**

*Психологическая диагностика* — наука о конструировании методов оценки, измерения, классификации психологических и психофизиологических особенностей людей, а также об использовании этих методов в практических целях.

Можно выделить две функции психологической диагностики — научную и практическую.

Первая характеризует ее как научно-исследовательскую область и представляет собой деятельность по конструированию психодиагностических методик. Поскольку их используют в практических целях, к ним предъявляются особые требования, связанные с повышением точности и объективности показателей, они разрабатываются по определенным правилам и проверяются по ряду критериев. В первую очередь это делается для того, чтобы оценить их качество и практическую полезность, пригодность для решения прикладных задач.

*Психодиагностические методики* — это специфические психологические средства, предназначенные для измерения и оценки индивидуально-психологических особенностей людей.

Вторая функция психодиагностики реализуется практическими психологами, использующими диагностические методики. Психодиагносты-практики измеряют, анализируют, оценивают индивидуальные особенности человека или выявляют различия между группами людей, объединенных по какому-либо признаку. Эти виды деятельности практических психологов называются постановкой диагноза и осуществляются ради решения определенных прикладных задач. Слово «диагноз» (от греч. diagnosis) означает распознавание, обнаружение.

В разных жизненных сферах и видах деятельности возникают практические задачи, успешность решения которых зависит от учета индивидуальных или групповых психологических особенностей людей. Так, в практике образования и воспитания необходимо выявление психологических различий между детьми для осуществления индивидуального подхода к ним. Для обеспечения эффективной профессиональной деятельности иногда требуется отбор по психологическим и психофизиологическим качествам.

Психологический диагноз может быть основой оптимального профессионального самоопределения личности. Создание нормального социально-психологического климата в рабочей бригаде зачастую невозможно без анализа деловых и личностных качеств.

Количество примеров практических задач, требующих постановки психологического диагноза, может быть многократно увеличено. По существу, учет индивидуально-психологических особенностей людей необходим для повышения эффективности любой деятельности. Это касается и работы психолога-практика, чья задача — оказание разных видов помощи обращающимся к нему индивидам. В психологической помощи нуждаются индивиды, оказавшиеся в ситуации объективного или субъективного неблагополучия (т. е. переживания недовольства собой, окружающими, своими отношениями с ними, жизнью в целом). Так, в работе психолога-консультанта психодиагностика занимает важнейшее место.

Любые совет, консультация, рекомендация возможны только при предварительном анализе личности консультируемого в свете тех проблем, которые его волнуют. Не менее важна психологическая диагностика и для успешности других видов практической помощи психологов — психотерапии, тренинговых воздействий, коррекционно-развивающей работы и др. Все они должны быть индивидуализированы, т. е. должны опираться на всесторонний и глубокий анализ личности и индивидуальности обратившегося за помощью.

Итак, *психологическая диагностика* — основа деятельности любого практического психолога, чем бы он ни занимался — индивидуальным консультированием, профессиональной ориентацией, психотерапией и пр., в какой бы сфере он ни работал — в школе, клинике, на производстве, в агентстве по подбору кадров и т. д.

Обе названные функции психодиагностики (создание методик и их использование на практике) не осуществляются изолированно, они могут обнаруживаться в единстве, в деятельности одних и тех же специалистов. Так, создатели методик нередко не только проверяют их, но и применяют на практике, решая определенные прикладные задачи, возникающие в работе, а также опираются на опыт психологов — пользователей методик.

Вместе с тем практические психологи не только применяют уже разработанные диагностические методики; они в своей деятельности нередко сталкиваются с необходимостью составить схему наблюдения или сформулировать вопросы диагностического интервью, разработать тест достижений или биографическую анкету и пр. Поэтому психологи-практики должны обладать навыками конструирования таких методик.

Еще одно объединяет создателей методик и практиков: в какой бы сфере ни работал психодиагност (в научно-исследовательской или прикладной), он не должен забывать о том, что психодиагностика составляет одну из отраслей психологической науки. Поэтому без глубокого научного знания, без понимания принципов и законов психологии нельзя заниматься психодиагностикой.

*Диагностомания*— это компенсация низкой квалификации психодиагноста. Ее часто сопровождает чрезмерное, иногда недостаточно осмысленное использование специальной психологической терминологии, неумение просто и доступно, ясными «житейскими» словами объяснить смысл диагностических показателей и сделать на их основе адекватные выводы.

Еще одно проявление непрофессионализма — представление о том, что если применяется психодиагностическая методика, то ее выводы могут использоваться в качестве безоговорочных рекомендаций. Например, при отборе работников, при распределении их по разным видам работ, в консультировании и пр. Между тем специалист понимает, что результаты любой методики должны быть включены в комплексную оценку, включающую другие данные об индивиде.

К непрофессионализму можно отнести и неправильное представление о возможностях применяемых психодиагностических средств, абсолютизацию получаемых с их помощью данных.

Неквалифицированный пользователь рассматривает диагностические показатели испытуемого как имеющие абсолютное значение, окончательно определяющие всю его будущую деятельность, как бы предсказывая учебные и профессиональные успехи.

**3.1. Диагностика агрессивного поведения у детей.**

**Анкета для родителей и воспитателей «Критерии агрессивного ребенка»**

1. Временам кажется, что в него вселился злой дух.

2. Он не может, промолчат, когда чем-то недоволен.

3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.

4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.

5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит.

6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.

7. Он не прочь подразнить животных.

8. Переспорить его трудно.

9. Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.

10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.

11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все на- оборот.

12. Часто не по возрасту ворчлив.

13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.

14. Любит быть первым, командовать, подчинят себе других.

15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виновных.

16. Легко ссорится, вступает в драку.

17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.

18. У него нередко приступы мрачной раздражительности.

19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.

20.Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Критерии оценки: Высокая агрессивность - 15-20 баллов, Средняя агрессивность - 7-14 баллов, Низкая агрессивность - 1- 6 баллов.

**Методика рисуночной фрустрации Розенцвейга**

Методика предназначена для исследования реакций на неудачу и способов выхода из ситуаций, препятствующих деятельности или удовлетворению потребностей личности. Фрустрация – состояние напряжения, расстройства, беспокойства, вызываемое неудовлетворенностью потребностей, объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми) трудностями, препятствиями на пути к важной цели. С помощью методики можно исследовать такие реакции на сильный раздражитель, как: агрессия, перемещение, идентификация, проекция, фантазия, регрессия, апатия, подавление, компенсация, фиксация, рационализация. Методика относится к классу проективных тестов. В ней 16 ситуаций, в которых создается препятствие (останавливают, обескураживают, обижают, сбивают с толку) и 8 ситуаций, в которых субъекта обвиняют в чем-то. Между этими группами ситуаций имеется связь, так как ситуация «обвинения» предполагает, что ей предшествовала ситуация «препятствия», где фрустратор был, в свою очередь, фрустрирован. Иногда испытуемый может интерпретировать ситуацию «обвинения» как ситуацию «препятствия» или наоборот.

Всего методика состоит из 24 схематических контурных рисунков, на котором изображены два человека или более, занятые еще незаконченным разговором. Эти рисунки предъявляются испытуемому. Предполагается, что «отвечая за другого», испытуемый легче, достовернее изложит свое мнение и проявит типичные для него реакции выхода из конфликтных ситуаций. Исследователь отмечает общее время опыта. Тест может быть применен как в индивидуальном, так и в групповом исполнении. Но в отличие от группового в индивидуальном исследовании используется еще один важный прием: просят прочесть вслух написанные ответы. Экспериментатор отмечает особенности интонации и прочее, что может помочь в уточнении содержания ответа (например, саркастический тон голоса). Кроме того, испытуемому могут быть заданы вопросы относительно очень коротких или двусмысленных ответов (это также необходимо для подсчета). Иногда случается, что испытуемый неправильно понимает ту или иную ситуацию, и, хотя такие ошибки сами по себе значимы для качественной интерпретации, все же после необходимого разъяснения от него должен быть получен новый ответ. Первоначальный ответ нужно зачеркнуть, но не стирать резинкой. Опрос следует вести по возможности осторожнее, так, чтобы вопросы не содержали дополнительной информации.

Инструкция: «Я буду показывать тебе рисунки (приложение в отдельных папке), на которых изображены люди в определенной ситуации. Человек слева что-то говорит и его слова написаны сверху в квадрате. Представь себе, что может ответить ему другой человек. Будь серьезен и не старайся отделаться шуткой. Обдумай ситуацию и отвечай побыстрее».

Или другой вариант инструкции : « На картинке изображены два персонажа. Представь, что те слова, которые говорит родитель, учитель или сверстник, обращены к тебе. Что бы ты ответил ему в данной ситуации? И потом, форма ответа может быть одна, а чувства ты можешь испытывать другие, не совпадающие с формой ответа. Поэтому напиши свой возможный ответ, а в скобках то, что ты при этом чувствовал ».

Оценка теста:

Каждый из полученных ответов оценивается, в соответствии с теорией, Розенцвейга, по двум критериям: по направлению реакции (агрессии) и по типу реакции. По направлению реакции подразделяются на:

а) Экстрапунитивные: реакция направлена на живое или неживое окружение, осуждается внешняя причина фрустрации, подчеркивается степень фрустрирующей ситуации, иногда разрешения ситуации требуют от другого лица.

б) Интропунитивные: реакция направлена на самого себя, с принятием вины или же ответственности за исправление возникшей ситуации, фрустрирующая ситуация не подлежит осуждению. Испытуемый принимает фрустрирующую ситуацию как благоприятную для себя.

в) Импунитивные: фрустрирующая ситуация рассматривается как нечто незначительное или неизбежное, преодолимое "со временем, обвинение окружающих или самого себя отсутствует.

Реакции различаются также с точки зрения их типов:

Препятственно-доминантные. Тип реакции «с фиксацией на препятствии». Препятствия, вызывающие фрустрацию, всячески акцентируются, независимо от того, расцениваются они как благоприятные, неблагоприятные или незначительные.

Самозащитные. Тип реакции «с фиксацией на самозащите». Активность в форме порицания кого-либо, отрицание или признание собственной вины, уклонения от упрека, направленные на защиту своего «Я», ответственность за фрустрацию никому не может быть приписана.

Необходимо-упорствующие. Тип реакции «с фиксацией на удовлетворение потребности». Постоянная потребность найти конструктивное решение конфликтной ситуации в форме либо требования помощи от других лиц, либо принятия на себя обязанности разрешить ситуацию, либо уверенности в том, что время и ход событий приведут к ее разрешению.

Для обозначения направления реакции используются буквы: Е – экстрапунитивные реакции, I – интропунитивные реакции, М – импунитивные. Типы реакций обозначаются следующими символами: OD – «с фиксацией на препятствии», ED – «с фиксацией на самозащите», NP – «с фиксацией на удовлетворение потребности».

Из сочетаний этих шести категорий получают девять возможных факторов и два дополнительных варианта.

Следующий этап – заполнение таблицы профилей.

Осуществляется на основании листа ответов испытуемого. Подсчитывается, сколько раз встречается каждый из 5 факторов, каждому появлению фактора присваивается один балл. Если же ответ испытуемого оценен при помощи нескольких счетных факторов, то каждому фактору придается равное значение. Так, если ответ был оценен «Ее», то значение «Е» будет равняться 0,5 и «е», соответственно, тоже 0,5 балла. Полученные числа заносятся в таблицу. Когда таблица заполнена, цифры суммируются в колонки и строчки, а затем вычисляется процентное содержание каждой полученной суммы.

АНАЛИЗ ТЕНДЕНЦИЙ

Анализ тенденций проводится на основании листа ответов испытуемого и ставит целью выяснение того, имело ли место изменение направления реакции или типа реакции испытуемого во время проведения опыта. Во время проведения опыта испытуемый может заметно изменить свое поведение, переходя из одного типа или направления реакций к другому. Наличие таких перемен свидетельствует об отношении испытуемого к своим собственным ответам, (реакциям). К примеру, реакции испытуемого экстрапунитивной направленности, (с агрессией на окружение), под влиянием пробужденного чувства вины могут смениться ответами, содержащими агрессию на самого себя.

Анализ предполагает выявить существование таких тенденций и выяснить их причины, которые могут быть различны и зависят от особенности характера испытуемого.

Тенденции записываются в виде стрелы, над которой указывается численная оценка тенденции, определяемая знаком «+» (положительная тенденция) или знаком «-» (отрицательная тенденция), и вычисляемая по формуле:

( а - б ) : ( а + б ), где

«а» – количественная оценка проявления фактора в первой половине протокола (ситуации 1–12),

«б» – количественная оценка во второй половине (от 13 до 24).

Тенденция может быть рассмотрена как показатель в том случае, если содержится как минимум в четырех ответах испытуемого, и имеет минимальную оценку ±0,33.

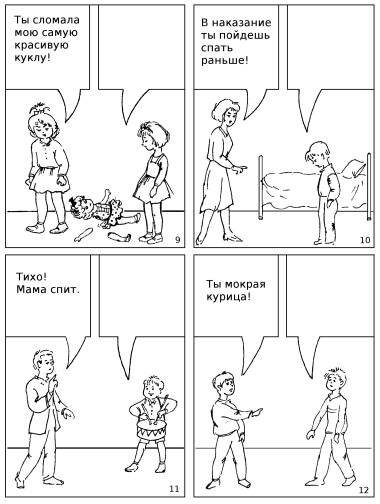
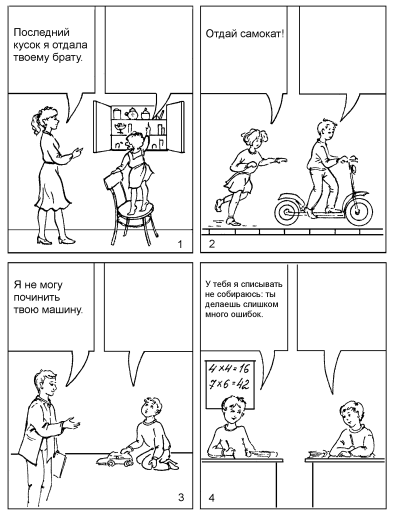
ИНТЕРПРЕТАЦИЯ:

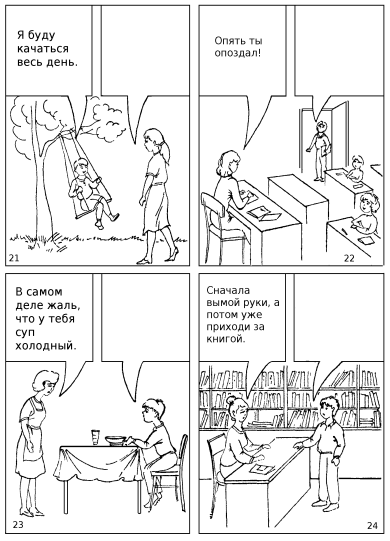
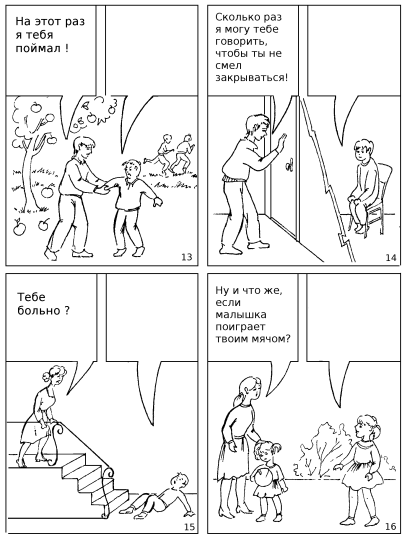
Первый этап интерпретации заключается в изучении GCR, уровня социальной адаптации испытуемого. Анализируя полученные данные, можно предположить, что испытуемый, имеющий низкий процент GCR, часто конфликтует с окружающими, поскольку недостаточно адаптирован к своему социальному окружению.

Данные, касающиеся степени социальной адаптации испытуемого, могут быть получены с помощью повторного исследования, которое заключается в следующем: испытуемому повторно предъявляются рисунки, с просьбой дать в каждом задании такой ответ, который по его мнению было бы нужно дать в этом случае, т. е. «правильный», «эталонный» ответ. «Индекс рассогласования» ответов испытуемого в первом и во втором случаях дает дополнительную информацию о показателе «степени социальной адаптации».

На втором этапе изучаются полученные оценки шести факторов в таблице профилей. Выявляются устойчивые характеристики фрустрационных реакций испытуемого, стереотипы эмоционального реагирования, которые формируются в процессе развития, воспитания и становления человека и составляют одну из характеристик его индивидуальности. Реакции испытуемого могут быть направлены на окружающую его среду, выражаясь в форме различных требований к ней, либо на самого себя как виновника происходящего, либо человек может занять своеобразную примиренческую позицию. Так, например, если в исследовании мы получаем у испытуемого оценку М – нормальную, Е – очень высокую и I – очень низкую, то на основании этого можно сказать, что субъект в фрустрационной ситуации будет с повышенной частотой отвечать в экстрапунитивной манере и очень редко в интропунитивной. То есть, можно сказать, что он предъявляет повышенные требования к окружающим, и это может служить признаком неадекватной самооценки.

В целом можно добавить, что на основании протокола обследования можно сделать выводы относительно некоторых аспектов адаптации испытуемого к своему социальному окружению. Методика ни в коем случае не дает материала для заключений о структуре личности. Можно лишь с большей долей вероятности прогнозировать эмоциональные реакции испытуемого на различные трудности или помехи, которые встают на пути к удовлетворению потребности, к достижению цели.





**Проективная методика "Несуществующее животное"**

Психодиагностика психолога в школе - Диагностика эмоциональной и личностной сферы

Цель: диагностика личностных особенностей.

Описание: методика является проективной, т.к. не имеет стимульного материала и не является стандартизированной. Методика используется при обследовании детей и взрослых в качестве ориентировочной методики, данные которой помогают выдвинуть гипотезу об особенностях личности. Все признаки интерпритируются символично.

Процедура проведения: Предлагается лист А4, толщина средняя, простой карандаш, 6 цветных, ластик, точилка.

Инструкция: "Придумайте и нарисуйте животное, которое не существует, его не существовало раньше ни в кино, ни в мультфильмах, ни в сказках, ни в компьютерных играх и назови несуществующим названием".

Психолог отмечает все реакции:

- вербальные;

- невербальные;

- стирания и к чему они приводят;

- порядок рисования объектов, наличие пауз.

По окончанию рисования ему предлагают придумать название и ответить на вопросы: (уточнение рисунка, беседа: где живет, с кем, чем питается, какое оно по характеру, настроение у него, что любит, а что нет, есть ли друзья, враги, как с ними борется, чего боится).

Представь себе, что оно встретило волшебника, который может исполнить три желания и что оно загадает.

Анализ данных проводится путем интерпритации рисунка и особенности рассказа.

Признаки агрессии на рисунке:

- острые импульсивные линии, сильный нажим;

- общий характер агрессивный, нападающий;

- наличие агрессивных приспособлений (когти, шипы, иглы, пластины и т.д.)

- вербальная агрессия (жало, пасть, зубы, изрыгает огонь)

Иногда животное снабжено агрессивными приспособлениями, но характер использования будет указывать не на агрессию, а на страх агрессии. Распознать это поможет интерпритация беседы. Если ребенок говорит, что это нужно чтобы защищаться, обороны и т.д., то можно говорить о страхе агрессии.

Признаки агрессии в рассказе:

- злой характер;

- питается животными, людьми;

- очевидные указания на агрессию (рушить, ломать, убивает, поедает), причем, если признаки агрессии не наблюдаются в поведении, а в рисунке, рассказе они не выявлены – это агрессия подавляемая;

- удаленное место жительства;

- одиночество животного.

Интерпретация.

Общие замечания.

Метод интерпретации рисуночных тестов, в том числе и "Рисунка несуществующего животного" построен на теории психомоторной связи. Для регистрации состояния психики используется исследование моторики (в частности, моторики рисующей доминантной правой руки, зафиксированной в виде графического следа движения, рисунка). По И.М. Сеченову, всякое представление, возникающее в психике, любая тенденция, связанная с этим представлением, заканчивается движением (буквально: "Всякая мысль заканчивается движением").

Если реальное движение по какой-то причине не осуществляется, то в соответствующих группах мышц суммируется определенное напряжение энергии, необходимой для осуществления ответного движения (на представление - мысль). Так, например, образы и мысли-представления, вызывающие страх, стимулируют напряжение в группах ножной мускулатуры и в мышцах рук, что оказалось бы необходимым в случае ответа на страх бегством или защитой с помощью рук — ударить, заслониться.

Тенденция движения имеет направление в пространстве: удаление, приближение, наклон, выпрямление, подъем, падение. При выполнении рисунка лист бумаги (либо полотно картины) представляет собой модель пространства и, кроме состояния мышц, фиксирует отношение к пространству, т.е. возникающую тенденцию.

Пространство, в свою очередь, связано с эмоциональной окраской переживания и временным периодом: настоящим, прошлым, будущим. Связано оно также с действенностью или идеально-мыслительным планом работы психики. Пространство, расположенное сзади и слева от субъекта, связано с прошлым периодом и бездеятельностью (отсутствием активной связи между мыслью-представлением, планированием и его осуществлением). Правая сторона, пространство спереди и вверху связаны с будущим периодом и действенностью. На листе (модели пространства) левая сторона и низ связаны с отрицательно окрашенными и депрессивными эмоциями, с неуверенностью и пассивностью. Правая сторона (соответствующая доминантной правой руке) — с положительно окрашенными эмоциями, энергией, активностью, конкретностью действия.

Положение рисунка на листе.

В норме рисунок расположен по средней линии вертикально поставленного листа. Лист бумаги лучше всего взять белый или слегка кремовый, неглянцевый. Пользоваться карандашом средней мягкости; ручкой и фломастером рисовать нельзя.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем ближе, тем более выражено) трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в социуме, недостаточностью признания со стороны окружающих, как претензия на продвижение и признание, тенденция к самоутверждению.

Положение рисунка в нижней части — обратная тенденция: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем положении в социуме, в признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

Центральная смысловая часть фигуры (голова или замещающая ее деталь). Голова повернута вправо — устойчивая тенденция к деятельности, действенности: почти все, что обдумывается, планируется, осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться (если даже и не доводится до конца). Испытуемый активно переходит к реализации своих планов, наклонностей.

Голова повернута влево — тенденция к рефлексии, к размышлениям. Это не человек действия: лишь незначительная часть замыслов реализуется или хотя бы начинает реализоваться. Нередко также боязнь перед активным действием и нерешительность (вариант: отсутствие тенденции к действию или боязнь активности — следует решить дополнительно).

Положение "анфас", т.е. голова направлена на рисующего (на себя), трактуется как эгоцентризм. На голове расположены детали, соответствующие органам чувств—уши, рот, глаза. Значение детали "уши" — прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе.

Дополнительно по другим показателям и их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для завоевания положительной оценки или только продуцирует на оценки окружающих соответствующие эмоциональные реакции (радость, гордость, обида, огорчение), не изменяя своего поведения. Приоткрытый рот в сочетании с языком при отсутствии прорисовки губ трактуется как большая речевая активность (болтливость), в сочетании с прорисовкой губ — как чувственность; иногда и то, и другое вместе. Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно — зачерченный, трактуется как легкость возникновения опасений и страхов, недоверия. Рот с зубами — вербальная агрессия, в большинстве случаев — защитная (огрызается, задирается, грубит в ответ на обращение к нему отрицательного свойства, осуждение, порицание). Для детей и подростков характерен рисунок зачерченного рта округлой формы (боязливость, тревожность).

Особое значение придают глазам. Это символ присущего человеку переживания страха: подчеркивается резкой прорисовкой радужки. Обратить внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы — истероидно-демонстративные манеры поведения; для мужчин: женственные черты характера с прорисовкой зрачка и радужки совпадают редко. Ресницы—также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения.

Увеличенный (относительно фигуры в целом) размер головы говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих.

На голове также иногда располагаются дополнительные детали: рога — защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими признаками — когтями, щетиной, иглами — характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная. Перья—тенденция к самоукрашению и самооправданию, к демонстративности. Грива, шерсть, подобие прически — чувственность, подчеркивание своего пола и иногда ориентировка на свою сексуальную роль.

Несущая, опорная часть фигуры.

К ней относятся (ноги, лапы, иногда — постамент). Рассматривается основательность этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме:

а) основательность, обдуманность, рациональность принятия решения, пути к выводам, формирование суждения, опора на существенные положения и значимую информацию;

б) поверхностность суждений, легкомыслие в выводах и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решения (особенно при отсутствии или почти отсутствии ног).

Обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе — это характер контроля за рассуждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность формы лап, любых элементов опорной части — конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность. Разнообразие в форме и положении этих деталей — своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небанальность; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры.

Они могут быть функциональными или украшающими: крылья, дополнительные ноги, щупальца, детали панциря, перья, бантики вроде завитушек-кудрей, цветково-функциональные детали — энергия охвата разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, "самораспространение" с неделикатным и неразборчивым притеснением окружающих, либо любознательность, желание соучаствовать как можно в большем числе дел окружающих, завоевание себе места под солнцем, увлеченность своей деятельностью, смелость предприятий (соответственно значению Детали-символа — крылья или щупальца и т.д.). Украшающие детали — демонстративность, склонность обращать на себя внимание окружающих, манерность (например, лошадь или ее несуществующее подобие в султане из павлиньих перьев).

Хвосты.

Выражают отношение к собственным действиям, решениям, выводам, к своей вербальной продукции — судя по тому, повернуты ли эти хвосты вправо (на листе) или влево. Хвосты повернуты вправо — отношение к своим действиям и поведению. Влево — отношение к своим мыслям, решениям; к упущенным возможностям, к собственной нерешительности. Положительная или отрицательная окраска этого отношения выражена направлением хвостов вверх (уверенно, положительно, бодро) или падающим движением вниз (недовольство собой, сомнение в собственной правоте, сожаление о сделанном, сказанном, раскаяние и т.п.). Обратить внимание на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся, звеньев, на особенно пышные хвосты, особенно длинные и иногда разветвленные.

Контуры фигуры.

Анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовки и затемнения линии контура. Это защита от окружающих, агрессивная — если она выполнена в острых углах; со страхом и тревогой — если имеет место затемнение, "запачкивание" контурной линии; с опасением, подозрительностью — если выставлены щиты, "заслоны", линия удвоена. Направленность такой защиты — соответственно пространственному расположению: верхний контур фигуры — против вышестоящих, против лиц, имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей; нижний контур — защита против насмешек, непризнания, отсутствия авторитета у нижестоящих подчиненных, младших, боязнь осуждения; боковые контуры — недифференцированная опасливость и готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях; то же самое — элементы "защиты", расположенные не по контуру, а внутри контура, на самом корпусе животного. Справа — больше в процессе деятельности (реальной), слева — больше защита своих мнений, убеждений, вкусов.

Общая энергия.

Оценивается количество изображенных деталей — только ли необходимое количество, чтобы дать представление о придуманном несуществующем животном (тело, голова, конечности или тело, хвост, крылья и т.п.): с заполненным контуром, без штриховки и дополнительных линий и частей, просто примитивный контур, — или имеет место щедрое изображение не только необходимых, но усложняющих конструкцию дополнительных деталей. Соответственно, чем больше составных частей и элементов (помимо самых необходимых), тем выше энергия. В обратном случае —экономия энергии, астеничность организма, хроническое соматическое заболевание (то же самое подтверждается характером линии — слабая паутинообразная линия, "возит карандашом по бумаге", не нажимая на него). Обратный же характер линий — жирная с нажимом — не является полярным: это не энергия, а тревожность. Следует обратить внимание на резко продавленные линии, видимые даже на обратной стороне листа (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки) — резкая тревожность. Обратить внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен таким образом (т.е. к чему привязана тревога).

Линии.

Оценка характера линии (дубляж линии, небрежность, неаккуратность соединений, "островки" из находящих друг на друга линий, зачернение частей рисунка, "запачкивание", отклонение от вертикальной оси, стереотипности линий и т.д.). Оценка осуществляется так же, как и при анализе пиктограммы. То же — фрагментарность линий и форм, незаконченность, оборванность рисунка.

Типы животных.

Тематически животные делятся на угрожаемых, угрожающих и нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья, либо белки, собаки, кошки). Это отношение к собственной персоне и к своему "Я", представление о собственном положении в мире, как бы идентификация себя по значимости (с зайцем, букашкой, слоном, собакой и т.д.). В данном случае рисуемое животное — представитель самого рисующего.

Уподобление рисуемого животного человеку, начиная с постановки животного в положение прямохождения на две лапы, вместо четырех или более, и заканчивая одеванием животного в человеческую одежду (штаны, юбки, банты, пояса, платье), включая похожесть морды на лицо, ног и лап на руки, свидетельствует об инфантильности, эмоциональной незрелости, соответственно степени выраженности "очеловечивания" животного. Механизм сходен аллегорическому значению животных и их характеров в сказках, притчах и т.п.

Агрессивность.

Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером углов в рисунке, независимо от их связи с той или иной деталью изображения. Особенно весомы в этом отношении прямые символы агрессии — когти, зубы, клювы. Следует обратить внимание также на акцентировку сексуальных признаков — вымени, сосков, груди при человекоподобной фигуре и др. Это отношение к полу, вплоть до фиксации на проблеме секса.

Фигура круга (особенно — ничем не заполненного) символизирует и выражает тенденцию к скрытности, замкнутость, закрытость своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию. Такие рисунки обычно дают очень ограниченное количество данных для анализа.

Обратить внимание на случаи вмонтирования механических частей в тело "животного" — постановка животного на постамент, тракторные или танковые гусеницы, треножник; прикрепление к голове пропеллера, винта; вмонтирование в глаз электролампы, в тело и конечности животного —рукояток, клавиш и антенн. Это наблюдается чаще у больных шизофренией и глубоких шизоидов.

Творческие возможности.

Выражены обычно количеством сочетающихся в фигуре элементов: банальность, отсутствие творческого начала принимают форму "готового", существующего животного (люди, лошади, собаки, свиньи, рыбы), к которому лишь приделывается "готовая" существующая деталь, чтобы нарисованное животное стало несуществующим — кошка с крыльями, рыба с перьями, собака с ластами и т.п. Оригинальность выражается в форме построения фигуры из элементов, а не целых заготовок.

Название.

Может выражать рациональное соединение смысловых частей (летающий заяц, "бегекот", "мухожер" и т.п.). Другой вариант — словообразование с книжно-научным, иногда латинским суффиксом или окончанием ("ратолетиус" и т.п.). Первое — рациональность, конкретная установка при ориентировке и адаптации; второе — демонстративность, направленная главным образом на демонстрацию собственного разума, эрудиции, знаний. Встречаются названия поверхностно-звуковые без всякого осмысления ("лялие", "лиошана", "гратекер" и т.п.), знаменующие легкомысленное отношение к окружающим, неумение учитывать сигнал опасности, наличие аффективных критериев в основе мышления, перевес эстетических элементов в суждениях над рациональными.

Наблюдаются иронически-юмористические названия ("риночурка", "пузыренд" и т.п.) — при соответственно иронически-снисходительном отношении к окружающим. Инфантильные названия имеют обычно повторяющиеся элементы ("тру-тру", лю-лю", "кус-кус" и т.п.). Склонность к фантазированию (чаще защитного порядка) выражена обычно удлиненными названиями ("аберосинотиклирон", "гулобарниклета-миешиния" и т.п.).

**3.2. Диагностика гиперактивности дошкольника.**

**Признаки, являющиеся диагностическими симптомами гиперактивных детей.**

1. Беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, корчится, извивается.

2. Не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требуют.

3. Легко отвлекается на посторонние стимулы.

4. С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе (на занятиях, во время экскурсий и праздников).

5. На вопросы часто отвечает, не задумываясь, не выслушав их до конца.

6. При выполнении предложенных заданий испытывает сложности (не связанные с негативным поведением или недостаточностью понимания).

7. С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.

8. Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.

9. Не может играть тихо, спокойно.

10. Болтливый.

11. Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).

12. Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.

13. Часто теряет вещи, необходимые в детском саду, школе, дома, на улице.

14. Иногда совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

Все эти признаки можно сгруппировать по следующим направлениям:

– чрезмерная двигательная активность;

– импульсивность;

– отвлекаемость-невнимательность.

Диагноз считается правомерным, если наличествуют по меньшей мере восемь из всех симптомов. Так, имея довольно хорошие интеллектуальные способности, гиперактивные дети отличаются недостаточностью речевого развития и тонкой моторики, сниженным интересом к приобретению интеллектуальных навыков, рисованию, имеют некоторые другие отклонения от средних возрастных характеристик, что приводит к отсутствию у них интереса к систематическим, требующим внимания занятиям, а значит, и будущей или настоящей учебной деятельности.

В повседневном поведении им свойственны непоследовательность, импульсивность, непредсказуемость. Все это делает их нежелательными членами детского коллектива, осложняет взаимодействие со сверстниками, а дома с братьями, сестрами, родителями.

**3.3. Диагностика тревожности у дошкольников.**

**Методика “Незаконченные предложения” .**

Цель: получение дополнительные 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.

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…

**Критерии определения тревожности у ребенка.**

1. Постоянное беспокойство.

2. Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо.

3. Мышечное напряжение (например, в области лица, шеи).

4. Раздражительность.

5. Нарушения сна.

Можно предположить, что ребенок тревожен, если хотя бы один из критериев, перечисленных выше, постоянно проявляется в его поведении.

С целью выявления тревожного ребенка используется также следующий опросник (Лаврентьева Г. П., Титаренко Т. М.).

**Признаки тревожности:**

1. Не может долго работать, не уставая.

2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.

3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.

4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован.

5. Смущается чаще других.

6. Часто говорит о напряженных ситуациях.

7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.

8. Жалуется, что ему снятся страшные сны.

9. Руки у него обычно холодные и влажные.

10. У него нередко бывает расстройство стула.

11. Сильно потеет, когда волнуется.

12. Не обладает хорошим аппетитом.

13. Спит беспокойно, засыпает с трудом.

14. Пуглив, многое вызывает у него страх.

15. Обычно беспокоен, легко расстраивается.

16. Часто не может сдержать слезы.

17. Плохо переносит ожидание.

18. Не любит браться за новое дело.

19. Не уверен в себе, в своих силах.

20. Боится сталкиваться с трудностями.

Суммируйте количество "плюсов", чтобы получить общий балл тревожности.

Высокая тревожность - 15-20 баллов.

Средняя - 7-14 баллов.

Низкая - 1-6 баллов.

В детском саду дети часто испытывают страх разлуки с родителями. Необходимо помнить, что в возрасте двух-трех лет наличие этой черты допустимо и объяснимо. Но если ребенок и в подготовительной группе постоянно плачет при расставании, не сводит глаз с окна, ожидая каждую секунду появления родителей, на это следует обратить особое внимание. Наличие страха разлуки можно определить по следующим критериям (П. Бейкер, М. Алворд).

**Критерии определения страха разлуки:**

1. Повторяющееся чрезмерное расстройство, печаль при расставании.

2. Постоянное чрезмерное беспокойство о потере, о том, что взрослому может быть плохо.

3. Постоянное чрезмерное беспокойство, что какое-либо событие приведет его к разлуке с семьей.

4. Постоянный отказ идти в детский сад.

5. Постоянный страх остаться одному.

6. Постоянный страх засыпать одному.

7. Постоянные ночные кошмары, в которых ребенок с кем-то разлучается.

8. Постоянные жалобы на недомогание: головную боль, боль в животе и др. (Дети, страдающие страхом расставания, и в самом деле могут заболеть, если много думают о том, что их тревожит.)

Если хотя бы три черты проявлялись в поведении ребенка в течение четырех недель, то можно предположить, что у ребенка действительно наблюдается этот вид страха.

**Симптомы застенчивости**

- покраснение лица;

- потливость;

- дрожь;

- учащение сердцебиения;

- стесненное дыхание;

- согбенная поза;

- опущенные вниз глаза;

- тихий голос;

- скованность мышц и движений.

Психологические особенности застенчивых людей можно свести в основном к следующему: смущение при контактах с людьми, высокая тревожность, страх, зависимость от мнения окружающих, безосновательное чувство вины - все это на фоне неуверенности в себе.

**3.4. Диагностика страхов.**

Для диагностики наличия страхов, с ребенком можно провести опрос по следующей схеме: В начале задается вопрос: "Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься, далее задаются ниже перечисленные вопросы:

1. Когда остаешься один?

2. Заболеть?

3. Умереть?

4. Каких-то других детей?

5. Кого-то из воспитателей (учителей)?

6. Того, что они тебя накажут?

7. Бабу Ягу, Кащея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча?

8. Страшных снов?

9. Темноты?

10. Волка, медведя, пауков, змей?

11. Машин, поездов, самолетов?

12. Бури, грозы, урагана, наводнения?

13. Когда очень высоко?

14. В маленькой тесной комнате, туалете?

15. Воды?

16. Огня, пожара?

17. Войны?

18. Врачей (кроме зубных)?

19. Крови?

20. Уколов?

21. Боли?

22. Неожиданных резких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет)?

23. Умрет кто-нибудь из близких?

24. Кошек, собак?

25. Тебе приснится страшный сон?

26. Умрет твой друг?

27. Летать на самолёте?

На основе полученных ответов на вопросы, психолог делает вывод о наличии у детей страхов. Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка - есть важный показатель преневротического состояния. Таких детей следует, в первую очередь, относить к группе "риска" и проводить с ними специальную коррекционную работу (желательно рекомендовать таких детей проконсультироваться у психоневролога).

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

"медицинские" (боль, уколы, врачи, болезни) - №2, №18, №19, №20, №21, № 22;

страхи, связанные с причинением физического ущерба (неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война) - №11, №12, №15, №16, №17;

страхи смерти (своей) - №3, № 23, № 26;

страхи животных и сказочных персонажей - №7, №10, №24;

страхи кошмарных снов и темноты -№8, №9, № 25;

социально опосредованные страхи (людей, детей, наказания, опоздания, одиночества) - №1, №4, №5, №6,

"пространственные" страхи (высоты, воды, замкнутых пространств) - №13, №14, №27.

Можно подсчитать общий показатель наличия страхов у ребёнка, сложив положительные ответы по всем вопросам и рассчитав проценты.

100-75% - высокий уровень

40-74% - средний уровень

0-39% - низкий уровень

Можно определить наличие страхов по одному из показателей: если ребёнок даёт положительный ответ по какой-то группе, необходимо посмотреть, каков процент наличия страхов в данной группе, если он превышает 50%, стоит задуматься.

Кроме того, для того, чтобы сделать безошибочное заключение об эмоциональных особенностях ребенка, психологу необходимо учитывать особенности всей жизнедеятельности ребенка в целом и ещё можно провести тест на наличие тревожности.

**3.5. Диагностика особенностей эмоциональной сферы.**

**Диагностика нервно-психических состояний. Цветовой тест Люшера**

Тест предназначен для диагностики нервно-психических состояний и выявления внутриличностных конфликтов у детей и подростков. Тест состоит из 8 карточек разных цветов, обозначенных цифрами: серый - 0, темно-синий - 1, зеленый - 2, оранжево-красный - 3, желтый - 4, фиолетовый - 5, коричневый - 6, черный - 7. Для получения достоверных результатов целесообразно использовать стандартные наборы карточек, например из методики, изданной Иматон,. или компьютерной версией методики.

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

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

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

Созданная испытуемым цветовая последовательность разбивается на группы:

"+" - наиболее приятные цвета;

"х" - приятные цвета;

"=" - безразличные цвета;

" " - неприятные, отвергаемые цвета.

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

Оценка результатов.

4 балла - в начале ряда синий, желтый, фиолетовый цвета. Черный, серый, коричневый - в конце ряда. Благоприятное эмоциональное состояние.

3 балла - допускаются красный и зеленый цвета на первых позициях. Смещение серого и коричневого в середину ряда. Удовлетворительное эмоциональное состояние.

2 балла - смещение черного в середину ряда. Синий желтый, фиолетовый - на последних позициях. Эмоциональное состояние ребенка неудовлетворительное - требуется помощь психолога, педагога.

1 балл - черный и серый в начале ряда; ребенок отказывается от выполнения. Ребенок находится в кризисном состоянии, требуется помощь специалистов (психолога, психотерапевта)

**4. Программа «Коррекция и профилактика нарушений поведения у детей дошкольного возраста».**

**«Профилактика эмоциональных нарушений в поведении детей дошкольного возраста»**

Программа "Вместе весело шагать:" - это комплексные занятия, которые строятся в доступной и интересной для детей форме.

*Цель программы:*

* развитие социальных умений коммуникативной гибкости,
* создание чувства принадлежности к социуму, положительного эмоционального фона, умения понимать своё эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей,
* формирование "позитивного отношения к своему "Я",
* профилактика неврозов и невротических реакций, нарушений поведения, профилактика школьной дезадаптации.

*Задачи программы:*

* Преодолевать застенчивость, нерешительность, неуверенность в себе, внутренне раскрепощаться.
* Развить язык жестов, мимики и пантомимики, понять, что кроме речевых существуют и другие средства общения.
* Познакомиться с эмоциями человека, осознать собственные эмоции и чувства, научиться распознавать эмоциональные реакции других людей и развивать умение адекватно выражать свои эмоции.
* Развивать навыки совместной деятельности в коллективе; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу; осознавать свою собственную уникальность; формировать способность выражать словом свои чувства; понимать другого; уметь согласовывать свои действия с действиями партнёра.

Принципы реализации программы

В коррекционно-развивающей работе с детьми старшего дошкольного возраста мы руководствуемся следующими принципами:

1. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.

2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.

3. Принцип наглядности - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.

4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.

5. Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей старшего дошкольного возраста.

6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Сроки реализации и возраст детей

Занятия рассчитаны на 2 года и проводятся с ноября по март месяцы включительно с детьми старшей и подготовительной групп. Октябрь, апрель - диагностика.

Ведущей формой работы являются тренинги.

Для работы с детьми, имеющими личностные особенности (застенчивые, нерешительные, неуверенные в себе) применяется цикл из 38 занятий (19 занятий в старшей группе, 19 занятий в подготовительной группе).

Продолжительность занятий 25-30 минут.

Занятия проводятся 1 раз в неделю с подгруппой детей, состоящей из 8-10 детей.

Рекомендации по проведению занятий

В нашем учреждении созданы все условия для проведения тренингов с детьми: занятия проводятся в специально оборудованном помещении, в котором все участники могут свободно располагаться и передвигаться. Во время занятий детям предлагается сидеть на мягких пуфах или на ковре в кругу, так как форма круга создаёт ощущение целостности, облегчает взаимопонимание и взаимодействие детей.

В начале и в конце тренинга нами используется ритуальная игра для настроя детей. Почти каждое занятие завершается созданием ребятами какого-либо рисунка в индивидуальных альбомах. Детский рисунок - итог работы, который объединяет в себе все эмоции, впечатления, знания и умения, полученные в ходе тренинга.

Стиль ведения занятий должен быть эмоциональным и непринуждённым. К каждому ребёнку необходимо находить индивидуальный подход, и учитывать его личностные особенности. Специалист должен обладать профессиональными качествами, и в случае необходимости, всегда суметь выправить психологически неблагоприятную ситуацию. На занятиях регулярно используется музыкальное сопровождение танцевальной и релаксационной направленности, которое эффективно помогает снять мышечное и психоэмоциональное напряжение у воспитанников.

*Структура программы*

Программа "Вместе весело шагать:" состоит из трёх разделов:

"Я и эмоции"

Содержание этого раздела поможет понять взрослому эмоциональный мир ребёнка, лучше узнать его переживания в различных ситуациях; что его беспокоит и что радует.

Снять состояние эмоционального дискомфорта; сформировать у детей знания об эмоциональном мире человека и способах управления им.

"Я+Я"

Содержание этого раздела поможет ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения. Понять, что он, как и другие уникален и неповторим; преодолеть эмоциональные проблемы; развить уверенность в себе.

"Я и моё окружение"

Содержание этого раздела поможет детям развить коммуникативные навыки, избавиться от чувства одиночества, понять индивидуальные особенности других людей, сформировать внимательное и доброжелательное отношение друг к другу.

**Задачи 1-го раздела:**

Старшая группа

углубить знания детей о базовых эмоциях радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса;

учить детей различать эмоции по их схематическим изображениям;

учить детей передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства мимики, пантомимики, интонации;

развить у детей эмпатию (способность к сопереживанию).

Подготовительная группа

закреплять полученные знания об эмоциях;

расширять представления детей об этих эмоциях, предлагая их сравнивать;

продолжать способствовать открытому проявлению эмоций различными социально-приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими).

**Задачи 2-го раздела:**

Старшая группа

способствовать осознанию ребёнком своего имени;

учить различать свои индивидуальные особенности (внешность, пол, походка);

формировать адекватную самооценку;

способствовать самопознанию ребёнка (обучение детей самонаблюдению, пониманию и принятию своих чувств);

помогать ребёнку поверить в свои силы;

гармонизировать потребность ребёнка в социальном признании.

Подготовительная группа

способствовать психическому и личностному росту детей;

продолжать формировать позитивное отношение к своему "Я";

помогать ребёнку осознавать свои характерные особенности, предпочтения; способствовать пониманию того, что он, как и каждый человек уникален и неповторим;

помогать детям отрегулировать имеющиеся у них неуверенность, тревожные состояния, страхи, которые препятствуют полноценному развитию детей;

гармонизировать притязания ребёнка на социальное пространство его личности (права и обязанности).

**Задачи 3-го раздела:**

Старшая группа

расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими;

дать детям дополнительные сведения о важности и значимости органов чувств, памяти, внимания, эмоций, жестов и движений в процессе общения;

сформировать позитивное отношение к сверстникам;

учить понимать собеседника по выражению лица, положению тела, жестам, проявлениям эмоций, а также выражать свои эмоциональные реакции, мысли и чувства;

учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведения.

Подготовительная группа

учить эмоционально воспринимать и понимать окружающих, а также выражать собственные чувства;

дать детям представление о мужественности и женственности; о понимании своих возможностей при общении с партнёрами противоположного пола в различных ситуациях и игровой деятельности;

сотрудничать и разрешать конфликтные ситуации.

*Структура тренинга состоит из четырёх этапов:*

1. В подготовительную часть включаются несложные ритуальные упражнения, которые помогают детям позитивно настроиться на работу в группе, установить контакт.

2. В основную часть входят специальные упражнения, соответствующие цели и тематике занятия:

развивающие игры-драматизации;

сюжетно-ролевые;

игры на развитие навыков общения;

упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера;

этюды;

сочинение историй;

беседы и рассказы;

мини-конкурсы.

Творческая часть: рисование и обсуждение рисунков.

Таблица 1. Тематический план занятийРаздел Темы занятий Время проведения

Старшая группа Подготов. группа

"Я и эмоции" Радость

Удивление

Страх

Гнев

Горе

Наши эмоции 1.Азбука настроения

2. Отгадай эмоцию

3. Язык жестов и движений

4. Давайте жить дружно

5. Эмоциональное состояние

6.Игры,упражнения, этюды 1 н. ноября

"Я+Я" 1.Тайна моего имени

2. Автопортрет

3. Мой внутренний мир

4. Мой любимый сказочный герой

5. Мой ласковый и нежный зверь

6. Мой волшебный дом

7. Я знаю, я умею, я могу. Автопортрет

Узнай себя

Я знаю, я могу

Мои желания

Волшебное зеркало

Моя волшебная страна

Я нужен

"Я и моё окружение" Мы так похожи

Мы такие разные

Язык жестов и движений

Давайте жить дружно

Мальчики и девочки

С кем я живу Найди друга

Мои друзья

Мальчики и девочки

Одна команда

Итого: 19 занятий,

Всего: 38 занятий, 38 часов

Диагностика проводится в октябре месяце (за 1 месяц до начала занятий) и в конце учебного года в апреле месяце (после окончания курса программы).

Дети, перешедшие на 2-й год обучения диагностируются вновь на следующий учебный год.

*Ожидаемые результаты*

Старшая группа

Знать:

различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении;

о существовании индивидуальных особенностей своих сверстников;

какие достоинства собственного поведения помогают при общении с окружающими, и какие недостатки этому общению мешают.

Уметь:

понимать и описывать свои желания и чувства;

осознавать свои физические и эмоциональные ощущения;

различать определённые эмоциональные состояния взрослых и детей по особенностям жестов, мимики, движений;

сравнивать эмоции;

контролировать свои эмоциональные реакции;

оценивать поступки и видеть достоинства и недостатки собственного поведения;

уступать друг другу в конфликтных ситуациях;

вести доброжелательный диалог, используя различные средства выразительности;

выражать благодарность за проявление к ним внимания и доброты.

Подготовительная группа

Знать:

об относительности в оценке чувств;

что такое "мужественность" и "женственность", понимать особенности общения с партнёрами противоположного пола;

что означают их имена.

Уметь:

понимать свою индивидуальность, свой внешний и внутренний мир;

устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать и решать конфликтные ситуации, находить компромиссные решения;

выражать свои чувства и понимать чувства других людей с помощью мимики, жестов, движений, пантомимики;

рисовать пиктограммы, обозначающие различные эмоции;

переносить доброту, чуткость, бескорыстие из мира животных в общении с людьми;

общаться , несмотря на разницу желаний и возможностей, высказывать своё мнение о друзьях, замечая их хорошие и плохие поступки;

оказывать помощь другим детям в трудной ситуации;

изображать на рисунке своё внутреннее состояние.

**Раздел 1. «Я и эмоции»**

**Занятие № 1 «Радость»**

**Цель:**расширять представления об эмоции «радость»; учить детей понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать своё эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; формировать положительные чувства и эмоции через улыбку.

**Ритуальное приветствие.**

*Психолог.*Посмотрите на эту картинку (демонстрируется изображение весёлой девочки). Какое настроение у этой девочки?

*Дети.*Радостное.

*Психолог.*А теперь попробуйте изобразить радость на своём лице. Что для этого нужно сделать?.. *(Ответы детей.)*А вот как можно нарисовать схему изображения радости *(демонстрируется пиктограмма «радость»).*

Послушайте, как отвечали на вопрос «Что такое радость?» ваши ровесники:

1. Радость-это когда все радуются. Бывает радость большая, а бывает маленькая. Маленькая-это когда у одного, а большая-когда у всех.
2. Радость-это когда праздник.
3. Радость-когда никто не плачет.
4. Радость-это я! Потому что мама говорит: «Ты моя радость!»

*Психолог.*А что такое «радость» для вас? Как вы понимаете это слово?

*Дети отвечают.*

**Игра-ассоциация «На что похожа радость».**

*Психолог.*А теперь присаживайтесь. Закройте глаза. Вспомните какую-нибудь свою радость, какой-то радостный день. Представьте, на что была похожа эта ваша радость. На какой цветок? Животное? Музыку? Запах? Звук? *(Ответы детей.)*

**Этюд «Ласка».**Представьте себе мальчика, которому подарили котёнка. Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого малыша. Котёнок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трётся головой о руки.

Давайте представим себя на месте этого мальчика. «Возьмите» в руки этого пушистого котёнка. Погладьте его. Улыбнитесь ему. Подуйте на него тёплым воздухом. Погладьте его. Улыбнитесь ему. Подуйте на него тёплым воздухом. Чувствуете, как котёнок отвечает на вашу ласку? *(Дети выполняют задание.)*

**Этюд «Первый снег».**

*Психолог.*Много дней шёл мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу. Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдёт гулять. Он подошёл к окну и замер от радостного изумления. Всё вокруг было покрыто белым-белым снегом. В саду стало чисто, просторно, красиво. Теперь можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться! *(Выразительные движения: откинуть назад голову, приподнять брови, улыбнуться.)*Давайте теперь попробуем проиграть эту историю. *(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*Скажите, вы теряли когда-нибудь свои игрушки, варежки, носовые платки? А теряли ли вы когда-нибудь хорошее настроение?

**Игра «Что может поднять тебе настроение».**Скажите, что может поднять ваше настроение? Может быть, весёлая шутка, хорошая передача по телевизору, цветы, цирк, книга, рисование, воздушный шарик или, быть может, таблетки, уколы? А теперь пусть каждый нарисует, что помогает ему вернуть хорошее настроение, что может его легко развеселить. Рядом нарисуйте себя с весёлым выражением лица.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 2 «Удивление»**

**Цель:**расширять представления детей об эмоции удивления; учить понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Я предлагаю вам вспомнить и рассказать об удивительных вещах, которые вам встречались, или об удивительных случаях, которые с вами происходили. *(Рассказы детей.)*

*Психолог.*А теперь попробуйте изобразить на своём лице удивление. Как вы думаете, оно будет длиться долго, или уже удивление мгновенно возникает и быстро исчезает?

*Ответы детей.*

*Психолог.*Посмотрите на пиктограмму «удивление». Что происходит с нашими лицами, когда мы удивляемся? Удивление можно сравнить с быстрым прикосновением. Давайте передадим это прикосновение по кругу. *(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*У вас замечательно получилось! Вы обратили внимание на то, что каждый из вас удивлялся по-своему? И всё же, несмотря на разницу, в выражениях удивления всегда есть что-то очень похожее. Что общего в том, как вы изображали удивление? *(Ответы детей.)*

**Игра-ассоциация «Удивление».**Закройте глаза и попробуйте представить себе, на какой звук похоже удивление? На какой цвет? Запах? Цветок? Животное? *(Дети выполняют задание.)*

**Этюд «Живая шляпа».**Теперь послушайте историю «Живая шляпа».

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

- Дима, пора домой, обед уже на столе. Дима попрощался с приятелями и пошёл домой. На дороге он увидел шляпу и решил её 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? Как вы думаете, кто мог находиться под шляпой? *(Дети разыгрывают сценку, психолог закрепляет мимические навыки.)*

**Рисунок «Удивлённый человек».**Вспомните, что происходит с вашим лицом, когда вы удивляетесь.

*Дети.*Рот широко открывается и вытягивается сверху вниз. Глаза широко распахиваются. Брови ползут вверх.

*Психолог.*Запомните это. Нарисуйте такое же лицо вашему человечку. Не забудьте нарисовать волосы, туловище, нос, уши, одежду. А пока вы рисуете, придумайте, что это за человечек и чему он удивляется. *(Когда работа закончена, дети садятся в круг и рассказывают о своих человечках.)*

**Ритуал прощания с группой.**

***Занятие № 3 «Страх»***

***Цель:***расширять представления детей об эмоции «страх»; учит понимать свои чувства и чувства других; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; способствовать снятию страхов детей, повышению уверенности в себе.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Посмотрите на эту пиктограмму. Какое настроение здесь изображено?

*Дети отвечают.*

*Психолог.*Сегодня мы поговорим о страхе. Как вы думаете, что такое страх? *(Ответы детей.)*

**Игра «Расскажи свой страх».**Когда я была такой, как вы сейчас, то очень боялась злых собак. А с вами такое случалось? Поднимите тогда руку. А кто чего ещё боялся? Расскажите! *(Дети по очереди рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Ведущий – психолог каждый раз просит поднять руку тех, с кем случалось что-то подобное. Психолог следит, чтобы сюжеты рассказов были разными, обговаривает все возможные детские страхи: темноты, одиночества, животных, смерти, чужих людей, злых сказочных героев.)*

**Игра «Гуси-лебеди».**Встаньте свободно. Представьте, что вы гуляете на лужайке, собираете цветы, наблюдаете за бабочками. Но вдруг звучит сигнал тревоги: умолкает музыка. Это значит, что летят гуси-лебеди, и вам необходимо спрятаться от них за стульчики. *(Дети выполняют задание.)*Какое чувство вы переживали, когда прятались от гусей?

*Дети отвечают.*

**Игра-ассоциация «Страх».**Закройте глаза. Представьте, на какой цвет похож страх? Какой звук? Животное? Растение? *(Дети выполняют задание.)*

**Этюд «Момент отчаяния».**А сейчас послушайте ещё одну историю. Представьте себе мальчика, который с родителями приехал в незнакомый ему город. Они только что сошли с поезда и идут по перрону. Мальчик отстал от родителей. Он не знает, что делать: мамы и папы нигде нет.

Давайте разыграем эту историю. Распределим роли…*(Выразительные движения для мальчика: голова наклонена вперёд и втянута в плечи, плечи приподняты, брови идут вверх, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука с силой сжимает другую.)*

**Рисунок «Мой страх».***Дети выполняют задание с последующим объяснением своих страхов в кругу.*

**Игра «Жмурки».**Для начала нам необходимо выбрать ведущего, ему мы завяжем глаза. Остальные дети будут бегать по комнате, издавая весёлые звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а вот и я!» Схватив попавшегося, водящий должен угадать, кто это, и только после этого он может снять повязку. *(Психолог следит, чтобы ребёнок долго не «жмурился» в поисках игроков, подсказывает детям «поддаться».)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 4 «Гнев»**

**Цель:**расширять представление об эмоции «гнев»; учить понимать свои чувства и чувства других людей; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; учить преодолевать негативные настроения.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Продолжим знакомство с различными настроениями. Послушайте отрывак из стихотворения «Мойдодыр» К.Чуковского.

…Вдруг из маминой из спальни,

*Кривоногий и хромой,*

*Выбегает умывальник*

*И качает головой:*

*«Ах ты, гадкий, ах ты, грязный,*

*Неумытый поросёнок!*

*Ты чернее трубочиста,*

*Полюбуйся на себя…*

Какими словами можно описать настроения Мойдодыра?

*Дети отвечают.*

*Психолог.*Именно это настроение мы будем изучать сегодня. Давайте рассмотрим пиктограмму «гнев». Расскажите, что вы видите? (*Брови нахмурены, похожи на перевёрнутую букву «Г», рот открыт, растянут в стороны, зубы сжаты так, что видны два ряда зубов.)*

Вспомните, когда, при каких обстоятельствах у вас было такое же настроение *(Рассказы детей.)*

**Игра «Ругаемся овощами».**Когда у людей злое настроение, они могут ссориться, ругаться друг с другом. И я предлагаю вам поругаться, но не плохими словами, а…овощами: «Ты-огурец», «А ты-редиска» и т.д. *(Дети выполняют задание.)*

**Игра-ассоциация «Злость».**Садитесь поудобнее. Давайте на минутку закроем глаза и представим, на какой цвет, запах, цветок, животное похожа злость. Расскажите о ваших ассоциациях. *(Рассказы детей.)*

**Игра «Тигр на охоте».**

*Психолог.*Среди животных, на которых похожа злость, гнев, можно назвать тигра. Давайте выберем «тигра». За нашим тигром встанут остальные дети-тигрята. Тигрята должны подражать движениям ведущего и не выскакивать вперёд, иначе они получат шлепок. Тигр должен очень медленно выставлять вперёд одну ногу с пятки на носок, , вытягивать одну когтистую лапу, потом выставлять вторую ногу, вторую лапу, подгибать голову, выгибать спину и медленно, осторожно красться к добыче. Сделав три таких скачка, он группируется, поджимает к груди лапу и голову, приседает, готовясь к решающему прыжку, затем резко прыгает, издавая громкий крик: «Ха!» Тигрята делают все это одновременно с тигром. *(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*Садитесь поудобнее, я вам расскажу одну историю, а потом мы её разыграем.

**Этюд «Гневная гиена».**Представьте себе гиену, которая стоит возле пальмы (специально поставленный стул). В листьях пальмы прячется обезьяна. Гиена ждёт, когда обезянка обессилеет от голода и жажды и спрыгнет на землю. Тогда она её съест. Гиена приходит в ярость, если кто-нибудь приближается к пальме, желая помочь обезьянке, и всё время повторяет:

*Я страшная гиена,*

*Я гневная гиена,*

*От гнева на моих губах*

*Всегда вскипает пена.*

Итак, сколько человек нам понадобится, чтобы разыграть эту историю?

*Дети. Все!*

*Психолог.*Выберем гиену, обезьянку, остальные будут помощниками, выручающими бедную обезьянку. Подумайте, как надо изображать злобную гиену? *(Выразительные движения: усиленная жестикуляция. Мимика: сдвинутые брови, сморщенный нос, оттопыренные губы.)* А как изобразить испуганную обезьянку? (*Раскрытые широко глаза и рот, растянутый в стороны.)*

**Рисунок «Злой человек».**А теперь нарисуйте в своих альбомах человечков со злым, сердитым выражением лица. *(При необходимости психологу следует ещё раз повторить описание особенностей мимики.)*Покажите своих человечков друг другу. *(Дети выполняют задание.)*

**Упражнение «Уходи, злость, уходи!»**Сегодня мы с вами всё занятие говорили про злость. А в конце занятия я предлагаю прогнать от нас это настроение. Ложитесь на ковёр по кругу. Закройте глаза. Со всей силы крикните: «Уходи злость, уходи!» Можете при этом постучать ногами и руками по полу. *(Дети выполняют задание.)*А теперь по моей команде ложитесь в позу «звёзды», широко раздвинув ноги и руки, и спокойно лежите, слушая музыку.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 5 «Горе»**

**Цель:**расширять представления об эмоции «горе»; учить их понимать свои чувства и чувства других; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные настроения.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Посмотрите на пиктограмму, изображающую горе. Расскажите, что вы видите. *(Брови слегка приподняты, внешние уголки рта опущены вниз; уголки глаз тоже направлены вниз.)*

Вспомните, когда вам было грустно. Расскажите об этих случаях. *(Рассказы детей.)*

**Игра-ассоциация «Горе».**Присаживайтесь на ковёр. Закройте глаза и подумайте, на что похожи горе, грусть, печаль: на какой звук, цвет, запах, растение, животное. *(Включается кассета с записью грустной мелодии.)*Откройте глаза. Что вы представляли? Расскажите об этом. *(Ответы детей.)*

**Этюд «Северный полюс».**Садитесь поудобнее. Я расскажу вам одну удивительную истрию, а потом мы попробуем её разыграть.

У девочки Жени был волшебный цветик-семицветик. Захотела она попасть на Северный полюс. Достала Женя свой заветный цветик-семицветик, оторвала один из его лепестков, подбросила его вверх и сказала:

*Лети, лети лепесток,*

*Через запад на восток,*

*Через север, через юг,*

*Возвращайся, сделав круг.*

*Лишь коснёшься ты земли-*

*Быть по-моему вели.*

*Вели, чтобы я была на Северном полюсе!*

И женя тут же как была в летнем платьице, с голыми ногами, одна-одинёшенька, оказалась на Северном полюсе, а мороз там сто градусов.

Давайте мы с вами попробуем теперь изобразить эту девочку Женю. Представьте, что вы берёте в руки волшебный цветик-семицветик, отрываете лепесток и загадываете желание оказаться на Северном полюсе *(зачитывается стихотворение).*И вот вы уже на Северном полюсе. Как можно изобразить, что вам холодно, одиноко, грустно? *(Выразительные движения: колени сдвинуты так, что одно колено прикрывает другое; руки около рта; дышать нужно на пальцы. Мимика: брови сдвинуты к переносице, внешние уголки опущены вниз; уголки рта тоже опущены вниз.)*

**Рисунок «Грустный человек».**

*Психолог.*Один человек рассказал мне, что, когда он путешествовал по свету, он попал однажды на волшебный остров, где живут одни плаксы. И мы сейчас попробуем такой остров создать. Пусть каждый из вас нарисует в своём альбоме печального человечка, у которого могут даже катиться слёзы. *(Дети рисуют.)*

*Психолог.*Покажите своих человечков друг другу. Какой удивительный остров плакс у нас получился! Я вам желаю никогда не попадать на этот остров.

**Упражнение «Дружба начинается с улыбки».**Вставайте в кружок. Возьмитесь за руки, давайте прогоним грустное настроение и подарим друг другу самую добрую улыбку. *(Дети выполняют задание.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 6 «Наши эмоции»**

**Цель:**продолжать знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса; закреплять полученные на предыдущих занятиях знания и умения; расширять представления об эмоциях; продолжать развивать эмпатию, воображение; развивать выразительность речи и движений; развивать умение определять настроение по схемам, мимике, движениям, жестам.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Ребята, давайте с вами вспомним, какие настроения мы изучили.

*Дети. (Радость, удивление, страх, гнев, горе.)*

*Психолог.*По чему мы можем определить настроение человека?

*Дети (По его лицу.)*

*Психолог.*Я сейчас покажу вам карточки с изображениями различных настроений, а вы попробуйте угадать их и назвать. *(Дети выполняют задание.)*

**Игра «Кривые зеркала».**Давайте поиграем. Вам необходимо разбиться на пары. Один из вас становится «зеркалом», а второй будет в это зеркало смотреться. «Зеркалу» я дам карточку, на которой изображено какое-то настроение. Ему необходимо будет изобразить это настроение, при этом не называя его. Зеркало у нас необычное, а кривое, потому оно искажает лицо того, кто в него смотрится, и должно изобразить другое настроение. *(После того, как пара изобразит настроение, остальные дети угадывают его по мимике; затем в игре участвует другая пара.)*

**Упражнение «Слушаем музыку».**

*Психолог.*А теперь садитесь поудобнее. Я включу вам музыку. Слушайте её внимательно, постарайтесь определить настроение музыки (радостное). Посмотрите, у меня на столе разложены разноцветные кусочки ткани. Выберите те кусочки, которые подходят к настроению «радость». Я вам немного подскажу: выбранная вами ткань может по цвету совпадать с каким-то предметом. Например, жёлтое тёплое солнце несёт людям радость. *(Аналогичное упражнение проводится с мелодией грустного характера.)*

Каждое настроение имеет свой вкус и запах. Угадайте, о каком настроении напоминают вам эти продукты? Например, горький лук.

*Дети.*Злость.

*Психолог.*Кислый лимон.

*Дети.* Грусть.

*Психолог.* Сладкий виноград.

*Дети.* Радость.

*Психолог.* Молодцы, ребята!

**Игра «Профессии».**Вы знаете, что взрослые люди чаще всего где-то работают. И у них тоже бывает разное настроение. И это мы сейчас попробуем изобразить. Встаньте свободно и выразительными движениями своего тела и выражением своего лица покажите мне весёлого танцора, удивлённого дирижёра, злого дворника, грустного художника, испуганного водителя. *(Дети выполняют задание.)*

**Рисунок «Разные человечки».**

*Психолог.*Мы сегодня очень много говорили о настроениях: угадывали их, изображали на своём лице и своими движениями. Самое время эти настроения зарисовать.

*Откройте свои альбомы.* Мы будем создавать портреты. Возьмите по одному кружку, обведите его пять раз. Обводите кружки, оставляя между ними достаточно места. Эти кружки мы будем превращать в лица человечков с разными настроениями. Следите, чтобы настроения не повторялись. Используйте карандаши разного цвета. *(Дети выполняют задание.)*

Покажите работы друг другу. Наше занятие окончилось.

**Ритуал прощания с группой.**

**Раздел 2 «Я+Я»**

**Занятие № 1 «Тайна моего имени».**

**Цель:**способствовать гармонизации осознания ребёнком своего имени.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.* А вы знаете, что означают ваши имена? *(Рассказывает детям, заранее подготовив необходимый материал про значения имён).*

**Игра «Эхо».**Сейчас мы поиграем в новую игру. Тот, кто сидит справа от меня, должен будет назвать своё имя и прохлопать его в ладоши, вот так: «Ви-ка, Ви-ка». А мы дружно, как эхо, за ним повторяем. Затем своё имя прохлопывает Викина соседка справа-Ира, а мы снова повторяем. Таким образом, все по очереди назовут и прохлопывают своё имя. *(Дети по очереди называют и прохлопывают своё имя-сперва по одному, затем все вместе.)*

**Игра «Маленькое имя».**А теперь давайте представим себе, что вы вдруг стали маленькими. Мы будем бросать друг другу мяч, называя имя того, кому бросаем. Тот, кто получит мяч, должен будет принять позу маленького ребёнка. Все остальные повторяют его позу и хором называют его имя.

*(Когда все дети поучаствуют в игре, можно обсудить, что чувствовали при этом дети, почему был выбран именно тот или иной возраст «маленького ребёнка».)*

*Психолог.*Не знать, как зовут своих родных, знакомых, друзей, - невежливо. Именно поэтому люди всегда помнят их имена и не ленятся приветливо их называть, здороваясь, прощаясь или обращаясь с просьбой. Давайте каждый из вас назовёт имя своего друга. *(Ответы детей.)*

**Игра «Объясни имя».**Итак, у каждого человека есть имя. Есть оно и у сказочных персонажей, а у животных есть кличка. Я сейчас вам буду называть имя героя из сказки или кличку животного, а вы попробуйте объяснить, почему их так зовут.

*Психолог.*Незнайка.

*Дети.*Его так назвали, потому что он ничего не знает.

*Психолог.* Белоснежка.

*Дети.* Она белая, как снег.

*Психолог.* Снегурочка.

*Дети.* Она сделана из снега.

*Психолог.* Синеглазка.

*Дети.* Это девочка с синими глазами.

*Психолог.* Курочка Ряба.

*Дети.* Она пёстрая, рябая.

*Психолог.* Молодцы, ребята!

**Игра «Ласковое имя».**А теперь давайте встанет в круг. Вспомним, как ласково зовут вас дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадёт, назовёт одно или несколько своих ласковых имён. Важно, кроме того, запоминать, кто каждому из вас бросил мячик. Когда все дети назовут свои ласковые имена, мячик пойдёт в обратную сторону. Нужно постараться не перепутать и бросить мяч тому, кто первый раз бросил вам, и произнести его ласковое имя. *(Дети по кругу перебрасывают друг другу мячик, называя свои ласковые имена. Затем игра повторяется в обратном порядке.)*

**Конкурс «Кто знает больше имён».**Сейчас мы разделимся на две команды и проведём конкурс. Называть можно не только свои имена, но и имена своих родных, знакомых, друзей. Победит та команда, которая вспомнит и назовёт больше имён. *(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*Сегодня мы говорили про ваши имена, вы слышали много вариантов вашего имени, эти знания пригодятся вам. Сейчас мы оформим личную визитную карточку. Здесь должны быть красиво написаны имя, фамилия и что-нибудь важное о вас.

**Например: Аня Соловьева, девочка из группы «Гномик».**

*(Визитку можно украсить узорами по краю листа.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 2 «Автопортрет»**

**Цель:** помочь детям понять собственную индивидуальность.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Скажите, а если бы вам довелось заглянуть в колодец (конечно же, при этом вас должен держать за руку кто-нибудь из взрослых), что бы привиделось вам? *(Ответы детей.)*

**Игра «Радио».**Итак, сегодня мы с вами говорим о том, как мы выглядим. И я предлагаю вам новую игру. Знаете ли вы, как называют человека, которого мы слышим по радио? Правильно, диктором. Сегодня по радио диктор будет разыскивать детей нашей группы. Он будет кого-нибудь описывать, а мы по его рассказу узнаём, кто же потерялся. Сначала диктором буду я. Слушайте: «Внимание! Внимание! Потерялась девочка. На ней красный свитер, в косичках белые банты. Она хорошо поёт песни. Кто знает эту девочку?»

*Дети.*Знаем, это Ира!

*Психолог.*Правильно, угадали.

А теперь диктором будет кто-то из вас. *(Во время игры психолог следит, чтобы дети перечисляли характерные черты своих товарищей: как они одеты, чем любят заниматься, как относятся к друзьям…)*

**Игра «Ветер дует на…».**Итак, диктор рассказал про каждого из вас. Это пригодится вам в следующей игре. Сначала выберем ведущего. Ведущий начинает игру словами «Ветер дует на…». Например: ветер дует на того, у кого светлые волосы, - значит, все светловолосые собираются вместе. *(Задания могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого есть сестра», «кто любит животных», «кто любит лето» и т.д. Можно выбрать ведущим кого-то из детей.)*

*Психолог.*Мы хорошо подвигались, а теперь присаживайтесь на коврик, отдохните, а я вам расскажу про девочку Катю.

«Сидит девочка Катя и смотрит на себя в зеркало. Рассуждает: «У меня два глаза, два уха, две руки, две ноги, а язык один и нос тоже один». «Почему это у меня всего по двое, а язык один и нос тоже один?» - спрашивает Катя свою бабушку. А бабушка отвечает ей: «А потому, милая внучка, чтоб ты больше видела, больше слушала, больше делала, больше ходила, меньше болтала и курносый нос свой куда не надо не совала».

*Психолог.*Дети, а вы как думаете? Правильно бабушка ответила Кате? Давайте и мы посмотрим на себя в зеркало. А у вас тоже так? Два уха, два глаза, один нос, один рот? *(Дети рассматривают себя в большом зеркале, смотрят друг на друга.)*

**Рисунок «Мой портрет».**А теперь раскройте свои альбомы и нарисуйте себя. Постарайтесь передать цвет волос, одежды. *(Дети выполняют задание.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 3 «Мой внутренний мир»**

**Цель:**учить детей описывать свои желания, чувства; учить осознавать свои физические и эмоциональные ощущения; развивать внимание детей к себе, своим переживаниям.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами поближе познакомимся с миром, который находится внутри вас. Ваши переживания, настроения, желания – всё это и есть ваш внутренний мир.

**Упражнение» Слушаем себя».**Давайте сядем поудобнее, расслабимся и закроем глазки. Послушаем, что происходит вокруг.., что происходит внутри каждого из вас. Внимательно прислушайтесь к своим ощущениям…Что каждый из вас сейчас чувствует, чего хочет? Что вы слышали? *(Дети делятся своими впечатлениями.)*

**Игра «Свет мой, зеркальце, скажи!».**А теперь у нас следующее задание. Попробуйте посмотреть на себя со стороны, а потом расскажете о себе: своём внешнем облике, поведении, желаниях…*(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*Молодцы! Продолжаем наше занятие.

**Игра-разминка «Ветер дует на…»**Давайте поиграем в игру «Ветер дует на…». Когда я буду произносить слова задания, все, к кому эти слова относятся, бегом собираются в кружок. Итак, мы начинаем: «Ветер дует на того, кто любит рисовать.., кто хотел бы иметь собаку или кошку, а мама не разрешает.., кто любит ходить в цирк или кукольный театр.., кому нравится получать подарки.., кто любит есть конфеты…» *(Дети выполняют задание. Затем проводится краткое обсуждение игры.)*

**Игра «Знакомство-представление».**Сегодня на занятии мы много говорили о вашем внутреннем мире, мы также много узнали о желаниях и настроениях других. Теперь нас ждёт новая игра. Необходимо разбиться на пары, внимательно посмотреть на своего партнёра, вспомнить всё, что вы знаете о нём или что он сам рассказывал о себе. А затем познакомьте нас со своим партнёром, представьте его нам. Расскажите о н1м то, что могло бы заинтересовать всех присутствующих.

**Рисунок «Мне это нравится».**А сейчас давайте немного порисуем. Постарайтесь припомнить самое замечательное переживание, которое стало возможным благодаря вашим глазам, то есть вы можете нарисовать то, что вы когда-либо видели, и это вам очень понравилось. *(Дети выполняют задание.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 4 «Мой любимый сказочный герой»**

**Цель:**способствовать самовыражению ребёнка; продолжать учить средствами жестикуляции и мимики передавать наиболее характерные черты персонажа сказки.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Здравствуйте, я рада вас видеть. Садитесь поудобнее.

*Присказка*

*Начинаются наши сказки,*

*Заплетаются наши сказки.*

*На море-океане, на острове Буяне.*

*Там берёзонька стоит,*

*На ней люлечка висит,*

*В люльке зайка крепко спит.*

*Как у зайки моего*

*Одеяльце шёлково,*

*Перинушка пухова,*

*Подушечка в головах.*

*Рядом бабушка сидит,*

*Зайке сказки говорит.*

*Сказки старинные*

*Не короткие, не длинные:*

*Про кошку,*

*Про ложку,*

*Про лису и про быка,*

*Про кривого петуха…*

*Про гусей-лебедей,*

*Про смышлёных зверей…*

*(Русская народная сказка)*

Это присказка, а сказки? Сказки дальше пойдут.

**Игра «Хоровод сказочных героев».**Назовите сказки, которые читают вам дома.

*Дети.*«Волшебник Изумрудного города», «Приключения Незнайки и его друзей», «Колобок», «Сказка о царе Салтане», «Красная Шапочка», «Карлсон, который живёт на крыше», «Царевна-лягушка», «Три толстяка», «Три поросёнка», «Дядя Фёдор, пёс и кот», «Финист-ясен сокол»…

*Психолог.*Вспомните, какие сказочные герои живут в этих сказках, но не называйте их. Мы сейчас поиграем. Один ребёнок встанет в центр круга и изобразит какого-либо сказочного героя. Остальные должны сначала отгадать, а затем изобразить этого же героя. *(Дети по очереди изображают своих любимых сказочных героев, остальные пытаются угадать, кого задумал водящий.)*

*Психолог.*Послушайте загадки о сказочных героях и попробуйте их отгадать.

На сметане мешен,

На окошке стужен,

Круглый бок, румяный бок

Покатился…

*Дети. Колобок.*

*Психолог.*

Бабушка девочку очень любила,

Шапочку красную ей подарила.

Девочка имя забыла своё.

А ну, подскажите имя её.

*Дети. Красная Шапочка.*

*Психолог.*

Носик круглый, пятачком,

Им в земле удобно рыться,

Хвостик маленький крючком,

Вместо туфелек-копытца.

Трое их-и до чего же

Братья дружные похожи.

Отгадайте без подсказки,

Кто герои этой сказки?

*Дети. Три поросёнка.*

*Психолог.*

Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и зверей,

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор…

*Дети. Айболит.*

*Психолог.*

Возле леса, на опушке

Трое их живут в избушке.

Там три стула и три кружки,

Три кроватки, три подушки.

Угадайте без подсказки,

Кто герои этой сказки?

*Дети. Три медведя.*

*Психолог.*

Что за странный

Человек деревянный

На земле и под водой

Ищет ключик золотой?

Всюду нос суёт он длинный.

Кто же это?..

*Дети. Буратино.*

*Психолог.*

Вместе с Карлсоном

Прыгал с крыш

Шалунишка наш…

**Игра «Любимый сказочный герой».**А теперь попробуйте вспомнить свою самую любимую сказку, любимого сказочного героя, на которого вам хотелось быть похожим. Конечно, это может быть и герой мультфильма. Попробуйте превратиться в этого сказочного героя. Затем по очереди представьтесь от имени героя. Например, «Я-Золушка», а потом войдите в круг и подвигайтесь, как двигается ваш герой, немного поживите его жизнью. Затем остальные могут задавать необычные вопросы «Золушке»: «Золушка, какие цветы ты больше всего любишь? Что ты ешь на завтрак? Что видишь во сне?» *(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*Итак, все показали своих героев, а теперь давайте посмотрим внимательно друг на друга и попытаемся найти сходство каждого ребёнка с его героем. *(Дети выполняют задание. Затем следует краткое обсуждение проведений игры.)*

*Психолог.*Итак, каждый из вас назвал и изобразил своего любимого героя. А сейчас я вам предлагаю сочинить сказку, в которой все эти герои будут жить. Пусть каждый придумает по 1-2 предложения, но так, чтобы эти предложения связывались между собой. *(Дети выполняют задание.)*

**Рисунок «Мой любимый сказочный герой».**Мы с вами много говорили сегодня о сказках и сказочных героях. А теперь закройте глаза и ещё раз представьте себе какого-нибудь сказочные героя. Постарайтесь запомнить, как он выглядит. Откройте глаза и нарисуйте этого сказочного героя в своём альбоме. *(Дети выполняют задание.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 5 «Мой ласковый и нежный зверь».**

**Цель:**закреплять знания детей о внешнем виде, повадках животных; продолжать воспитывать чувство заботы о животных, сострадание к бездомному животному; продолжать учить детей подражать характерным жестам, движениям, позам, эмоциональным реакциям животных и видеть их аналогии в человеческом поведении; развивать воображение детей, выразительность их движений.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Здравствуйте, ребята! Садитесь поудобнее, я включу вам аудиозапись, а вы постарайтесь догадаться о чём пойдёт речь сегодня *(звучит запись голосов животных).*Да, мы поговорим сегодня о животных. Голоса каких животных вы услышали? *(Ответы детей.)*

**Игра «Придумаем клички животным с картинки».**А теперь давайте вспомним, как выглядят некоторые животные. В центре стола разложены картинки, перевёрнутые изображениями вниз. Каждый из вас по очереди должен будет взять по одной картинке, рассмотреть её и назвать животное. А теперь вам нужно придумать ему имя, у животных оно называется кличкой. Кличку необходимо подбирать, опираясь на внешние данные и на внутренние качества животного. Например, посмотрите на эту картинку. Здесь нарисован кот, которого можно назвать и Пушок (потому что он пушистый), и Черныш (потому что мех у него чёрного цвета), и Мурлыка (ведь наверняка он мурлычет чудные песенки), и Шустрик (потому что ему всё интересно, он быстро бегает за ленточкой). *(Далее дети выполняют задание, психолог может помочь в определении черт животных для выбора его клички.)*

**Игра «Большой-маленький».**А сейчас мы вспомним, как двигаются животные. Для этого вам необходимо разбиться на пары. Один из пары будет изображать взрослое животное, другой – его детёныша. Давайте вспомним, что может делать взрослое животное?

*Дети.*Ласкать детёныша; учить добывать себе еду, если это дикое животное; жалеть, наказывать.

*Психолог.*Всё верно. А детёныш отвечает своим поведением на эти действия. *(Дети работают в парах, изображая по заданию психолога различных животных.)*

**Игра «Я и животное».**

*Психолог.*А теперь давайте немного пофантазируем. Представьте, что к нам в комнату по очереди друг за другом входят разные животные. Они невидимые, видеть их могу только я в своих волшебных очках. Я называю животное, а вы представляете, что оно оказалось рядом с вами, и реагируете на него. Например, я говорю: «змея». Наверняка, это животное, которого вы боитесь, или, по крайней мере, опасаетесь. И поэтому нужно сделать испуганное лицо, поджать ноги, чтобы нечаянно не наступить на неё. *(Далее психолог называет животных. Это могут быть: кошка, собака, жираф, ёж, хомячок, лев, лиса и др.)*

**Игра «Изобрази животное».**

*Психолог.*А теперь закройте глаза и представьте себе любое животное. Рассмотрите его хорошенько – как оно выглядит, как двигается. Теперь мы будем по очереди показывать движения животного, не называя его. Остальные дети должны угадать, что это за животное. *(Дети выполняют задание.)*

**Игра «Сказочная зверюшка».**

*Психолог.*Сейчас я попрошу вас представить себе далёкие планеты, на которых обитают невиданные странные животные. Затем, дети, представьте себе, что появился зоопарк, где можно посмотреть на этих необыкновенных животных. И каждый из вас может придумать и создать какое-нибудь невиданное животное для этого зоопарка. Оно может быть настолько странным и необычным, насколько вы пожелаете.

**Рисунок «Сказочная зверюшка».***(Когда рисунки готовы, дети показывают их друг другу.)*

*Психолог.*Наше занятие подходит к концу. Сегодня мы много говорили о животных. Как и людям, животным приятно, когда им говорят ласковые слова, даже если это животное, на ваш взгляд, злое или страшное. Вспомните любое животное и скажите ему ласковое слово. Например, я скажу льву: «Ты такой сильный и смелый!» *(Высказывания детей.)*

Расскажите, что вам особенно запомнилось? Что нового вы узнали о животных?

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 6 «Мой волшебный дом».**

**Цель:**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; сплочение группы, воспитание способности к согласованному взаимодействию; развитие внимания и интереса к партнёрам по общению; развитие самосознания и индивидуальности; снижение психоэмоционального напряжения.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Строители».**Психолог предлагает каждому ребёнку построить себе дом, используя предметы, находящиеся в помещении (мягкие модули, большие кубики и т.п.). После выполнения задания детям задаются вопросы:

- «Удобно ли тебе будет жить в этом доме?»;

- «Где ты разместишь приехавших к тебе гостей?»;

- «Кто будет жить в этом доме кроме тебя?» и т.д.

По окончании беседы детям предлагается построить большой общий дом.

**Упражнение «Стройка».**Движениями показывать как – кладут кирпичи, носят в ведре цемент, красят, пилят, забивают гвозди и т.д.

**Упражнение «Робот в доме».**

*Психолог.*Представьте, что к вам с другой планеты в ваш волшебный дом прилетел инопланетянин и предложил научить вас и показать, как на их планете изобретают роботов…

Дети делятся на пары. Один из детей, входящих в пару, будет использовать роль изобретателя, другой-робота. «Робот» ища спрятанный предмет, движется по указанию «изобретателя» прямо, влево и т.д. Затем, дети меняются ролями. Упражнение повторяется. После того, как каждый ребёнок побывает в разных ролях, психолог спрашивает:»Кем больше понравилось быть – изобретателем или роботом? Почему?

**Рисунок «Мой волшебный дом».***(После выполнения задания дети обсуждают рисунки друг друга, задают вопросы, делятся впечатлениями).*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 7 «Я знаю, я умею, я могу!».**

**Цель:**закреплять приобретённые ранее знания и умения детей; развивать представления детей о себе и о своих отличиях от других; формировать у детей адекватную самооценку; продолжать учить детей позитивным способностям общения со сверстниками и развивать навыки совместной деятельности.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Я и другие».**

*Психолог.*Я предлагаю вам выполнить одно очень интересное задание. Посмотрите на своего соседа справа, а потом расскажите нам о нём, о том, что в нём есть хорошего, подчеркните его положительные черты. А после скажите, от чего ему надо избавиться, чтобы стать ещё лучше. *(Дети выполняют задание.)*

**Игра «Колдун».**

*Психолог.*Вы хорошо говорили друг о друге, а теперь давайте помолчим. Представьте, что вас заколдовал колдун, так, что вы потеряли способность говорить. На вопросы, которые будем задавать я и другие дети, вы можете отвечать только жестами. С помощью наших вопросов вы постараетесь рассказать историю о том, как вас заколдовали. Вспомните, что с помощью движений рук можно показать размер и форму предметов, своё настроение. *(Дети по очереди выполняют задание.)*

**Игра «Я знаю, я умею, я могу!»**

*Психолог.*Мы с вами уже многому научились, стали старше и умнее. Давайте вспомним, что мы уже знаем. Вставайте в круг. Мы будем кидать мяч друг другу. Я первая кидаю мяч со словами:

«Я знаю пять (шесть-семь-по количеству детей в подгруппе) имён девочек…» (мальчиков; названий настроений; ласковых слов; отличий животного от человека; способов порадовать родителей и т.п. мяч передаётся на каждое новое слово, таким образом, каждый из вас говорит одно слово и кидает мяч соседу. По такому же принципу выстраивается цепочка ответов «Я умею», «Я могу».

**Рисунок «Наша группа».**

*Психолог.*А теперь я предлагаю вам на одном большом листе бумаги нарисовать нашу группу. Каждый рисует то, что хочет. *(Дети выполняют задание.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Раздел 3. «Я и моё окружение».**

**Занятие № 1. «Мы так похожи».**

**Цель:**формировать у каждого ребёнка чувство принадлежности к группе; расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Здравствуйте, дети! Задумывались ли вы над тем, что, несмотря на всё разнообразие человеческих лиц, иногда мы встречаем двух почти одинаковых людей? Как их называют? *(Двойняшки, близнецы.)*Но похожими между собой могут быть не только двойняшки, но даже мы с вами. Не верите? Посмотрите друг на друга и скажите, чем вы схожи с соседом справа. Вы можете называть черты сходства во внешности, в поведении, увлечении. *(Дети отвечают.)*

*Психолог.* Ну вот, вы и убедились, что черты сходства можно найти между любыми людьми.

**Игра «Ассоциации».**А теперь я хочу усложнить задание. Закройте глаза и представьте себе тот цветок или животное, на которое, как вам кажется, вы похожи. *(Включается музыка.)*Рассмотрите его получше, а теперь откройте глаза и расскажите нам, кого вы представляли себе и почему. *(дети выполняют задание.)*

**Игра «Подарок».**Вы хорошо выполнили это задание, поэтому я могу вас пригласить в парк развлечений, где нас ждут удивительные приключения. В этот парк входят не по билету – при входе нужно сделать подарок другим людям. Ребята, кто любит получать подарки? А кто дарить? А кто что больше любит? *(Ответы детей.)*

Сегодня мы поиграем в игру, которая позволит вам и дарить, и получать подарки, только выдуманные. Но я думаю, что выдуманные подарки почти так же интересны, как и настоящие. Итак, давайте представим себе, что мы стали всемогущими. И можем подарить любой подарок соседу справа. Посмотрите на него внимательно, попробуйте угадать, какой подарок ему хотелось бы получить больше всего.

А теперь по очереди «подарим друг другу наши подарки». Не забывайте при этом смотреть товарищу в глаза. А тот, кто получит подарок, конечно, не забудет поблагодарить. *(После того как дети «подарят друг другу подарки», можно спросить их, какие подарки им понравились больше и почему, что было приятнее: дарить или получать.)*

**Игра «Мыльные пузыри».**Итак, мы вошли в Парк. Смотрите, навстречу нам выходит клоун, который выдувает мыльные пузыри.*(Психолог-ведущий имитирует выдувание мыльных пузырей, а дети произвольно двигаются по комнате, сталкиваются и кружатся, изображая полёт этих пузырей. Во время свободного движения читается стихотворение.)*

*Мыльные пузыри*

Осторожно-пузыри-пузыри…

- Осторожно, какие!

- Ой, смотрите!

- Раздуваются!

- Блестят!

- Отрываются!

- Летят!

*(Э. Фарджен)*

*(После команды «Лопнули!» дети ложатся на пол).*

**Игра «Комната смеха».**А теперь мы отправимся в комнату смеха. Кто-нибудь из вас бывал в комнате смеха? Там стоят кривые зеркала, которые могут расширить или сузить изображение, удлинить или укоротить, или же совсем искривить его. Смотреть на себя в такие зеркала бывает обычно очень смешно. Сейчас каждый из вас станет кривым зеркалом. *(Психолог задаёт детям тип зеркала.)*

Один из вас зайдёт в нашу «комнату смеха» и по очереди будет подходить к каждому зеркалу и делать перед ним какое-либо движение. А «зеркало» попробует его отразить Побеждает то «зеркало», которое сумеет отразить «посетителей» смешнее всего. Потом в комнате смеха у нас побывает каждый.

*(Все дети по очереди выполняют роль «посетителя». После игры проводится небольшое обсуждение.)*

*Психолог.* Ну, сразу видно, что смеяться и веселиться вы все умеете и любите, и этим вы тоже похожи друг на друга.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 2 «Мы такие разные».**

**Цель:**учить различать индивидуальные особенности детей в группе; учить определять свои вкусы и предпочтения по отношению к играм, занятиям, животным и сравнивать их со вкусами других людей.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Сегодня на нашем занятии мы поговорим о том, какие мы все разные.

**Игра «Башенка из игрушек».**У меня а столе лежат картинки с изображениями различных игрушек и других предметов. Пусть каждый из вас по очереди возьмёт набор картинок и выложит и какую башенку: в первом окне на её вершине будет находиться ваша самая любимая игрушка, в окне пониже – менее любимая и т.д.

*(По завершении упражнения психолог помогает детям сделать вывод, что у каждого из них получилась своя башенка, т.е. дети выбирали игрушки по своему личному предпочтению.)*

**Игра «Мы такие разные».**Вставайте в круг. Я буду задавать вопросы, а тот ребёнок, о котором пойдёт речь, сделает шаг вперёд.

*Психолог.*Кто у нас самый высокий?...самый маленький?

У кого самые светлые волосы?...тёмные волосы?

У кого на голове есть бант?

У кого на одежде нет пуговиц?

У кого в одежде присутствует красный (синий, жёлтый) цвет?

*(После игры психолог обращает внимание детей на то, что они снова смогли убедиться в наличии у каждого из них чего-то такого, чего нет у других.)*

**Игра «Спиной друг к другу».**А теперь давайте проверим, насколько хорошо вы умеете запоминать особенности внешности друг друга. Для этого вам необходимо разбиться на пары и встать спиной друг к другу. Я разрешаю вам на минутку развернуться и посмотреть друг на друга. Затем один из пары будет описывать внешность своего партнёра – какие у того волосы, глаза, нос, одежда…*(В конце игры психолог отмечает лучших игроков, которые смогли запомнить и назвать наибольшее число деталей внешности и одежды своего партнёра по игре. Затем психолог вместе с детьми обсуждает на примере 1-2 пар играющих, чем они отличаются друг от друга.)*

**Игра «Знакомство-представление».**

*Психолог.*Мы сегодня много говорили о том, какие мы разные. Вы много узнали и о себе, и о других детях. Теперь я дам вам новое задание. Разбейтесь на пары. Познакомьте нас со своим партнёром, представьте его всем нам. Расскажите о нём то, что могло бы заинтересовать всех присутствующих, постарайтесь вспомнить что-то необычное, свойственное только ему… *(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*Надеюсь, что после нашего занятия вы поняли, какие люди разные, каждый со своими привычками, внешностью, поведением.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 3 «Язык жестов и движений».**

**Цель:**расширять представления детей о различных способах коммуникации с окружающими; дать детям дополнительные сведения о значении жестов, движений в процессе общения.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Здравствуйте, дети. Я очень рада вас видеть. Скажите, с помощью чего вы можете общаться с другими людьми? *(С помощью слов, речи.)*

*Психолог.*А есть ещё один способ объяснения с человеком: без слов, с помощью движения рук, тела, взгляда. Как вы думаете, можно ли узнать, о чём думал, что чувствовал писатель, художник или композитор, читая, рассматривая или слушая их произведения? Попробуйте угадать настроение, слушая музыку *(звучит мелодия).*

*Дети отвечают.*

**Игра «Через стекло».**Давайте и мы поучимся разговаривать без слов. Сейчас вы разделитесь на пары. Каждая пара по очереди попробует перед нами сказать что-то без слов. Представьте, что между вами стекло, через некоторое не проникают звуки, и вам нужно объясниться с помощью движений рук.

*(Темы для разговора детям можно предложить:*

1. *«Выходи на улицу гулять, поиграем в футбол» - «Я сейчас поём и выйду»;*
2. *«Принеси мне стакан воды, я хочу пить» - «Я не знаю, где стакан»;*
3. *«Надень шапку, на улице холодно» - «Я не буду надевать, я не замёрзну» и т.п.*

*Дети также могут сами придумать своё сообщение. После игры надо выяснить, насколько точно и правильно дети поняли друг друга, и обсудить, что они чувствовали при передаче сообщений, легко ли им было.)*

***Упражнение «Артисты пантомимы».***

*Психолог.*А вы знаете, что без слов можно не только разговаривать друг с другом, но и изображать различные предметы? Давайте попробуем это сделать. *(Детям предлагается изобразить предметы: часы с кукушкой, горящую свечу, мигающую лампочку, горячий утюг; людей различных профессий: дирижёра оркестра, парикмахера за работой, повара, готовящего обед, зубного врача, выдёргивающего зуб, шофёра, чинящего автомобиль.)*

**Игра «Кто я?».**

*Психолог.*Вы уже умеете разговаривать без слов, и мы можем поиграть в игру-загадку. Я предлагаю вам подумать и изобразить что-то или кого-то движениями рук, тела, взглядом (например: поезд, чайник, дерево, собаку, птицу, самовар и т.д.). Остальные должны отгадать изображаемый предмет. *(После правильного ответа психолог спрашивает, по каким признакам ребёнок догадался, что загадан именно этот предмет.)*

**Игра «Заколдованный ребёнок».**А теперь – новая игра. Сначала выберем водящего. Представьте себе, что этого ребёнка заколдовали. Он не может говорить и на вопросы отвечает только жестами. Указательным пальцем он может показывать на различные предметы и указывать направления: шкаф, стол, внизу, вверху, там. Задайте нашему заколдованному ребёнку какой-нибудь вопрос, а он пусть ответит на него без слов. *(Дети выполняют задание.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 4 «Давайте жить дружно»**

**Цель:**развивать групповую сплоченность; преодолевать трудности в общении; формировать позитивное отношение со сверстниками; учить детей взаимопомощи, взаимовыручке.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*У вас есть настоящие друзья? Как вы думаете, что значит выражение «настоящий друг»?

*Дети отвечают.*

*Психолог.* А вот можно ли сказать про вас, что вы все «хорошие друзья», мы и проверим сегодня. В дружбе обязательно все помогают друг другу.

**Игра «Путанка».**Нам необходимо выбрать одного водящего. Он встанет спиной к остальным детям. Все игроки выстраиваются в шеренгу, берутся за руки и начинают «запутываться», но обязательно не разжимая рук. Задача водящего – распутать всех с тем же условием, не разжимая рук. Настоящие друзья делают всё вместе, сообща.

**Игра «Поварята».** Все встают в круг-это кастрюля. Сейчас мы будем готовить суп. Пусть каждый придумает, чем он будет (мясом, картошкой, морковкой, луком, капустой, петрушкой, солью и т.д.). *(Психолог выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя должен впрыгнуть в круг. Игра продолжается до тех пор, пока все «продукты» не окажутся в «кастрюле».*

*Психолог.*Посмотрите, ребята, какое у нас вкусное блюдо получилось, просто объедение.

Каждый человек вкладывает в дружбу какую-то частичку себя: кто-то –доброту, кто-то-весёлость, кто-то –заботу о других.

**Игра «Психологическая лепка».**Сейчас вы попытаетесь стать частью целого, а именно – одной общей скульптуры. Я попрошу вас «слепить» из своих тел одну общую фигуру *(можно на ковре):* морскую звезду (ракушку, кота, птицу, цветок, машину и т.д.) – и показать, как она движется. Запомните: вы должны не только «слепить» фигуру, но и оживить её, двигаясь плавно и слаженно, не нарушая её целостности. *(Дети по заданию психолога образуют «скульптурную композицию» и в таком виде проходят по комнате, стараясь двигаться слаженно и не нарушить целостность группы.)*

**Упражнение «Договорись взглядом».**

*Психолог.*Хорошие друзья понимают друг друга с полуслова, иногда им стоит только посмотреть друг на друга, и они поймут, о чём хотел сказать другой. Вот и мы сейчас попытаемся это сделать. Рассаживайтесь по кругу. Вам необходимо найти себе пару при помощи одного взгляда, без слов. Когда вы услышите мой хлопок, поменяйтесь местами с выбранным партнёром. Старайтесь, чтобы никто у нас без пары не остался. *(Дети выполняют задание.)*

**Игра «Не намочи ноги»***(игру можно провести в виде соревнования).*Условно разделим нашу комнату на две части: сушу и болото. Через болото можно перейти по этим дощечкам *(психолог выкладывает на пол дощечки),*но только в паре. Найдите себе пару. Каждой паре необходимо по этим дощечкам-мостикам перейти на другой берег. Один ребёнок должен встать спереди, другой пойдёт за ним следом. Один ребёнок должен встать спереди, другой пойдёт за ним следом. Второй каждый раз передаёт дощечку вперёд, а первый кладёт её и осторожно переступает на неё и т.д. Победит та пара, которая дружно и быстро доберётся до края болота. *(Дети разбиваются на пары и выполняют задание.)*

**Игра «Доброе животное».**Встаньте в круг и возьмитесь за руки. Мы-одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. *(Все прислушиваются к своему дыханию, дыханиюсоседей.) А теперь подышим вместе. Вдох-вместе делайте шаг вперёд. Выдох-шаг назад. Вдох-вместе делайте два шага вперёд. Выдох-два шага назад. Послушайте, как чётко и ровно бьётся его большое доброе сердце. Стук-делайте шаг вперёд, стук-шаг назад. Мы все берём дыхание и стук сердца этого животного себе.*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 5 «Мальчики и девочки».**

**Цель:**учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении; развивать навыки общения мальчиков с девочками.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*А как вы думаете, каким должен быть мальчик, с которым детям хотелось бы дружить?

*Дети отвечают.*

*Психолог.*А какой должна быть девочка, с которой детям хотелось бы дружить?

*Дети отвечают.*

*Психолог.*А теперь, девочки, давайте предоставим мальчикам возможность проявить смелость, ловкость.

**Игра «Петушки».**Я приглашаю мальчиков принять участие в весёлом соревновании. Мне понадобятся два игрока. Им нужно будет встать друг напротив друга и, прыгая на одной ноге, хлопать друг друга ладонью по ладони. Не устоявший на одной ноге считается проигравшим. Проигравшие по очереди выбывают из игры. В конце игры остаётся один – победивший всех остальных. *(Дети выполняют задание.)*

*Психолог.*Девочки, давайте поздравим победителя и поаплодируем ему. А сейчас мы проведём конкурс среди девочек. Девочки наши должны быть изящными, грациозными, и мы с мальчиками это сейчас проверим.

**Упражнение «Приглашение на танец».**Наши девочки будут танцевать. Но, чтобы им было легче это сделать, им будут немножко помогать наши мальчики. Итак, мальчики приглашают девочек на танец. *(Педагог объясняет и показывает детям, как это надо делать мальчики кланяются, приглашают жестами девочек на танец, а девочки грациозно приседают, благодаря мальчиков за приглашение.)*

Разбейтесь на пары: мальчик с девочкой. Возьмитесь за руки. *(Звучит музыкальное сопровождение. Дети танцуют.)*Музыка закончилась. Поклонитесь друг другу. Мальчики, отведите девочек на место. Теперь, мальчики, выбирайте девочку, которая танцевала лучше других.

**Игра «Лужа».**

*Психолог.*Я подготовила для вас игру, в которой мальчики научатся помогать девочкам, а девочки-благодарить мальчиков за их помощь.

Садитесь на стульчики. *(Психолог, переходя от одного ребёнка к другому, говорит: «Иду, иду, иду, дружка себе найду!» Затем останавливается перед одним из детей и спрашивает: «Хочешь играть со мной? Тогда пойдём вместе». Психолог берёт ребёнка за руку, и они вместе идут дальше, декламируя: «Идём, идём, идём, дружка себе найдём!» Постепенно психолог собирает в одну цепочку всех детей. Все образуют круг.)*

**Игра «Найди свою пару».**А теперь-новая игра. Встаньте парами: девочка с мальчиком. Посмотрите на своего партнёра. Как только зазвучит музыка, вы свободно будете двигаться по группе уже без пары. Как только музыка прервётся, все девочки и мальчики должны как можно скорее найти свою пару. Те мальчик и девочка, которые первыми успеют найти друг друга и взяться за руки, будут победителями. *(Игру можно повторить 3-4 раза.)*

Итак, что нового вы узнали сегодня о мальчиках и девочках? Каким должен быть мальчик? девочка? *(Ответы детей.)*Нарисуйте в своих альбомах мальчика и девочку.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 6 «С кем я живу».**

**Цель:**помочь каждому ребёнку почувствовать себя любимым и принимаемым другими членами его семьи; продолжать учить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливое отношение к членам семьи.

**Ритуал приветствия.**

**Беседа «Что такое семья?»**А вот чьи вы – это мы сегодня и попробуем выяснить. Сегодня наш разговор пойдёт о вас и о ваших семьях. Как вы думаете, что такое семья? *(Ответы детей.)* Да, семья-это близкие друг другу люди, они живут вместе и помогают друг другу.

**Упражнение «Кто кому кто?»**Посмотрите на эту картинку: здесь изображена большая семья. *(Демонстрируется картинка «Семья».)*Давайте разберёмся, кто в этой семье кому и кем доводится. Каждому из вас я дам карточку, на которой изображены отдельные члены семьи. Вы должны будете сказать, кто кому кем приходится. Например, в этой семье два мальчика: они друг другу – братья; бабушке девочка доводится внучкой. *(Дети выполняют аналогичные задания.)*

Давайте поближе познакомимся с каждым членом семьи. А начнём мы это знакомство с мамы. С чем можно сравнить мамину улыбку?

*Дети отвечают.*

*Психолог.*От маминой улыбки нам становится очень хорошо, радостно, светло и тепло, как от солнышка. А сами вы улыбаетесь своей маме? *(Ответы детей.)*

**Беседа «Чем порадуем родителей?»**Я предлагаю вам послушать одно стихотворение:

*Мой день*

Утром я проснулся сам,

Утром я оделся сам,

А потом умылся сам,

Съел свой завтрак тоже сам.

Днём я прогулялся сам

И домой вернулся сам.

Дома поиграл я сам,

Книжку почитал я сам,

Вечером разделся сам,

Спать улёгся в тишине…

Увидел звезду в окне.

Не скандалил и не хныкал.

Вот и всё.

Спасибо мне!

Дети, расскажите, как вы ведёте себя дома и что умеете делать самостоятельно. Узнал ли кто-нибудь из вас в этом стихотворении себя? Объясните, плохо или хорошо вёл себя мальчик в стихотворении, и как бы вели себя вы, понравится ли ваше поведение маме или папе, если вы будете такими, как этот мальчик? Как вы можете порадовать маму? Папу? *(Ответы детей.)*

**Игра «Мы очень любим».**

*Психолог.*Семья-это люди, которые любят друг друга. Вставайте в кружок. Выберем ведущего, он встанет в центр круга. А остальные представят, что они-мама, папа, бабушка, дедушка-словом, те, кто очень любит нашего ведущего. Он будет нам по очереди кидать мячик, а мы – называть его ласковыми словами.

А теперь вспомните ситуации, когда вы своей семьёй бывали в интересном месте или, может, вы отмечали какой-нибудь праздник, а может, это был самый обычный день, но вам вместе было хорошо, уютно. *(Рассказы детей.)*

**Рисунок «Особый день моей семьи».**

*Психолог.*В своих альбомах нарисуйте этот день, подумайте, чем будут заняты на картинке члены вашей семьи, какое настроение будет на их лицах. Покажите рисунки друг другу, поделитесь своими впечатлениями.

Что нового вы узнали на сегодняшнем занятии? Что вам особенно запомнилось?

**Ритуал прощания с группой.**

**КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ**

**Раздел 1 «Я и мои эмоции»**

**Занятие 1 «Азбука настроения»**

**Цель:**закреплять умения детей определять эмоциональные состояния людей; упражнять в регуляции своего эмоционального состояния.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Я очень хороший».**Детям предлагается повторять фразу «Я очень хороший» вслед за психологом с разной громкостью несколько раз: шёпотом, громко, очень громко.

**Игра «Азбука настроения».**

Психолог раздаёт детям картинки разных животных и людей с разными эмоциональными чувствами. Детям предлагается определить эти эмоциональные состояния.

При обсуждении задания психолог уточняет у детей, какое эмоциональное настроение нравится детям и почему?

**Игра «Покажи чувство».**Дети выходят по одному в круг и показывают с помощью мимики, жестов, движений любое чувство. А все остальные дети должны отгадать это чувство.

**Игра «Прочитай письмо».** Психолог-«почтальон» приносит письма, но не обычные, а зашифрованные: в каждом письме мимически изображено по 2-3 эмоциональных состояния, их надо расшифровать. Каждому ребёнку вручается конверт, и дети друг за другом рассказывают, что они «прочитали» в своих письмах. *(Когда дети хорошо научаться сочинять рассказы по коротким письмам, можно увеличить количество изображений, а также можно предложить самим сочинять и писать письма друг другу.)*

**Рисунок «Мое настроение».** После выполнения задания ребята, сидя в кругу, обсуждают свои рисунки.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 2 «Отгадай эмоцию».**

**Цель:**продолжать учить детей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; учить передавать его с помощью мимики, речи, рисунка.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Изобрази животное с определённым эмоциональным состоянием».**Каждый ребёнок по кругу изображает любое животное с помощью жестов, мимики, движений с любым эмоциональным состоянием. Все остальные дети должны отгадать животное и его чувство.

**Игра «Попугай».**Психолог произносит фразу: «Я иду гулять». Все остальные дети должны повторить эту фразу по кругу , но с разными чувствами. Они должны догадаться, кто с каким чувством произнёс эту фразу.

**Игра «Закончи предложение».**

- Когда ребёнок упал и разбил коленку, он чувствует…

- Его мама чувствует…

- Воспитатель чувствует…

- Когда ребята не хотят играть с мальчиком или девочкой, то они чувствуют…

**Игра «Баба-Яга».**Дети стоят в кругу. Кладётся обруч – внутри «Баба-Яга». Дети бегают вокруг круга и дразнят: «Баба-Яга, костяная нога, с печки упала, ногу сломал, пошла в огород, испугался народ, побежала в баньку, испугала зайку. *(Выбранная из детей «Баба-Яга» бегает по кругу и пытается коснуться ребят верёвочкой. Кого коснётся – тот «замирает» на месте.)*

Давайте все дружно покажем злую Бабу-Ягу… Вам нравится злая «Баба-Яга»? *Ответы детей.)*А теперь покажем добрую «Бабушку-Ягу». Давайте придумаем для неё ласковые слова. *(Ответы детей.)*

**Рисунок «Добрая Баба-Яга».**

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 3 «Язык жестов и движений»**

**Цель:**закрепить с детьми знания о культуре жеста; научить владеть своими мыслями и чувствами при помощи мимики, жестов, движений.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Походки».**

*Психолог.*Сейчас вы будете ходить как разные люди или животные. Итак, я даю вам задание – показать, как ходит маленький пушистый котёнок. Вспомните, как он двигается, и попробуйте изобразить его. *(Варианты походок: походить, как старый дедушка, как слон, как клоун в цирке, как заяц и т.д.).*Дети могут придумать свои варианты, а остальные должны угадать, кого изображают. А теперь попробуйте представить себе, что нас заколдовал волшебник и превратил каждого в какую-нибудь игрушку.

**Игра «Игрушки».**

*Психолог.*Закройте глаза и постарайтесь увидеть, в какую игрушку вы превратились: в куклу, мишку, машинку, мячик или во что нибудь другое. Может быть, вам удастся почувствовать, как ваш хозяин играет с вами, как он берёт вас на руки, любуется своей игрушкой. Постарайтесь запомнить эти ощущения. А теперь откройте глаза. Давайте попробуем догадаться, кто в какую игрушку только что превращался. *(По очереди в центре внимания оказывается каждый ребёнок.)*

**Игра «Расскажи сказку без слов».**

*Психолог.*Сейчас мы побываем в Молчаливом Театре. Здесь все актёры не говорят, а только показывают движения. Мы будем без слов показывать сказку «Репка». Давайте распределим роли и вспомним сказку. А наши зрители посмотрят этот спектакль и потом расскажут, всё ли им было понятно. *(Дети выполняют задание.)*

**Этюд «Это я! Это моё!». (***Детям предлагается показать историю без слов).*

Ребёнок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя ребёнка). «Чьи это игрушки?» и т.п. Мальчик отвечает жестом. (Выразительные движения: рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!»; прижатая к груди кисть…

**Этюд «Тише!»**

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котёнок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!» (Выразительные движения: шею вытянуть вперёд, указательный палец приставить к самим губам, брови поднять вверх.)

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 4 «Давайте жить дружно!».**

**Цель:**формировать чувство принадлежности к группе; помогать каждому ребёнку чувствовать себя более защищено, преодолевать трудности в общении.

**Ритуал приветствия.**

*Психолог.*Послушайте стихотворение:

Детский сад, детский сад…

Почему так говорят?

Мы ведь не осинки,

Мы ведь не рябинки.

Вовы, Клавы, Мишеньки-

Это же не вишенки!

Детский сад, детский сад…

Почему так говорят?

Мы ведь не листочки,

Мы ведь не цветочки,

Голубые, аленькие-

Мы ребята, маленькие!

Детский сад, детский сад…

Почему так говорят?

Потому, что дружно в нём,

Мы одной семьёй растём!

Оттого и говорят:

В этом доме детский сад.

*(В.Товарков)*

*Психолог.*Вы прослушали стихотворение о том, как дружно живут в детском саду дети. А вы – дружные ребята, помогаете ли вы друг другу? Не обижаете ли вы других? Если «да», то я хочу проверить правдивость ваших слов, если «нет», то давайте, выполним задание.

**Игра «Передай мячики».**

*Психолог.*Встаньте в круг. Вам необходимо будет как можно скорее передавать мяч из рук в руки и ни в коем случае не уронить его. Тот, кто уронит мяч, выбывает из игры. *(Дети выполняют задание.)*Усложним нашу игру: повернитесь спиной в круг и, убрав руки за спину, передавайте мяч соседу. *(Дети выполняют задание.)*А теперь то же самое проделайте с закрытыми глазами. *(Дети выполняют задание.)*

**Игра-рисунок «Рукавички».**

*Психолог.*В дружбе очень важно уметь договариваться друг с другом. Ведь даже лучшие друзья иногда спорят друг с другом, но никто не обижается, так как они умеют найти общий язык. Мы тоже будем учиться тому, как нужно договариваться. Я по всей комнате разложу пары рукавичек с одинаковым орнаментом, но не раскрашенные. Вы поднимете одну рукавичку, найдёте свою «пару», сядете вместе за стол и с помощь. Трёх карандашей разного цвета постараетесь как можно быстрее раскрасить рукавички совершенно одинаково. *(Психолог наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются; оказывает детям необходимую помощь.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 5 «Эмоциональные состояния»**

**Цель:**дифференциация и адекватная интерпретация эмоциональных состояний других людей.

**Ритуал приветствия.**

**Вариант 1.**Детям предлагают продемонстрировать весёлого, печального, испуганного, сердитого, удивлённого мальчика (девочку). Каждое эмоциональное состояние называют по мере выполнения.

**Вариант 2.**Детям предлагают назвать и изобразить героя сказки или мультфильма, который был весёлым, грустным, испуганным, сердитым, удивлённым.

*(Эмоциональное состояние героя называют по мере выполнения задания.)*

Психолог предлагает детям ответить на вопросы:

- Когда человек удивляется?

- Когда человек получает удовольствие?

- Когда бывает стыдно?

- Когда бывает страшно?

- Когда человек злится?

- Когда бывает радостно?

- Когда у человека горе?

- Как вы думаете, почему детям больше нравятся книжки с картинками?

- Что произойдёт с человеком, если он увидит на берёзе груши?

- Что ты чувствуешь, когда ешь любимую конфету?

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

- Что чувствует кошка, когда за ней гонится собака?

- Что чувствует собака, когда другая собака утащила у неё кость?

- что почувствует человек, если у него пропадёт любимое животное?

**Рисунок – ситуация.**Детям предлагается вспомнить и нарисовать ситуацию, когда они испытывали: страх, радость, удивление, горе, злость. В последствие происходит обсуждение детских рисунков.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 6 «Игры, этюды, упражнения»**

**Цель:**развитие воображения, выразительности движений, закрепление основных эмоций.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Джинн».**

*Психолог.*Предлагаю всем нам отправится на станцию «Исполнения Желаний». Нас будут встречать Джинны. Нам необходимо выбрать того, кто будет исполнять роль Джинна. Остальные превращаются в бутылку, в которой живёт Джинн. Встаньте в круг, поднимите вверх руки и направьте их к центру. «Джинн» становится в центр круга. После волшебных слов «Крибле!Крабле!Бумс!», которые произнесут все дети хором, им нужно будет расступиться и выпустить Джинна. Он выбегает и просит, чтобы дети загадали три желания, которые он должен выполнить. Желания должны заключать в себе изображение какого-то настроения с использованием выразительных движений. (*На роль Джинна избирается затем другой ребёнок.)*

**Игра «Встреча эмоций».**Теперь мы попадаем на станцию «Сортировочная». Здесь нам необходимо будет рассортировать, разложить карточки с изображениями различных настроений на две группы: приятные и неприятные. *(Дети выполняют задание.)*

Теперь я предлагаю вам представить, как встречаются разные настроения: то, которое вам нравится, и то, которое неприятно. Я предлагаю выйти вперёд паре детей, пусть они возьмут по одной карточке из разных групп и, повернувшись друг к другу лицом, изобразят настроения: один – «хорошее», другой – «плохое». *(Затем выходит другая пара. Дети-зрители и психолог наблюдают изменения выражений лиц при встрече эмоций – это может быть удивление, смех и т.д. – и вместе придумывают, как можно «помирить» эмоции.)*

**Игра «Полярные эмоции».**Итак, мы с вами поговорили о том, что настроение бывает хорошим и плохим. Теперь мы можем сделать остановку на следующей станции – «Двух волшебниц». Здесь живут две волшебницы: одна злая, другая – добрая. Каждому из вас я раздам листы с изображениями волшебниц и их узорчатых ковриков. Вам необходимо подумать и раскрасить все, соотнося цветовую гамму с образами этих двух волшебниц, особенностями их характера, настроением. *(На своих листочках дети раскрашивают предметы, обозначающие полярные понятия:*

1. *изображения, обозначающие полярные понятия;*
2. *волшебный ковёр доброй волшебницы и волшебный ковёр злой колдуньи;*
3. *зонтик, уснув под которым, увидишь добрые, весёлые сны, и зонтик, уснув под которым, увидишь только страшные сны.*
4. *Затем дети объясняют свой выбор цвета.)*

**Игра «Зеркало».**Следующая остановка в нашем путешествии - станция «Зеркальная». Вам необходимо разбиться на пары и встать друг к другу лицом. По моей команде один ряд детей должен будет показать настроение, а другие члены пары – отразить его. *(Затем дети меняются местами. Так проигрываются все изученные эмоции.)*

**Рисунок «Поезд эмоций».** Наше путешествие подходит к концу, и сейчас мы нарисуем поезд, на котором путешествовали. Поезд рисуется так:

1. впереди поезда паровоз;
2. за паровозом друг за другом прицеплены три вагона;
3. в каждом вагоне по два пассажира – человека;
4. у каждого своё настроение.

Вспомните, какие настроения мы изучали, и перенесите их изображения на лица пассажиров.

*(Дети рисуют. Затем психолог вместе с детьми обсуждает получившиеся картинки.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Раздел 2 «Я+Я»**

**Занятие 1 «Автопортрет»**

**Цель:**учить детей различать свои индивидуальные особенности (внешность, лицо, походку, пол и т.п.).

**Ритуал приветствия.**

**Упражнение «Выбери картинку**». Давайте посмотрим в зеркало, и получше рассмотрим себя. А теперь посмотрите: у меня на столе разложены картинки. На этих картинках изображены разные дети. Внимательно их рассмотрите и покажите изображение того ребёнка, на которое вы больше всего похожи. *(Дети выполняют задание, затем происходит обсуждение, где дети объясняют свой выбор.)*

**Игра «Дотронься до…»**А теперь давайте поиграем в новую игру. Вы все одеты по-разному. И когда я скажу: «Дотронься до…синего, вы внимательно посмотрите друг на друга и, обнаружив в одежде у кого-то синий цвет, дотроньтесь до него рукой. *(Цветовая гамма в команде меняется, психолог следит, чтобы дети дотрагивались до каждого участника. Затем предлагается дотронуться до того, кто самый высокий или низкий, у кого самые светлые волосы и т.д.).*

**Беседа «Кто я?»**Психолог предлагает детям рассказать о себе, как о другом человеке. Например: «Этого человека зовут… Он любит…У него есть друзья… и т.д.

**Игра «Ласковушки».**

*Психолог.*Каким ласковыми именами вас называют родители? *(Дети по кругу передают мяч и называют себя ласковыми словами).*В каких случаях это происходит? Как вы себя чувствуете, когда к вам обращаются ласково? Что вам хочется сделать в ответ на ласковое слово?

*Психолог.* Давайте встанем в круг, возьмёмся за руки и скажем друг-другу «ласковушки».

**Игра «Презентация».**Каждому ребёнку предлагается раскрыть свои творческие способности: спеть песню, станцевать рассказать стихотворение, анекдот, смешную историю из жизни и т.д.

**Рисунок «Автопортрет».**

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 2 «Узнай себя»**

**Цель:**развивать позитивное представление о своём «Я»; помочь ребёнку обрести уверенность в своих силах.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Незнайка».**

*Психолог.*Представьте, что каждый из вас – «Незнайка». Я буду задавать вопросы, а вы только пожимайте плечами и разводите руками.

Примерные вопросы:

1. Вы сегодня завтракали в детском саду?
2. На улице холодно?
3. У вас есть тёплая одежда?
4. Какая?
5. Какого цвета небо?
6. Вам нравятся рыбки в аквариуме?
7. Вы сегодня хорошо себя вели?
8. Вы сегодня пойдёте гулять? И т.д.

**Игра «Телепередача».**Ребёнок превращается в маму или папу. Приходит на «телепередачу» и рассказывает о своём сыне (дочери), т.е. о себе.

**Игра «Гадкий утёнок».** Дети встают в круг-они семья, знакомые гадкого утёнка. Каждый представляет себя. Один ребёнок встаёт в круг – он «гадкий утёнок». Дети, стоящие в кругу выражают вербально своё отношение к «гадкому утёнку» словом «Фу!2. Затем психолог говорит о том, что наступила ночь. Все дети укладываются спать. «Гадкий утёнок» смотрит на психолога и повторяет движения. Психолог: «Утёнок стал расти, стал стройным, красивым, мужественным и превратился в прекрасного лебедя. Наступил день, все проснулись. И лебедь гордо произносит: «Я лебедь!» Все дети должны проявить восхищение и выразить своё желание быть другом лебедю.

**Игра «Я умею!**». Дети, загибая каждый палец своей руки, перечисляют свои умения.

**Рисунок «Я люблю больше всего…».** *(После завершения задания происходит обсуждение рисунков детей).*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 3 «Я знаю, я могу!»**

**Цель:**помочь ребёнку увидеть в себе положительные стороны, почувствовать, что он понимаем и ценим другими.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Я умею…»**Дети по кругу перечисляют и называют положительные стороны своего соседа. Дети по кругу передают мяч со словами – «Я умею…»; «Я не умею, но хочу научиться…».

**Игра «Я знаю…»**Дети стоят в кругу и кидают мяч друг другу со словами – «Я знаю, ты можешь…» (например: красиво танцевать, рисовать и т.п.). Мяч передаётся на каждую фразу.

**Игра «Ёжик».**Один ребёнок сворачивается «клубочком» и становится «ёжиком». Психолог вместе с остальными детьми прикасается нежными движениями к нему со словами: «Ёжик, ёжик, ты у нас добрый, хороший, ласковый, и совсем не колючий. Открой и покажи нам свои красивые, умные глазки». Затем другой ребёнок становится «ёжиком» и т.д.

**Игра «На кого я похож?**» Дети садятся в круг. Выбирается один ребёнок, который выходит в центр круга, а остальные задают вопросы: - «На какое животное он похож?», «На какой цветок?», «На какое дерево?» и т.д.

**Дети, выбрав себе пару, рисуют портреты друг друга.***(Обсуждение, почему тот или иной участник выбрал именно этого ребёнка).*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 4 «Мои желания»**

**Цель:**развить позитивное представление у детей о своём «Я», помочь преодолеть эмоциональные проблемы, развить уверенность в себе, эмоциональное напряжение.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Кто я?»**Дети сидят в кружок на ковре. Выбирается, по желанию ребёнок, который выходит за дверь. Все остальные дети совместно с психологом на листе бумаги отвечают на вопрос: «Какой Коля?», обговаривая его положительные качества. Затем все вместе просим ребёнка вернуться и психолог произносит: «Коля, мы с детьми думаем, что ты у нас… (психолог зачитывает все положительные качества ребёнка.) Игра продолжается и за дверь выходит следующий ребёнок.

**Игра «Разыщи радость».**Дети по очереди называют все вещи, события, явления, которые приносят им радость: дела, которые удаётся делать хорошо; любимые места; любимые мультфильмы; сказки).

**Игра «Хваста».** Дети сидят на стульях. Психолог просит превратиться в хвастунишек. Каждый ребёнок по очереди выходит в круг и хвастается. (Например: «У меня красивое платье; Я лучше всех умею танцевать» и т.д.).

**Игра «Стул любви».** *Психолог*. Этот стул не простой, это стул любви. Кто первым хочет посидеть на нём и получить от окружающих тепло, ласку и любовь? Садится ребёнок и закрывает глаза. А остальные дети тихонько подходят к нему, и нежно гладят его по спинке, волосам, рукам. А затем на цыпочках разбегаются. Ребёнок открывает глаза и говорит о своих ощущениях.

**Игра «Моё желание»**. Представь, что ты нашёл волшебную палочку, которая исполняет все желания. Что бы ты, попросил у неё? *(Обсуждение ответов детей.)*

**Рисунок «Моё желание».** *(Обсуждение рисунков.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 5 «Волшебное зеркало»**

**Цель:**обогатить опыт самопознания, формирование адекватной самооценки.

Психолог раздаёт детям маленькое зеркало и просит посмотреть на себя «чужими» глазами так, как будто вы «художники» и собираетесь нарисовать его, кого видите в зеркале. Дети рассказывают о себе, как о другом человеке.

**Ритуал приветствия.**

**Игра с зеркальцем.**Психолог просит детей изменить выражение лица. Пусть оно будет и весёлым, и грустным, и смешным, и умным.

**Игра с большим зеркалом.**

*Психолог.*Рассмотрите себя в большое зеркало. Нравится ли вам человек в зеркале? Что именно вам в нём нравится? Найдите и скажите нам свои привлекательные качества. Похвалите себя. Скажите: «Ох, какой же я, красивый, на всём свете не найдёшь такого замечательного ребёнка!»

**Рисунок «Моё отражение в волшебном зеркале».***(Детям предлагается изобразить себя по особенному, по волшебному. Далее происходит обсуждение рисунков.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 6 «Я нужен…».**

**Цель:**сплочение группы, повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки.

**Ритуал приветствия.**

**Упражнение «Скала».***Психолог.*Встаньте прямо, поставьте ступни ног параллельно, на небольшом расстоянии друг от друга. Голова, шея, плечи – прямые, но не напряжены. Покачайтесь с носка на пятку, плавно прижимая пятки к полу. Напрягите мышцы ног, живота и груди. Ощутите себя неподвижными, как скала. Я подойду к каждому из вас и попытаюсь слегка толкнуть в плечо. Напрягись, сопротивляясь толчку. Расслабьтесь и пройдитесь. Вы чувствуете уверенность в своих силах, большую устойчивость.

**Игра «Ладошки».** Психолог предлагает детям разделиться на пары. Дети, входящие в пару, поворачиваются друг к другу лицом, соединяют ладошки и движутся под музыку, преодолевая пуфики, стулья, пролезают сквозь обруч, идут по узкому «мостику» и т.д.

**Упражнение «Я знаю».** Дети встают в круг и передают друг другу мяч со словами одобрения: «Я знаю, ты можешь…(хорошо дружить, быстро бегать и т.п.»). При возникновении затруднений, психолог предлагает свою помощь.

**Ролевая гимнастика.** Психолог предлагает детям улыбнуться, как ласковое солнышко; изобразить кота, греющего под солнечными лучами; нахмуриться, как осенняя туча; изобразить разъярённого льва, готового к прыжку; попрыгать, как кузнечик, как кенгуру; изобразить походку уверенного в себе человека.

**Рисунок «Моя ладонь».**

**Ритуал прощания с группой.**

**Раздел 3 «Я и моё окружение»**

**Занятие № 1 «Мои друзья»**

**Цель:**снятие напряжённости, эмоциональное раскрепощение детей; преодоление барьера отчуждённости; развитие общительности. Способствовать закреплению внутренней установки «Я-хороший» через открытие в себе и других положительных сильных сторон, развивать рефлексию, сплочённость группы.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Приятное слово».**Дети сидят в кругу на ковре. Психолог предлагает каждому ребёнку сказать приятное слово своему соседу.

**Игра «Как меня видит другие».**Дети сидят на ковре. Психолог выбирает по желанию ребёнка, который выходит за дверь. Все остальные дети вместе с психологом называет положительные качества этого ребёнка. (психолог записывает на листе). Затем все дети и психолог зачитывает произнесённые детьми фразы.

**Игра «Спина к спине».**Дети движутся по группе в разных направлениях, как только психолог назовёт: «Рука в руке!» дети должны объединяться по два человека и соединиться между собой руками. Игра продолжается, только теперь дети соединяются между собой ногами, плечами, носами, лбами и др. Дети должны постоянно менять партнёра, два раза подряд с одним и тем же человеком соединятся, нельзя.

**Игра «Ветер дует на…»**Дети сидят на стульчиках. Психолог: «Ветер дует на того, кто любит животных». Дети должны быстро встать в одну шеренгу. Вопросы могут быть самыми различными.

**Игра «Подарок».**Дети сидят на стульях. Психолог: «Ваш друг уезжает в далёкое путешествие. Он уже сел в поезд. Вам хочется на прощание сделать ему подарок, но в вагон не пускают. Подарок надо преподнести перед окном с помощью мимики и жестов. Каждый ребёнок с помощью жестов и мимики показывает свой подарок.

**Игра «Найди друга».**Все дети стоят в кругу. Один ребёнок выходит в круг, ему завязывают глаза. Все остальные дети идут по кругу, на слова психолога: «Раз, два, три-замри!» дети останавливаются. Ребёнок с завязанными глазами подходит к одному из детей, и с помощью рук должен узнать и найти друга. Затем они оба обнимаются. Игра продолжается, в круг встаёт следующий ребёнок.

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 2 «Мои друзья»**

**Цель:**эмоциональное раскрепощение детей; преодоление барьера отчуждённости; развитие общительности.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Чьи ладошки приходили к тебе в гости».**Дети сидят на ковре. Выбирается один ребёнок – водящий, который подходит к каждому из детей и ощупывает их руки, стараясь запомнить – какие они? Затем этот ребёнок садится на стул и закрывает глаза. Один из детей кладёт свои руки на руки водящего. Водящий должен отгадать, чьи ладошки приходили в гости.

**Игра «Хрюкните те, кто…».**Психолог задаёт детям вопросы, на которые дети должны ответить «хрюканьем». (Например: «Хрюкните те, кто имеет сестру…»).

**Игра «Калейдоскоп».**Все дети становятся полукругом и надевают водящему (ребёнку) цвет, который каждый из них предпочитает. Затем водящий отворачивается, игроки меняются местами. Водящий должен вспомнить, какому игроку, какой цвет нравится. (Вместо цвета можно называть животное, цветок, книгу и др.).

**Игра «Подари камешек».**Ребята, возьмите из коробки по одному камешку и подарите его тому, кому захотите, но обязательно со словами: «Я дарю тебе этот камешек, потому что ты самый…». Тем детям, которым ничего не досталось, камешки дарит психолог, но обязательно отмечая при этом лучшие качества ребёнка, которому он дарит подарок.

**Рисунок «Мой друг».***(После выполнения задания происходит обсуждение рисунков).*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 3 «Мальчики и девочки».**

**Цель:**учить понимать различия между мальчиками и девочками в основных чертах характера и поведении; развивать навыки общения мальчиков с девочками.

**Ритуал приветствия.**

**Беседа с детьми.**Психолог. «А какой должна быть девочка, с которой детям хотелось бы дружить?» (Дети отвечают…).

**Игра «Петушки».**Психолог: «А теперь, девочки, давайте предоставим мальчикам возможность проявить смелость, ловкость». Я приглашаю мальчиков принять участие в весёлом соревновании. Мне понадобятся два игрока. Им нужно будет встать друг напротив друга и, прыгая на одной ноге, хлопать друг друга ладонью по ладони. Не устоявший на одной ноге считается проигравшим. Проигравшие выбывают из игры. В конце игры остаётся один, победивший всех остальных. (*Дети выполняют задание.)* Психолог: «Девочки, давайте поздравим победителя и поаплодируем ему. А сейчас мы проведём конкурс среди девочек. Девочки наши должны быть изящными, грациозными и мы с мальчиками это сейчас проверим.

**Упражнение «Приглашение на танец».**Наши девочки будут танцевать. Но, чтобы им было легче это делать, им будут немножко помогать наши мальчики. Итак, мальчики приглашают девочек на танец. (Психолог объясняет и показывает детям, как это надо делать: мальчики кланяются, приглашают жестами девочек на танец, а девочки грациозно приседают, благодаря мальчиков за приглашение.) Разбейтесь на пары, мальчик с девочкой, возьмитесь за руки. (Звучит музыкальное сопровождение, дети танцуют). Музыка закончилась. Поклонитесь друг другу. Мальчики, отведите девочек на место. Теперь, мальчики выбирайте девочку, которая танцевала лучше других.

**Игра «Найди свою пару».***Психолог:*«А теперь-новая игра. Встаньте парами: девочка с мальчиком. Посмотрите на своего партнёра. Как только зазвучит музыка, вы свободно будете двигаться по группе уже без пары. Как только музыка прервётся, все девочки и мальчики должны как можно скорее найти свою пару. Те мальчик и девочка, которые первыми успеют найти друг друга и взяться за руки, будут победителями». (Игру можно повторить 3-4 раза).

*Психолог:*Итак, что нового вы узнали сегодня о мальчиках и девочках? Каким должен быть мальчик? Девочка? *(Ответы детей).*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 4 «Одна команда»**

**Цель:**сплочение группы, развитие коммуникативных навыков.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Через стекло».**Дети передают ситуации с помощью жестов, мимики: «Ты забыла надеть шарф, а на улице холодно»; «Принеси мне стакан воды, я хочу пить»; «Ты хочешь со мной порисовать?»; «У меня болит горло»; «Я хочу есть»; «Я съел кислый лимон»; «Я несу тяжёлые сумки»; «Я на речке ловлю рыбу на удочку»; «Я строю из кирпичей дом».

**Игра «Говорящие зеркала».**Дети стоят в кругу – они «зеркала». Выбирается водящий, который берёт в руки зеркальце. Водящий подходит к каждому ребёнку и произносит: «Свет, мой зеркальце скажи, да всю правду доложи…» Каждый ребёнок должен назвать положительное качество водящего.

**Игра «Слепой».**«Слепому» завязывают глаза, он ходит по кругу, садится на колени любому ребёнку и старается его рассмешить, чтобы угадать его имя. Если это ему удаётся, то «слепым» становится угаданный ребёнок. Игра продолжается.

**Коллективный рисунок «Дорисуй».**Дети сидят на ковре кругом. Один ребёнок начинает рисовать, как только психолог скажет «Стоп!», он должен передать рисунок следующему участнику. После того, как дети закончат рисовать, психолог уточняет: «Можно ли придумать этому рисунку название? Смогли ли вы поддержать и продолжить тему соседа?».

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 5 «Перевоплощение»**

**Цель:**учить детей понимать взаимоотношения людей по жестам, позе, мимике; развивать воображение, зрительную память; повышать уверенность в себе.

**Ритуал приветствия.**

**Игра «Иностранец».**Из детей выбирается «Иностранец». Дети объясняют ему с помощью жестов, мимики, движений, кто они, где живут, рассказывают про детский сад, про свою семью. Дети прощаются с «Иностранцем».

**Игра «Перевоплощение».**Дети показывают движения: первые шаги ребёнка; глубокого старика; пьяного мужчину; разъярённого льва; красивую женщину; военного и т.д.

**Игра «Капризуля».**Выбирается девочка – «капризуля», которая говорит, что она ничего не умеет, не знает, а только плачет целыми днями. Дети, давайте сделаем «капризуле» комплимент и каждый из вас скажет, что он умеет делать (дети высказываются по кругу).

*Психолог:*«Капризуля», мы будем твоими друзьями, только ты перестань плакать и вместе с ребятами ты обязательно всему научишься. Ребята у нас добрые и тебе обязательно помогут, если у тебя не будет что-нибудь получаться. Высказывания детей… «Капризуля» смеётся, обещает, что будет дружить со всеми детьми, и больше не будет капризничать.

**Рисунок «Кем я стану, когда вырасту».***(Рисунки детей обсуждаются.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**Занятие № 6 «Танцевальный марафон»**

**Цель:**двигательное раскрепощение, снятие эмоционального напряжения.

**Ритуал приветствия.**

**«Свободный танец - разминка».**Участники выполняют любые танцевальные движения под современную музыку.

**«Зеркальный танец».**Психолог предлагает детям встать в пары. Он начинает танец, выполняя несложные движения под музыку. Задача детей – повторить их, как в зеркальном отражении.

**Танец «Четыре стихии».**Под музыкальное сопровождение дети двигаются, танцуют. Когда они услышат слова «Вода» - вытягивают руки вперёд; слово «Земля» - опускают руки вниз; слово «Воздух» - поднимают руки вверх; слово «Огонь» - руки в стороны.

**Игра «Музыкальный стульчик».**

**Рисунок «Танец души».***(Обсуждение рисунков детей.)*

**Ритуал прощания с группой.**

**5. Планируемая деятельность с детьми.**

**5.1 Коррекционная работа с детьми склонных к агрессивному поведению**

*Программа коррекционно-развивающей работы с агрессивными детьми.*

Цель: снижение агрессии во взаимоотношениях со сверстниками, развитие навыков общения.

Задачи:

1. Коррекция поведения с помощью ролевых игр

2. Формирование адекватных форм поведения

3. Учить осознавать свое поведение

4. Развивать выразительность движений, регулировать поведение в коллективе.

5. Развитие навыков общения в различных жизненных ситуациях с ориентацией на ненасильственную модель поведения.

Структура занятия включает следующие элементы:

\* Ритуал приветствия

\* разминка

\* основное содержание (4 упражнения)

\* рефлексию (в рисунках)

\* ритуал прощания.

Форма работы- групповая в свободное от занятий время.

Методы и техника работы-психогимнастика, игротерапия, ИЗО терапия, музыкотерапия, пальчиковые игры, сказкотерапия, этюды.

Длительность- 30 минут, 1 раз в неделю.

Содержание занятий:

**Занятие 1. «Знакомство»**

Ритуал приветствия (дарим улыбку окружающим)

**1. Игра «Интервью»**

Цель: создание атмосферы принятия и понимания, развитие навыков общения, активного слушания, эмпатии.

Ведущий, используя микрофон, по очереди подходя к каждому ребенку, представляется журналистом и просит его сказать несколько слов о себе.

2**. Игра «Дракон кусает свой хвост»**

Цель: снятие напряженности, невротических состояний, страхов.

**3. Игра «Баржа»**

Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие познавательных процессов, преодоление неуверенности в себе.

Участники становятся в круг и называют слова, перебрасывая при этом друг другу мяч, т.е. «грузят баржу»: например. Все слова на «Н» (ножницы. Нарциссы, налим).

**4. Игра «Связующая нить»**

Цель: формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других и самоценности.

Дети сидят, по кругу передавая клубок ниток так, чтобы все, кто уже держал клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим.

Ритуал прощания ( пение песни «Улыбка)

**Занятие 2. «Настроение»**

Ритуал приветствия

**1. Игра «Изучение тарабарского языка»**

Цель: создание позитивного настроения, внутренней свободы и раскованности, способности к самовыражению.

Ведущий говорит детям, что сегодня они научатся говорить на иностранном языке- тарабарском. Затем сначала рассказывает сам, а потом предлагает детям сказать какое-нибудь предложение, рассказать стихотворение или спеть песенку.

**2. Инсценировка сказки «Репка»**

Цель: снятие накопившегося внутреннего напряжения, развитие способности к самовыражению, сплочение группы.

**3. Рисование своего настроения**

Цель: упражнять детей передавать свое настроение через цветовые пятна, изображенные на листе бумаги.

**4. Игра «Колокол»**

Цель: сплочение группы. Эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Дети становятся в круг, поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

Ритуал прощания.

**Занятие 3. «Мы тебя любим»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Связующая нить»**

Дети, передавая клубок, говорят о том, что они хотят.

**2. Игра «Подари улыбку»**

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроя, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Участники становятся в круг, берутся за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа.

Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

**3. Игра «Презентация рисунка»**

Цель: развитие умения адекватно выразить свое эмоциональное состояние , повышение самооценки.

Каждый ребенок по очереди становится в круг и рассказывает о своем рисунке. Остальные в роли журналистов.

**4. Игра –танец «Представь себя…»**

Цель: создание позитивного настроения, сплочение группы, развитие наблюдательности, внутренней свободы и раскованности, способности к самовыражению, возможность посмотреть на себя со стороны.

Участники образуют большой круг. Каждый участник по очереди выходит в центр и называет свое придуманное имя . Например: «Я- Золушка». При этом выполняет движение, характерное для выбранного персонажа.

**5. Игра «Ласковое имя»**

Цель: создание позитивного настроения, развитие чувства доверия участников друг к другу. Формирование в группе атмосферы взаимной поддержки.

Каждый из участников по очереди становится в круг и протягивает руки ладонями вверх тому, с кого бы он хотел начать движение по кругу. Все по одному называют варианты (ласкательные) имени участника, стоящего в центре круга, и как бы «дарят» их.

**6. Игра «Мы тебя любим»**

Цель: эмоциональная поддержка, установление доверительных отношений.

Все участники становятся в круг. Каждый ребенок по очереди выходит в центр, его хором называют по имени, которое он предложит 3 раза. Затем хором проговаривают фразу: «Мы тебя любим».

Ритуал прощания.

**Занятие 4. «Все мы чем-то похожи»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Связующая нить»**

Цель: сплочение группы, развитие способности к сосредоточению и чувства ответственности.

Участники становятся в круг, держась за руки. Ведущий просить всех закрыть глаза и передать какой-нибудь сигнал. Получивший справа или слева сигнал должен передать его следующему по цепочке. Игра окончена, когда ведущий получает переданный им сигнал.

**2. Танец «Цветок»**

Цель: энергетическая подпитка. Восстановление сил, развитие умения побыть наедине с собой, прислушаться к внутреннему «Я».

**3. Игра «Зеркало»**

Цель: эмоциональное осознание своего поведения. Снижение напряжения, формирование умения подчиняться требованиям другого, произвольный контроль. Преодоление неуверенности.

Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу, таким образом разбиваясь на пары. Один человек в паре- водящий, другой- «зеркало». Водящий смотрится в зеркало, а оно отражает все его движения.

**4. Сочинение сказки.**

Цель: развитие умения выразить свое эмоциональное состояние.

Ритуал прощания.

**Занятие 5. «Взаимоотношения»**

Ритуал приветствия.

**1. игра «Связующая нить»**

Цель: физический контакт. Возможность почувствовать друг друга, настроится на сотрудничество и взаимопонимание.

Участникам необходимо разбиться на пары, встать спина к спине и попробовать медленно, не отрывая спины от спины партнера, сесть на пол. И точно так же встать.

**2. Танец «Свободы и победы»**

Цель: снятие агрессии, чувства вины, накопившегося внутреннего напряжения, развитие способности к самовыражению, сплочению группы.

**3. Игра «Обзывалки»**

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

«Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами. Это могут быть названия овощей, помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное».

**4. Игра «Взаимоотношения»**

Цель: формирование позитивной установки на отношение к окружающему миру. Формирование у детей моральных представлений.

Игра построена на обсуждении стихотворения Л.Кузьмина «Дом с колокольчиком»

Стоит небольшой

старинный

Дом над зеленым бугром.

У входа висит колокольчик,

Украшенный серебром.

И если ты ласково, тихо

В него позвонишь, то поверь,

Что в доме проснется старушка,

Седая- седая старушка,

И сразу откроет дверь.

Старушка приветливо скажет:

- Входи, не стесняйся, дружок.-

На стол самовар поставит.

В печи испечет пирожок.

И будет с тобою вместе

Чаек распивать дотемна.

И старую добрую сказку

Расскажет тебе она.

Но если, но если, но если

Ты в этот уютный дом

Начнешь кулаком стучаться,

Поднимешь трезвон и гром,

То выйдет Баба-яга,

И не видать тебе сказки

И не видать пирога.

**5. «Колокол»**

Цель: сплочение группы. Эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Дети становятся в круг, поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

Ритуал прощания.

**Занятие 6. «Хорошо нам вместе»**

Ритуал приветствия

1**. Игра «Закончи предложение»**

Цель: повышение уверенности в себе, в своих силах.

Ребенку предлагается закончить каждое из предложений:

-Я умею…

-Я могу…

-Я хочу…

**2. Игра «Разведчики»**

Цель: развитие наблюдательности, памяти. Коммуникативных и организаторских способностей, формирование чувства доверия и ответственности.

Из группы выбирается «разведчик» и «командир», остальные «отряд». В зале стулья расставлены хаотично. «Разведчик» проходит между стульями с разных сторон. «Командир» наблюдает за действиями «разведчика». Затем он проводит «отряд» по тому пути, который был ему показан «разведчиком».

**3. Игра «Жужжа»**

Цель: учить детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

«Жужжа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят. «Жужжа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиком, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужей».

**4. Игра «Аэробус»**

Цель: учить детей согласованно действовать в небольшой группе, показать. Что взаимное доброжелательное отношение товарищей по «команде» дает уверенность и спокойствие.

**5. игра «Доброе животное»**

Цель: способствовать сплочению группы, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ритуал прощания.

**Занятие 7. «Тих-тиби-дух»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Рубка дров»**

Цель: снятие эмоционального напряжения, возможность исполнить роль тирана, пережить чувство отверженности, приобрести навыки конструктивного поведения в подобных ситуациях, развитие групповой сплоченности.

Участники встают в один большой круг и крепко держатся за руки. Один из участников должен остаться за кругом и попытаться прорваться в круг. Как только это ему удастся, следующий должен выйти за круг и попытаться ворваться в него и остаться в нем.

После выполнение упражнения обязательно обсуждение.

-Что вы почувствовали, когда были частью круга?

- Что вы почувствовали, когда пытались проникнуть в круг?

- Что почувствовали, когда получилось проникнуть в круг?

**2. Игра «Тих-тиби-дух!»**

Цель: снять негативные настроения и восстановить силы.

**3. Игра «Глаза в глаза»**

Цель: развивать в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад.

«Ребята, возьмитесь за руки со своим соседом по столу. Смотрите друг на друга только в глаза и , чувствуя руки, попробуйте молча передать разные состояния: «я грущу». «мне весело».

**4. Ритуал прощания.**

**Занятие 8. «Технология успеха»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «День рождения»**

Цель: сплотить группы, дать возможность высказать свои обиды, снять разочарование.

Выбирается именинник. Все дети дарят ему подарки жестами, мимикой. Имениннику предлагается вспомнить, обижал ли он кого-то, и исправить это. Детям предлагается пофантазировать и придумать будущее имениннику.

**2. Игра «Якательный перевод»**

Цель: учить справляться с негативными эмоциями.

Предполодим, что у ребенка конфликт с каким-то человеком. Он описывает этот конфликт. А затем заменяет в тексте имя оппонента и местоимения. Указывающие на него, на «Я». Полезно вообще заменить все имена и местоимения на «Я».

**3. Игра «Зайчики»**

Цель: научить задерживать внимание ребенка на разнообразных мышечных ощущениях, различать и сравнивать их.

**4. игра «Доброе животное»**

Цель: способствовать сплочению группы, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ритуал прощания.

**Занятие 9. «Курс начинающего волшебника»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Связующая нить»**

Цель: формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других и самоценности.

Дети сидят, по кругу передавая клубок ниток так, чтобы все, кто уже держал клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим.

**2. Игра «Бумажные мячики»**

Цель: дать детям возможность вернуть бодрость и активность, снизить беспокойство и напряжение, войти в новый жизненный ритм.

**3. Игра «Два барана»**

Цель: снять невербальную агрессию. Предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

**4. Игра «Попроси игрушку»**

Цель: обучить детей эффективным способам общения.

**5. Сказка «Баржа»**

**6. Игра «Колокол»**

Цель: сплочение группы. Эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Дети становятся в круг, поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

Ритуал прощания.

**Занятие 10. «Душевная погода»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Связующая нить»**

Цель: формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других и самоценности.

Дети сидят, по кругу передавая клубок ниток так, чтобы все, кто уже держал клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим.

**2. Игра «Слепой танец»**

Цель: развитие навыков самоконтроля, укрепление доверия к другим людям, снятие страхов.

Танец парный. Один из партнеров будет «слепым», ему завязывают глаза.

После выполнения упражнения обязательно обсуждение:

- Чувствовали ли вы себя уверенно со своим партнером, когда у вас были завязаны глаза?

- Как больше нравилось танцевать- с открытыми глазами или закрытыми? Почему?

**3. Игра «Кораблик»**

Цель: повышение уверенности в себе, снятие страхов.

**4. Игра «Мы тебя любим»**

Цель: эмоциональная поддержка, установление доверительных отношений.

Все участники становятся в круг. Каждый ребенок по очереди выходит в центр, его хором называют по имени, которое он предложит 3 раза. Затем хором проговаривают фразу: «Мы тебя любим».

**5. Игра «Колокол»**

Цель: сплочение группы. Эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Дети становятся в круг, поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

Ритуал прощания.

**Занятие 11. «Несуществующее животное»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Несуществующее животное»**

Цель: сплотить группу, развивать способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое, развитие коммуникативных навыков.

**2. Игра «Найди свою пару»**

Цель: снять эмоциональное напряжение, развитие выразительного поведения (мимика, пантомимика), внимания.

**3. Игра «Маленькое привидение»**

Цель: учить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

**4. Сказка «Зверь, птица, небылица»**

Цель: развитие внимания, гибкости и быстроты мышления, памяти, фантазии, снятие эмоционального напряжения.

**5. Игра «Презентация»**

Участники высказывают пожелание: «А вот бы …»

**6. Игра «Колокол»**

Цель: сплочение группы. Эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Дети становятся в круг, поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

Ритуал прощания.

**Занятие 12. «Наша дружная группа»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Связующая нить»**

Цель: формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других и самоценности.

Дети сидят, по кругу передавая клубок ниток так, чтобы все, кто уже держал клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим.

**2. Игра «Комплимент»**

Цели: создание позитивного настроения, умения замечать положительные качества в людях и говорить им об этом, развитие эмпатии.

**3. Танец «Распускающийся бутон»**

Цель: создание позитивного настроения, активизация совместной деятельности, развитие умения синхронизировать свои действия с действиями других.

Группа садится на пол и берется за руки. Необходимо встать плавно, одновременно, не отпуская рук. После чего «цветок» начинает распускаться (отклоняться назад, крепко держа друг друга за руки) и качаться на ветру.

**4. Игра «Дружная семья»**

Цель: развитие эмоционально-выразительных движений рук и адекватного использования жеста, отражение сложившихся отношений в игровой группе.

**5. Рисование на тему «Наша дружная группа»**

Цель: влияние на поведение детей, они делаются спокойнее и доступнее. Улучшается общение со сверстниками, закрепляются в рисунке впечатления, полученные от игры, выявляются страхи.

**6. Игра «Колокол»**

Цель: сплочение группы. Эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Дети становятся в круг, поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

Ритуал прощания.

**Занятие 13. «Маскарад»**

Ритуал приветствия.

**1. Игра «Связующая нить»**

Цель: формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других и самоценности.

Дети сидят, по кругу передавая клубок ниток так, чтобы все, кто уже держал клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим.

**2. Игра «Подари улыбку»**

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроя, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Участники становятся в круг, берутся за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа.

Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

**3. Игра «Презентация рисунка»**

Цель: развитие умения адекватно выразить свое эмоциональное состояние , повышение самооценки.

Каждый ребенок по очереди становится в круг и рассказывает о своем рисунке. Остальные в роли журналистов.

**4. Игра –танец «Представь себя…»**

Цель: создание позитивного настроения, сплочение группы, развитие наблюдательности, внутренней свободы и раскованности, способности к самовыражению, возможность посмотреть на себя со стороны.

Участники образуют большой круг. Каждый участник по очереди выходит в центр и называет свое придуманное имя . Например: «Я- Золушка». При этом выполняет движение, характерное для выбранного персонажа.

**5. Игра «Колокол»**

Цель: сплочение группы. Эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Дети становятся в круг, поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

Ритуал прощания.

**5.2. Коррекционная работа с детьми склонных к тревожному поведению**

Тема: нарушение общения со сверстниками у детей (застенчивость, тревожность).

Цель: помочь детям справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками.

Содержание программы:

Программа состоит из 4 блоков. На каждый блок отводится 4 занятия. Первое занятие каждого последующего блока- повторение пройденного- служит плавным переходом к новой теме. Структура занятия включает следующие элементы:

\* Ритуал приветствия

\* разминка

\* основное содержание (4 упражнения)

\* рефлексию (в рисунках)

\* ритуал прощания.

Форма работы- групповая в свободное от занятий время.

Методы и техника работы-психогимнастика, игротерапия, ИЗО терапия, музыкотерапия, пальчиковые игры, сказкотерапия, этюды.

Длительность- 30 минут, 1 раз в неделю.

Содержание блоков занятий:

Блок 1. Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие социальных эмоций.

**Занятие 1. «Знакомство»**

Приветствие.

Дети вместе с ведущим сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не проговорить:

Доброе утро, Саша (улыбнуться и кивнуть головой)

Доброе утро,

Доброе утро, солнце (все поднимают руки, затем опускают)

Доброе утро, небо

Доброе утро всем нам

**1. Игра «Мое имя»**

Цель: идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «я».

Ведущий задает вопросы, дети по кругу отвечают.

-Тебе нравится твое имя?

-Ты хотел бы, чтобы тебя звали по-другому? Как?

**2. Игра «Угадай, кого не стало?»**

Цель: развитие внимания, наблюдательности, принятие детьми друг друга.

**3. игра «Узнай по голосу»**

Цель: развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

**4. Рисование на тему «Автопортрет»**

**5. Расслабление.**

Дети ложатся на пол в удобной для них позе.

**6 Ритуал прощания**

Все встают в круг держась за руки, посылают улыбку соседям.

**Занятие 2. «Мое имя»**

Приветствие.

**Беседа**

Цель: раскрытие своего «Я», разгадывание характеров с опорой на художественное изображение. Дети раскладывают свои автопортреты, выполненные на прошлом занятии. Ведущий предлагает детям сказать что-нибудь хорошее о каждом из рисунков.

**1. Игра «Связующая нить»**

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми.

Дети, сидя в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается высказыванием о том, как чувствует себя тот, кто держит клубок, что хочет для себя и что может пожелать другим.

**2. Игра «Прогулка»**

Цель: двигательная и эмоциональная разминка.

**3. рисование самого себя.**

Цель: раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Ведущий предлагает детям нарисовать себя в 3-х зеркалах:

-в зеленом, такими, какими они представляются себе.

-в голубом, такими, какими они хотят быть.

-в красном, такими, какими их видят друзья.

**4. Игра «Возьми и передай»**

Цель: достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние.

Дети встают в круг, берутся за руки, счмотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

**5. Ритуал прощания**

Все встают в круг держась за руки, посылают улыбку соседям.

**Занятие 3. «Я люблю…»**

Приветствие

**Беседа на тему «Об истории имен**»

**1. Игра «Переходы»**

Цель: развитие навыков кооперации, снятие психофизической нагрузки.

Дети встают в круг и смотрят друг на друга. Затем по команде строятся по росту, цвету глаз, волос

**2. Игра «Разыщи радость»**

Цель: формирование оптимального эмоционального тонуса, открытости внешним впечатлениям, развитие любознательности, снятие тревожности.

**3. Рисование на тему «Я люблю больше всего…»**

Цель: укрепление положительного впечатления от предыдущей игры, перевод впечатлений в зрительный ряд.

**4. Танцевальный этюд «Подари движение»**

Цель: укрепление эмоциональных контактов, взаимопонимания и доверия.

**5. Ритуал прощания**

Все встают в круг держась за руки, посылают улыбку соседям.

**Занятие 4. «Мое настроение»**

Приветствие

Ведущий читает песенку

Два маленьких котенка поссорились в углу,

Сердитая хозяйка взяла свою метлу

И вымела из кухни дерущихся котят,

Не справившись при этом, кто прав, кто виноват.

А дело было ночью, зимою, в январе,

Два маленьких котенка озябли во дворе.

Легли они, свернувшись, на камень у крыльца,

Носы уткнули в лапки и стали ждать конца.

Но сжалилась хозяйка и отворила дверь.

«Ну что,-она спросила, -не ссоритесь теперь?».

Прошли они тихонько в свой угол на ночлег,

Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег,

И оба перед печкой заснули сладким сном.

А вьюга до рассвета шумела за окном.

**1. Этюд «Солнечный зайчик»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, развитие способности понимать свое эмоциональное состояние, уметь его выразить.

**2. Беседа.**

Ведущий говорит с детьми об изменении их самочувствия во время прослушивания стихотворения и выполнения этюда, объясняет им, почему у них изменилось настроение.

**3. Рисование на тему: «Мое настроение»**

Цель: осознание своего эмоционального состояния, умение его адекватно выразить.

**4. Упражнение «Тренируем эмоции»**

Цель: развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

\* Нахмуриться, как осенняя туча.

\* Позлиться, как голодный волк.

\* Испугаться, как заяц, увидевший волка.

\* Улыбнуться, как кот на солнышке.

5. Игра «Передай улыбку другому2

Цели ауторелаксация.

**6. Ритуал расставания.**

Блок 2. Коррекция тревожности. Формирование социального доверия.

**Занятие 5. «Настроение»**

Приветствие.

**Беседа.**

Цель: помощь в преодолении негативных переживаний, учить самостоятельно принимать решения, уменьшение тревожности.

Дети по кругу предлагают способы повышения настроения.

**1. Разыгрывание сценки «Котята»(см.занятие)**

Цели: развитие понимание эмоционального состояния и поступков другого человека, умения выразить свое.

**2. Рисование самого запомнившегося эпизода сценки «Котята»**

Цели: рефлексия с опорой на художественное изображение.

Под звучание спокойной мелодии дети рисуют. Затем обсуждают рисунки. Каждый рассказывает, почему он изобразил именно этот эпизод, какие чувства при этом испытывал.

**3. Игра «Настроение и походка»**

Цель: снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снятие мышечных зажимов.

Ведущий показывает движения и просит изобразить настроение.

**4. Игра «Хоровод»**

Дети встают в круг. Берутся за руки, смотрят друг другу в глаза, передают мимикой свое настроение.

**5. Ритуал расставания.**

**Занятие 6. «Наши страхи»**

Приветствие

Сценка по призведению К.И.Чуковского «Тараканище»

Цель: развитие умения выражать различные эмоциональные состояния, имитация преувеличенного чувства страха. Ведущий предлагает детям исполнить сценки, где звери пугались «страшного» и усатого тараканище.

**1. Упражнение «Расскажи про свои страхи»**

Цель: выявление страхов детей, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формирование социального доверия.

**2. Рисование на тему «Нарисуй свой страх»**

Цель: осознание и снятие страхов.

**3. Комплекс «Музыкальная мозайка»**

Цель: ауторелаксация, развитие умения двигаться в такт музыкальным фрагментам разных темпов.

**4. Ритуал расставания.**

**Занятие 7. «Наши страхи» (продолжение)**

Приветствие

**Беседа о страхах**

Цель: уменьшение тревожности, развитие уверенности в себе.

Ведущий просит детей ответить на вопросы: «Все ли страхи плохие? Бояться-это плохо или хорошо? А бывает ли страх хорошим? Например, если мама боится за тебя-это плохо? Бывают ли полезные страхи?Далее рассматривание рисунков, сделанные на прошлом занятии.

**1. Рисование на тему «Я тебя больше не боюсь!»**

Цель: помощь в преодолении негативных переживаний.

После прозвучавшихся предложений о том, как можно побороть свой страх, психолог предлагает нарисовать картину на эту тему. Он раздает детям рисунки с их страхами и чистыми листочками бумаги, чтобы у каждого был выбор- на чем рисовать (на старом рисунке или изобразить страх снова и способ избавления от него: закрасить, порвать).

**2. Этюд по сценке из мультфильма «Котенок по имени Гав»**

Цель: помощь в преодолении негативных переживаний.

Ведущий предлагает отправиться в мультфильм 2Котенок по имени Гав». Котенок забрался на чердак и сидит там один, дрожа от страха. Все кругом грохочет, а он не убегает и даже приглашает своего друга- щенка Шарика побояться вместе. Дети обсуждают поступки персонажей, затем разыгрывают сценку.

**3. Этюд «Стойкий оловянный солдатик»**

Цель: помощь в снятии страхов, развитие уверенности в себе.

Ведущий читает сказку Г.Х.Андерсона «Стойкий оловянный солдатик». Затем дети разыгрывают сценку по сказке. Предлагают другой финал сказки и разыгрывают его.

**4. Ритуал расставания.**

**Занятие 8. «Я больше не боюсь»**

Приветствие

**1. Этюд «Смелые ребята»**

Цель: преодоление негативных переживаний, воспитание уверенности в себе.

Дети выбирают ведущего- он страшный дракон. Ребенок становится на стул и говорит страшным голосом: «Бойтесь меня, бойтесь1» Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается, превращается в маленького воробышка.

**2. игра «В темной норе»**

Цель: снятие страха перед темнотой.

В комнате, где находятся дети, выключают на 2-3 минуты свет. Психолог предлагает представить, что они попали в нору к кроту. К нему в гости спешит светлячок со своим волшебным фонариком. Он с помощью его помогает детям дойти до освещенного места.

**3. Комплекс «На лесной поляне»**

Цель: снятие эмоционального напряжения, мышечных зажимов, ауторелаксация.

Ведущий предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем поляну. На нее со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители- всевозможные букашки, таракашки.

**4. Игра «Тень»**

Цель: развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности.

Дети разбиваются на пары- один ребенок путник, другой – его тень.

**5. Игра «Слепой и поводырь»**

Цель: развитие внимания друг к другу, социального доверия.

Обсуждение.

**6. Хоровод**

Дети, стоя в кругу, берут друг друга за руки, гладят, улыбаются.

Блок 3. Гармонизация противоречивых черт личности. Формирование адекватной самооценки у детей.

**Занятие 9. «Новичок»**

Приветствие

**1. Игра «Молчок»**

Цель: коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ведущий читает стихотворение А.Бродского «Новичок»

В детский сад пришел Молчок

Очень робкий новичок.

Он сначала был не смел,

С нами песенок не пел.

А потом, глядим, привык:

Словно зайка- скок да прыг.

Даже песенку запел.

**2. Этюд «Три характера»**

Цель: дать моральную оценку злости, плаксивости, работа над мимикой и пантомимикой.

Дети слушают 3 музыкальные пьесы Д.Кабалевского: «Злюка», «Плакса» и «Резвушка». Трое детей изображают эти эмоции, все остальные догадываются по их мимике и пантомимике, кто из них кого изображает.

**3. Рисование на тему сценки «Три характера»**

Цель: рефлексия по предварительно проведенному этюду.

Ведущий знакомит детей с пиктограмамми, объясняя при этом, что при различных эмоциональных состояниях выражение лица будет разным.

**4. Игра «Скучно, скучно так сидеть»**

Цель: развитие раскованности, тренировка самоорганизации.

Скучно, скучно так сидеть.

Друг на друга все глядеть,

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться

Как только ведущий заканчивает читать, все дети бегут к противоположной стене и стараются занять стулья.

Проигрывает тот, кто остался без стула.

**5. Игра «Дракон кусает за хвост»**

Цель: снятие напряженности, невротических состояний, развитие сплоченности группы.

Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый ребенок- голова дракона, последний- хвост. Голова пытается поймать хвост.

**6. Игра «Комплименты»**

Цель: помочь ребенку увидеть свои положительные стороны: дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети.

**7. Ритуал расставания.**

**Занятие 10. «Ласка»**

Разминка

Упражнение на развитие мимических движений: поднять брови, опустить брови, нахмурить брови, надуть губы, опустить уголки губ, улыбнуться.

**1. Миниконкурс «Назови и покажи»**

Цель: определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики.

Дети сидят в кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу- я такой». Показывает мимикой свое состояние. Затем продолжают дети по кругу.

**2. Этюд «Страшный зверь»**

Цель: коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ведущий читает стихотворение В.Семерина «Страшный зверь»

Прямо в комнатную дверь

Проникает страшный зверь!

У него торчат клыки

И усы топорщатся,

У него горят зрачки-

Испугаться хочется!

Хищный глаз косится,

Шерсть на нем лоснится…

Может, это львица?

Может быть, волчица?

Глупый мальчик крякнул:

-Рысь!!

Храбрый мальчик крикнул:

-Брысь

!!

Дети, получившие роли кошки, глупого и храброго мальчиков, действуют согласно тексту.

**3. Рисование по приведенному этюду**

Цель: развитие умения передавать эмоциональные состояния через художественный образ.

**4. Этюд «Ласка»**

Цель: развитие умения выражать чувства радости, удовольствия.

Звучит музыка А.Холминова «Ласковый котенок». Дети разбиваются на пары: один- котенок, второй – его хозяин .Мальчик с улыбкой гладит котенка.

**5. Игра «Минута шалости»**

Все дети превращаются в пушистых котят, которые бегают, прыгают.

**6. Комплекс «Волшебный сон»**

Цель: саморасслабление.

Ведущий, читая стихи, просит детей закрыть глаза.

**Занятие 11. «Общая история»**

**Сочиняем общую историю**

Цель: помочь детям выразить свою индивидуальность, учить высказывать свои мысли, научить адекватным способам взаимодействия- взаимопонимания, развивать умение спокойно выслушать собеседника.

Дети выбирают основную тему сказки. Затем они садятся в круг и по очереди, держа в руках «Волшебную палочку», начинают сочинять.

**1. Инсценировка «Общей истории»**

Цели: коррекция поведения, снятие эмоционального напряжения, работа над выразительностью движений, сплочение детской группы.

**2. Игра «Колдун»**

Цель: овладение неречевыми средствами общения.

Колдун заколдовывает одного из детей так, что он «теряет» способность говорить. Чтобы избавиться от колдовства, он должен объяснить, как это произошло. Дети задают ему вопросы, отвечая на них, он старается рассказать историю о том, как его заколдовали.

**3. Коллективный рисунок по сочиненной «общей истории»**

Цель: развитие ощущения свободы и творческой активности. Умения удивляться, фантазировать, действовать сообща.

**4. Игра «Иголка и нитка»**

Цель: развитие произвольности, коммуникативных и организаторских способностей.

Дети выбирают водящего. Под веселую музыку он играет роль иголки, остальные дети- роль нитки.

**5. Ритуал расставания.**

**Занятие 12. «Волшебный лес»**

Приветствие

**1. Этюд «Ежик»**

Цель: научить передавать эмоциональное состояние героя, развивать способности понимать чувства другого.

Ведущий читает рассказ Г.Цыферова «Ежик»

«Пошел темной ночью серый ежик по лесу гулять. Увидел красную клюквинку и наколол ее на серую иголочку. Увидел желтые листья и тоже наколол. Заметил, наконец в голубой луже звезду. Тоже хотел наколоть- да ничего не вышло. Подумал ежик, подумал и накрыл ее лопушком: пусть до утра полежит. А утром под лопухом вместо голубой звезды нашел большое красное солнышко. Вот еж смеялся. Очень».

**2. Этюд «Ежики смеются»**

Цель: тренировка психомоторных функций.

Ведущий читает стихотворение К.Чуковского «Ежики смеются»

У канавки две козявки

Продают ежам булавки.

А ежи- то хохотать!

«Эх вы, глупые козявки!

Нам не надобно булавки:

Мы булавками сами утыканы»

**3. Игра «Тропинка»**

Цель: активизация воображения и сопровождающих его положительных эмоций, развитие оптимизма.

**4. Рисование «Волшебный сон»**

Цель: развитие воображения, умения передавать свое эмоциональное состояние посредством художественного образа.

**5. Упражнение «Танец»**

Цель: тренировка психомоторных функций, самовыражение индивидуальности ребенка.

Ведущий предлагает детям потанцевать. Причем каждый танцует как хочет.

**6. Ритуал расставания.**

Блок 4. Коррекция зависимости от окружающих. Обучение умению самостоятельно решать проблемы.

**Занятие 13. «Сказочная шкатулка»**

Приветствие

**1. Игра «Сказочная шкатулка»**

Цель: формирование положительной «Я»- концепции, самоприятия, уверенности в себе.

Ведущий сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку- в ней спрятались герои разных сказок. А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона…

**2. Игра «Волшебное колечко 2**

Цели: коррекция негативного образа «Я», снятие тревожности, неуверенности в себе.

Ведущий говорит: «Вот колечко из сказочной шкатулки, это не простое колечко, а волшебное. Если надеть его на средний палец, останешься самим собой- это твое настоящее. Если надеть колечко на указательный палец, станешь большим. Сильным и красивым- это твое будущее.

**3. Игра «Принц и принцесса»**

Цель: дать почувствовать себя значимым, выявление положительных сторон личности, сплочение детской группы.

Дети стоят в кругу. В центр ставится стул- это трон. Кто сегодня будет Принцем? Ребенок по желанию садится на трон. Остальные дети оказывают ему знаки внимания, говорят что-нибудь хорошее.

**4. Рисование на тему «Волшебные зеркала»**

Цель: гармонизация и развитие гармонической «Я-концепции».

Ведущий предлагает нарисовать себя снова в трех зеркалах, но не в простых, а в волшебных: в первом- маленьким и испуганным, во втором- большим и веселым, в третьем- счастливым.

**5. упражнение «Танец»**

Цель: использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств.

В качестве предлагаемых тем для танца выступают чувства. Под различную музыку дети выполняют следующие задания: станцуй веселье, удивление, каприз, счастье, жалость.

**6. Игра «Хоровод»**

Ведущий предлагает одновременное покачивание вправо, влево. Затем дети водят хоровод под музыку польки из к/ф «Золушка»

Станьте, дети, станьте в круг,

Станьте в круг, станьте в круг.

Ты мой друг, и я твой друг,

Самый добрый друг.

**Занятие 14. «Доброта»**

Ритуал приветствия

**1. Этюд «Злодей»**

Цель: формирование моральных представлений, воспитание новых форм поведения.

Ведущий читает стихотворение В.Еремина «Злодей»

Выселил Петя

Из норки Жука

Кошку с котенком

Согнал с чердака,

Новые классики

В скверике стер,

Скучную книжку

Забросил в костер.

И услышал

От знакомых людей,

Что из него

Вырастет Злодей

Стыдно и страшно

Стало Петру.

Бросился Петя

Обратно к костру

Спешит он спасти,

Только костер

Догорает почти…

Грустно склонился

Злодей над золой.

Значит он добрый,

А вовсе не злой?

Дети обсуждают поведение героя.

**2. Чтение рассказа Э.Шима «Не смей!»**

Цель: развитие человеческих качеств, привитие новых форм поведения.

**3. этюд «Впереди всех»**

Цель: развитие социальных эмоций, обучение проявлениям сочувствия, сопереживания по отношению к сверстникам.

Ведущий читает рассказ Я.Танца.

**4. Проигрывание ситуаций**

Цель: научить самостоятельно принимать верные решения.

Дети делятся на пары. Каждому предлагается ситуация, в которой он должен изобразить самого себя.

5. Ритуал расставания.

**Занятие 15. «Радость»**

1. Ритуал приветствия

**2. Этюд «Утро»**

Цель: создать положительный эмоциональный фон, помочь ощутить прелесть окружающего мира: психомышечная тренировка.

Ведущий читает стихотворение В.Я.Данько «Утро»:

Дили- дили- дили!

Дили- дили- дили!

Колокольчики звонили.

Колокольчики будили

Дили- дили- дили!

Всех зайчат и ежат,

Колокольчики будили

Всех ленивых медвежат.

Всех жуков, пауков,

И воробушек проснулся,

И веселых мотыльков,

И галчонок встрепенулся…

Динь, день! Динь, день1

Начинаем новый день!

Не проспите новый день!

Дети под веселую музыку изображают пробуждение лесных жителей.

**3. Этюд «Радость»**

Цель: использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств.

Выделяя звонкие слова, ведущий читает стихотворение М.Карема «Радость»

Радость пробежала по дорожке.

Радость распахнула все окошки.

Радуется клен, что он силен,

Радугу на ветках держит он.

Рады зайцы, что спугнули волка.

Новым шишкам радуется елка.

Разбудите, дети, всех людей!

Радость запрягает лошадей.

Надевайте лучшие одежки,

Радость распахнула все окошки!

**4. Этюд «Я все люблю»**

Ведущий читает стихотворение А.Костецкого:

Я все люблю, что есть на свете:

Цветы и липу у ворот,

И почтальона дядю Петю,

Весну и лето. Новый год.

Люблю я очень маму с папой,

Люблю печенье с молоком,

Люблю здороваться за лапу

С соседским косолапым псом.

Люблю лететь на карусели

И сны смотреть, когда я сплю,

И так, немножко, еле-еле,

Вот столечко- себя люблю!..

Ведущий просит детей определить эмоциональный настрой мальчика в отношении окружающего мира и себя и ответить на вопрос: чем он обусловлен:?

**5. Этюд «Шарик»**

Цель: развитие взаимоотношений детей, сочувствия, умения прийти на помощь.

Ведущий читает стихотворение В.Томилиной «Шарик»:

На веревочке у Вари

Красный шарик с петушком.

Ой, какой красивый шарик!

Все мечтают о таком.

Но поднялся ветер вдруг

Шарик выхватил из рук!

Улетел красный шарик

Высоко под облака.

Чуть не плачет наша Варя:

Очень жаль ей петушка.

Подошла к подружке Таня,

Стала Варю утешать:

- Шарик твой мы не достанем,

Так давай с моим играть!

Зайчик беленький на нем,

Будем с ним играть вдвоем1

После прочтения дети отвечают на вопросы: какие чувства переживают девочки? Какие добрые качества у них проявляются? Как игрушка влияет на развитие отношений между девочками? И разыгрывают этюд по ролям.

**6. Рисование по темам**

**7. Ритуал расставания.**

**Занятие 16. «Волшебники»**

Ритуал приветствия

**1. Игра «Взаимоотношения»**

Цель: принятие новых форм поведения.

Игра построена на обсуждении стихотворения Л.Кузьмина «Дом с колокольчиком»

Стоит небольшой старинный

Дом над зеленым бугром.

У входа висит колокольчик,

Украшенный серебром.

И если ты ласково, тихо

В него позвонишь, то поверь,

Что в доме проснется старушка,

Седая- седая старушка,

И сразу откроет дверь.

Старушка приветливо скажет:

- Входи, не стесняйся, дружок.-

На стол самовар поставит.

В печи испечет пирожок.

И будет с тобою вместе

Чаек распивать дотемна.

И старую добрую сказку

Расскажет тебе она.

Но если, но если, но если

Ты в этот уютный дом

Начнешь кулаком стучаться,

Поднимешь трезвон и гром,

То выйдет Баба-яга,

И не видать тебе сказки

И не видать пирога.

После прочтения дети обсуждают стихотворение и приходят к выводу, что результат зависит от характера. Поведения, намерений. Одного и того же можно добиться разными способами, но эти пути могут привести к разным результатам.

**2. Этюд «Солидарность»**

Цель: проявления сочувствия в конкретном действии.

Ведущий читает стихотворение В.Томилиной «Солидарность»

За кота и юлу

Брат опят стоит в углу.

Плачет Леночка всерьез:

Жалко братика до слез.

Горько плакала сначала,

Вдрук затихла, замолчала.

Лена плакать перестала..

Рядом с братиком в угол встала.

Дети отвечают на вопросы, : какие чувства переживает девочка? Чем они вызваны?

**3. Игра «Передай по кругу»**

Цель: достичь взаимопонимания, сплоченности.

Дети встают в круг, на ходу передают (пантомимикой) горячую картошку, ледышку. Бабочку, цветочек.

**4. Упражнение «Волшебники»**

Цель: развитие чувств на основе воображения.

Детям дают две одинаковые фигурки «волшебников». Задача: дорисовать эти фигурки, превратив одну в «доброго», а другую в «злого» волшебника.

**5. Этюд «Цветок»**

Цель: приобретение навыков в саморасслаблении.

Ведущий говорит: «Теплый луч упал на землю и согрел семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем».

**6. Хоровод**

Дети по кругу желают друг другу всего доброго.

**5.3. Коррекционная работа с детьми по преодолению страхов.**

ЗАНЯТИЕ 1.

**"ЗДРАВСТВУЙТЕ, ЭТО Я"**

Цель: знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроя и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.

Материалы для занятия: магнитофон, спокойная музыка, большой лист бумаги , краски , макеты кочек.

**Разминка : Упражнение "Росточек под солнцем"**

Дети превращаются в маленький росточек ( сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко и росточек начинает расти и тянуться к солнышку.

Все движения выполняются под музыку.

**Упражнение "Доброе утро…"**

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается поприветствовать друг друга Доброе утро Саша … Оля…и т.д. , которые нужно пропеть .

**Упражнение "Что я люблю ?"**

Дети в кругу , каждый говорит по очереди , что он любит из еды, одежды, во что любит играть и т. д.

**Упражнение "Качели"**

Дети в парах . Один из участников становится в позу эмбриона, другой его раскачивает. Далее меняются.

**Упражнение "Угадай по голосу"**

Один из игроков выходит за двери , остальные должны обнаружить , кто вышел из комнаты, и описать его.

**Упражнение "Лягушки на болоте"**

Дети превращаются в лягушек. На полу выкладываются макеты кочек на разном расстоянии друг от друга, каждый должен попасть на все кочки по порядку.

**Упражнение "Художники – натуралисты"**

Дети рисуют совместный рисунок по теме "Следы невиданных зверей".

ЗАНЯТИЕ 2.

**"МОЁ ИМЯ"**

Цель : раскрытие своего "Я",Формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости .

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски , альбомы для рисования.

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"**

см. 1 занятие.

**2. Упражнение "Узнай по голосу"**

Дети встают в круг , выбирают водящего. Он встаёт в центр круга и старается узнать детей по голосу.

**3. Игра "Моё имя"**

Психолог задаёт вопросы ; дети по кругу отвечают .

Тебе нравится твоё имя?

Хотел бы ты , чтобы тебя звали по другому? Как?

При затруднении в ответах психолог называет ласкательные производные от имени ребёнка, а тот выбирает понравившееся.

Психолог говорит : "Известно ли вам ,что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастёте и имя подрастёт вместе с вами и станет полным, например : Маша – Мария; Дима – Дмитрий . т.д.

**4. Игра "Разведчики"**Дети выстраиваются змейкой друг за другом . В зале расставляются стулья беспорядочно .Первый в колонне ведёт запутывая, а последний запоминает этот путь и должен будет потом его воспроизвести.

**5. Рисование самого себя.**

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах:

в зелёном- такими какими они представляются себе;

в голубом – какими они хотят быть;

в красном – какими их видят друзья.

**6. Упражнение "Доверяющее падение"**Дети встают друг против друга и сцепляют руки . Один из детей встаёт на стульчик и падает спиной на сцепленные руки.

**7. Упражнение "Горячие ладошки"См. 1 занятие.**

ЗАНЯТИЕ 3.

**"НЕ СТРАШНО, А СМЕШНО"**

Цель: обеспечить пути поиска преодоления страха;

способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим

Материалы для занятия: магнитофон , спокойная музыка, краски, альбомные листы; "пружинки"на отдельных листах.

**1. Упражнение "Росточек под солнцем" См. занятие 1.**

**2. Упражнение "Возьми и передай"**

Дети встают в круг , берутся за руки , смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

**3.Упражнение "Неваляшка"**

Дети делятся по три человека. Один из них неваляшка , двое других раскачивают эту неваляшку.

Упражнение "Превращения"

Психолог предлагает детям : нахмуриться как… осенняя туча; рассерженный человек; позлиться как… злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок , у которого отняли мяч; испугаться как … заяц, увидевший волка; птенец , упавший из гнезда;

улыбнуться как … кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса;

**5. Рисование на тему "Моё настроение"**После выполнения рисунков дети рассказывают какое настроение они изобразили.

**6. Упражнение "Закончи предложение"**Детям предлагается закончить предложение :

Взрослые обычно боятся….; дети обычно боятся….; мамы обычно боятся….; папы обычно боятся….

**7. Упражнение "Пружинки"**

Детям предлагается обвести как можно точнее уже нарисованные пружинки.

**8. Упражнение "Горячие ладошки"**

ЗАНЯТИЕ 4.

**"НЕ БОИМСЯ ПАУКА"**

Цель: содействовать развитию навыков оценки своего поведения и поведения окружающих, учить справляться со страхами через рисунки.

Материалы к занятию : магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, большой лист бумаги, подушка.

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"См. 1 занятие.**

**2. Упражнение "Петушиные бои"**

Дети разбиваются на пары – петушки. Они стоя на одной ноге дерутся подушками. При этом они стараются сделать так , что- бы соперник наступил обеими ногами на пол, что означает его проигрыш.

**3. Упражнение "Расскажи свой страх"**

Психолог рассказывает детям о своих собственных страхах, тем самым показывая , что страх - нормальное человеческое чувство и его не надо стыдиться. Затем дети сами рассказывают что они боялись . когда были маленькими.

**4. Рисование на тему "Чего я боялся , когда был маленьким.."**Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

**5. Упражнение "Чужие рисунки"**Детям по очереди показывают рисунки "страхов",только что нарисованных , все вместе придумывают чего боялись эти дети и как им можно помочь.

**6. Упражнение "Дом ужасов"**Детям предлагается нарисовать обитателей дома ужасов.

Все страхи и ужасы остаются в кабинете у психолога.

**7. Упражнение "Горячие ладошки"**

ЗАНЯТИЕ 5.

**"ПОЧЕМУ ГРУСТИЛ ТРУСИШКА"**

Цель: формировать навыки выражения эмоционального настроения

Материал к занятию: магнитофон , спокойная музыка; краски, ватман; песочница; мел.

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"См. 1 занятие.**

**2. Упражнение "Злые и добрые кошки"**

Чертим ручеёк . По обе стороны ручейка находятся злые кошки . Они дразнят друг друга , злятся друг на друга. По команде встают в центр ручейка и превращаются в добрых кошек ласкают друг друга, говорят ласковые слова. Далее анализируем возникшие чувства.

**3. Игра "На что похоже моё настроение?"**

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает психолог : "Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе".

**4. Упражнение "Ласковый мелок"**

Дети разбиваются на пары . По очереди рисуют на спине друг другу различные предметы. Тот кому рисуют должен угадать , что нарисовано. Анализируем чувства и ощущения.

**5.Упражнение "Угадай что спрятано в песке?"**

Дети разбиваются на пары. Один прячет что – то в песке, другой пытается найти.

**6. Рисование на тему "Автопортрет"**

Детям предлагается нарисовать себя с тем настроением , с которым они пойдут с занятия.

**7. Упражнение "Горячие ладошки"**

ЗАНЯТИЕ 6.

**"СМЕЛОСТЬ ГОРОДА БЕРЕТ"**

Цель :способствовать развитию смелости, преодалению страхов.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски , альбомные листы, подушка, задорная музыка.

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"См . 1 занятие.**

**2. Упражнение "Смелые ребята"**

Дети выбирают ведущего – он страшный дракон. Ребёнок становиться на стул и говорит грозным голосом: "Бойтесь, меня бойтесь!"Дети отвечают : "Не боимся мы тебя!"Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается ( ребёнок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка. Начинает чирикать ,летать по комнате.

**3. Упражнение "Азбука страхов"**

Детям предлагается нарисовать различных, страшных героев на отдельных листах и дать им имена . Далее дети рассказывают о том , что нарисовали . Далее каждому ребёнку предлагается превратить страшных героев в смешных, дорисовав их.

**4. Упражнение "Страшная сказка по кругу"**

Дети и взрослый сочиняют вместе страшную сказку. Они говорят по очереди , по 1-2 предложения каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного , чтобы это страшное превратилось в смешное.

**5. Упражнение "На лесной полянке"**

Психолог предлагает детям представить , что они попали на залитую солнцем полянку . На неё со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители – всевозможные букашки , таракашки

Звучит музыка , дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания , соответственно каждому персонажу (кузнечику, бабочке, муравью и т. д.)

**Упражнение "Прогони Бабу – Ягу"**

Ребёнка просят представить , что в подушку залезла Баба – Яга , её необходимо прогнать громкими криками . Можно громко стучать по подушке палкой.

Упражнение "Я тебя не боюсь"

Один ребёнок стоит перед психологом, остальные дети начинают его пугать по очереди. Ребёнок громким уверенным голосом говорит : "Я тебя не боюсь!"

**8. Упражнение "Горячие ладошки"**

ЗАНЯТИЕ 7.

**"У СТРАХА ГЛАЗА ВЕЛИКИ"**

ЦЕЛЬ: Создать благоприятные условия для активизации детей, способствовать снятию страхов.

Дети встают в круг, берутся за руки и приветствуют друг друга, глядя в глаза и с доброй улыбкой.

**Этюд “У страха глаза велики”**

Ход упражнения. Психолог вместе с детьми встает в круг (На расстоянии вытянутых рук друг от друга) и предлагает всем представить, что у них большой, огромный страх. (Широко разводит руки в стороны.) “У всех, кто боится, от страха большие глаза”, – добавляет психолог. (Изображает большие, круглые глаза при помощи рук.) Дети повторяют движения вслед за педагогом. “Но теперь страх уменьшается”, – говорит он и делает вновь руками соответствующие движения, предлагая детям повторить его за ним.

Выполняя с детьми упражнение, психолог подводит их к тому, что страх постепенно уменьшается, а затем совсем исчезает. (Пожимают плечами и в недоумении разводят руками.) В конце упражнения психолог предлагает детям посмотреть друг на друга и убедиться, что ни у кого из них нет больше “больших глаз” и, следовательно, они ничего не боятся, так как страх исчез.

**Ролевая игра “У страха глаза велики”**

В густом лесу жила-была заячья семья: папа Заяц, мама Зайчиха и (Пусть малыш сам придумает сколько) детей. У всех, конечно, были имена (Какие? Пусть скажyт), но одного зайчишку по имени никто не звал, потому что однажды с ним произошел случай, после которого ему дали прозвище Зайчишка-Трусишка и напрочь позабыли его настоящее имя. А дело было так…

Прыгал Зайчишка по лесу, но не так, как другие – весело, резво, а робко, боязливо. Прыгнет и съежится (Пусть покажет это и куклой, и, как говорят артисты, “в живом плане”). И по сторонам озирается – нет ли чего страшного? Зайчишка-то уродился такой робкий, что даже зайцы удивлялись: и в кого он такой? Что называется, от собственной тени шарахался (Показать посмешнее).

Ну, пока он прыгал по солнечной лужайке, все еще было ничего. Но потом Зайчишка вдруг очутился под большой, раскидистой елкой. Как это получилось, он и сам не понял. Наверное, загляделся на пеструю Бабочку, которая порхала над ним и почему-то норовила сесть ему на ухо. (Бумажную бабочку можно прикрепить к нитке или к проволочке).

– Эй, Бабочка! Ты где? – пискнул Зайчишка. Играть с Бабочкой ему понравилось, это было совсем не страшно. Он сделал еще несколько прыжков, надеясь снова увидеть свою подружку, но вместо нее увидел какое-то чудовище. Оно притаилось под еловыми лапами и грозно темнело, подстерегая добычу. Из пасти чудовища валил пар, глаза зловеще сверкали…больше, правда, Зайчишка не успел ничего заметить, потому что дал стрекоча. Он мчался к своей норе и истошно вопил: “Змей-Горыныч! Змей-Горыныч!” Все звери, конечно, переполошились. (Пусть разные игрушки расспрашивают Зайчишку, что случилось, а он, дрожа от ужаса, все твердит про Змея-Горыныча. Вообще показывать страх надо как можно карикатурнее, но при этом не забывать вслух жалеть Зайчишку).

Ну, звери снарядили целое лесное войско и направились к старой ели. Пришли. Что такое? Где Змей-Горыныч? Где огнедышащий дракон? А никакого Змея нет, лежит под веткой коряга, никого не трогает.

Тут все как расхохочутся!

– Это ж надо! Корягу за Змея-Горыныча принял!

– Да, но ведь я видел! — оправдывался Зайчишка. —Я, честное слово, видел и пасть, и боль

А звери еще громче хохочут-заливаются.

–Да это у страха глаза велики! У твоего страха!

С тех пор беднягу и прозвали Зайчишка-Трусишка.

(Постарайтесь, однако, не заканчивать игру на грустной ноте. Скажите, что окружающие иногда делают поспешные выводы. И вообще, каждый может испугаться. Это еще не беда).

Игра-инсценировка “Зайчики и волк”

Цель. Игра учит детей выражать свое эмоциональное состояние, используя мимику и выразительные движения пальцев рук.

Ход игры. Психолог рассказывает сказку и показывает движения, а дети имитируют их.

В лесу в домике жила зайчиха с зайчатами. Как-то утром зайчата взяли свои барабаны и побежали в лес играть. Прибежали они на поляну и стали громко, на весь лес барабанить.

(Фигура зайца: указательный и средний пальцы выпрямлены и разведены в стороны – уши, остальные пальцы собраны в кулак – туловище. Зайцы барабанят – мизинец и безымянный пальцы согнуты, по очереди ударяют в подушечку большого пальца. Ушки подняты вверх и прижаты друг к другу.)

И надо ж было беде случиться: около тех мест голодный рыскал волк. Услышал он шум и выскочил на полянку.

(Волк – раскрытые ладони обеих рук прижаты друг к другу, пальцы направлены вперед. Большие пальцы подняты вверх и разведены – уши волка. Указательные пальцы согнуты, соединены внешней стороной верхних фаланг – лоб волка. Прямые средние и безымянные пальцы сгруппированы – нос волка. Прижатые друг к другу мизинцы отведены вниз – пасть волка. И все это шевелится: волк поводит ушами, принюхивается, открывает и закрывает пасть.)

Бедные зайчики побросали барабаны и прижались к березе. Их и незаметно, только уши мелко-мелко трепещут от страха. (Дети прижимают зайцев к себе, ушки у зайчат выполняют колебательные движения – трепещут.)

Растерялся волк: “Где же зайчата? Они только что тут были, и вдруг исчезли. (У волка в движении уши, нос, пасть.) Ох, и хитрые, опять провели старого волка! Ну, зайцы, погодите! Найду на вас управу!” Порычал волк и исчез.

Зайчата выскочили, забыли свои страхи и стали смеяться друг над другом. Один говорит: “Ты так испугался волка, что у тебя ушки кланялись до земли!” – “Нет, мои ушки не кланялись, а вот твои приседали до земли!” – ответил второй.

(Эти и последующие движения один из зайцев показывает, а второй с недоверчивыми репликами, как бы машинально, начинает повторять. Но, спохватившись, тут же опровергает “обвинение”. Все движения выполняют уши – поднятые вверх указательный и средний пальцы.)

– Нет, мои ушки не приседали от страха, а вот твои ушки прятались друг за дружку!

– Нет, мои ушки не прятались друг за дружку, а вот твои ушки бегали друг по дружке сверху вниз и снизу вверх!

– Нет, мои ушки не бегали, а твои ушки от страха стучали друг о дружку!

– Нет, мои ушки не стучали друг о дружку, а зато твои ушки, как ножницы, стригли!

– Нет, мои ушки не ножницы, а вот твои ушки падали то вправо, то влево!

– Нет, мои ушки не падали вправо и влево, а зато твои ушки вот такие круги рисовали!

– Да? Не рисовали они такие круги, а вот твои ушки цеплялись друг за дружку!

– А у тебя одно ушко обвивалось вокруг другого.

И так зайчата расшалились, раскричались, что встали на ушки, и испачкали их. Пришли домой, а мама-зайчиха и говорит: “Что такое? Опять ушки грязные. Ну-ка, быстро чистить лапками свои ушки!” Стали зайчата чистить свои ушки (лапки – большой, безымянный пальцы и мизинец). Потом они помыли лапки, и мама пригласила их к столу обедать.

Релаксация “Разговор с лесом”

Цель. Упражнение развивает творческую фантазию, умение расслабляться.

Ход упражнения. Психолог сообщает детям о том, что их ожидает необычное путешествие. Вначале им предлагается мысленно перенестись в лес. Дети закрывают глаза, кладут мягкие, расслабленные руки на колени. Психолог называет то, что находится вокруг них в лесу: деревья, кустарники, травы, цветы, птицы, поляна и др. Перечисляет, всевозможный живой и неживой мир леса. Психолог предлагает детям “пообщаться” с лесом: мысленно потрогать листочки, траву, понюхать цветы, воздух, подставить лицо Свежему ветерку и пр. Можно попросить детей прислушаться к лесным звукам. Дети молча (1 – 2 мин.) слушают. Затем психолог предлагает им поделиться своими

ЗАНЯТИЕ 8.

**"СТАХ МОЙ – ВРАГ МОЙ"**

Цель :создание условия для преодаления у детей чувства страха.

Материалы к занятию : магнитофон , спокойная музыка, шкатулка, мяч, краски, альбомные листы, начало страшной сказки.

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"См. 1 занятие.**

**2. Игра "Сказочная шкатулка"**

Психолог сообщает детям , что Фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок . Далее он говорит : "Вспомните своих любимых сказочных героев и скажите какие они , чем они вам нравятся , как они выглядят. Далее с помощью волшебной полочки все дети превращаются в сказочных героев.

**3. Упражнение "Конкурс боюсек"**

Дети по кругу передают мяч . Получивший должен назвать тот или иной страх, произнося при этом громко и уверенно "Я….. этого не боюсь!"

**4.Игра "Принц и принцесса"**

Дети стоят по кругу. В центр ставится стул – это трон . Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребёнок садится по желанию на трон. Остальные оказывают ему знаки внимания, говорят что-то хорошее.

**5. Упражнение "Придумай весёлый конец"**Психолог читает ребятам начало детской страшной сказки. Необходимо придумать смешное продолжение и окончание.

**6. Рисование на тему "Волшебные зеркала"**Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах , но не простых , волшебных : в первом- маленьким и испуганным; во-втором – большим и весёлым; в третьем- небоящимся ничего и сильным.

После задаются вопросы : какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

**7. Упражнение "Горячие ладошки"**

ЗАНЯТИЕ 9

**«СМЕЛЫЙ ТРУСИШКА»**

Цель : развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, совершенствовать пути преодаления страха.

Материалы к занятию : магнитофон, спокойная музыка, краски, ватман или кусок обоев, макеты кочек,

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"См. 1 занятие.**

**2. Упражнение "За что меня любит мама…папа…сестра…и т. д."**

Детям предлагается сказать за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

**3. Упражнение "Лягушки на болоте"См. 1 занятие.**

**4. Упражнение "Неопределённые фигуры"**

Психолог на доске рисует различные фигуры, ребята говорят на какие страшные существа они похожи.

**5.Игра "Тропинка"**

Дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке . По команде психолога по команде они преодолевают воображаемые препятствия. "Спокойно идём по тропинке … Вокруг кусты , деревья, зелёная травка… Вдруг на тропинке появились лужи …Одна…Вторая…Третья.. Спокойно идём по тропинке… Перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику , держась за перила. Спокойно идём по тропинке… и т. д..

**6. Коллективный рисунок** по сочинённой общей истории на тему : "Волшебный лес"Психолог предлагает детям представить тот лес , по которому шли по тропинке . Далее обсуждаем что получилось , что удалось нарисовать вместе.

**7. Упражнение "Доверяющее падение"См. 2.занятие**

**8. Упражнение "Горячие ладошки"**

ЗАНЯТИЕ 11

**«ПОЕДИНОК ДВУХ СТРАХОВ»**

Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов

**1. «Мяч в кругу»** - преодоление торможения при внезапных обращениях и ответах. Избыток отрицательных оценочных суждений в адрес детей («Ты опять не поймал», «Увалень», «Ничего не можешь», «Бестолочь»).

Ход: бросание мяча друг другу в кругу. Прежде чем кинуть мяч, нужно поймать взгляд другого участника игры и сказать любое пришедшее в голову слово: «На, держи», «поймай, зайчик» и т. д..

**2. «Темнота»** - снятие страха перед темнотой состоит из пяти этюдов.

- Выбирается ребенок, боящийся темноты. В присутствии других детей в ярко освещенной комнате его сажают посреди комнаты на 5 – 7 минут и ребенок воображает, что он один. Другие дети могут рисовать или играть в какую–либо спокойную игру. Можно организовать с ним разговор: «Видите, Юля сидит одна и ничего не боится»! «А вы не боитесь»?

**3.- «В темной норе».** Ребенок, боящийся темноты, входит за руку с родителем или психологом в темную комнату на 3 -5 минут. Он представляет себя «робким цыпленком», который вошел «в темную нору».

- Второй раз ребенок входит в темную комнату на 3-5 минут, представляя себя «смелым утенком».

- «Ночные звуки». Ребенок отводится на 2 – 3 минуты до того момента, пока не звучит музыка. Со звуком музыки он должен выбежать, имитируя какой–нибудь звук (совы, собаки, курицы, кошки).

**4. «Веселый цирк»** 5 – 10 минут. Каждый ребенок приносит из дома какой-либо цирковой атрибут. Все предметы они оставили в комнате и запомнили места, куда их положили. В следующий момент дети заходят в темную комнату и с началом звучания музыки отыскивают свои предметы, и начинается игра «веселый цирк» (имитируют роли клоуна, жонглера, животного и др.).

**5. «Рисование страхов».**

Дети приносят из дома очередной нарисованный страх, рассказывают о нем. Затем рисуют себя на листе не боящимся этого страха.

ЗАНЯТИЕ 12.

**"СПАТЬ ПОРА"**

Цель : снижение психомышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия

Материалы к занятию : магнитофон, спокойная музыка,

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"См. 1 занятие.**

**2. Игра "Путаница"Выбирается один водящий**. Остальные дети запутываются не расцепляя руки. Водящий должен распутать клубок.

**3. Игра "Кораблик"**

Матрос – один из детей, остальные дети – кораблик в бушующем море. Матрос , находящийся на корабле должен перекричать бурю : "Я не боюсь бури, я самый сильный матрос!"

4. Игры на снятие эмоциональных переживаний от кошмарных снов «Мне приснилось», «Я справился»

**5. Упражнение "Волшебный сон"**Все дети отдыхают и всем снится один и тот же сон, который рассказывает психолог.

6. Рисуем , что увидели во сне .

Каждый ребёнок вспоминает , что он увидел во сне и рисует эту картинку.

**Упражнение "Волшебники"**

Один из детей превращается в волшебника. Ему завязывают глаза и предлагают догадаться , кто будет к нему подходить ; он ощупывают кисти рук.

**Упражнение "Горячие ладошки"**

ЗАНЯТИЕ 13

**«МОЯ КРОВАТЬ – МОЯ КРЕПОСТЬ»**

Цель: содействовать развитию умения справляться с чувством страха, способствовать развитию эмпатиии, умению сопереживать другим.

1. Страх перед засыпанием и во время сна.

Ход: объединяется одним игровым сюжетом. Родители укладывают спать беспокойного ребенка, которому ночью являются различные чудовища, представленные остальными участниками игры. «Спящий» дает отпор, чудовища уходят на пенсию, а пришедшие утром родители застают не плачущего, а жизнерадостного ребенка, одержавшего победу над силами зла.

**2.«Рисуем веселый страх».**

Каждый ребенок всем рассказывает свои ощущения, почему его страх повеселел.

ЗАНЯТИЕ 14.

**"КАК ПОБОРОТЬ СТРАХ"**

Цель: освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах.

Материалы к занятию : магнитофон, спокойная музыка, фотографии детей, краски альбомные листы.

**1. Упражнение "Росточек под солнцем"**

**2. Упражнение "Неоконченные предложения"**Детям предлагается предложения , которые нужно закончить.

"Я люблю…", "Меня любят…", "Я не боюсь…", "Я верю..""В меня верят…", "Обо мне заботятся…"

**3. Игра "Баба- Яга"**

По считалке выбирается Баба- Яга. В центре комнаты рисуем круг. Баба- Яга берёт веточку- помело и становится в круг. Дети бегают вокруг Бабы- Яги и дразнят её. "Баба-Яга , костяная нога . С печки упала, ногу сломала . Пошла в огород, испугала весь народ. Побежала в баньку испугала зайку!"Баба-Яга выпрыгивает из круга и старается коснуться ребят помелом.

Игра "Комплименты"

Стоя в кругу , все берутся за руки. Глядя в глаза соседа , ребёнок говорит : "Мне нравится в тебе…."Принимающий кивает головой и отвечает: "Спасибо , мне очень приятно!"Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства , которые испытали дети при выполнении данного задания.

**Упражнение "В лучах солнышка"**

Психолог рисует солнышко , в лучах которой находятся фотографии детей . По сигналу психолога дети по очереди называют понравившиеся качества данного ребёнка , которые он показал на занятиях.

**6. Упражнение "Солнце в ладошке" Психолог** зачитывает стихотворение, затем дети рисуют и дарят подарки ( рисунки) друг другу.

Солнце в ладошке, тень на дорожке,

Крик петушиный , мурлыканье кошки,

Птица на ветке, цветок у тропинки,

Пчела на цветке , муравей на травинке,

И рядышком - жук , весь покрытый загаром.-

И всё это - мне , и всё это- даром !

Вот так – ни за что ! Лишь бы жил я и жил,

Любил этот мир и другим сохранил….

**5.4. Коррекционная работа с гиперактивными детьми.**

**"Найди отличие"**

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Ребенок рисует любую несложную картинку ( котик, домик и др) и передает ее взрослому, а сам отворачивает-ся. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

**"Разговор с руками"**

Цель: научить детей контролировать свои действия.

Если ребенок подрался, что -то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина

**"Говори!"**

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Скажите детям следующее. "Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: "Говори!" Давайте потренируемся: "Какое сейчас время года

"Кричалки—шепталки—молчалки"

Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу, волевой регуляции.

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это — сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь — "кричалку" можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь — "шепталка" — можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал "молчалка" — синяя ладонь — дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует "молчанками".

**"Морские волны"**

Цель: научить детей переключать внимание с одного вида деятельности на другой, способствовать снижению мышечного напряжения.

По сигналу педагога "Штиль" все дети в классе "замирают". По сигналу "Волны" дети по очереди встают за своими партами. Сначала встают ученики, сидящие за первыми партами. Через 2-3 секунды поднимаются те, кто сидит за вторыми партами и т.д. Как только очередь доходит до обитателей последних парт, они встают и все вместе хлопают в ладоши, после чего дети, вставшие первыми (за первыми партами), садятся и т.д. По сигналу учителя "Шторм" характер действий и последовательность их выполнения повторяется, с той лишь разницей, что дети не ждут 2-3 секунды, а встают друг за другом сразу. Закончить игру надо командой "Штиль".

**"Ловим комаров"**

Цель: снять мышечное напряжение с кистей рук, дать возможность гиперактивным детям подвигаться в свободном ритме и темпе.

Скажите детям: "Давайте представим, что наступило лето, я открыла форточку и к нам в класс (группу) налетело много комаров. По команде "Начали!" вы будете ловить комаров. Вот так! Педагог в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжимая и разжимая при этом кулаки. То поочередно, то одновременно. Каждый ребенок будет "ловить комаров" в своем темпе и в своем ритме, не задевая тех, кто си дит рядом. По команде "Стой!" вы садитесь вот так: педагог показывает, как надо сесть (на свое усмотрение). Готовы? "Начали!"... "Стоп!" Хорошо потрудились. Устали. Опустите расслабленные ноги вниз, встряхните несколько раз ладонями. Пусть руки отдыхают. А теперь — снова за работу!"

**"Найди отличие"**

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Ребенок рисует любую несложную картинку ( котик, домик и др) и передает ее взрослому, а сам отворачивает-ся. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

**"Ласковые лапки"**

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым.

Взрослый подбирает 6—7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить "зверек" и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой "зверек" прикасался к руке — отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: "зверек" будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

**"Гвалт"**

Цель: развитие концентрации внимания.

Один из участников (по желанию) становится водящим и выходит за дверь. Группа выбирает какую-либо фразу или строчку из известной всем песни, которую распределяют так: каждому участнику по одному слову. Затем входит водящий, и игроки все одновременно, хором, начинают громко повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрав ее по словечку.

Желательно, чтобы до того как войдет водящий, каждый ребенок повторил вслух доставшееся ему слово.

**6. Планирование деятельности с родителями. Консультации. Родительские собрания.**

**Консультация. «Страхи у детей: ошибки и вопросы родителей».**

Что такое страх, знает каждый. Напряжение, беспокойство, предчувствие опасности или мучительные переживания — у разных людей чувство страха может проявляться по-разному и с разной силой. Страхов существует великое множество. Какие-то страхи легко объяснимы с точки зрения обычной логики, например, страх террористического акта или страх родителей, что их ребенок будет употреблять наркотики. Есть малопонятные окружающим «странные» страхи — страх насекомых или страх открытых пространств и т.д. С древности люди пытались классифицировать страхи, вот почему у большинства из них есть свои латинские названия.

Если у взрослого человека спросить, чего он боялся в детстве, то про свои детские страхи он скорее всего будет рассказывать с улыбкой. «Снежная маска» и сердитый врач в белом халате, пылесос и лохматая папина шапка кажутся такими безобидными по сравнению со «взрослыми» страхами. Например, страхом несчастного случая или потери работы, опасением попасть в неловкое положение у всех на виду или совершить ошибку, от которой могут пострадать другие люди. Вот чего, по мнению многих взрослых, «стоит» бояться.

При этом нередки случаи, когда и дети, и родители боятся одного и того же — например, грозы или собак. Иногда страх становится общим для трех и более поколений в семье. Возникает закономерный вопрос. Наследуются ли страхи на генетическом уровне или дети «заражаются» ими от родителей уже после своего рождения?

Верно скорее второе. Однако специальные исследования показывают, что на генетическом уровне может закладываться предрасположенность к страхам, то есть подверженность им. Нервная система склонных к страхам детей обладает высокой чувствительностью. Замечено, что подверженные страхам дети не способны к ответной агрессии. Они вообще не склонны к внешнему открытому выражению чувств, — они все держат в себе и долго удерживают в памяти свои страхи.

Тем не менее многие взрослые могут рассказать, что их собственные страхи в детстве менялись по мере роста, а некоторые совершенно забылись. Действительно, многие страхи носят временный характер. И связано это с тем, что по мере роста ребенка развивается его чувствительность к определенным сигналам внешнего мира. Чрезмерно сильное раздражение, например, определенного органа чувств может спровоцировать реакцию в виде страха. Скажем, у малыша может проявиться страх громких, резких звуков. Это прежде всего свидетельствует о том, что развиваются его органы восприятия и переработки звуковых сигналов.

Так, страх является сигналом какой-то опасности, реальной или кажущейся. Чувствуя страх, человек начинает искать способ избежать опасности, защититься. Получив необходимую защиту, человек успокаивается, расслабляется, его страх исчезает.

Почему в детстве страх — одна из самых распространенных реакций? Да потому что инстинкт самосохранения выражен сильно (иначе младенец не сможет выжить), а жизненного опыта еще нет. Как и человек на ранних ступенях своего социального развития, ребенок первых лет жизни боится всего нового и неизвестного, одушевляет предметы и сказочных персонажей. У маленьких детей все реально — и огнедышащий дракон, и дядя, который, согласно родительским рассказам, его может «украсть». Представление о реальности складывается у детей постепенно, а с ним развивается и способность справляться со своими страхами.

Таким образом, страх оказывает нам немалую услугу. Лишенный страха человек не замечает опасности, а значит, постоянно подвергает риску свою жизнь. Однако для многих людей чувство страха становится проблемой. Из друга страх превращается во врага, отравляющего жизнь и мешающего нормальному общению с другими людьми. Как отличить «нормальный» страх от болезненного чувства страха, на какие критерии стоит ориентироваться?

Известный детский психолог и психотерапевт А.И. Захаров в своей книге «Как преодолеть страхи у детей» пишет: «Обычно страх кратковременен и обратим, не затрагивает глубоко личность человека, не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с другими людьми. Однако бывают и ярко выраженные, устойчивые страхи, для которых характерно почти полное отсутствие контроля со стороны сознания. Подобные сильные страхи оказывают неблагоприятное воздействие на характер человека, его отношения с людьми и качество его жизни».

Чем опасен длительный страх для человека, для ребенка в частности? Страх пропитывает все чувства тревожной окраской и вытесняет положительные эмоции — радость, смех, ощущение полноты жизни, оставляя вместо них удрученность, пессимизм, неуверенность в своих силах. Страх парализует активность человека, порождает чувство бессилия и безнадежности. Без веры в свои силы человек уже не может эффективно бороться, отстаивать свои права, он заранее настраивается на неудачу, убеждая себя в собственной неспособности и ничтожности.

«Детские страхи, — замечает Захаров, — если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они болезненно заострены или сохраняются на длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о физической и нервной ослабленности ребенка, о неблагоприятных условиях окружающей среды».

Какие неблагоприятные условия имеются в виду? В главе, посвященной нарушениям сна, уже говорилось о том, что для здорового роста и развития ребенка-дошкольника родители должны обеспечить ему ощущение безопасности. Ребенок, особенно младенец до 3 лет, получает защиту от своих страхов у матери. Такова природа его формирующейся психики.

По разным причинам мать и родители в целом могут не справляться с этой функцией. Самые распространенные причины: мама сама может находиться в эмоциональном кризисе, например, испытывать депрессию. В этом случае ребенок, тонко чувствующий состояние матери, может «заразиться» от нее беспокойством и трансформировать его в какой-то присущий его возрасту страх. В такой ситуации желательно, чтобы в заботу о малыше включился кто-то из близких, кто мог бы внушить ребенку столь необходимое ему ощущение стабильности, предсказуемости мира и покоя.

Иногда ребенок становится свидетелем серьезных семейных конфликтов, что самым болезненным образом отражается на состоянии его души. Оплот его спокойствия и безопасности — родители ссорясь друг с другом, подрывают веру ребенка в надежность его семьи. Если описать чувства ребенка в подобной ситуации, то они сродни переживанию землетрясения. «Как мне жить дальше, если взрослые могут с такой ненавистью и злобой относиться друг к другу? Значит, так же они могут отнестись и ко мне». Родители часто недооценивают то негативное впечатление, которое производят их скандалы на ребенка. Они-то знают, что за скандалом может наступить и примирение. Маленький ребенок этого не знает и не понимает. У него может сложиться ощущение, что злостью и яростью взрослые могут чуть ли не убить друг друга; или ему будет казаться, что он сам не выдержит и умрет от ужаса, который охватывает его при виде наиболее сильных скандалов. Иногда детям в такой ситуации кажется, что ссора произошла из-за них, их плохого поведения и т.п. Ребенок будет стараться сделать все, что в его силах, чтобы избежать повторения этих сцен, не понимая, как мало от него зависит. Это очень серьезная нагрузка на его психику, и возникновение тех или иных страхов в этой ситуации гарантировано.

По этим же причинам глубокую психологическую травму ребенку может нанести развод родителей. Но это тема отдельной беседы.

Что еще может вызвать у ребенка страх, беспокойство? Какими своими ошибочными действиями родители могут невольно вызвать страхи у детей? Самыми распространенными источниками детских страхов являются:

* непосредственные угрозы и запугивание родителями, типа «отдам тебя в детский дом»;
* разговоры при ребенке о смерти, болезнях, несчастных случаях и убийствах;
* ну и, конечно, телевидение — мультфильмы и фильмы-«ужастики», и особенно передачи для взрослых, смакующие тему насилия.
* Чего обычно боятся дети? Каковы самые типичные возрастные страхи? Так, в своем развитии практически все дети проходят через страхи отделения от матери (см. главу 1), страх животных, темноты, страх смерти. При неблагоприятных обстоятельствах у ребенка может проявиться и развиться страх одиночества, страшных снов, чудовищ и т.п.

Еще раз необходимо отметить, что дети очень впечатлительны. Грань между реальностью и вымыслом для них еще очень зыбкая. Вот почему детский, казалось бы, фильм или даже всем известная сказка про Бабу Ягу могут привести к возникновению того или иного страха. Вот пример из письма родителей:

Моей доченьке 2 года 9 месяцев. Читаем мы с ней перед сном каждый день по 30 минут. После сказок с участием Бабы-Яги она стала бояться засыпать одна, она ее боится! Мы с мужем ей постоянно объясняем, что это все придумано и т.д., но это не помогает (плачет). Подскажите, как с этим страхом справиться моему ребенку? Мария

Есть и еще менее объяснимые с точки зрения взрослой логики детские страхи:

Нашей доченьке 1 год 3 месяца. Всегда была очень спокойной улыбчивой девочкой. А месяц назад напугала нас с папой тем, что заплакала от вида черной нитки на игрушке..Потом все чаще стала пугаться мелких черных или темных предметов. Иногда от страха ее начинает трясти. Педиатр сказала, что надо обратиться к психологу, если не пройдет в течение месяца. Мне кажется, что ситуация усугубляется. Анализировали, что могло ее напугать. Теряемся в догадках. Давайте попробуем разобраться в том, что могут сделать родители, чтобы помочь своим детям преодолеть возникшие у них страхи.

Начнем с того, что малопонятные иррациональные страхи у детей обычно не встречают понимания у родителей. Как уже было отмечено вначале, взрослым вообще свойственно относиться к проявлениям страхов у детей с некоторой долей снисходительности. «Смешно бояться таких вещей» или «Ты не должен бояться таких глупостей» — могут услышать от них дети. Правы ли мы, взрослые? Ведь в общем-то нами движет намерение рассеять страх ребенка, помочь ему с ним справиться.

Что чувствует в этот момент ребенок? Что с ним происходит что-то «неправильное». «Бояться нехорошо», — понимает он. Но поскольку так просто от страха обычно не отделаться, то каждый раз, когда ребенок чувствует страх, он может опасаться признаться в своих переживаниях. Помогает это преодолению страха? Да ничуть! Ведь первая задача родителей, которые хотят помочь ребенку преодолеть свой страх, — это изучить этого «врага», так сказать, в лицо. Причем во всех подробностях.

Иногда родители считают, что, вызывая своего ребенка на разговор о причинах его страхов, они тем самым только усиливают их. Но это не так. Страх безотчетный, неосознаваемый гораздо сильнее, чем страх строго определенный, возникающий лишь в определенной ситуации. Выясняя у ребенка, что его пугает, можно уменьшить «радиус» действия страха «загнать тем самым в рамки». А это тоже уже шаг к победе.

Если ребенок уже умеет рисовать, то нужно попросить его нарисовать страшное «как получится». Понятно, что поначалу, предложение родителей может не вызвать у ребенка энтузиазма, тогда стоит предложить ребенку свою помощь: «Давай вместе нарисуем». Поддержка взрослого должна ободрить ребенка. По рекомендации Захарова, применяющего рисуночную терапию страхов на протяжении вот уже нескольких десятков лет, стоит нарисовать два рисунка:

1.Пугающего объекта — например, злой собаки.

2.Сцену победы над пугающим объектом — например, мальчика с палкой рядом с собакой.

Можно начать с более простого задания. Нарисовать условный страшный объект — черное пятно, например. И попросить ребенка порвать бумагу — уничтожить страх. Можно спросить у самого ребенка, что именно он хотел бы сделать с рисунком. Выбросить в мусорную корзину? Спустить в унитаз? Один мальчик в этой ситуации захотел заморозить свой страх в морозилке.

Надо заметить, что подобной игры может оказаться недостаточно для полной победы над страхом. Но в ней ребенок впервые получает возможность для «преодоления страха», а значит, ощущения своей силы и веры в себя. Это очень важный для него опыт. Который, судя по всему, он захочет еще раз повторить.

Другой способ преодолеть страх — сыграть в игру, в которой, к примеру, мишка сначала боится Бабу Ягу, а потом преодолевает свой страх. И либо приказывает ей «исчезнуть», либо прогоняет ее сам с помощью игрушечного оружия и т.п. «Игровые методы» преодоления страхов хороши как для малышей, так и для подросших детей — старшего школьного возраста. В игре дети получают свой первый жизненный опыт. Идентификация себя с храбрым мишкой, предложение мамы победить Бабу Ягу от «его лица» дают ребенку реальную возможность справиться со своими страхами. И значение таких игр не стоит недооценивать.

Прекрасным средством для преодоления детских страхов является метод сказкотерапии. Его принцип примерно тот же, что и в игровой терапии. Надо выбрать какой-то персонаж и в сказочной реальности столкнуть его с той же проблемой, которую переживает ваш ребенок. Важно довольно подробно описать чувства персонажа: его нерешительность, сомнения в победе над страшным врагом, его способ поддерживать свои силы, решимость (будь то дружеская помощь других персонажей или обращение за мудрым советом к волшебнику и т.п.) и в финале подробно описать сцену победы над «чудовищем» или «злодеем». И урок или мораль всей сказки: у нас есть силы победить свой страх, и хоть на это сложно решиться, тебе обязательно помогут в этой схватке «добрые силы».

Если первая попытка разделаться со страхом не удалась, не стоит торопиться отказываться от этого способа или считать его неэффективным. Вполне возможно, что ребенку просто нужно больше времени, чтобы начать «продвигаться вперед». У него свой темп, с которым нужно обязательно считаться, и поощрять его за малейшую попытку перебороть себя. И ни в коем случае не надо его критиковать за отказ выполнить ваши рекомендации. Залог успеха работы над страхами ребенка — его добровольное и заинтересованное сотрудничество. Принуждение ребенка к преодолению страха против его воли вряд ли что-то даст. Вот почему родителям, не умеющим оценить эмоциональное состояние своего ребенка, лучше доверить работу по преодолению страхов у него профессионалу, детскому психологу или психотерапевту.

Итак, большинство детей проходят в своем психическом развитии ряд возрастных периодов повышенной чувствительности к страхам. Все эти страхи носят преходящий характер, но они способны усилиться и задержаться надолго при неблагоприятных условиях внешней среды. Такими неблагоприятными факторами могут быть неправильное поведение родителей в отношении детских страхов, ссоры и конфликты в семье, происходящие на глазах ребенка, а также страхи самих родителей, которыми они невольно заражают своих детей.

Так, Захаров в своей книге о детских страхах пишет: «Антитеза страхов — способность действовать свободно, непринужденно и уверенно. Самая лучшая форма профилактики страхов заключается в создании наиболее благоприятных условий для формирования личности, реализации возрастных возможностей и потребностей ребенка. Условия для детства, не омраченного страхами, — это различные кружки и секции, в которых ребенок получает опыт общения с детьми, совместные игры и развлечения, а также совместные развлечения со взрослыми: аттракционы, игры на природе, походы и путешествия. Чем ярче и разнообразнее впечатления ребенка от жизни, чем богаче его опыт, тем более «закаленным» будет ребенок перед жизнью и ее испытаниями».

\*\*\*

Выводы:

Типичной ошибкой родителей в отношении страхов у детей является отрицание — «этого не может быть, не важно, что за ерунда?..» Причиной, как обычно, являются «благие намерения» родителей, которые желают показать детям, что их страхи напрасны.

Ошибочными действиями могут быть осуждение, высмеивание ребенка, принуждение его преодолеть страх. Часто это отношение к страхам ребенка характерно для пап, которые хотят видеть в своем сыне «настоящего мужчину».

Последствия этой позиции родителей приводят к тому, что ребенок остается один на один со своими страхами. К этому добавляются переживания собственной ущербности и «неправильности» за свое состояние и свои чувства. В итоге страх загоняется вглубь. Его действие тем самым не ослабевает, а скорее усиливается, но подобраться к нему теперь уже значительно труднее.

Правильные действия:

* признать страх ребенка, «позволить» ребенку испытывать его;
* разузнать подробности испытываемого ребенком страха, пусть он расскажет о том, что его пугает в деталях, — это уже способствует преодолению страха, поскольку «сужает границы» пугающего объекта;
* с помощью различных приемов — игры, рисунка, сказкотерапии — обыграть ситуацию победы над страхом, предоставив при этом инициативу именно ребенку.
* Важно не торопить ребенка, пусть на первых порах его победа над страхом будет совсем не очевидна. Ваша вера в него и психологическая поддержка обязательно принесут свои плоды.

**Родительское собрание. «Как победить застенчивость»**

Цель: расширить представления родителей о способах и методах преодоления застенчивости.

*Можно ли ребенку справиться с застенчивостью и как это сделать?*

Проанализируйте свое отношение к ребенку. Безусловно, вы любите его. Но всегда ли вы выражаете эту любовь в реальном поведении? Часто ли вы говорите своему малышу о том, как сильно вы его любите? Любите просто так, ни за что. Взгляните на ситуацию в семье глазами ребенка. Может ему не хватает выражения вашей любви, похвалы, поддержки? Ведь мы так часто обращаем внимание на своих детей лишь тогда, когда они что-то делают плохо, и не замечаем их достижений. Хороших поступков. Застенчивые дети доставляют родителям меньше хлопот, чем озорные и непослушные. Поэтому и внимания им уделяется меньше, в то время как именно таким детям оно требуется в большей мере. Они не заявляют об этом открыто, но потребности у них в доброжелательном внимании, уважении к своей личности у них развиты сильно. Без удовлетворения этих потребностей у ребенка не закладывается тот фундамент, который лежит в основе его развития, - доверие к людям, позволяющее активно и безбоязненно входить в окружающий мир, творчески его осваивать и преобразовывать его. Взрослый должен воспитать в себе умение быть внимательным к ребенку не только в том случае, когда тот обращается за помощью и поддержкой, но и тогда, когда она, на первый взгляд ему не нужна.

Следующая задача - помочь ребенку повысить самооценку в конкретных видах деятельности, поддержать его уверенность в себе. Застенчивый ребенок боится отрицательной оценки, но это не значит, что оценка ему не нужна вовсе. Делая что-то вместе с ребенком, выразите уверенность в том, что он справится с задачей, а если нет, то это не беда, и вы всегда поможете ему и вместе преодолеете трудности. Если вы видите, что ребенок слишком сосредоточен на оценке и это тормозит его действия, отвлеките его от оценочной стороны деятельности. Здесь вам помогут игровые приемы и юмор. Обыграйте ситуацию, внесите в нее элемент воображения. Например, если ребенку не удается собрать фигурку из «Лего», сделайте их одушевленными и наделите вредным характером, который мешает ребенку справиться с задачей.

Следует помнить, что застенчивые дети очень осторожны и побаиваются нового. Они в большей степени, чем их незастенчивые сверстники подвержены соблюдению правил, боятся их нарушить.

У застенчивых детей в большей мере сформирован внутренний запрет на поступки и действия, порицаемые взрослыми, и это может тормозить их инициативность и творческие проявления. Задумайтесь, не слишком ли часто вы ограничиваете свободу ребенку, его непосредственность, любознательность. Не сочтите за кощунство совет – иногда нарушить правила, ваше гибкое поведение поможет малышу избавиться от страха наказания, от чрезмерной скованности. Почти любое, на первый взгляд «неправильное» желание ребенка можно обыграть и превратить в интересное и полезное занятие. Не бойтесь того, что ребенок перестанет быть дисциплинированным. Далеко не всегда ограничения приносят пользу для развития. Напротив, чрезмерные ограничения оказываются причиной детских неврозов.

Раскрепощению эмоциональной сферы. Лучшему освоению языка эмоций хорошо способствуют игры – пантомимы, например, такие как «Угадай эмоцию», «Где мы были, не расскажем, а что видели – покажем», «Кто к нам пришел», «Куклы пляшут», и др. Желательно, что бы в игре участвовали несколько взрослых и детей.

Игры на воображение могут иметь форму рассказа о девочке или мальчике, которые живут в таких же обстоятельствах, как и ваш ребенок, попадают в разные жизненные ситуации и находят выход из них. Часто дети стыдятся рассказывать о своих проблемах, а вот слушая или сочиняя рассказ о другом ребенке, приписывая ему свои переживания, они становятся открытыми для разговора о себе.

Все игры должны оканчиваться благополучно, приносить детям удовольствие и облегчение. Опыт новых отношений со взрослыми и сверстниками, приобретенный в игре, поможет им лучше справляться с реальными жизненными ситуациями.

**Игра: “Анонимный список претензий”.**

К условленному вечеру каждому члену семьи предлагается бросить в почтовый ящик квартиры конверт с надписью: "До такого-то числа не вскрывать!" В конверте должен быть листок с претензиями данного лица ко всем остальным членам семьи. Подписываться под этим текстом не надо, разрешается изменить почерк, воспользоваться чужой рукой, вырезанными буквами или пишущей машинкой. В заранее назначенный час все конверты при общем сборе вскрываются самым младшим в семье, а затем претензии дважды зачитываются вслух самым старшим. Разрешено высказывать догадки о том, кому принадлежит тот или иной текст, но запрещается упрекать предполагаемого автора претензии. Далее, каждый из членов семьи, высказывает своё отношение к тем претензиям, которые адресованы ему лично. Он не обязан критиковать себя, но зато обязан обосновать перед всеми, почему он намерен (или не намерен) изменить свою позицию. Говорить он вправе только о себе, осыпание упреками конкретных других запрещено условиями игры. Упреки эти возможны лишь в такой форме: “Некоторые думают будто....” или “Кое-кто надеется, что...,” и т.п.

**Игра: “Волшебные слова”.**

По жребию кто-то из членов семьи оказывается “узником”, остальные окружают его кольцом, крепко взявшись за руки. Игра начинается с попыток “узника” прорвать кольцо силой – этому надо всячески препятствовать. Теперь он должен, обращаясь к кому-то одному, найти волшебные слова, чтобы тот пропустил его. Имеется в виду такое обращение, которое было бы приятно данному лицу и побудило бы его уступить “узнику”. Если он не уступает, приходиться обратиться к другому лицу.

Игровой характер ситуации смягчает чувство унижения, которое может возникнуть у “узника”. В роли “последнего” обязан побывать каждый из играющих. Игра делает явными скрытые конфликты и обучает искать компромиссные пути для их разрешения.

**Игра: “Завтрак в понедельник”.**

Имеется в виду инсценировка членами семьи типичного эпизода напряженной домашней обстановки. “Завтрак в понедельник” с его спешкой, с неполной включённостью людей в трудовой ритм и проистекающей отсюда раздражительностью каждого – это лишь возможный пример такого эпизода. Другими подобными эпизодами могут быть; “Совместные сборы в театр", "Воскресная поездка в гости к бабушке", "Генеральная уборка" и т.д. Решающая особенность инсценировки в следующем; каждый участник игры исполняет в данном эпизоде не себя, а кого-нибудь другого из членов семьи; сын – отца, дед – внука, дочь – маму или бабушку и т.п. Видя себя в этом своеобразном искажающем зеркале, участник игры испытывают смешанные чувства: возмущение и веселье одновременно.

Важно, чтобы роли в ходе игры менялись.

**Игра: “Угадайте, кто это”.**

Каждый, готовясь к ней, составляет список черт кого-нибудь из членов семьи; в списке должно быть не менее 10 черт. Имя того, кому эти черты приписываются, конечно, называть не следует, не надо также упоминать возраст и пол. Допустимы сказочные аранжировки текста, например: "Если бы этот человек имел волшебную палочку, он бы... "Слушатели по психологическому портрету должны угадать, о ком идет речь. Если все быстро и легко угадывают это, то есть набор черт удачно характеризует человека, то составитель портрета заслуживает премии (например, конфеты, лишнего кусочка торта и т.п.).

Игры этого типа следует заранее готовить таким образом, чтобы они завершались семейным ужином, на котором непременно будет любимое всеми блюдо. Этот примеряющий и сплачивающий финал игровых межличностных взаимодействий служит для всех знаком; "Как бы мы ни расходились в частностях, мы – семья, мы любим и ценим друг друга.

Обучение ребёнка способами мышечного и эмоционального напряжений.

Как показали наши наблюдения, эмоциональное напряжение тревожных детей чаще всего проявляется в мышечных зажимах в области лица и шеи. Кроме того, им свойственно зажатие мышц живота. Подобные упражнения приводятся в книгах Чистяковой М. И. (1990), К. Фопеля (1998), Кряжевой Н. Л. (1997) и др.

Кроме релаксационных игр в работе с тревожными детьми необходимо также использовать и игры, в основе которых лежит телесный контакт с ребенком. Очень полезными являются и игры с песком, с глиной, с водой, различные техники рисования красками. Использование элементов массажа и даже простое растирание тела также способствуют снятию мышечного напряжения. Мама может сама применить простейшие элементы массажа или просто обнять ребенка. Вайолет Оклендер (1997) рекомендует при работе с тревожными детьми устраивать импровизированные маскарады, шоу, просто раскрашивать лица старыми мамиными губными помадами – это очень помогает детям расслабиться.

**Игра: “Ласковый мелок”.**

Существует хорошее развлечение — рисовать или писать на спине. Взрослый говорит ребенку следующее:

“Мы с тобой будем рисовать друг другу на спине. Что ты хочешь, чтобы я сейчас нарисовал? Солнышко? Хорошо”. И мягким прикосновением пальцев изображает контур солнца. “Похоже? А как бы ты нарисовал на моей спине или руке? А хочешь я нарисую тебе солнце „ласковым" мелком?” И взрослый рисует, едва касаясь поверхности тела. “Тебе приятно, когда я так рисую? А хочешь сейчас белка или лиса нарисуют солнце своим „ласковым" хвостиком? А хочешь, я нарисую другое солнце, или луну, или что-нибудь еще?” После окончания игры взрослый нежными движениями руки “стирает” все, что он нарисовал, при этом слегка массируя спину или другой участок тела.

**Родительское собрание «Воспитываем добротой».**

Предварительная работа:

Оформить выставку детских и семейных фотографий «От улыбки хмурый день светлей».

Подготовить аудиозапись с высказываниями детей о наказаниях.

Подготовить памятку для родителей «Искусство наказывать и прощать».

Оформить группу советами Монтессори о воспитании детей:

- Ребенок должен чувствовать спокойствие, видеть примеры добрых отношений.

- Не вводить ничего внушающего страх: ни рассказов, ни намека на страх наказания. Всем доверие, снисхождение.

- Оберегать ребенка от грубых слов и поощрять в словах ласковых и нежных.

- Любить ребенка любым: красивым, некрасивым, удачливым и не очень, здоровым и больным.

- Не унижать ребенка, не делать за ребенка: помоги сделать самому.

Провести анкетирование родителей на тему «О способах воспитания», которое поможет определить знания родителей по вопросам воспитания, правильно организовать дискуссию по данной теме.

**Ход собрания**

На интерактивной доске красочно обозначена тема собрания. Перед началом собрания родители знакомятся с советами Монтессори, материалами выставки.

Выступление воспитателя:

Сегодня мы поговорим о главных человеческих качествах, тех, которые делают человека человеком. Чувства – это особая форма отношения человека к действительности. Особую группу чувств составляют высшие чувства: нравственные, эстетические, интеллектуальные.

*Родительский форум «Поговорим о нравственности»*

С целью активизации родительского внимания к теме собрания воспитатель предлагает родителям ответить на вопросы:

Какие нравственные качества присущи человеку? (доброта, любовь, честность, справедливость, дружелюбие, щедрость, бескорыстие, гуманность и др. )

Какие нравственные качества вы хотели бы видеть в вашем ребенке?

Придумайте синонимы к словам «доброта», «взаимопомощь», «дружба».

Одним из важнейших условий успешного развития нравственных чувств у ребенка является создание взрослыми здоровой, доброжелательной, жизнерадостной обстановки вокруг него. Доверие взрослых, их постоянная забота, поддержка способствуют положительному эмоциональному развитию ребенка: он охотно и легко общается со сверстниками, делится со взрослыми своими радостями и огорчениями. Важно, чтобы в дошкольном детстве ребенок испытывал максимум положительных эмоций. Жизнерадостность, веселое настроение, чувство защищенности, уверенности в своих силах благотворно сказываются на характере и организме ребенка в целом, а ведь это так необходимо, особенно при подготовке ребенка к школе.

Эмоциональные проявления старших дошкольников показывают, как полна их жизнь. Дети отзываются на все доброе, прекрасное, выказывают сочувствие, приходят на помощь друг другу, грустят, радуются. Массу дополнительных положительных эмоций дают семейные праздники. Ребенок чувствует, что живет в счастливой, дружной семье, ощущает любовь и внимание близких. Подготовить семейный праздник несложно, нужно только желание и немного фантазии. Традиционно самым любимым праздником у детей является день рождения! Как его праздновать?

(Родители делятся опытом о проведении интересного дня рождения).

*Об эмоциональном развитии ребенка*

Что нужно знать об эмоциональном развитии шестилетнего ребенка?

В этом возрасте меняется поведение ребенка, уходит в непосредственность.

Он способен подчинять эмоции своим близким целям.

Может удерживать принятую на себя роль до окончания игры или до достижения поставленной цели.

Начинает осознавать свои переживания.

Начинает активно интересоваться отношением окружающих к себе, формировать собственную самооценку.

В этом возрасте ребенок учится понимать не только свои чувства, но и переживания других людей. Способность к сочувствию является одним их свойств человека. Это социальное чувство ограничивает частный эгоизм людей, позволяет поставить себя на место другого человека, увидеть в нем себе подобного.

При воспитании нравственных чувств необходимо прежде всего развивать у ребенка способность к переживанию вообще и к сопереживанию в частности. Речь идет о развитии общей эмоциональности ребенка. Эмоциональная восприимчивость во многом определяет умение сочувствовать. У ребенка появляется желание заботиться о других, бережно относиться к природе. Свойственная детям бурная эмоциональная реакция на происходящее вокруг, а также потребность постоянно контактировать с людьми должны быть использованы для воспитания у них чуткости, внимания к сверстникам, младшим детям, окружающим взрослым.

В одних и тех же случаях разные дети ведут себя по–разному. Одни заботливы, чутки, готовы прийти на помощь другу, успокоить его, пожалеть. Другие равнодушны, эгоистичны. Таких детей трогает только то, что касается их лично. Третьи агрессивны по отношению к своим друзьям, могут ударить, оскорбить, отнять игрушку. К сожалению взрослые не всегда понимают, что проявление сочувствия у детей начинается с малого, с простых на первый взгляд вопросов детей: «Тебе больно?», «Отчего ты грустишь?» и т. д. дети чутко реагируют на доброжелательное отношение к ним, искренне тянутся к людям добрым, отзывчивым. Ребенок может заплакать если видит, что плачет его сверстник. Необходимо обращать внимание именно на первые, порой незначительные попытки ребенка проявить сочувствие, поддержать его добрые намерения. В период дошкольного детства ребенок переживает и сопереживает особенно искренне. Искренни и непосредственны его радость, смех, слезы, удивление, сожаление, печаль. Поэтому важно не упустить момент, не дать остыть быстроразвивающейся детской душе.

Благородные поступки детей, пусть незначительные, необходимо замечать и оценивать. Одобрение взрослых помогает ребенку убедиться в правильности своих действий, вызывает желание повторить их. Учить детей сочувствию надо как на положительных, так и на отрицательных примерах. Только при сравнении, доброго с плохим, злым формируются нравственные чувства ребенка. Жизнь ставит перед родителями целый комплекс непростых вопросов: как преподносить ребенку плохое? О чем он должен и не должен знать? В каких случаях нужно вызывать у него сочувствие к тем детям, которые, предположим, наказаны, в каких – нет? Его же не учат сопереживать отрицательным героям художественных произведений и сказок! Известно, какую силу воздействия на ребенка имеет коллектив. Нужно ли у всех детей в группе поддерживать отрицательное отношение к провинившемуся ребенку? На все эти вопросы нет однозначного ответа. В каждом конкретном случае взрослые должны использовать соответствующие приемы воздействия на ребенка. Конечно, ни в коем случае нельзя способствовать появлению озлобленности у наказанного ребенка или чувства превосходства, злорадства у других детей. Нужно объяснить провинившемуся справедливость наказания. К сожалению, в силу непонимания мотивов поведения ребенка взрослые зачастую способствуют зарождению и проявлению агрессивности, которая распространяется, как правило, на его сверстников. Грубые методы воздействия, равнодушие, нетактичность по отношению к провинившемуся как со стороны воспитателей, так и со стороны родителей ничем не могут быть оправданы.

Однако из основных нравственных качеств – гуманное отношение к окружающим – воспитывает у детей с раннего детства. Гуманная направленность личности ребёнка складывается на основе отношений, связывающих его с окружающими, и зависит от того, насколько эти отношения наполнены нравственным содержанием. Поведение и деятельность ребенка более целеустремленны, осознаны и эмоционально насыщенны, если в их основе лежат заботливое, внимательное отношение к другим людям, помощь и взаимопонимание, отзывчивость, доброжелательность. Важным моментом в нравственном воспитании ребенка является и положительнее эмоциональное отношение к окружающим людям как общий психологический фон. Большое влияние на ребенка оказывает микроклимат в семье. Если родители делят между собой трудности и радости, то ребенок подражает таким формам взаимоотношений, учится проявлять гуманное отношение прежде всего к своим близким, а затем и ко всем остальным.

*Наказывать или прощать?*

Нередко мы, взрослые, сами провоцируем ребенка на плохое поведение требованиями, с которыми он не может справиться. Важно понять: мы должны научиться быть последовательными и спокойными, твердыми, но доброжелательными, осознать, что ребенку нужна не только наша любовь, но и уважение. Любой ребенок, даже самый непослушный, вправе рассчитывать на ваше понимание, помощь и поддержку. Неслучайно в Международной Конвенции ООН о правах ребенка определено, что « родители обязаны: заниматься воспитанием своих детей; заботиться об их здоровье, физическом, духовном и нравственном развитии; обеспечивать, защищать права и интересы своих детей, не причинять вред их развитию и здоровью; воспитывать детей, исключая пренебрежительное, жестокое, грубое, унижающее человеческое достоинство обращение».

Недопустимы, даже в критических ситуациях, грубость, унижение, злость, выражения типа « теперь не могу», « ты меня извел, надоел», «у меня нет больше сил». Повторяемые постоянно эти выражения перестают быть значимыми для ребенка, он их просто не замечает.

Не разговаривайте с ребенком раздраженно, всем своим видом показывая, что он отвлекает вас от более важных дел, чем общение с ним. Извинитесь, если не можете уделить ему сейчас время, и обязательно поговорите с ним позже. Во время разговора помните: важны тон, мимика, жесты – без демонстрации недовольства, раздражения, нетерпения. На них ребенок реагирует сильнее, чем на слова. Разговаривая, задавайте вопросы, требующие простого ответа. Поощряйте ребенка в ходе разговора, покажите, что вам интересно и важно то, о чем он говорит.

Не оставляйте без внимания любую детскую просьбу. Если ее нельзя выполнить по какой-то причине, не отмалчивайтесь, не ограничивайтесь коротким «нет», а объясните причину отказа.

Никогда не наказывайте, если проступок совершен впервые, случайно или из-за ошибки взрослых.

Не отождествляйте поступок и ребенка. Тактика «Ты плохо себя ведешь – ты плохой» порочна, она закрывает выход из ситуации, снижает самооценку, порождает страх.

Обязательно объясните, в чем заключается проступок и почему так вести себя нельзя. Однако если сам взрослый чуть что срывается на крик, более того готов шлепнуть, вряд ли ребенок поймет, что кричать и драться нехорошо.

Не стоит злословить по поводу проступка, напоминать о нем, стыдить ребенка перед другими взрослыми и сверстниками. Это унижает, рождает обиду и боль. Ребенок может не осознавая, ответить тем же.

Не ставьте в пример непослушному ребенку хороших братьев и сестер, сверстников по группе, укоряя его тем, что есть нормальные дети.

*Что эффективнее – похвала или наказание?*

Практика показывает: взрослые очень скупы на одобрение, похвалу. На вопрос, часто ли тебя хвалят, дети обычно отвечают долгим молчанием. Обращать внимание только на проблемы очень легко. А вот увидеть наметившееся улучшение непросто. Но без поддержки взрослого ребенок его тоже не заметит. Одобрение и похвала стимулируют ребенка, повышают мотивацию на успех. Замечания, угрозы, наказания иногда бывают эффективны, но срок действия этих мер кратковремен. У большинства детей они вызывают обиду, тревогу, усиливают боязнь неудачи. А тревога и боязнь провоцируют новые проступки, хотя страх наказания нередко создает иллюзию позитивного изменения ситуации. Уступчивость и послушание зачастую достигаются за счет накапливаемого ожесточения, отрицательных эмоций, нарушения взаимоотношений. Страх – достаточный мотив для достижения какого – то результата, но чувство обиды обычно дает обратный эффект.

*Памятка «Искусство наказывать и прощать»*

Чаще хвалите ребенка, чем осуждайте, подбадривайте, а не подмечайте неудачи, вселяйте надежду, а не подчеркивайте, что изменить ситуацию невозможно.

Чтобы ребенок поверил в свой успех, в это прежде всего должны поверить взрослые. Наказывать легче, воспитывать труднее.

Не создавайте сами опасных прецедентов и резко ограничьте круг запретов. Если вы что-то разрешили ребенку вчера, разрешите и сегодня. Будьте последовательны.

Запреты всех взрослых в семье должны быть одинаковыми.

Воинственность ребенка можно погасить своим спокойствием.

Не ущемляйте достоинство и самолюбие ребенка.

Попытайтесь понять ребенка и оценить с его позиции плохой проступок.

Если есть сомнение, наказывать или нет, - не наказывайте!

Помните, что детское непослушание всегда имеет психологические мотивы:

Нарочитое непослушание означает, что ребенок хочет быть в центре внимания;

Проказы свидетельствуют о том, что ребенок жаждет эмоциональных впечатлений;

Упрямство – свидетельство желания быть независимым;

Агрессия – ребенок ищет способ самозащиты;

Суета, беготня – ребенок дает выход энергии.

**Беседа. Детская агрессивность и ее причины.**

Среди существующих нарушений у детей дошкольного возраста данная проблема самая распространенная. Детская агрессивность выражается в готовности к поведению, которое противоречит нормам поведения в обществе и может приводить к нанесению физического и морального ущерба. При этом дети дошкольного возраста, проявляющие агрессивное поведение, чаще всего, не имеют самого агрессивного мотива. Давайте попробуем разобраться в том, что в жизни ребенка провоцирует его на агрессивность. Прежде всего, следует сказать о том, что агрессивность ребенка может быть обусловлена естественными физическими и возрастными факторами.

Например, у младенцев и детей раннего возраста она возникает, как реакция на дискомфорт и незрелости нервной системы (неумением управлять своим поведением и эмоциями), а также из-за недостатка знания нравственных норм и правил.

Именно в этих случаях агрессивность ребенка выполняет защитную функцию самосохранения, как физического, так и психического.

Возрастные вспышки агрессивности (обычно 3, 5 и 7 лет) означают, что потребности свойственные ребенку в это время не удовлетворяются, а отношения с окружающим миром дискомфортны. Взрослым следует изменить свои отношения с ребенком и помочь дальнейшему социальному развитию.

К сожалению, родители, страдающие от агрессивности своего чада, вольно или не вольно являются ее источником.

Если родители ведут себя несдержанно, агрессивно в отношениях друг с другом или по отношению к ребенку (кричат, оскорбляют, угрожают и т д.), применяют физические наказания или не препятствуют проявлениям детской агрессивности, то эти проявления будут повсеместными и станут постоянной чертой характера.

Повышенная тревожность и страхи, чувство незащищенности и постоянной опасности могут толкать ребенка на агрессивное поведение, как защитное от ожидаемой агрессии со стороны взрослых.

Неверный стиль воспитания (излишняя опека или игнорирование ребенка) могут привести к ситуативному или стойкому проявлению агрессивности. Когда взрослый ограничивает самостоятельность ребенка, двигательную и социальную активность возникает вполне закономерный дискомфорт, ребенок ищет выход и находит его в агрессивном поведении. Такой же принцип срабатывает в противоположной ситуации, когда дети испытывают дефицит родительского внимания и любви, когда отношения с ребенком формальны и лишены эмоционально-чувственной стороны. В этом случае ребенок старается привлечь внимание и находит самый простой для себя способ - быть агрессивным.

Индивидуальность ребенка и его статус в детской группе тоже могут быть причиной агрессивного поведения.

Внешне агрессивными часто бывают дети с ярко выраженным стремлением к лидерству, особенно если они не довольны своим статусом в группе или если их лидерство не признается группой.

Ребенка с выраженной тенденцией к лидерству необходимо учить быть терпимым, доброжелательным и уступчивым в отношениях со сверстниками и поддерживать проявление таких качеств в сочетании с лидерством.

Агрессивными бывают дети, страдающие от неудовлетворенности своими отношениями со сверстниками из-за неумения играть. Задача взрослых формировать и развивать навыки совместной игры, чтобы избежать или ослабить агрессивность ребенка.

Подводя итог сегодняшней теме, хочется еще раз сказать: "Зная причину, легче решить проблему".

1. Если Вы столкнулись с детской агрессивностью, не спешите паниковать или давить на ребенка.

2. Определитесь с причинами и постарайтесь их устранить.

3. Не забывайте, что такое поведение может быть ситуативным и быстро проходит при правильном поведении взрослого.

4. Помните, что помочь ребенку может только взрослый.

5. Развивайте собственные коммуникативные способности, расширяйте способы общения с детьми.

**7.Планирование деятельности с педагогами. Консультации. Семинары.**

**Семинар. Коррекционная работа с агрессивным ребенком.**

Гнев и агрессивность.

Гнев, как и страх, и другие эмоции, выполняет функции адаптации человека к окружающей среде. Как у животных, так и человека, гнев направлен на устранение преград, препятствий для достижения цели, отдыха, получения приятных впечатлений и т.д. Поэтому не каждое проявление агрессии может считаться нарушением. Гнев - ситуативная реакция, и необходима она, пока продолжается опасная для человека ситуация. Если же гнев "выкристаллизовывается", становится "надситуативным", постоянным переживанием, то это не может считаться нормальным. Длительное действие стрессора в норме ведет к адаптации к нему, тогда как появление в этом случае агрессивности, высокой тревожности, страхов и других невротических симптомов считается "поломкой" системы саморегуляции.

Нормальными явлениями могут считаться: замахивание годовалого ребенка на мать за то, что она сделала что-то неприятное ребенку, попытка двухлетнего ребенка ударить другого ребенка, отнявшего в песочнице игрушку, лопаткой по голове и др. Все эти реакции гнева являются ситуативными и адекватными, но они могут "перерасти" в нарушение. Любое нарушение берет свое начало из конкретной ситуации. Условиями "перерастания" реакции гнева в нарушение являются:

постоянное агрессивное поведение родителей, которым подражает ребенок и "заражается" их агрессивностью. Это обусловлено тем, что система эмоциональной саморегуляции ребенка строится по типу эмоциональной саморегуляции его родителей;

проявление нелюбви к ребенку, формирование у него ощущения беззащитности, опасности и враждебности окружающего мира;

длительные и частые фрустрации, источником которых являются родители или какие-либо обстоятельства;

унижения, оскорбления ребенка со стороны родителей. Это частный случай фрустрации, но он настолько важен для формирования личности ребенка, что его необходимо рассматривать отдельно в процессе диагностики и коррекции.

*Работа с родителями агрессивного ребенка*

Эта работа является очень сложной, так как часто родители, имеющие агрессивного ребенка, испытывают к нему неприязнь и обращаются в психологическую консультацию лицш для "усмирения" ребенка, а не за помощью ему. Их вполне бы устроило дать ребенку успокоительную таблетку, действие которой было бы очень длительным, и ребенок перестал бы приносить им досадные неприятности.

Родители агрессивного ребенка часто оказываются фрустрированными и недовольными жизнью людьми. В большинстве случаев это бывшие агрессивные дети, которые передают свои психологические трудности собственным детям. Поэтому, по возможности, психолог должен проводить психотерапевтическую работу и с родителями.

Во-первых, необходимо избегать любого негативного воздействия на самооценку родителей ("Вы ничего не понимаете в нарушении личности вашего ребенка, сейчас я Вам объясню" такие грубые нарушения в деятельности психолога встречаются нечасто, но более легкие, сходные случаи, иногда имеют место), стремиться стабилизировать ее. Причем, часто заниженная самооценка проявляется как завышенная и сочетается с завышенным уровнем притязаний в отношении своих действий и успехов ребенка, на которого часто возлагаются надежды на реализацию тех целей, которые не достигнуты в собственной жизни ("Я не стал... (музыкантом, известным писателем и пр.,), значит, таким должен стать мой сын").

Во-вторых, необходимо изменить установку родителей на ребенка. Они считают агрессивного ребенка неблагодарным, ожидают, что в ответ на их раздражение и упреки ребенок будет раскаиваться, испытывать чувство вины, просить прощения и успокаивать их. Когда же этого не происходит, родители озлобляются, считают ребенка "скверным", "испорченным". Необходимо вызвать жалость к ребенку со стороны их родителей, показать, что агрессивный ребенок это всегда в первую очередь несчастный ребенок. Необходимо объяснить родителям механизм появления гнева, а также агрессивности как эмоционального нарушения.

В-третьих, надо вызвать воспоминания родителей о собственном детстве, о причинах их собственных агрессивных поступков в детском возрасте. Возможно, это "вскроет" многие личйостные комплексы, тогда необходимо проводить стабилизацию личности каждого родителя, оказать психологическую помощь. Проблема детей всегда поднимает семейные проблемы (т.е. трудности каждого члена семьи, а также всей группы в целом). Отдельно помочь одному ребенку, не помогая окружающим его людям, практически невозможно. То, что здесь преимущественно описываются способы коррекции нарушений личностного развития ребенка, означает не возможность "сепаратной" ему помощи, но обусловлено сложностью работы с личностью взрослого человека. Эта проблема требует не упоминания, но длительного, серьезного изложения.

В-четвертых, необходимо выяснить отношение родителей к ребенку до рождения и в первые месяцы его появления. Если ребенок с самого начала был нежелателен (ситуация, когда ребенок родился "вынужденно" или "случайно"), то необходимо прийти к какому-то решению, причем, четко оговоренному (вербализованному, а не предполагаемому, "подразумевающемуся"), совместно с родителями. Например, что несмотря на то, что ребенок нежелателен, все же они должны о нем заботиться. Возможно, само выяснение причин отвержения ребенка изменит отношение к нему родителей. Если же родители желали появления ребенка, но изменили свое отношение к нему, когда он стал "агрессивен, непослушен, просто невыносим", то необходимо, не унижая достоинства, указать родителям на то, что ребенок своим поведением лишь отвечает на их собственные действия.

*Коррекционная работа с агрессивным ребенком.*

Агрессивное поведение нельзя однозначно считать "плохим". Возникая в критической (фрустрирующей) ситуации, оно выполняет защитную функцию, иногда функцию разрешения (выхода) ситуации. Наиболее часто агрессивное поведение наблюдается у ребенка в критические возрастные периоды. Это свидетельствует о том, что существовать ребенку стало сложнее: любую трудную ситуацию в момент возрастного кризиса ребенок переживает сложнее, поэтому можно ожидать возрастания агрессивных элементов в поведении. Это относится как к "нормальному" ребенку, так и к ребенку с эмоциональными нарушениями. Периоды выраженной агрессивности ребенка, нарушающие его гармоничные отношения с окружающими, наблюдаемые в процессе нормального аффективного развития, в основном совпадают с переживанием возрастных аффективных и личностных кризисов. В случаях же аффективных нарушений агрессия становится "привычной", почти единственной формой поведения.

Однако, несмотря на то, что наличие агрессии в поведении ребенка всегда создает большие трудности взаимодействия с ним, нельзя оценивать агрессивные тенденции как исключительно отрицательные. Следует помнить о том, что они могут закономерно возрастать на фоне повышения активности ребенка в процессе его аффективного развития. Обычно это неизбежный этап психокоррекционной работы, пройдя через который с помощью взрослого, ребенок может приобрести более адекватные формы контакта с окружающей его реальностью. Можно даже говорить о том, что динамика самих проявлений агрессии часто является своеобразным показателем усложнения и большей гибкости в способах взаимодействия ребенка с его ближайшим окружением.

Коррекция агрессии у ребенка должна начинаться с выяснения ее причин. Если агрессия не является сигналом нарушения в эмоционально-мотивационной сфере, то коррекционные действия могут быть направлены не на ее устранение, а на смягчение и недопущение негативных последствий агрессивного поведения ребенка. Кроме того, в этом случае необходимо соответственно подготовить родителей к адекватному восприятию агрессивных реакций ребенка.

В других случаях, когда агрессия есть проявление нарушения эмоционально-мотивационной сферы личности, действия психолога или воспитателя должны быть направлены на неподкрепление (т.е. не закрепление) агрессивных действий ребенка.

Применение коррекционных методов полностью зависит от характера тех причин, которые обусловили агрессивное поведение. Выбор методики коррекции происходит с учетом конкретного случая и конкретного ребенка. Это необходимо учитывать при рассмотрении нижеизложенных коррекционных методов:

1. Игнорирование агрессивной тенденции, нефиксирование на ней внимания окружающих;

2. Включение агрессивного действия в контекст игры и придание ему нового социально приемлемого, эмоционально наполненного смысла. Этим обеспечивается возможность для ребенка разрядки агрессивных тенденций без ущерба для отношений с окружающими (например, в игре "казаки-разбойники" агрессивному ребенку целесообразно дать роль разбойника и т.п.);

3. Установление запрета на агрессивные действия ребенка (не разрешать ребенку проявлять агрессию);

4. Активное подключение психолога в игровой ситуации к разворачиванию или "растягиванию" агрессивных действий, в основе которых чаще всего лежит страх.

5. Психодрама: произвольное вызывание аффекта с последующим катарсисом разрешением, снятием эмоционального напряжения. (Изложение плана коррекционной работы дано по: "Эмоциональные нарушения...").

**Консультация для воспитателей. «Коррекция нарушений эмоционально-личностного развития дошкольников в условиях ДОУ».**

Психологи характеризуют застенчивость как внутреннюю позицию человека, которая предполагает слишком большое внимание к тому, что о нем думают окружающие. Другими словами, человек становится чрезмерно чувствительным к неприятию его окружающими людьми. Отсюда -желание избегать людей или ситуаций, несущих в себе потенциальную угрозу любой критики в свой адрес. Как следствие, человек предпочитает оставаться в тени, избегает общения с людьми, которое может привлечь внимание к его персоне.

Результаты исследований показали, что существует целый ряд причин возникновения застенчивости, которые берут свое начало в детстве и детских переживаниях, а также в том, как эти переживания воспринимаются и трактуются каждым отдельным индивидом. Среди них можно выделить:

* Неумение наладить общение с окружающими людьми. Та-кая проблема может возникнуть у детей, чьи родители не умеют собственным примером научить их быть общительными и успешно контактировать с другими людьми. Плохо находят контакт с окружающими и дети, не имеющие опыта социального общения. Жизнь в изоляции и воспитание в ограниченном кругу людей делает их неловкими в социальных контактах и прививает им боязнь новизны. Кроме того, бывает, что ребенок легко находит общий язык с взрослыми, но не умеет общаться со сверстниками. Такими бывают одаренные или единственные дети в семье, опережающие в физическом развитии ровесников или, наоборот, плохо развитые (особенно мальчики), а также дети, считающие, что они тем или иным отличаются от других.
* Сравнение со старшими сестрами и братьями, другими родственниками или ровесниками.
* Утрата привычного социального окружения, когда, например,
* семья постоянно переезжает с места на место или же в связи с разводом родителей, смертью кого-то из близких, просто переводом в другую группу, школу и т. д.
* Помимо страха, застенчивость почти всегда сопряжена с чувством стыда. Список причин, по которым люди обычно испытывают стыд, бесконечен: неудовлетворение собственными внешними данными, вредные привычки, чудаковатые родственники — это лишь немногие из них. Стыд делает людей неуверенными и заставляет их все время что-то скрывать от окружающих.
* Таким образом, стеснительность определяется низкой самооценкой, чувством стыда и страха. Когда все эти факторы наличествуют и достигают высшей степени своего выражения, последствия могут быть по-настоящему разрушительными
* Застенчивость вызывает огромное количество неприятных последствий, как для взрослых, так и для детей:
* боязнь общения с новыми людьми, вследствие чего человек
* лишается потенциально приятного опыта;
* неумение бороться за свои права, выражать свое мнение и
* декларировать свои ценности;
* неспособность бороться с деспотизмом, застенчивые люди -
* конформисты по натуре;
* необъективная оценка сил и возможностей застенчивого человека со стороны окружающих;
* эгоизм, когда человек занят исключительно собой, своимипереживаниями и не уделяет внимания окружающим его людям;
* неумение четко мыслить и излагать свои мысли; негативные переживания — депрессия, беспокойство, низкая самооценка и одиночество;
* подверженность влиянию со стороны сверстников» (Особенно когда речь идет о молодых людях. Именно под давлением ровесников они начинают курить, пить, употреблять наркотики, становятся неразборчивыми в своих связях или даже вступают
* в различные секты.);
* склонность к сдерживанию эмоций, что, во-первых, лишает стеснительного человека теплоты и близости, которыми окружающие люди могли бы поделиться, а во-вторых, может в конце концов привести к серьезному взрыву эмоций, иногда даже заканчивающемуся рукоприкладством;
* нелюбознательность: застенчивые дети не любят задавать вопросы, они нелюбопытны и никогда не просят помощи у взрослых и сверстников, если у них возникнут проблемы;
* недопонимание со стороны окружающих (нередко возникает ощущение, что застенчивых людей не интересует мнение окружающих или что они ведут себя недружелюбно, порой им не доверяют, поскольку они всегда прячут глаза от собеседника. Кроме того, кажется, что такие люди как бы снисходят дообщения с другими).

Обозначив всю важность данного вопроса, рассмотрим рабочую ситуацию. Педагогу-психологу поступил запрос от мамы Севы Б., воспитанника старшей дошкольной группы детского сада. Она сообщила, что ее сын очень застенчив и это вызывает у нее беспокойство и опасения за его будущее. Сева никогда не реагирует на приветствия знакомых ему людей, не отвечает на вопросы: "Как тебя зовут? Сколько тебе лет?". Мальчик не может подойти к воспитателю и спросить его о чем-либо или обратиться с просьбой. Ребенок не выступает на детских праздниках, всегда молчит или начинает нервно теребить одежду и кривляться. Мама замечает, что ребенок играет только с одним мальчиком в группе, а если того нет в детском саду (например, в связи с болезнью), то Сева целыми днями или сидит. или играет один. Со слов мамы, ребенок дома ведет себя адекватно: разговаривает с родителями, играет, но в основном с ней, читает те стихи, которые его сверстники декламировали на детском празднике, рассказывает о том, что происходило у него в группе в течение дня. Сева посещает детский сад с 1 года 11 месяцев, и мама никогда не замечала, чтобы ребенок был застенчивым. После перехода в младшую группу детского сада мальчик стал больше стесняться взрослых. Она рассказала, что обращалась к воспитателям по поводу застенчивости своего сына, но получала успокоительные, обнадеживающие заверения, что ребенок ведет себя адекватно возрасту и что они не замечают его застенчивости. Однако мама неоднократно наблюдала грубое отношение и авторитарное общение воспитателей с детьми. Мама беседовала со своим ребенком по поводу его застенчивого поведения, но он отвечал ей, что боится, когда взрослые кричат или ругаются.

При анализе ситуации было выдвинуто несколько гипотез о возможных причинах подобного поведения мальчика. Оно может быть связано:

* с особенностями семейного воспитания;
* особенностями эмоционально-волевой сферы;
* несформированностью навыков общения;
* неблагоприятным микроклиматом в группе;
* тревожностью;
* страхами; низкой самооценкой

Не сформированность эмоционально-волевой сферы, о негативном влиянии на поведение ребенка в семейной ситуации и ситуации в детском саду может выражается в:

ϖ неадекватная самооценка;

ϖ неуверенность в себе;

ϖ неблагоприятная семейная обстановка;

ϖ неблагоприятная обстановка в группе.

А для не формирования эмоционально-волевой сферы необходимо решить следующие задачи:

ϖ создать для ребенка атмосферу безопасности;

ϖ понимать и принимать его мир;

ϖ поощрять выражение эмоционального мира дошкольника; создать ощущение рамок дозволенности, позволять делать выбор;

ϖ привить навыки эффективного межличностного общения со сверстниками и взрослыми; облегчить принятие решений;

ϖ обеспечить возможность принимать на себя ответственность и развивать чувство контроля; обеспечить благоприятный микроклимат в группе; снизить уровень тревожности, используя психологические методы;

ϖ привлекать ребенка к участию в различных видах детской деятельности, предоставляя возможность проявить свои способности и творческую инициативу, с целью повышения самооценки.

**Работа со страхами.**

Самое важное - не отмахиваться от детских страхов, а относиться к ним с вниманием и пониманием.

Ребенок не перестанет бояться темноты, даже если вы сто раз повторите ему, что в квартире нет ничего опасного и страшного. Ему страшно, и точка. Никакая логика тут не поможет, страх иррационален по своей природе. Если ребенок боится привидений и поэтому не может заснуть, приобретите на рынке пару симпатичных веников (в хозяйстве пригодятся - не дома, так на даче) и вечером уточните у малыша, где именно прячется привидение. Скорее всего, оно прячется в большом шкафу. Откройте шкаф, старательно "поработайте" там веником, приговаривая: "А ну-ка, противное привидение, выходи из шкафа и улетай из нашего дома, не то мы тебя вениками отшлепаем! И не вздумай возвращаться!" Попросите ребенка помочь, а когда он подключится, не забывайте повторять: "Не смей пугать моего сыночка (доченьку), живи себе в лесу, а тут наш дом, тут тебе не место!" Выметите вениками подоконник, откуда "улетело" привидение, закройте окно и уверенно скажите: "Видишь, малыш, как оно нас напугалось? Это потому что у нас волшебные березовые веники. Теперь ты можешь засыпать спокойно: привидение к нам ни за что не вернется: мы подоконник вымели, и оно дорогу забыло".

Если ребенка мучают ночные кошмары и он просыпается с криком ужаса, конечно, мы подойдем к нему, успокоим, скажем, что это всего лишь сон. Но будить ребенка, пока он не проснулся сам, НЕЛЬЗЯ. Глубокий сон подобен гипнотическому трансу, резкий выход из него может сильно напугать, нарушить нервное равновесие. Если ребенок мечется на постели, кричит, плачет, но при этом не просыпается, не будите его и ни в коем случае не пытайтесь обнять и прижать к себе. Вы ведь не видите его сон. А что, если во сне ребенка преследует монстр и вот - вот его схватит? И тут очень "кстати" ваши объятья... Для него-то это все происходит во сне! Попробуйте поговорить с ребенком. Назовите его по имени, скажите: "Ниночка, папа рядом, все хорошо". Если ребенок вступит с вами в диалог, постарайтесь вести диалог "параллельно сну".

Семилетнему Сергею постоянно снились роботы - убийцы. Наконец однажды дед, который спал с ним в одной комнате, включился в сон, как в игру. Сергей кричал: "Робот! Робот!" Дед спросил его: "Где робот-то? Далеко или близко?" Мальчик ответил: "Сейчас схватит!" Дед вдохновенно продолжал: "Да ты смотри, Серега, он шатается... Так и есть, у него батарейки кончились!" Внук в ответ расхохотался: "Смотри, смотри, он в помойку завалился!" Сережа еще немного посмеялся - и дальше спал спокойно.

Если ваш сын кричит во сне: "У него автомат! Бежим!", можно попробовать вставить такую реплику: "Сынок, смотри, автоматчика гранатой накрыло, это наши на помощь пришли! Ура! Бой закончился, все спасены!" Вы можете не получить ответ, но достаточно будет того, что характер сновидения изменится, кошмар прекратится, и вы услышите спокойное сонное сопение. Тогда можете уснуть и вы.

Кошмарные сны чаще снятся впечатлительным, тонко чувствующим и эмоционально ранимым детям, склонным брать на себя ответственностъ за происходящее и вину за неудачи.

Ирина Витальевна - успешный менеджер, человек, уверенный в себе. Но каждый раз перед поездкой, даже если надо всего лишь проехать несколько станций на электричке, чтобы добраться до дачи, она испытывает ужасную тревогу и места себе не находит. В детстве ей снились кошмары, в которых она опаздывала на поезд, или же толпа людей вливалась в поезд, а она не успевала и оставалась на станции. Оказывается, в детстве на маленькой станции, где они жили, билеты на поезд продавали без указания мест, и, следовательно, надо было успеть ворваться в вагон и занять места для всей семьи. Роль "добытчика мест" всегда доставалась Ирине, как старшей дочери. И не всегда все получалось так, как хотелось бы.

Этот страх - не успеть и опоздать - Ирина "передала по наследству" своей пятилетней дочери. После беседы с психологом Ирина собрала все семейство, и они сыграли в игру "поезд на юг". Из диванов и стульев сделали "поезд", в который вся семья по "свистку паровоза" постаралась "ворваться". В "поезд" поместились не все, да и те, кто поместился, сидели в буквальном смысле друг на друге. Ирина с дочерью были в числе тех, кто не успел. "Поезд" отъехал. И вдруг "дежурный по вокзалу" объявил, что сейчас подадут дополнительный состав, поскольку машинист лредыдущего поезда очень боялся опоздать и забыл прицепить несколько вагонов. Тут же и подошел "дополнительный" состав, в который вошли все, да еще и разместились с комфортом, без давки и спешки. Благодаря этой игре от страха опоздания излечилась не только дочь, но и мать.

Лучше всего приниматься работать над детскими страхами, пока ребенок еще дошкольник. Младший школьный возраст также благоприятен для этой работы. У старшего возраста страхи закрепляются, наслаиваются один на другой, становятся перекрестными. В итоге мы зачастую с трудом разбираемся в том, где причина, а где следствие, что значительно усложняет работу по излечению детей от страхов.

Прежде чем пытаться снять страх, необходимо уточнить, нет ли подобного страха у родителей. Если страх передан ребенку родителями или другими людьми, то есть является в некотором роде внушенным, с ним можно работать с помощью рисования или своеобразного " драматического кружка ". В описанном нами случае с патологическим страхом грозы у матери и дочери (см. статью "Откуда приходят детские страхи?") работа со страхами происходила так. В том самом домике в деревне, где когда-то мать испугалась во время грозы, всей семьей разыграли представление под названием "Гроза". Гром изображали дед и племянник, а молнией был дальний свет фар, направленный на окна, который периодически включал и отключал отец. Помогла и погода: хлынул ливень. По сценарию мужчины поехали работать на отдаленное поле, а женщины ждали их к ужину. Гроза свирепствовала, но бабушка, чей авторитет в семье был сравним разве что с авторитетом президента страны, велела накрывать на стол, причем придирчиво проверяла, чтобы все было идеально, не оказались бы забытыми столовые приборы и салфетки.

Наконец, "изобразив" последнюю молнию, на крыльце появился отец, а к нему присоединились дед с племянником . Под жуткий раскат грома мужчины спокойно вошли в дом и с удовольствием сели за стол. В это время вместо инсценированной грозы началась самая что ни на есть настоящая. И что же? Вся семья сидела вместе и мирно ужинала, радуясь тому, что они дома, в тепле и уюте. При этом дед невзначай заметил, что рядом нет ни одного одинокого большого дерева, так что единственное, что может притянуть молнию, - надежно заземленный "громоотвод", и, следовательно, нет никакой опасности. А отец добавил, что в городе и вовсе не страшно, так как все дома снабжены соответствующими "громоотводами", нет больших открытых пространств, и бедной грозе разгуляться негде. Если она кому и может угрожать, так это одинокому психу, который вздумает прогуляться, надев на голову железную кастрюлю, а уж никак не тем, кто сидит у себя дома, в школе или в другом надежно защищенном помещении. Так и покинул мать с дочерью страх перед грозой. Теперь, когда начинается гроза, они вспоминают тихий семейный ужин, а отнюдь не возможные ужасы, связанные со стихией. А как только одна из них начинает беспокоиться, то вторая непременно напоминает ей про психа с кастрюлей, и они дружно начинают хохотать. А там, где смешно, уже не до страха.

Детские страхи, в которых виновато чрезмерно развитое и богатое, порой "необузданное", воображение, можно снять с помощью того же самого воображения, которое этот страх и породило, как в примере с изгнанием привидения.

Шестилетний Александр (именно так его называют в семье, всегда полным именем) - единственный ребенок в семье, к тому же поздний. На момент его рождения матери исполнилось 42 года, отцу - 49 лет. Родители стараются воспитывать ребенка "по последнему слову педагогической науки". Никаких бездумных игр, только развивающие. Никаких чрезмерных эмоций и проявлений чувств. Объятья и поцелуи относятся к категории "сюсюканья" и потому неприемлемы. Да и зачем все это, если растет мужчина? Мальчика постоянно критикуют как родители, так и бабушки с дедушками. Он всегда все делает не так и ничего не умеет. Всё это отражается в его рисунках.

Плывет Саша-Александр по морю на корабле. Корабль маленький, а под ним - огромные спруты, которые в любой момент могут напасть и потопить его. Таким образом, ребенок живет в постоянном страхе перед нотациями и наказаниями, причем далеко не всегда понимает, за что его ругают или наказывают. Он боится собственных родных, боится опять сделать что-то не так, боится вообще что-то делать. И боится всего окружающего мира, поскольку не ходит в детский сад и испытывает проблемы в общении со сверстниками и другими взрослыми.

Над избавлением от страхов Саши пришлось поработать всем его родным. К счастью, после беседы с психологом они пересмотрели свое поведение по отношению к ребенку и по-иному расставили акценты. Теперь они стараются, чтобы на каждое критическое замечание приходилось по три похвалы. Мальчика теперь называют и Сашей, и Сашенькой, и Шуриком, обнимают его и целуют, говорят, как любят его и дорожат им. Окунувшись в атмосферу любви и тепла, Саша стал постепенно оттаивать, но все еще не избавился от кошмаров, время от времени приходящих в его сны. Тогда дед, который, пока не вышел на пенсию, делал рисунки к книгам, стал рисовать вместе с внуком. Первое, что он нарисовал, - большой батискаф для отлова гигантских спрутов, мешавших плавать людям и кораблям. Изловленных спрутов нарезали на кусочки и приготовили из них вкуснейшие шашлыки. Людям эти шашлыки очень понравились, и они стали их заказывать во всех ресторанах и кафе. Спруты испугались, что их всех переловят на шашлыки, и уплыли в необитаемые морские глубины, подальше от людей. Теперь Саша рисует большие корабли, а под водой на его рисунках плавают симпатичные улыбающиеся рыбы. А когда семья отдыхала в Греции, он попробовал шашлык из осьминога и лично убедился в том, что все рассказанное и нарисованное дедом - чистая правда, а значит, можно ни о чем не беспокоиться.

Сложнее обстоит с исцелением от страхов, причиной которых стал испуг.

Автору рисунка "Зубастики", напоминающего кадр из известного фильма Спилберга, 6 лет. Знакомство с

"зубастиками" Даня начал в полтора года, когда протянул руку для приветствия псу, сидящему на цепи. Собака восприняла этот жест по-своему. В результате - значительная кровопотеря, отделение реанимации в больнице и пять жутких шрамов на руке. К счастью, руку удалось спасти благодаря ювелирному мастерству врачей.

В 3 года и 8 месяцев активный Даня решил помочь деду на даче - ведь так приятно, когда тебя хвалят и называют помощником. Как-то раз дед, оставив бревно не распиленным до конца, решил немного отдохнуть. Даня взял пилу, чтобы "помочь" деду. На сей раз пострадала левая рука.

Когда Дане было чуть больше 4-х лет, родители взяли его с собой искупаться на залив. Никто не предполагал, что в песке лежит консервная банка - "зубастой" крышкой вверх. Не предполагали до тех пор, пока "везучий" Даня не наступил на нее, основательно порезав стопу.

Теперь Даня панически боится даже ножей, при виде собаки убегает куда глаза глядят, а в залив, реку или пруд его не затащишь никакой силой. Страхи от пережитого переросли в невроз, и Дане снятся кошмары, в которых злобные инопланетяне нападают на Землю, протыкая ее всякими острыми штуками и уничтожая на ней всякую жизнь. Это как раз один из неблагоприятных случаев, когда ребенок "оброс" комплексом страхов и нуждается в длительном лечении. Лечение в таких случаях не подразумевает прием фармацевтических препаратов. "Лекарства" от страха совершенно другие...

Дане потребовалось 3 года, чтобы освободиться от страхов. Сначала родители перестроили свое отношение к страхам сына. Они перестали говорить ему, чтобы он не боялся, и называть его трусом. Вместо этого они показали, что понимают его страхи и сочувствуют. А потом подарили ему... крошечного щенка. Даня панически боялся собак, но щенок еще не собака, а маленькое и совершенно беспомощное существо, хотя и будущая немецкая овчарка. Даня вместе с родителями кормил щенка из соски, ходил с ним делать прививки, обучал правилам поведения в доме. Заодно и сам Даня избавился от страха перед прививками.

Потом стали водить щенка, которому Даня дал кличку "Друг", в школу для собак. Собаку вел Даня, а отец их сопровождал. Уже через год Друг вымахал в солидную собаку и стал самым лучшим другом Дани. Мальчик вообще перестал бояться собак. Во-первых, он стал лучше понимать тонкости "жизни собачьей ". А во - вторых, стоило только какому - нибудь псу плохо посмотреть на Даню, Друг так на него рявкал, что бояться начинал уже этот пес.

Мама научила Даню аккуратно резать хлеб, так что обращение с ножом перестало быть для него проблемой, а ножницами он теперь с увлечением вырезает разные фигурки, соревнуясь с дедом. И пилы Даня также не боится, ему и кошмары больше не снятся "с ее участием". "Зубастики" мало-помалу ушли из Даниных рисунков, уступив место дружелюбно настроенным персонажам. А в воду мальчик входит след в след за отцом, чтобы быть уверенным, что ни на что острое не наступит.

Снимать страхи помогает игра. Когда ребенок встречается в игре с травмирующей его ситуацией, он относится к ней менее драматично, чем в реальной жизни. К тому же в игре у него есть возможность "примерить" на себя разные роли, в том числе и роль пугающего его персонажа. Ребенок приучается брать инициативу в свои руки, берет на себя ответственность за происходящее и самостоятельно принимает решения. В процессе игры он учится овладевать своими эмоциями. Смоделированная ситуация помогает ребенку найти решение проблемы вопреки страху, преодолеть страх, в нем пробуждаются азарт и воля к победе. Немалую роль играет и поддержка, предоставляемая другими участниками игры.

Необходимые условия для того, чтобы игра была успешной:

- не расписывать заранее роли, не давать разъяснений, как себя вести и что делать;

- всем участникам игры вести себя естественно и непосредственно;

- участвующие в игре взрослые ни в коем случае не должны вмешиваться в нее со своими советами и назиданиями;

- когда заканчивать игру и сколько нужно играть, диктует ребенок, ведь игра рассчитана именно на него.

Дети обожают фантазировать, и в работе над страхами этим стоит воспользоваться. Рассказанный и нарисованный страх выходит наружу, и получается "эффект Стивена Кинга", который писал свои жуткие рассказы с единственной целью - освободиться от кошмаров. Ребенок сам придумывает рассказ, и в его власти заставить персонажи действовать так, как ему хочется.

Придуманный рассказ помог Свете избавиться от ночных кошмаров с Бабой Ягой и Кощеем Бессмертным. Рассказ был о девочке, которая каждый раз во сне попадала в заколдованное царство ночью, когда злые волшебники бодрствуют и готовы ее съесть. Однажды девочка так боялась заснуть, что пролежала всю ночь с открытыми глазами и заснула только под утро. И попала она прямо в поросшую мхом избушку на курьих ножках, где жили - поживали дед Кощей и Баба Яга, под утро улегшиеся спать. Учуяли они человеческий запах и проснулись. Баба Яга кричит: "Кощей, хватай девочку! "

А Кощей на ночь все свои кости разложил, как мы складываем одежду перед тем, как лечь спать, и спросонья да в спешке никак не может собрать себя правильно: то у него череп на ноге оказывается, то рука на спине. Видит, что ничего не получается, и кричит Бабе Яге: "Яга, мне ее не схватить, съешь ее!" Баба Яга бросилась было к девочке, открыла рот... А зубов - то там и нет. Увидела девочка, что зубы Бабы Яги лежат на столе, схватила их и выбросила в окошко. Упали зубы, ударились о камень да все и рассыпались. Села Баба Яга, голову руками обхватила, плачет: "Ой, я несчастная, как же я теперь есть буду!" А Кощей так расстроился, что совсем рассыпался - просто в пыль. Девочка пожалела Бабу Ягу, договорилась с говорящей Коровой, чтобы та приносила Яге молочка и творожка. Баба Яга обрадовалась и стала доброй. А когда стала доброй, стала и красивой. Теперь она детей не пугает, а любит их и играет с ними в разные игры, а они угощают ее киселем и кашей.

Маленький Лева избавился от страха с помощью мамы. Леве было ужасно жаль известного нам всем с детства зайчика, которого убивает злой охотник. Так жаль, что он стал охотника бояться: вдруг он выскочит и начнет стрелять во всех подряд? И убьет его, Леву, или маму, что еще хуже и страшнее. Тогда мама предложила сыну "пересочинить" считалочку. Вот что у них вышло:

Раз-два-три-четыре-пять, вышел слоник погулять.

Тут охотник выбегает: МИМО СЛОНИКА стреляет.

Ха-ха-ха, совсем косой! Жив-здоров слоненок мой!

Теперь Лева был уверен в том, что охотник, если и выскочит с ружьем, все равно обязательно промахнется. И охотник перестал быть пугалом.

Когда мы имеем дело с детскими страхами, необходимо иметь в виду, что ребенок живет настоящим моментом. Его эмоции сменяются достаточно быстро, но при этом они далеки от того, чтобы быть поверхностными. Ребенок ощущает и переживает всем своим существом, оттого его эмоции столь интенсивны и глубоки. Поэтому потеря любимой игрушки для маленького ребенка равносильна потере близкого человека, как бы кощунственно это ни звучало, и он переживает это как настоящую трагедию. Для него это событие и есть настоящая трагедия.

У ребенка нет нашего опыта жизни, ничто не подсказывает ему, что ситуация может измениться в лучшую сторону, что все в жизни преходяще. Для него каждое горе безысходно, пока он его переживает. А пережив его, может о нем совершенно забыть.

Ребенку очень важно иметь возможность свободно выражать свои чувства. И если такая возможность у него есть, страхи приходят и уходят в соответствии с особенностями возраста. Если же ее нет, ребенок "обрастает" страхами, как днище корабля ракушками, и в какой-то момент тяжесть "ракушек" начинает со страшной силой тянуть ко дну, не дает ему выплыть. И здесь нужна наша "скорая помощь". Если ее не окажется рядом, личность ребенка может "искривиться", даже приостановиться в развитии.

Чтобы помочь ребенку, нужно видеть мучающие его страхи его глазами, а не глазами взрослого человека. Нельзя запрещать ему бояться, тем более бранить и подвергать наказаниям. Он и так уже напуган. Страх - это вовсе не проявление слабости, не вредность и не упрямство. Страх нельзя игнорировать, он вряд ли исчезнет сам по себе. Как говорил Сталин, "своих врагов надо знать в лицо". Так что лучше всего взглянуть страху в лицо, хорошенько его рассмотреть, понять причины его возникновения, проработать их и распрощаться со страхом.

Бессмысленно оберегать ребенка от грозящих ему опасностей и страхов, которые мерещатся тревожным родителям на каждом шагу. Ему предстоит жить в сложном мире, и чем раньше он начнет постигать его, тем лучше. Дети, которых чрезмерно опекают, чью самостоятельность ограничивают, исходя из принципа "как бы чего не вышло", живут в иллюзорном мире и испытывают шок при первом же столкновении с реальной действительностью.

Ваня до 4 лет ничего особенно не боялся, но в 4 года попал в больницу. Мама не могла быть с ним, так как некому было присматривать за младшей сестрой, которой не исполнилось еще и 2-х лет. Так что мама навещала мальчика днем, а все остальное время, включая ночь, он был один в компании 3-х соседей по палате. После возвращения из больницы Ваня стал бояться темноты и категорически отказывался ложиться спать, если мама не сидела рядом в спальне. Первое время мама включала ночник и сидела с Ваней, пока он не засыпал. Потом стала укладывать его, оставлять ночник и приоткрывать дверь спальни, чтобы он слышал, как она в соседней комнате работает на компьютере. Месяца через два мама уже не включала ночник, но по-прежнему оставляла дверь приоткрытой, чтобы в спальню проникал свет и было слышно, как она работает или ходит по квартире. А через полгода все вошло в свою колею, страхи исчезли, потому что мама с самого начала отнеслась к чувствам сына с уважением, пониманием и сочувствием.

Как правило, страхи приходят и уходят с возрастом, не усиливаясь и не задерживаясь, если взрослые, рядом с которыми живет ребенок, уверены в себе, а в семье изо дня в день спокойная и стабильная обстановка. Ребенок, ощущающий любовь взрослых, слышащий похвалы в свой адрес и уверенный в том, что получит поддержку в нужный момент, быстро "перерастает" свои страхи.

**Список литературы.**

1. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста.-М.: ТЦ Сфера, 2004.
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности.-М.: Просвещение, 1995.
3. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии.-М.:Просвещение, 1984.
4. Краснощёкова Н.В. Диагностика и развитие личностной сферы детей старшего дошкольного возраста. Тесты. Игры. Упражнения.-Ростов н/Д.:Феникс, 2006.
5. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми.-М.: Детство-Пресс, 2005.
6. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность.-Ярославль: Академия развития, 1997.
7. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. - Ярославль: Академия развития, 1996.
8. Клюева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение: дети 5-7 лет, 2-е ищд.-Ярославль: Академия развития, 2001.
9. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения.-М.: Просвещение, 1986.
10. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры.-М.: Владос, 2001.
11. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры.-М.: Детство-Пресс, 2000.
12. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога.-М.: Владос, 1999.
13. Снегирёва Л.А. Игры и упражнения для развития навыков общения у дошкольников.-Миниск: Гамма, 1995.
14. Шмидт В.Р. Психологическая помощь родителям и детям. Тренинговые программы.-М.: Детство-Пресс, 2007.
15. Шипицина Л.М. Азбука общения: Развитие личности ребёнка, навыков общения со взрослыми и сверстниками.-М.: Детство-Пресс, 1998

**Приложение.**

**Использование ИКТ на занятиях с детьми, консультациях с педагогами и родителями в приложении на диске.**

**Рекомендации для родителей по воспитанию гиперактивных детей.**

* В своих отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчёркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребёнка в своих силах.
* Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
* Говорите сдержанно, спокойно, мягко. (Окрики возбуждают ребёнка).
* Давайте ребёнку только одно задание на определённый отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
* Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
* Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).
* Поддерживайте дома чёткий распорядок дня. Время приёма пищи, выполнения домашних дели сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
* Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребёнка чрезмерное стимулирующее действие.
* Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
* Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т.к. эти виды спорта травматичны).
* Помните о том, что присущая детям гиперактивность может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

**Воспитание тревожного ребенка**

Должно включать в себя три основных направления:

Повышение самооценки ребенка – помогайте вашему ребенку становиться увереннее в себе, ценить себя.

Обучение ребенка способам снятия мышечного и эмоционального напряжения – учите ребенка замечать свою тревогу и справляться с ее признаками с помощью методов релаксации, рисования и другими способами.

Обучение навыкам владения собой в ситуациях, травмирующих ребенка, – обратите внимание на сложные ситуации, вызывающие тревогу у ребенка (общение с незнакомыми людьми, ответы у доски, выступление на сцене и т.д.), и учите ребенка различным способам разрешения этих ситуаций.

**Рекомендации родителям:**

* чаще обращайтесь к ребенку по имени;
* ежедневно отмечайте успехи ребенка, сообщая о них в его присутствии другим членам семьи (например, во время общего ужина);
* не сравнивайте ребенка с другими, лучше сравните его успехи или поведение с его успехами в предыдущих ситуациях;
* откажитесь от слов, которые унижают достоинство ребенка;
* не требуйте от ребенка извинений за проступок, лучше пусть он объяснит, почему он это сделал;
* старайтесь делать ребенку как можно меньше замечаний;
* будьте единодушны и последовательны в своих действиях, поощряя и наказывая ребенка;
* не предъявляйте к ребенку завышенных или необоснованных требований;
* демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку;
* способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал за что;
* обсуждайте с ребенком трудные и конфликтные ситуации, в которые он попадает или может попасть;
* доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть.

**Важные рекомендации родителям ребенка со страхами:**

1. Относитесь с уважением к ребенку, с пониманием к его страхам.

2. День ребенка должен быть наполнен радостью, смехом, новыми впечатлениями. Положительные эмоции снижают вероятность появления страхов.

3. Не допускайте выяснения отношений при ребенке, так как он чутко реагирует на конфликты близких людей появлением страхов.

4. Не наказывайте ребенка за страх, даже в шутку не называйте его «трусишкой». От этих слов страх не пройдет. Он может камуфлироваться внешне пристойным («хорошим») поведением ребенка, хотя на самом деле «невыраженный» страх может продолжает разрушать личность ребенка.

5. При страхе темноты совершите с ребенком небольшое «путешествие» по темной комнате, вокруг его кровати, прокладывая надежные «пути» к тем предметам, которые могут понадобиться малышу ночью. Используйте элементы игры, рисование, беседы.

6. Создавайте для ребенка атмосферу безопасности. Ребенку должно быть спокойно в родном доме, в детском саду; он должен знать, что ничто ему не угрожает, что его любят и всегда защитят и позаботятся о нем.

7. Проявляйте ласку, любовь к ребенку, выражайте позитивные чувства к нему, не опасаясь избаловать.

8. Не разрешайте детям, особенно перед сном, смотреть фильмы с элементами жестокости и насилия.

9. Детей никогда не следует запугивать ради послушания. Воспитание страхом - наиболее частая и грубая ошибка воспитания.

10. Старайтесь воспитывать в детях уверенность в себе, оптимизм, самостоятельность. Гиперопека – частая причина развития неврозов у детей.

11. Научите детей делиться с вами своими негативными переживаниями, разрешите испытывать и негативные чувства (злость, обиду, отчаяние).

12. С проблемой детских страхов лучше справляются те родители, которые уверенно и в то же время гибко ведут себя по отношению к детям, учитывают особенности их темперамента, зарождающиеся склонности и интересы, считаются с личностью ребенка.

**Рекомендации для родителей по снижению и устранению детской агрессивности**

Агрессивность – склонность к причинению другим морального или физического ущерба. В той или иной мере встречается почти у всех детей младшего возраста вследствие недостаточной произвольности поведения.

1. Нащупать все «болевые» точки в семье;

2. Нормализовать семейные отношения;

3. Нельзя внушать ребенку, что он плохой, так как отрицательная оценка взрослых формирует отрицательную самооценку у ребенка;

4. Ликвидировать все агрессивные формы поведения среди близких;

5. Любить ребенка со всеми его недостатками;

6. Требуя чего-то, учитывать возможности ребенка, а не то, что бы вам хотелось видеть;

7. Пытаться погасить конфликт в «зародыше», направляя интерес ребенка в другое русло;

8. Дать понять ребенку, что он любим всеми;

9. Научить его общению со сверстниками;

10. Всегда помнить, что и слово может ранить ребенка.