

Информационно – педагогический модуль

1. Тема опыта:

**«Психолого-педагогическое сопровождение детей старшего дошкольного
возраста с поведенческими трудностями»**

автор опыта:

Николаева Татьяна Александровна
педагог-психолог МБДОУ № 4
комбинированного вида,
вторая квалификационная категория.

г. Ковров, 2013г.

II. Условия возникновения, становления педагогического опыта

Наблюдая за детьми старшего дошкольного возраста заметила, что у большинства современных детей все чаще встречаются различного рода проблемы и трудности, среди которых и нарушения поведения. Родители и воспитатели до конца не осознают, в каком постоянном мощном потоке, воздействующим на сознание и чувства, находится ребенок.

Практически в каждой группе МБДОУ разворачивается сложная и драматичная картина межличностных отношений детей. Дошкольники дружат, ссорятся, мирятся, обижаются, ревнуют, помогают друг другу, а иногда делают «легкие» пакости. Все эти отношения остро переживаются и несут массу разнообразных эмоций. Эмоциональная напряженность и конфликтность в сфере детских отношений значительно выше, чем в сфере общения со взрослыми.

Дети с нарушениями поведения – эта та категория детей, которая наиболее осуждается и отвергается взрослыми. Непонимание и незнание причин такого поведения приводит к тому, что они вызывают у взрослых открытую неприязнь и неприятие в целом.

III. Актуальность педагогического опыта

Актуальность темы определена экономическими и социальными изменениями, происходящими в последние годы в нашем обществе и затрагивающими все сферы жизнедеятельности человека.

Основной круг проблем, возникающих у детей, связан не только с возрастными или индивидуально-психологическими особенностями, но и с социальной ситуацией, которая окружает ребенка.

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.

К группе причин поведенческого нарушения относятся причины, связанные с недостатками семейного воспитания ребенка, а именно низкий педагогический и культурный уровень родителей, отсутствие четкой организации жизни и деятельности ребенка в семье, безнадзорность ребенка в быту, чрезмерная опека, педагогическая запущенность, повышенное внимание родителей к своему карьерному росту.

IV. Теоретическая база

Общение – одна из форм человеческого взаимодействия, благодаря которой люди «как физически, так и духовно творят друг друга...» Вся жизнь человека проходит в общении с другими людьми. В любом возрасте человек не может быть без взаимодействия с другими людьми: человек – социальное существо. Лишь во взаимодействии с другими людьми возможны усвоение детьми общественно-исторического опыта людей. Недостаток и ограничение общения заметно нарушают дальнейшее развитие ребенка.

Л.С.Выготский указывает: каждый ребенок – часть социального момента, отношение ребенка к среде и среды к ребенку дается через переживания и деятельность его самого.

В.С.Мухина выделяет игру как ведущую деятельность дошкольного возраста, и говорит, что не маловажное значение имеет для ребенка отношение к нему взрослых и сверстников. Он нуждается в общении, и его дефицит сказывается на поведении дошкольника. Мухина В.С. указывает, что в условиях общественного воспитания дошкольников, когда ребенок находится среди других детей, вступая во взаимоотношения с ними, образуется, так называемое «детское общество». В этих условиях ребенок-дошкольник приобретает первые навыки поведения в коллективе. В совместной деятельности детей возникают ситуации, направляющие детей считаться с мнением коллектива, согласовывать свои действия с другими для достижения общей цели. В этих случаях дети не всегда находят нужные способы поведения.

Г.С.Абрамова отмечает, что проблемы в развитии общения чаще всего обуславливаются психологическими причинами. Успех ребенка, отмечает Г.С.Абрамова, тесно связан с признанием его сверстниками, что обусловлено отношения человека к человеку. Симпатию и признание сверстников получают те дети, которые проявляют желание помочь, умеют радоваться чужим успехам. Дети же агрессивные, плаксивые и обидчивые не вызывают симпатии сверстников. Г.С.Абрамова сводит период старшего дошкольного возраста к 5-7 годам и отмечает, что опасность этого возраста состоит в том, что ребенок ещё не знает меры своим силам, как физическим так и умственным, поэтому его воздействие не себя так и на других может быть чрезмерным, взрослым надо обязательно пресекать агрессию и насилие, проявляемое детьми.

И.В.Дубровина выделяет, что именно поведение является показателем внутреннего состояния ребенка. Отклонения или расстройства во внешних проявлениях (агрессия, вспыльчивость, пассивность) в основном от проблем в общении как с взрослыми, так и со своими сверстниками.

По мнению М.И.Лисиной «...избирательный характер взаимоотношений детей зависит от того, насколько общение с ним соответствует уровню развития коммуникативной потребности, достигнутому данным ребенком».

Однако далеко не всегда общение реализуется в развитии конкретных детей. Существует значительные индивидуальные различия в отношении ребенка к сверстникам, которые во многом определяют его самочувствие, положение среди других и в конечном счете особенности становления личности. Особую тревогу вызывают проблемные формы межличностных отношений.

У. Новизна

Новизной педагогического опыта является:

- 1) усовершенствование популярного метода - игротерапия, используемого в работе с детьми старшего дошкольного, так как ближе всего отвечает задачам развития и применим практически при всех видах нарушений поведения. Игра для ребенка - это и одна из форм «самотерапии», благодаря которой могут быть отрегулированы различные конфликты и проблемы. В относительно безопасной игровой ситуации ребенок позволяет себе опробовать различные способы поведения.
- 2) использование практических занятий с элементами тренинговых упражнений для родителей, имеющих детей с поведенческими нарушениями.

УІ. Ведущая педагогическая идея

Цель:

Создание психолого-педагогических условий, в которых ребенок мог бы стать субъектом общения и собственного внутреннего мира.

Задачи:

1. Создавать условия для оказания помощи детям, испытывающим трудности (по средствам коррекционной, методической, консультативной работы).
2. Отслеживать особенности развития личности ребенка (по средствам диагностической работы).
3. Повысить психолого-педагогическую компетентность воспитателей, родителей по вопросам сопровождения ребенка.

Принципы:

- бережное отношение к психическому миру ребенка, его потребностям, особенностям субъективного отношения к миру и самому себе;
- принцип совместной деятельности педагогов и воспитанников;
- принцип равноправного партнерства с семьей.

УІІ. Технология педагогического опыта

Реализация педагогического опыта осуществляется в трех направлениях:

- I. дети;
- II. педагоги;
- III. родители (законные представители).

I. Содержание деятельности по первому направлению:

- с детьми проводится непосредственная организованная деятельность;
- НОД проводится 1 раз в неделю и предназначена для детей старшего дошкольного возраста;
- НОД осуществляется в первой половине дня, в просторном помещении (малый музыкальный зал);
- численность детей - 6-8 человек;

- продолжительность каждой деятельности 25-30 минут;
- цикл рассчитан на семь месяцев (октябрь-апрель). Сентябрь это месяц сбор информации, май это месяц подведение итогов;
- поводом для зачисления ребенка в группу служат: наблюдения и отзывы воспитателей, заключение психолога, которое осуществляется на основе проводимых диагностических данных (см. Приложение №3);
- материалом служат игры и упражнения, способствующие развитию коммуникативных навыков, снятию психоэмоционального напряжения (см. Приложение №1,2), игровая терапия (самый значимый человек - ребенок: здесь он командует ситуацией и собой, здесь никто не говорит ему, что делать, никто не критикует то, что он делает, никто не придирается и не даёт советы, не подгоняет, не вмешивается в его личный мир).

II. Содержание деятельности по второму направлению:

С педагогами планируются и осуществляются:

- тематические консультации (см. Приложение №5);
- мини-лекции;
- выступления на педсоветах;
- практические занятия с элементами тренинговых упражнений (см. Приложение №6);
- индивидуальные беседы;

Целью данных мероприятий является формирование у педагогов толерантного отношения, развитие коммуникативных навыков во взаимодействии с проблемными дошкольниками, повышение психолого-педагогической грамотности в вопросах взаимоотношения с данной категорией детей.

III. Содержание деятельности по третьему направлению:

С родителями (законными представителями) работа планируется и осуществляется в рамках консультативной и психопросветительской работы:

- тематические родительские собрания;
- индивидуальное консультирование по запросу психолога и родителей;
- мини-выступления на групповых родительских собраниях;
- наглядно-консультативный материал (папки-передвижки, буклеты) (см. Приложение №7);
- практические занятия с элементами тренинговых упражнений;
- мини-беседа по телефону.

Целью данных мероприятий является формирование у родителей способности понимать эмоциональное состояние ребенка, его личностные особенности, повышение психологической грамотности, обучение способам общения со своим ребенком.

УШ. Результативность

Для определения результативности работы по данному направлению проводится следующая диагностика:

1. Самооценка. Методика «Лесенка», автор В.Г.Щур
2. Тревожность. Тест тревожности, авторы американские психологи Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен.
3. Социометрическое обследование. Игра «Секрет», автор Т. А. Репина.

1. Результативность самооценки

самооценка	2011 – 2012 учебный год		2012 - 2013 учебный год	
	Начало коррекционной работы	Конец коррекционной работы	Начало коррекционной работы	Конец коррекционной работы
Не сформированная	6 / 85,7%	4 / 57,2%	6 / 75%	4 / 50%
Адекватная	1 / 14,3%	3 / 42,8%	2 / 25%	4 / 50%

Вывод: В результате систематической работы дети стали давать оценку своим поступкам и поведению. За 2011-2012 учебный год уменьшилось количество детей с не сформированной самооценкой и увеличилось количество детей с адекватной самооценкой. Такая же динамика наблюдается и в 2012 – 2013 учебном году: не сформированная самооценка уменьшилась на 25%, адекватная самооценка увеличилась на 25%.

2. Результативность тревожности

тревожность	2011 – 2012 учебный год		2012 – 2013 учебный год	
	Начало коррекционной работы	Конец коррекционной работы	Начало коррекционной работы	Конец коррекционной работы
Высокий уровень	4 / 57,2%	1 / 14,3%	5 / 62,5%	3 / 37,5%
Средний уровень		3 / 42,8%	1 / 12,5%	4 / 50%
Низкий уровень	3 / 42,8%	3 / 42,8%	2 / 25%	1 / 12,5%

Вывод: В результате работы у детей уменьшилась тревожность: за период 2011 – 2012 учебный год с высоким уровнем осталось 14,3% (1 ребенок). За период 2012 – 2013 учебный год высокий уровень тревожности уменьшился на 25%.

3. Результативность по социометрическому обследованию

Статусные категории	2011 – 2012 учебный год		2012 - 2013 учебный год	
	Начало коррекционной работы	Конец коррекционной работы	Начало коррекционной работы	Конец коррекционной работы
непринятые	4 / 57,2%	2 / 28,6%	4 / 50%	3 / 37,5%
принятые	3 / 42,8%	5 / 74,4%	4 / 50%	4 / 50%
предпочитаемые				1 / 12,5%

Вывод: В результате проведенной работы у детей стали улучшаться взаимоотношения среди сверстников своей группы и взрослыми. За период 2011 – 2012 учебный год в категорию «принятые» перешло 2 ребенка(28,6%). За период в категорию «принятые» перешел 1 ребенок(12,5%) и в категорию «предпочитаемые» 1 ребенок(12,5%).

IX. Трудоемкость

Подготовка данной работы не требует никаких материальных затрат.

X. Доступность педагогического опыта

Данный опыт доступен для педагогов-психологов ДОО, специальной подготовки не требуется.

Список использованной литературы:

1. Арцишевская И.Л. «Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду». М. 2004.
2. Венгер Л.А., Мухина В.С. «Психология». М.1988.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком. Как?» М.2007.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» М.2010.
5. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. «В мире детских эмоций». М. 2008.
6. Дубровина И.В. «Практическая психология образования». М. 1997.
7. Катаева Л.И. «Работа с застенчивыми детьми». М. 2004.
8. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению». Ярославль, 1996.
9. Кокуева Л.В. «Психолого-педагогическое сопровождение развития ребенка в детском саду». М. 2011.
10. Кряжева Н.Л. «Развитие эмоционального мира детей». Ярославль, 1996.
11. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь». М. 2000.
12. Малахова А.Н. «Небесное путешествие». СПб. 2008.
13. Минаева В.М. «Развитие эмоций дошкольников». М. 1999.
14. Панфилова М.А. «Игротерапия общения». М. 2008.
15. Сазонова Н.П., Новикова Н.В. «Преодоление агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду и семье». СПб. 2010.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Неделя	Дети	Педагоги	Родители (законные представители)
ОКТАБРЬ			
1 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 1. Цель: налаживание отношений психолога с группой и детьми между собой; развитие произвольности и самоконтроля; снятие психоэмоционального напряжения; развитие эмоционально-выразительных движений.</p> <p>* Приветствие (Крюкова, Слободяник, с.20); * «Давайте познакомимся. Игра «Эхо»(Крюкова, Слободяник, С.22); * «Солнечный зайчик» (Крюкова, Слободяник, с.23); * «Спаси птенца» (Крюкова, Слободяник, с.23); * Прощание</p>		<p>Родительское собрание «Поведенческие трудности у детей дошкольного возраста» Цель: психологическое просвещение родителей.</p>
2 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 2. Цель: Продолжать налаживать отношения детей в группе; развитие внимания, наблюдательности; развитие и совершенствование коммуникативных навыков.</p> <p>*Приветствие; * «Мое имя» (Сазонова, Новикова, с.62); * «Угадай, кого не стало» (Сазонова, Новикова, с.62); * «Раз, два, три – говори» (Арцишевская, с.12); * «Одно большое животное» (Арцишевская, с.12); * Прощание</p>		
3 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 3. Цель: Развитие и совершенствование коммуникативных навыков; снятие психоэмоционального напряжения; развитие произвольности.</p> <p>* Приветствие; *Беседа о настроении; * «Узнай эмоции»; *«Запретное движение» (Арцишевская, с.13); *Прощание</p>		<p>Наглядно-консультативный материал «Влияние родительских установок на развитие детей» Цель: психологическое просвещение родителей.</p>
4 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 4. Цель: Развитие произвольности; развитие доверия друг к другу; развитие коммуникативных навыков.</p> <p>*Приветствие; *«Слепой и поводырь» (Арцишевская, с.26); *«Летает – не летает» (с.26); *«Волшебный мешочек» (с.25); *«Расскажем и покажем» (с.15); *Прощание</p>		

Неделя	Дети	Педагоги	Родители (законные представители)
НОЯБРЬ			
1 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 5. Цель: Знакомство с эмоцией – радость; поиск аналогичных переживаний в своем опыте; обучение адекватному способу выражения эмоции. *Приветствие; *Эмоция «Радость»; *«Кто как радуется» (В мире эмоций, с.105); *«Встреча с другом» (В мире эмоций, с.106); *«Я радуюсь, когда...» (Крюкова, Слободяник, с.47); *Прощание</p>		
2 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 6. Цель: Знакомство с эмоцией – грусть; поиск аналогичных ситуаций в своем опыте; развитие коммуникативных навыков. *Приветствие; *Эмоция «Грусть»; *Беседа об эмоции; *«История Обидок и Грустинок» (В мире эмоций, с.131); *Прощание</p>		
3 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 7. Цель: Продолжать знакомство с эмоцией – грусть, поиск путей преодоления грусти, развивать умение находить приемлемые способы выражения эмоции, снятие психоэмоционального напряжения. *Приветствие; *«Волшебный стул» (В мире эмоций, с.132); * «Портрет»; *Беседа о преодолении грусти; *Прощание</p>		
4 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 8. Цель: Знакомство с чувством – злость; тренировка умения различать эмоции; поиск аналогичных переживаний в своем опыте. *Приветствие; *Беседа об эмоции (Крюкова, Слободяник, с.76); *«Король Боровик не в духе» (В мире эмоций, с.12); *«Смешинки и злючки»; *Прощание</p>	<p>Тематическая консультация «Как помочь ребенку справиться с отрицательными эмоциями» Цель: формировать у педагогов способность понимать эмоциональное состояние проблемных детей.</p>	<p>Родительское собрание: «Агрессивный ребенок» Цель: повышение психологической грамотности у родителей.</p>

Неделя	Дети	Педагоги	Родители (законные представители)
ДЕКАБРЬ			
1 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 9. Цель: Продолжать знакомство с чувством – злость, гнев; учить регулировать выражение гнева в игровой форме; снятие общей агрессии. *Приветствие; *«Злые – добрые кошки» (Панфилова, с.99) *Релаксационная пауза *Прощание</p>	<p>Практическое занятие с элементами тренинговых упражнений Цель: развивать у воспитателей умение сотрудничать с данной категорией детей.</p>	<p>Индивидуальное консультирование по запросу психолога Цель: оказание помощи родителям в общении с детьми с агрессивным поведением.</p>
2 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 10. Цель: Продолжать знакомство с чувством – гнев; Развитие способности понимать и выражать эмоциональное состояние другого; развитие коммуникативных навыков. * Приветствие; * «Король Боровик не в духе» (НОД 8); * «Клоуны ругаются» (Панфилова, с.101); * «Доброе животное» (В мире эмоций, с.123); * Прощание</p>		<p>Буклет «Как надо вести себя с агрессивным ребенком» Цель: практические способы общения с такими детьми.</p>
3 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 11. Цель: Закрепление и обобщение знаний о чувстве – гнев; продолжать развивать умение сопереживать другим; снятие психоэмоционального напряжения. *Приветствие; * «Тренируем эмоции» (Сазонова, с.68); * «Картинка» (Сазонова, с.68); *«Полет птиц»; * Прощание</p>	<p>Мини – лекция «Конфликты и пути их разрешения» Цель: повышение психолого-педагогической грамотности во взаимодействии с проблемными детьми.</p>	
4 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 12. Цель: Знакомство с эмоцией – страх; поиск аналогичных переживаний в своем опыте; развивать умение проявлять сочувствие. *Приветствие *Беседа об эмоции *«Расскажи свои страхи» (Сазонова, с.71) *« Нарисуй свой страх» (Сазонова, с.72) *Прощание</p>	<p>Мини – лекция «Детские страхи» Цель: формировать у педагогов способность понимать эмоциональное состояние данных детей.</p>	<p>Наглядно – консультативный материал «Все о страхах» Цель: психолого-педагогическое просвещение с целью повышения психологической грамотности.</p>

Неделя	Дети	Педагоги	Родители (законные представители)
ЯНВАРЬ			
2 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 13. Цель: Продолжать знакомство с эмоцией – страх; развивать умение преодолевать негативные переживания; снятие психоэмоционального напряжения. *Приветствие; *Беседа о страхах; *«Пчелка в темноте» (Панфилова, с. 92); *«Я тебя больше не боюсь» (Сазонова, с. 73); *Прощание</p>	<p>Тематическая консультация «Принципы работы с тревожными детьми» Цель: повышение психолого-педагогической грамотности в вопросах взаимодействия с проблемными детьми.</p>	<p>Индивидуальное консультирование по запросу психолога Цель: оказание помощи в общении с детьми, испытывающими чувство страха.</p>
3 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 14. Цель: Продолжать рассматривать эмоцию – страх; развивать умение находить приемлемые способы выражения эмоции; способствовать снятию психоэмоционального напряжения. *Приветствие; * «Смелые ребята» (Сазонова, с.73); *«Живая шляпа» (В мире эмоций, с. 111); *«Воспитаи свой страх» (В мире эмоций, с. 112); *Прощание</p>		
4 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 15. Цель: Закрепление и обобщение знаний об эмоции – страх; Снятие психоэмоционального напряжения; создание положительного эмоционального фона. *Приветствие; *«Тень» (Сазонова, с.74); *«Слепой и поводырь» (Сазонова, с.75); *«Рыбаки и рыбка»; *Релаксационная пауза «На лесной полянке»; *Прощание</p>		

Неделя	Дети	Педагоги	Родители (законные представители)
ФЕВРАЛЬ			
1 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 16. Цель: Развитие и совершенствование коммуникативных навыков; снятие психоэмоционального напряжения; развитие произвольности и самоконтроля. *Приветствие; *«Что изменилось?» (Арцишевская, с.32); *«Снежинки»; *«Зимние забавы»; *«Снеговики»; *«Лыжники»; *Прощание</p>		<p>Мини – лекторий на родительском собрании «Учим детей общаться» Цель: повышение психологической грамотности родителей.</p>
2 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 17. Цель: Развитие и совершенствование коммуникативных навыков; снятие психоэмоционального напряжения; удовлетворение потребности в признании. *Приветствие; *«Молчок»; *«Комплементы»; *«Скучно, скучно так сидеть»; *Релаксационная пауза; *Прощание (Сазонова, с.75-77)</p>	<p>Выступление на педсовете «Использование релаксационных упражнений в педагогической практике» Цель: развитие коммуникативных навыков во взаимодействии с детьми, повышение психолого-педагогической грамотности.</p>	
3 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 18. Цель: Развитие и совершенствование коммуникативных навыков; формирование адекватной самооценки; развитие вербальных и невербальных средств общения. *Приветствие; *«Лети, лети лепесток»; *«Ах, какой я молодец»; *«Насос и мяч»; *Прощание (Катаева, с. 35)</p>		
4 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 19. Цель: Развитие коммуникативных навыков; повышение уверенности в себе; развитие вербальных а невербальных средств общения. *Приветствие; *«Закончи предложение»; *«Что я умею делать хорошего» (Катаева, с.45); *«Паровозик» (Катаева, с.46); *Прощание</p>		

Неделя	Дети	Педагоги	Родители (законные представители)
МАРТ			
1 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 20. Цель: Развитие и совершенствование коммуникативных навыков; рассмотрение новых способов общения; снятие психоэмоционального напряжения. *Приветствие; *«Встреча сказочных персонажей»; *«Мальчик (девочка) наоборот»; *«Солнце в ладошке»; *«Клеевой дождик»; *«Идем за синей птицей»; *Прощание (Сазонова, с. 93-93)</p>	<p>Тематическое консультирование «Как повысить самооценку ребенка» Цель: развивать у педагогов умение сотрудничать с данной категорией детей.</p>	
2 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 21. Цель: Способствовать развитию доброжелательных взаимоотношений; развивать умение понимать эмоциональное состояние других людей. *Приветствие; *«Встреча с другом»; * «Два друга»; *Мои друзья – это...»; *«Окажи внимание другому» ; *Прощание (Сазонова, с. 95-97)</p>		
3 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 22. Цель: Воспитывать чувство взаимопонимания; закреплять умение регулировать свое поведение; снятие психоэмоционального напряжения. *Приветствие *«Мирная считалка» *«Вежливый ребенок» * «Хорошее слово «привет» *«Улыбка» * Прощание (Сазонова, с. 97-99)</p>		<p>Индивидуальное консультирование по запросу психолога Цель: формировать у родителей способность понимать своего ребенка.</p>
4 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 23. Цель: Развивать коммуникативные навыки; развивать умение сотрудничать со сверстниками; развитие самоконтроля. *Приветствие; *«Найди друга»; *«Правила дружбы»; *Прощание (Сазонова, с. 100-101)</p>		

Неделя	Дети	Педагоги	Родители (законные представители)
АПРЕЛЬ			
1 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 24. Цель: Развитие произвольности и самоконтроля; развитие и совершенствование коммуникативных навыков.</p> <ul style="list-style-type: none"> *Приветствие; *«Расскажем и покажем»; *«Броуновское движение»; * «Угадай фигуру»; * «Съедобное – несъедобное»; *Прощание (Арцишевская, с. 38-39) 		
2 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 25. Цель: Развитие коммуникативных навыков; развитие вербальных и невербальных средств общения; снятие психоэмоционального напряжения.</p> <ul style="list-style-type: none"> *Приветствие; *«Назови и покажи» (Сазонова, с. 77); *«Внимательные глазки» (Арцишевская, с.22); *«Зеркало» (Катаева, с.40); *Прощание 		
3 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 26. Цель: Развитие коммуникативных навыков; снятие психоэмоционального напряжения; воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p> <ul style="list-style-type: none"> *Приветствие; *«Заколдованный ребенок» (Катаева, с.31); *«Веселая зарядка» (Катаева, с.29); *«Через стекло» (Катаева, с.13); *Прощание 		
4 неделя	<p>Непосредственная организованная деятельность 27. Цель: Развитие коммуникативных навыков; развитие произвольности и самоконтроля; снятие психоэмоционального напряжения.</p> <ul style="list-style-type: none"> *Приветствие; *«На кого я похож?» (Катаева, с.50); *«Пожелания» (Катаева, с.51); *«Рисуем себя» (Катаева, с.17); *Прощание 		

НОД 1.

Цель: Налаживание отношений психолога с группой и детей между собой; развитие произвольности и самоконтроля; снятие психоэмоционального напряжения; развитие эмоционально – выразительных движений.

1. Приветствие. Здравствуйте. Проходите, пожалуйста. Давайте встанем в круг и возьмемся за руки. Предлагаю вам поздороваться со мной и друг с другом. Но здороваться мы с вами будем не словами, а с помощью рук. Сейчас я сожму ладонь того кто находится справа от меня, он примет мое приветствие и точно таким же образом передаст привет своему соседу, и так далее, пока мое приветствие опять не вернется ко мне, только уже с другой стороны.

2. Давайте познакомимся. Игра «Эхо». Вот мы с вами поздоровались, а сейчас самое время познакомиться. Первой начну я. Я называю свое имя и прохлопываю его в ладоши. Слушайте, вот так: «Та-тья-на А-лек-сан-дров-на», а мы дружно, как эхо, за мной повторяем. Затем свое имя прохлопывает мой сосед справа Ваня, а мы снова повторяем. Таким образом, все по очереди назовут и прохлопают свое имя.

3. «Солнечный зайчик». Вот мы и познакомились. Посмотрите, ребята, какая сегодня солнечная погода, по окнам прыгают солнечные зайчики. Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на щечках, на подбородке. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладь голову, шею, руки, ноги... Он забрался на живот, погладь его там. Солнечный зайчик любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним.

4. «Спаси птенца». А теперь представьте себе, что у вас в руках маленький, беспомощный птенец. Вытяните руки вперед ладонями верх. А теперь согните руки в ладонях и приблизьте их к себе. Медленно, по одному пальчику, сложите ладони, спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая его своим ровным, спокойным дыханием. А теперь раскройте ладони, и вы увидите, что ваш птенец радостно взлетел. Улыбнитесь ему и не грустите. Он еще прилетит к вам.

5. Прощание. Дети и психолог садятся в круг. Психолог просит детей сказать, какое упражнение им понравилось. Дети и психолог делятся впечатлениями, прощаются.

НОД 5.

Цель: Знакомство с эмоцией – радость; учить адекватному способу выражения эмоции; поиск аналогичных переживаний в своем опыте.

1. Приветствие. Смотри НОД 1.

2. Эмоция «Радость». Посмотрите на лицо этого человека (пиктограмма «радость»). Как вы думаете, этот человек грустный? А может быть, он сердитый? Или веселый, радостный?.. Да, этот человек радостный. Попробуем изобразить радость на своем лице. Что для этого нужно сделать?.. Молодцы, давайте улыбнемся друг другу, как здорово, что мы с вами встретились.

3. «Кто как радуется». А теперь давайте покажем без слов, как можно радоваться при встрече с мамой; когда встречаешь гостей в свой день рождения; при походе в цирк; при совместной прогулке с родителями.

4. «Встреча с другом». А сейчас послушайте небольшой рассказ. У мальчика был друг, с которым он очень дружил. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу.

По окончании рассказа беседа с детьми об эмоциональном состоянии мальчиков из рассказа, дети зарисовывают когда было грустно и когда стало весело, что понравилось.

5. «Я радуюсь, когда...» Подумайте хорошенько и закончите предложение «Я радуюсь, когда...» Каждый ребенок делает высказывание, когда ему бывает весело.

6. Прощание. В конце дети и психолог делятся впечатлениями от проделанной деятельности.

НОД 9.

Цель: Продолжать знакомство с чувством – злость, гнев; учить регулировать выражение гнева в игровой форме; снятие общей агрессии.

1. Приветствие. НОД 1.

2. «Коврик злости». Сегодня мы продолжаем знакомиться с чувствами, которые могут появиться у нас с вами, у наших мам и папа и у любых людей. Но не все чувства нравятся нам и окружающим. И вот для того, чтобы не портить настроение своим родным и друзьям, тогда когда мы злимся, надо научиться выплескивать свои негативные эмоции. Для этого у меня есть волшебный коврик, который любит, когда об него вытирают ноги до тех пор, пока у вас не улучшится настроение. Вот сейчас каждый попробует выплеснуть свою злость не на друзей и близких, а на этот коврик.

3. «Злые – добрые кошки». Ребята, оказывается, что злиться умеют не только люди, но и животные. Вот лежит волшебный обруч. Тот ребенок, который встанет в него сразу же превратится в злую-презлую кошку, которая шипит и царапается. Но из круга выходить нельзя. Я хлопну один раз и тот, кто захочет войти в него превращается в злую кошку. А когда я хлопну два раза, то он снова станет ребенком. Договорились?

По очереди дети пробуют роль «злой» кошки. А по окончании игры психолог предлагает всем превратиться в добрых и ласковых животных (погладить, обнять друг друга).

4. Релаксационная пауза. А теперь когда наша злость ушла, мы все чувствуем спокойствие и умиротворение. Мы дышим глубоко и спокойно, наши руки и ноги расслаблены. Нам хорошо и спокойно.

5. Прощание. Психолог и дети прощаются друг с другом.

НОД 12.

Цель: Знакомство с эмоцией – страх; поиск аналогичных переживаний в своем опыте; развивать умение проявлять сочувствие.

1. Приветствие.

2. Беседа об эмоции – страх. Психолог совместно с детьми рассматривает пиктограмму «страх», предлагает изобразить мимикой «страх». Потом проводится беседа: «Бояться – это хорошо или плохо? А когда человек может бояться? Как вы думаете, кто больше боится – дети или взрослые? А вообще можно победить страх или нет? А вы когда-нибудь боялись?»

3. «Расскажи свой страх». Психолог первым начинает рассказывать о своем страхе: «Когда я была такой же маленькой, как вы, то... А у вас такое бывало? А кто еще боится чего-то, расскажите!» Дети по желанию рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Педагог каждый раз просит поднять руки тех, у кого было что-то похожее, и следит, чтобы сюжеты не повторялись.

4. «Нарисуй свой страх». Психолог предлагает детям сесть за столы и нарисовать свои страхи, так как они их видят. Затем совместно с детьми рассматриваются рисунки и проговариваются.

5. Прощание. В конце психолог и дети проговаривают, понравился им «страх» или нет, дает домашнее задание: «Подумать, как можно победить страх».

НОД 17.

Цель: Развитие и совершенствование коммуникативных навыков; снятие психоэмоционального напряжения; удовлетворение потребности в признании.

1. Приветствие.

2. «Молчок». Психолог сообщает детям, что в детский сад пришел необычный персонаж, зовут его Молчок. Предлагает всем стать таким персонажем и вести себя в соответствии с текстом:

В детский сад пришел Молчок – Дети робко сидят на стульях.

Очень робкий новичок.

Он сначала был не смел,

С нами песенок не пел.

А потом, гляди, привык:

Затем преобразаются в смелого: прыгают

Словно зайка – скок да прыг.

со стульев и веселятся.

До чего же осмелел:

Даже песенку запел.

3. «Комплименты». Психолог предлагает делать друг другу комплименты. Стоя в кругу, все берутся за руки и, глядя в глаза ребенку, психолог говорит: «Мне нравится в тебе...» Принимающий ребенок благодарит: «Спасибо, мне очень приятно». Упражнение продолжается по кругу.

После упражнения можно обсудить, что чувствовали дети, когда им говорили комплементы, понравилось им дарить или принимать комплименты.

4. «Скучно, скучно так сидеть». Затем педагог предлагает детям посоревноваться. Вдоль противоположных стен зала расставлены стулья, возле одной – по количеству детей, возле другой – на один стул меньше. Дети садятся на стулья вдоль стены. Ведущий читает стихотворение:

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга все глядеть.

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?

По окончании стихотворения дети бегут к противоположной стене и стараются занять стулья. Выбывает тот, кто остался без стула. Продолжая игру, необходимо убирать один стул.

5. Релаксационная пауза. Педагог предлагает детям прилечь на ковер и расслабиться:

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем (2 раза)

Дышится легко, ровно, глубоко.

Напряженье улетело... И расслаблено все тело (2 раза)

Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянулись! Улыбнулись!

Всем открыть глаза и встать.

6. Прощание.

НОД 22.

Цель: Воспитывать чувство взаимопонимания; закреплять умение регулировать свое поведение; снятие психоэмоционального напряжения.

1. Приветствие.

2. «Мирная считалка». Психолог предлагает детям разучить «Мирную считалку» М. Яснова:

На дороге, у развилки,

Повстречались две дразнилки,

Повстречались, подразнились,

Не сдержались – и сцепились!

Прибежали разнималки –

Помешали перепалке.

И к развилке на кобылке

Прискакали две мирилки.

Прекратилась перепалка,

И тогда пришла считалка:

Раз, два, три, четыре, пять,

Хорошо друзей считать.

3. «Вежливый ребенок». Педагог обсуждает с детьми некоторые человеческие качества, способствующие эффективному общению, и предлагает проиграть эти качества или одно из них – вежливость. Предлагается одному из детей взять на себя роль «вежливого ребенка» и вежливо поздороваться с каждым сидящим на стуле.

4. «Хорошее слово «привет». Психолог читает детям отрывок из рассказа Дж. Родари: «Один хороший мальчик растерял все хорошие слова, остались у него только плохие. Тогда мама отвела его к доктору, тот сказал: «Открой рот, высунь язык, посмотри вверх, посмотри на кончик своего носа, надуй щеки». И потом велел мальчику пойти поискать хорошее слово. Сначала мальчик нашел такое слово, это было: «у-у-уф!» То есть нехорошее слово. Потом вот такое слово – «отстань!» Тоже плохое слово. Наконец он нашел хорошее слово «привет!», положил его в карман, отнес домой и научился говорить добрые слова, стал вежливым».

Затем педагог и дети обсуждают рассказ и могут даже проиграть.

5. «Улыбка». Для снятия эмоционального напряжения педагог предлагает детям минуту расслабления: «Дети, посмотрите друг на друга, улыбнитесь друг другу. Закройте глаза и послушайте меня: каждый человек есть радость для тебя...Окружающий мир есть радость для тебя...Теперь откройте глаза и посмотрите кругом. Ты всегда радость для другого...Береги себя и другого береги...Уважай, люби все, что есть на Земле, - это чудо! И каждый человек – тоже чудо! Спасибо всем за работу, за то, что вы есть! Спасибо!»

6. Прощание.

НОД 26.

Цель: Развитие коммуникативных навыков; снятие психоэмоционального напряжения; воспитание доброжелательного отношения к окружающим.

1. Приветствие.

2. «Заколдованный ребенок». Психолог предлагает поочередно сыграть роль заколдованного ребенка, который потерял способность говорить и может объясняться только с помощью мимики и жестов. Психолог задает водящему ребенку вопросы, тот, используя выразительные движения, отвечает на них. Остальные дети стараются понять и «перевести» ответы водящего.

3. «Через стекло». Педагог предлагает детям передать следующие ситуации с помощью жестов и мимики:

- У меня болит горло.
- Ты забыла надеть шарф, а на улице холодно.
- Ты хочешь со мной порисовать?
- Я хочу пить, принеси мне стакан воды. И т.д.

4. «Веселая зарядка». Психолог вместе с детьми вспоминают, что для того чтобы не болеть и быть бодрым надо делать зарядку, и предлагает сделать веселую зарядку: «Давайте дружно попрыгаем! А теперь мы – проснувшиеся кошки. Неторопливо вытянули передние лапки, а затем – задние.

Вздохнем поглубже и превратимся в воздушные шарик. Мы стали такими легкими, что кажется, еще чуть-чуть - и полетим.

Чтобы подрасти, потянемся вверх, как жирафы.

Сейчас будем изображать маятник часов. Покачаемся из стороны в сторону.

Мы получили заряд бодрости и уверенности в себе на целый день. Молодцы!»

5. Прощание.

Методика «Лесенка»

Данная методика предназначена для выявления системы представлений ребенка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой. Чтобы определить самооценку ребенка, вам понадобятся нарисованная лесенка, фигурка человечка, лист бумаги, ручка.

Как проводить данный тест?

Тест проводится с ребенком индивидуально. Процедура тестирования представляет собой беседу с ребенком с использованием определенной шкалы оценок, на которой он сам помещает себя и предположительно определяет то место, куда его поставят другие люди.

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

Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание.

Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети — чем выше, тем лучше (показывают: „хорошие“, „очень хорошие“, „самые хорошие“). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети — чем ниже, тем хуже („плохие“, „очень плохие“, „самые плохие“). Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка его просят: «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы воспитатель, папа, бабушка и т. д.»

В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т. д.

Как интерпретировать ответы ребенка. Прежде всего обращают внимание, на какую ступеньку ребенок сам себя поставил. Считается нормой, если дети дошкольного возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из нижних ступенек (а уж тем более на самой нижней) говорит об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это очень серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессиям, неврозам у детей. Как правило, это связано с холодным отношением к ребенку, отвержением или суровым, авторитарным воспитанием, при котором обесценивается сам ребенок, который в результате приходит к выводу, что его любят только тогда, когда он хорошо себя ведет. А так как дети не могут быть хорошими постоянно и уж тем более не могут соответствовать всем притязаниям взрослых, выполнять все их требования, то, естественно, дети в этих условиях начинают сомневаться в себе, в своих силах и в любви к ним родителей. Также не уверены в себе и в родительской любви дети, которыми вообще не занимаются дома. Таким образом, как мы видим, крайнее пренебрежение ребенком, так же как и крайний авторитаризм, постоянная опека и контроль, приводит к сходным результатам.

Конкретно об отношении родителей к ребенку и их требованиях говорят ответы на вопрос о том, куда их поставят взрослые — папа, мама, воспитательница. Для нормального, комфортного самоощущения, которое связано с появлением чувства защищенности, важно, чтобы кто-то из взрослых поставил ребенка на самую высокую ступеньку. В идеале сам ребенок может поставить себя на вторую ступеньку сверху, а мама (или кто-то другой из родных) ставит его на самую высокую ступеньку.

В таблице ниже приведены наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

Способ выполнения задания	Тип самооценки
1. Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его так же; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я самый хороший. Все так говорят»	Неадекватно завышенная самооценка
После некоторых раздумий и колебаний ставит себя а самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, не зависящими от него причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что неаккуратный».	Завышенная самооценка
Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого таксы же либо_ несколько ниже.	Адекватная самооценка
Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: не знаю, Мама так сказала».	Заниженная самооценка

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю». Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Самооценка детей 6—7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная. Заниженная самооценка у детей дошкольного возраста рассматривается как отклонение в развитии личности

Изучение взаимоотношений между детьми в группе детского сада

Подготовка исследования. Подготовить переводные картинки (красочные, сюжетные), по 3 штуки на каждого ребенка и 6—8 запасных.

Проведение исследования. Исследование проводят с детьми 3—7 лет в виде игры «Секрет», которая организуется 2 раза в год (в октябре — ноябре, апреле — мае) в первую половину дня вместо занятий. Каждого ребенка «по секрету» от остальных просят по собственному выбору подарить предложенные ему 3 картинки трем детям группы. Игру проводят двое взрослых, не работающих в группе (воспитатель другой группы, методист или заведующий). Ее можно провести в раздевальной комнате, здесь ставят подальше друг от друга 2 детских столика с двумя стульчиками у каждого (один стул для ребенка, другой — для взрослого). Перед началом эксперимента ребенку говорят: «Сегодня дети вашей группы будут играть в интересную игру. По секрету, чтобы никто не знал, все будут дарить друг другу красивые картинки». Для облегчения выполнения задания можно сказать ребенку: «Ты будешь дарить ребятам, а они, наверное, подарят тебе». Далее ребенку дают 3 картинки и говорят: «Ты можешь подарить их тем детям, которым захочешь, только каждому по одной. Если хочешь, можно подарить картинки и тем ребятам, которые сейчас болеют». При затруднении можно помочь малышу: «Можешь подарить тем детям, которые тебе больше всех нравятся, с которыми ты любишь играть». После того как ребенок сделает свой выбор, его спрашивают: «Почему ты в первую очередь решил подарить картинку... (называется имя сверстника, которое ребенок произнес первым)?» Затем говорят: «Если бы у тебя было много-много картинок и только трем детям из группы не хватило, кому бы тогда ты не стал давать картинку и почему?» Все ответы записывают, а на оборотной стороне картинки — имя сверстника, которому она подарена.

Обработка данных. Подсчитывают число общих и взаимных выборов, количество детей, попавших в группы «предпочитаемых», «принятых», «изолированных», и уровень благополучия взаимоотношения (УБВ) в группе. Данные заносят в таблицу (см. таблицу). Выбор обозначают +, взаимный выбор — +). Такая же таблица составляется для девочек.

Таблица

№ п/п	Фамилия, имя,	Андреев Н.	Бобров А.	Сергеев К.	Смирнов Б.	Теплое И.
1	Андреев Н.		+		+	+
2	Бобров А.	+		+		+
3	Сергеев К.	+	+		+	
4	Смирнов Б.	+	+			+
5	Теплов И.		+	+		
Сумма выборов		3	4	2	2	3
Сумма взаимных		2	3	1	1	1

Проводят сравнительный анализ количества выборов у мальчиков и девочек. На основании данных определяют статусное положение каждого ребенка и распределяют всех детей по условным статусным категориям:

I «предпочитаемые» — 6—7 выборов;

II «принятые» — 3—5 выборов;

III «непринятые» — 1—2 выбора;

IV «изолированные» — не получившие ни одного выбора.

Далее определяют уровень благополучия взаимоотношений в группе: соотносят число членов группы, находящихся в благоприятных статусных категориях (I—II), с числом членов группы, оказавшихся в неблагоприятных статусных категориях (III—IV). УБВ высокий при I + II и III + IV; средний при I + II = III + IV (или незначительном расхождении); низкий при значительном количественном преобладании числа членов группы, оказавшихся в неблагоприятных статусных категориях. Важным показателем УБВ является также «индекс изолированности», т.е. процент членов группы, оказавшихся в IV статусной категории (он не должен превышать 15—20%). Эмоциональное благополучие или самочувствие детей в системе личных взаимоотношений зависит и от числа взаимных выборов. Поэтому определяют коэффициент взаимности (*KB*):

$$KB = (P1/P) \times 100\%$$

где *P* — общее число выборов, сделанных в эксперименте; *P1* — число взаимных выборов.

На основе определения статуса каждого члена группы делают вывод о наличии микрогруппы в коллективе (*KB* ниже 20% может рассматриваться как отрицательный показатель).

Анализируют критерии положительных и отрицательных выборов.

ТЕСТ ТРЕВОЖНОСТИ (Р. Тэммл, М. Дорка, В. Амен)

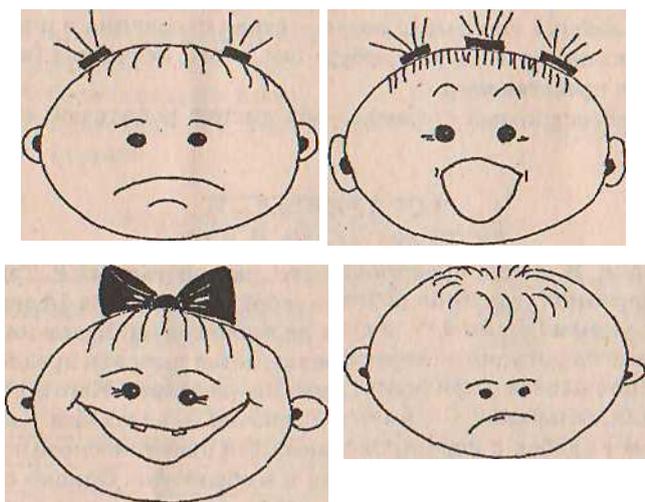
Американский тест тревожности, разработанный Р. Тэммл, М. Дорки, Б. Амен, представляет собой комплект из 14 сюжетных картинок, где лицо ребенка не прорисовано художником, испытуемым (детям 4-7 лет) предлагается выбрать предлагаемое лицо на рисунке— «грустное» или «веселое». Картинки делятся по половому признаку: для девочек — картинки с девочкой, для мальчиков — с мальчиком. Для практического психолога тест удобен в использовании и в обработке. Однако существует ряд сложностей, которые необходимо учитывать и устранять при работе с данным тестом:

1. Данный тест выявляет не личную тревожность, а ситуативную тревогу детей.
2. Дети с нарушениями восприятия мимики (реальной и рисуночной) не отражают в тесте тревогу, с ними требуется проводить дополнительное исследование.
3. Дети с личной тревожностью требуют объяснения причин отсутствия лица на рисунке.
4. Некоторые дети делают выбор, не анализируя ситуацию на картинке, а учитывая пространственное соотношение (какое ближе, чередование и т.д.).

В связи с этими трудностями предлагается применять на практике следующую модификацию данного теста, состоящую из 2-х частей.

I.

Инструкция. «На картинке девочки и мальчики смотрят в окошки. Раскрась грустные окошки (где грустное лицо) синим карандашом, а веселые окошки (где веселое лицо) — желтым карандашом».



При анализе данного задания учитывается адекватность рисунка и цвета, которые использует ребенок. Если у ребенка нарушено восприятие мимики лица, то прежде, чем предлагать тест «тревожности», необходимо провести обучение, например, с помощью психогимнастики

II.

Затем ребенку предлагаются поочередно 14 картинок без дополнительных рисунков (см. приложение 3).

Инструкция.

«Один знакомый художник нар и совал картинки, но не смог нарисовать лица детей. Он не знает, какое должно быть лицо у ребенка: грустное или веселое. Давай ему поможем!»

Протоколы обследования подвергаются качественному и количественному анализу.

Количественный анализ. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности (тревоги) ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально-негативных выборов (грустное лицо) к общему числу рисунков (14):

ЧИСЛО ЭМОЦИОНАЛЬНО-НЕГАТИВНЫХ ВЫБОРОВ

$$\text{ИТ} = \frac{\text{-----}}{14} \times 100\%$$

По ИТ дети в возрасте от 3,5 до 7 лет подразделяются на три группы:

- а) высокий уровень тревожности (ИТ > 50%);
- б) средний уровень тревожности (20% < ИТ < 50%);
- в) низкий уровень тревожности (0% < ИТ < 20%).

Качественный анализ. Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной ситуации (и подобной ей). Особенно проективным значением обладают рисунки 4 (одевание), 6 (укладывание) и 14 (еда). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, с высокой степенью вероятности будут обладать наивысшим ИТ. Дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях 2 (ребенок и мать с младенцем), 7 (умывание), 9 (игнорирование), 11 (уборка игрушек), с большой вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

Подробное описание теста тревожности предлагается в работе Р. В. Овчаровой «Практическая психология в начальной школе» (36-47).

Результаты интеллектуальной и эмоциональной диагностики оформляются в специальную таблицу, которая позволяет ежегодно (или чаще) производить сравнительный анализ развития ребенка.

ТЕМАТИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

«Как помочь ребенку справиться с отрицательными эмоциями».

Каждому из нас хочется, чтобы наши дети выросли здоровыми и счастливыми, чтобы они умели радоваться окружающему миру и успешно прожитому дню, чтобы они были уверены в своих силах и умели бороться с трудностями, стойко переносили удары судьбы, сохраняли душевное спокойствие в самых непредвиденных ситуациях.

Проявление умения бороться с трудностями начинается с первых дней жизни ребенка. Но иногда, пытаясь максимально защитить ребенка, мы лелеем и оберегаем его, предупреждая желания и потребности, стараемся максимально облегчить его жизнь. Этим мы, взрослые, наносим вред его психике, ломаем его эмоциональную сферу. Ребенок, поставленный в такую ситуацию, не развивается эмоционально, не умеет справиться со своими эмоциями, не учится бороться с трудностями жизни и решать возникающие проблемы. Это сказывается на учебных результатах, на общении со сверстниками и взрослыми. Неумение жить в гармонии с собой приводит к нарушениям физического здоровья, различным заболеваниям.

Наши дети не всегда умеют радоваться и огорчаться, проявлять волю и характер в достижении цели. Чем раньше мы об этом заговорим, тем быстрее сможем помочь детям справиться со своими эмоциями и развивать их в нужном направлении.

Это поможет нам внимательнее разобраться в вопросе, который мы сегодня вынесли на обсуждение: как помочь ребенку справиться с эмоциями?

Эмоции ребенка и что их вызывает.

Что такое эмоция? Эмоции – это внутренние переживания человека. Эмоции выражают отношение человека к складывающимся или возможным ситуациям и носят ситуативный характер.

К эмоциональным состояниям человека относят:
настроение (общее стойкое актуальное эмоциональное состояние человека, определяющее его общий тонус и активность);
страсть (сильная, все себе подчиняющая увлеченность человека кем-либо или чем-либо);
аффект (яркое, кратковременное эмоциональное переживание, например, горе при потере близкого человека, гнев при измене, радость при успехе);
чувства (высшие человеческие эмоции, связанные с теми людьми, событиями, предметами, которые для данного человека являются значимыми);
стресс (состояние сильного общего напряжения, возбуждения в трудных, необычных, экстремальных условиях).

Эмоции могут быть положительными и отрицательными.

Положительные эмоции большинство из нас устраивают, их хочется сохранить подольше. А вот отрицательные мешают, напрягают, делают нас уязвимыми (такие как гнев, ненависть, страх, отвращение и т.п.), поэтому от них хочется избавиться. Как же в этом помочь нашим деткам? Для начала необходимо знать, что может вызвать отрицательные эмоции у ребенка. Таких причин довольно много, выделим основные.

Что у ребенка вызывает отрицательные эмоции?

Противоречие между сильным желанием и невозможностью удовлетворить его (очень ярко проявляется у маленьких детей).

Конфликт, заключающийся в повышенных требованиях к ребенку, неуверенному в собственных силах (наблюдается в ситуации, когда родители предъявляют к ребенку завышенные требования в учении, которые ему явно не по силам).

Противоречивость требований родителей, родителей и педагогов (например, тренер воспитывает дисциплину, требует соблюдение определенного режима спортсменом, родители же тренера в этом не поддерживают), в результате формируется злоба, недоверие, поэтому так важна согласованность действий родителей и педагогов.

Частые негативные эмоциональные состояния взрослых и отсутствие навыков контроля и саморегуляции с их стороны. В психологии существует такое понятие как заражение, т.е. произвольная передача эмоционального состояния от одного человека другому. Поэтому важно научиться самому и научить ребенка справляться со своими эмоциями.

Использование приказов, обвинений, угроз, оскорблений вместо доверительной беседы и совместного анализа возникшей ситуации.

Как справиться с эмоциями, которые бушуют вследствие какой-то ситуации?
Поддержите ребенка.

Наша искренняя забота, внимание, любовь к детям помогает им справляться со многими трудностями, сохраняют психологический комфорт ребенка, и не важно, сколько ему лет!

Важно, что в глубине души мы можем испытывать любовь ребенку, но этого недостаточно. Именно через наше поведение ребенок ощущает нашу любовь к себе, он не только слышит, что мы говорим, но и чувствует, как мы говорим, а главное, что мы делаем. На ребенка наши поступки действуют гораздо сильнее, чем слова.

Контакт глаз

Под контактом глаз понимается наш прямой взгляд в глаза другому человеку. Большинство людей не осознают, насколько это решающий фактор. Многочисленные исследования показали, что открытый, естественный, доброжелательный взгляд прямо в глаза ребенку существенно важен не только для установления хорошего коммуникационного взаимодействия с ним, но и для удовлетворения его эмоциональных потребностей.

Контакт глаз (осознаем мы это или нет) является основным средством для передачи нашей любви к детям. Однако через контакт глаз могут передаваться и другие сигналы. Особенно нежелательно использовать контакт глаз, когда делают ребенку внушение, наказывают, ругают, упрекают его и т.п. Когда взрослые используют это мощное средство контроля преимущественно в отрицательном ключе, то и ребенок видит взрослого в основном в отрицательном плане. Пока ребенок маленький, страх делает его покорным и послушным, и внешне это нас вполне устраивает. Но ребенок растет, и страх сменяется гневом, обидой, депрессией.

Внимательнее всего слушает нас ребенок, когда мы смотрим ему в глаза.

Тревожные, неуверенные дети больше всего нуждаются в контакте глаз. Ласковый взгляд способен уменьшить уровень тревожности. Переданная взглядом информация может глубже отпечататься в сознании ребенка, чем сказанные слова.

Физический контакт

Казалось бы, это вполне естественно, но исследования показали, что большинство взрослых прикасаются к детям только по необходимости (помогая одеваться, переводя через дорогу и т.п.). Для физического контакта вовсе необязательно лезть к ребенку с объятиями и поцелуями, вполне достаточно

прикоснуться к руке, погладить по голове, потрепать по волосам и т.п. Главное, чтобы все эти нежные прикосновения были естественны и искренни и не были демонстративны или чрезмерны.

Бытует мнение, что ласка и нежность важны для девочек, мальчикам же "телячьи нежности" ни к чему. Это в какой-то мере справедливо по отношению к мальчикам старше 7-8 лет (но и в 8, и в 10, и в 12, и в 15 лет ребенок нуждается в физическом контакте, только его формы могут быть более сдержанными), но для полноценного развития мальчику с первых дней жизни необходимо не меньше любви и физической ласки, чем девочкам.

Саморегуляция

Ребенок может "заразиться" отрицательными эмоциями взрослого, поэтому важно научиться управлять своим эмоциональным состоянием и научить этому ребенка.

Повлиять на свое эмоциональное состояние и на состояние ребенка можно с помощью специально разработанных психологами и физиологами упражнений. Когда человек испытывает какие-либо эмоции, то их обычно можно определить по его мимике. Кроме мышц лица меняется также тонус и в других мышцах тела. Только это не так заметно. Но наблюдательный человек может по походке, осанке и некоторым другим внешним признакам определять, в каком настроении находится человек.

Обучившись регулировать тонус мышц, научившись расслабляться, мы получаем некоторую власть над своими эмоциями. Так, контролируя напряженность своих мышц, мы контролируем свои эмоции.

Дело в том, что мышечный тонус напрямую связан с активностью мозга, поэтому, расслабив почти все свои мышцы, мы снижаем эту активность и даем мозгу возможность отдохнуть и восстановить свои силы.

Упражнение повторяется 4 — 5 раз подряд.

Технику саморегуляции дыхания можно и важно использовать не только в моменты психоэмоционального напряжения, но и в течение дня от 5 до 15 раз, уделяя ее выполнению 1 минуту. Данная техника прекрасно помогает снять эмоциональное возбуждение, состояние напряженности и т.д.

«Принципы работы с тревожными детьми»

Появившиеся в последнее время исследования свидетельствуют о постоянном росте тревожных детей, при этом большинство авторов отмечают о развитии тревожности у детей, начиная с трех летнего возраста.

Тревожностью обычно называют повышенную склонность испытывать опасения и беспокойство, вне зависимости от ситуации и жизненных обстоятельств, даже объективно благополучных. Таким образом, тревожность становится устойчивой чертой личности.

Тревожный ребенок отличается повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Он постоянно подавлен, находится настороже, крайне не решителен, ему трудно устанавливать контакты с окружающими. Мир воспринимается как пугающий и враждебный. Постепенно закрепляется заниженная самооценка и мрачный взгляд на свое будущее. Повзрослев, дети с высоким уровнем тревожности испытывают трудности в выборе профессии, создании семьи, в целом, они чаще подвержены развитию предневротических состояний.

А. И. Захаров (1997) считает, что у старших дошкольников и младших школьников тревожность еще не является устойчивой чертой характера и при проведении соответствующей психолого-педагогической коррекции относительно обратима.

Причины возникновения тревожности.

До настоящего времени еще не выработано определенной точки зрения на причины возникновения тревожности. Но большинство ученых считает, что в дошкольном и младшем школьном возрасте одна из основных причин кроется в нарушении детско-родительских отношений. Тревожность развивается вследствие наличия у ребенка внутреннего конфликта, который может быть вызван:

1. *Противоречивыми требованиями*, предъявляемыми родителями, либо самими педагогами, либо родителями и детским садом. Однако противоречия в окружающей ребенка обстановке далеко не всегда становятся его внутренними противоречиями. Совсем не каждый ребенок становится тревожным, если родители воспитывают его по-разному. Лишь когда ребенок принимает близко к сердцу обе конфликтующие стороны, когда они становятся частью его эмоционального мира, создаются все условия для тревоги. Ребенок как бы мечется между «двух огней».
2. *Неадекватными требованиями* (чаще всего завышенными), не соответствующими возможностям и стремлениям ребенка. Распространенная ситуация - воспитание ребенка по принципу "ты должен быть отличником". В тех случаях, когда воспитание основывается на завышенных требованиях, с которыми ребенок не в силах справиться или справляется с трудом, тревожность может быть вызвана именно боязнью не справиться, сделать не так, как нужно.
3. *Негативными требованиями*, которые унижают ребенка, ставят его в зависимое положение, при этом все происходит в кругу значимых отношений. Например, воспитатель говорит ребенку: "Если ты расскажешь, кто плохо себя вел в мое отсутствие, я не сообщу маме, что ты подрался".
4. Тревогу вызывает *эмоциональное отвержение* со стороны близких. Здесь имеется в виду, ситуативное отвержение ребенка (условная любовь). Негативные чувства к своим детям, в силу их непохожести по темпераменту,

по вкусам или взглядам, могут долго загоняться внутрь, но рано или поздно вырываются наружу. Ребенок не в силах понять, почему пять минут назад все было хорошо, а теперь вдруг на него злятся. В таких случаях ребенок постоянно чувствует противоречивое отношение к родителям, с одной стороны он видит родительскую любовь, но одновременно он не верит в ее надежность и постоянно боится потерять ее. Все это вызывает у ребенка чувство "потери опоры", утраты прочных ориентиров в жизни, неуверенность в окружающем мире.

5. Детская тревожность может быть следствием *симбиотических отношений* ребенка с матерью, когда мать ощущает себя единым целым с ребенком, пытается оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Она "привязывает" к себе, предохраняя от воображаемых, несуществующих опасностей. В результате ребенок испытывает беспокойство, когда остается без матери, легко теряется, волнуется и боится. Вместо активности и самостоятельности развиваются пассивность и зависимость.
6. Тревожность ребенка во многом зависит от *уровня тревожности окружающих его взрослых*. В ряде случаев она буквально возвращается в тревожно – мнительной психологической атмосфере семьи, в которой родители сами склонны к постоянным опасениям и беспокойству. Ребенок заражается их настроениями и перенимает нездоровую форму реагирования на внешний мир.

Специалисты считают, что в дошкольном и младшем школьном возрасте более тревожны мальчики, к 9-11 годам соотношение становится равномерным, а после 12 лет происходит резкое повышение уровня тревожности у девочек. Однако именно в дошкольном возрасте начинает формироваться так называемая школьная тревожность. Принято считать, что она возникает вследствие столкновения ребенка с требованиями обучения и кажущейся невозможностью им соответствовать. Причем большинство первоклассников переживает не из-за плохих отметок, а из-за угрозы испортить отношения с учителями, родителями, сверстниками.

Как выявить тревожного ребенка.

Опытный педагог, конечно, в первые же дни знакомства с детьми поймет, кто из них обладает повышенной тревожностью. Однако, прежде чем делать окончательные выводы, необходимо понаблюдать за ребенком в разных видах деятельности и в разное время, при обучении, в общении с другими детьми, в свободной деятельности, игре (на улице) и др.

Как помочь тревожному ребенку.

Конечно, каждый случай индивидуален, и избавляться, прежде всего, нужно от истинных причин тревоги. Но это не просто и потому работа с тревожным ребенком, как правило, занимает достаточно длительное время. В целом, специалисты рекомендуют проводить работу с тревожными детьми в трех направлениях:

1. *Повышение самооценки.* Необходимо ежедневно проводить целенаправленную работу по повышению самооценки, путем поддержки ребенка со стороны взрослого, давая позитивную оценку его действиям и поступкам, ребенок обязательно должен знать, за что его похвалили. Лютова Е.К. и Моница Г.Б. предлагают отмечать достижения ребенка на специально оформленных стендах «Звезда недели», «Цветок достижений», «Я сделал это!» и др. Существует множества игр направленные на повышение

активности, самооценности ребенка. Их Вы сможете найти у таких авторов как Лютова Е.К. и Молина Г.Б., Хухлаева О.В., Смирнова Е.О. и Холмогорова В.М. и др.

2. *Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.* В работе с детьми хорошо использовать игры-драматизации (в "страшную школу", например). Сюжеты выбираются в зависимости от того, какие ситуации тревожат ребенка больше всего. В этом случае желательно привлекать ребенка к обсуждению проблемы, говорить о их чувствах и переживаниях в волнующих их ситуациях. На примерах литературных произведений показать детям, что смелый человек - это не тот, кто ничего не боится (таких людей нет на свете), а тот, кто умеет преодолеть свой страх. Также применяются приемы рисования страхов, рассказов о своих страхах. На таких занятиях ребенок может более свободно и открыто выражать свои чувства, повысить уверенность в себе. Постепенно он научится больше контролировать свои эмоции.
3. *Снятие мышечного напряжения.* Желательно при работе с тревожными детьми использовать игры на телесный контакт. Очень полезны упражнения на релаксацию, техника глубокого дыхания, занятия йогой, массаж и просто растирания тела. Подробнее проведение игр на релаксацию Вы можете найти, к примеру, в работах Чистяковой М.И., Алябьевой Е.А., Ганичевой И.В.

Рекомендации по работе с тревожными детьми для педагогов.

1. Избегать публичных порицаний и замечаний!
2. Избегать сравнения с другими детьми (особенно, если кто-то лучше).
3. Обязательно отмечать успехи индивидуально и перед группой.
4. Хвалить ребенка, гордиться им. Всем рассказывать и показывать его достижения.
5. Не замечать ошибки, неудачи. В самой плохо сделанной работе можно найти что-то достойное похвалы.
6. Приободрять во всех начинаниях и хвалить даже за незначительные самостоятельные поступки.
7. Стараться делать как можно меньше замечаний ребенку.
8. Использовать наказание лишь в крайних случаях.
9. Не унижать ребенка, наказывая его.
10. Эмоциональная поддержка (Ничего страшного... Бывает люди ошибаются, боятся... Ну ничего, в следующий раз получится...) - уменьшение состояния страха, тревожности, напряженности.
11. Стимулирующая помощь – авансирование (У тебя получится, я знаю, я уверена, я в тебя верю....)
12. Персональная исключительность (Только у тебя и может получиться... А мне очень нравится то, как ты это сделал, нарисовал и т. д.).
13. Усиление мотивации (Сделай это для меня, мне будет очень приятно... Нам это так нужно для....)
14. Высокая оценка детали (Вот эта часть у тебя замечательно получилась...).
15. Не торопить! Давать время сообразить.
16. Когда торопится, останавливать, успокаивать.
17. При необходимости повторить и уточнить инструкцию.
18. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
19. Чаще используйте телесный контакт.
20. Упражнения на релаксацию.

21. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.

Помните! Опыт неудач и поражений приземляет, опыт побед и успехов окрыляет!

Практическое занятие с элементами тренинговых упражнений.

Психолог приглашает воспитателей присесть на стульчиках: «Сегодня на нашей встрече я хочу ознакомить вас с теми играми и упражнениями, который вы можете проводить с детьми в группе в ходе непосредственной организованной деятельности. Эти игры просты и интересны».

➤ «Два барана».

Цель: снятие невербальной агрессии, умение выплеснуть гнев. Воспитатель разбивает детей на пары и читает текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту».

Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше.

Необходимо соблюдать «технику безопасности», чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

➤ «Поссорились два петушка».

Цель: эмоциональная разрядка, снятие мышечного напряжения.

Дети под музыку двигаются свободно и слегка толкаются плечами.

➤ «Бумажный бум».

Цель: снятие напряжения через двигательную активность, выплеск агрессии.

Группа детей делится на две команды. Само помещение также делится на части – 3. Участникам раздаются или газеты, или цветные листы. По команде ведущего участники комкают листы и бумажные комки бросают на территорию противоположной команды. Задача – не оставить комки бумаги противоположной команды у себя. По сигналу игра начинается и заканчивается. Победит та команда, на чьем поле меньше бумажных комков.

Психолог предлагает воспитателям проиграть данную игру.

➤ «Возьми себя в руки».

Цель: научиться сдерживать себя.

Объяснить детям, что когда они испытывают неприятные эмоции: злость, раздражение, желание ударить кого-либо, то можно себя «взять в руки», т.е. остановить себя. Для этого нужно несколько раз глубоко вдохнуть и выдохнуть. Выпрямиться, прикрыть глаза, посчитать до 10, улыбнуться и открыть глаза.

➤ «Кулачок».

Цель: смещение агрессии, мышечная релаксация.

Дать ребенку мелкую игрушку и попросить его сжать кулачок крепко-крепко. Пусть подержит кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабится, и на ладошке будет красивая игрушка.

➤ «Клякса».

Цель: снятие агрессии, развитие воображения.

Дать детям чистый лист бумаги, кисточку, жидкую краску (гуашь). Предложить набрать на кисть немного краски того цвета, который им хочется, плеснуть «кляксу» краски на лист, сложить лист вдвое так, чтобы клякса отпечаталась на второй половине листа. Затем лист развернуть и постараться понять, на кого или на что похожа полученная «клякса».

Психолог также предлагает педагогам выполнить данное упражнение.

В конце педагоги делятся впечатлениями, проводится рефлексия.

**НАГЛЯДНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
МАТЕРИАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Дети с поведенческими нарушениями – серьёзные рекомендации

1. Старайтесь создавать для ребенка ситуации, где бы он смог проявить свои таланты, достоинства, чтобы приобрести уверенность в себе и заслужить уважение сверстников.
2. Чаще хвалите ребенка, но так, чтобы он знал, за что.
3. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
4. Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.
5. Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они не могут выполнить. Ребенок должен чувствовать, что его принимают и ценят вне зависимости от его поведения, успехов.
6. Не заставляйте ребенка "быть смелым". Говорить словами "здесь нет ничего страшного" бессмысленно. Нужно дать ребенку почувствовать себя в безопасности. А что лучше прогоняет страх, чем мамина ласка, мамина близость?
7. Нельзя кричать ни на детей, ни в присутствии детей!
8. Контролируйте свои реакции на различные жизненные обстоятельства, демонстрируя уверенность в себе, в других людях, в обстоятельствах.

Татьяна Александровна!

1. Вам необходимо добавить ещё 1 наглядно-консультативный материал для родителей.
2. Сделайте фото для презентации: для первого направления – 3 фотографии: как Вы ребёнка диагностируете, как Вы наблюдаете в группе, как Вы проводите игровые упражнения в музыкальном зале; для второго направления 2 фотографии – как Вы индивидуально консультируете воспитателя на рабочем месте педагога-психолога, как Вы проводите групповую консультацию в педкабинете; для третьего направления 3 фотографии – как Вы проводите с родителями практические занятия с элементами тренинговых упражнений, как Вы индивидуально консультируете родителя на рабочем месте педагога-психолога и уголок педагога-психолога с наглядно-консультативным материалом по данной теме.

ЕСЛИ ВЫ СОГЛАСНЫ С ИЗМЕНЕНИЯМИ ВАШ ОПЫТ ГОТОВ!!!