

Мастер – класс для педагогов «Эмоциональное развитие детей в ДОУ»

*Подготовила
педагог-психолог Дворянчикова И.Ю.*

Цель. Показать важность эмоциональной готовности детей к общению с окружающим миром.

Задачи:

1. Установить эмоциональный контакт между всеми участниками;
2. Дать определение понятия эмоции;
3. Научить понимать эмоциональное состояние детей;
4. Познакомить участников мастер-класса с опытом работы по применению игровых технологий.

Жизнь не часто бывает сказкой,

Всё бывает, увы, не так.

На лицо надеваем маску,

Закрываясь от глаз зевак.

И никто никогда не знает,

Что у каждого за душой:

Дружба ненависть закрывает,

Злость улыбкою убивает.

А в реальности что бывает,

Остается только с тобой.

Все люди без исключения, попадая в какие-либо жизненные ситуации, испытывают разнообразные эмоции – веселье, печаль, злость, удивления, брезгливость, сочувствия, восторг и т.д. Но всегда ли искренни, правдивы и настоящие эти эмоции? Взрослые люди хорошо владеют своими эмоциями, пряча свои чувства под маской. А дети? Они естественны и непосредственны в своём поведении. Они не могут скрывать свои чувства и эмоции так, как это делает взрослый человек. Ребёнок искренне переживает успехи и неудачи, которые происходят в его жизни. Так что же нужно сделать нам, взрослым, для того, чтобы в наших детях вызвать подлинность и открытость чувств, их эмоциональных проявлений.

Если познавательной деятельности детей уделяется много внимания, то развитию эмоциональной сферы проявляют недостаточно внимания. Учитывая то, что сама по себе эмоциональная сфера не складывается — ее необходимо развивать. Современные дети стали меньше контактировать со взрослыми и сверстниками, а всё большее предпочтение отдают телевизорам и компьютерам. А ведь далеко не секрет, что именно общение по большей части обогащает эмоциональную составляющую. Дети разучились понимать эмоции и чувства других людей, в их поведении присутствует детская жестокость, враждебность, агрессия.

Что входит в понятие «современный ребенок? Современный ребёнок взрослеет намного раньше, чем родители, понимает все с полуслова, хватает все на лету, активен с утра до вечера...

Ребенок — это дитя своего времени, нормы его развития осуществляются *(или не осуществляются)* в определённых условиях развития, которые определены установками связанных с установками и убеждениями окружающих его взрослых.

Нужно ли воспитателям и родителям перестраивать аспекты в воспитании? Что делать с обычными традиционными методиками, как совмещать их с инновациями?

Трудность изучения особенностей развития детей состоит в том, что традиционные методы и методики диагностики изжили себя и не могут передать **«актуального уровня развития»** детей. Поменялось сознание детей, так как поменялось само общество.

В каждом ребенке заложена энергичная, инициативная, неутомимая деятельная натура, но как проявится она в будущем – здесь всё будет зависеть от условий воспитания и обучения. Первый вопрос ребёнка: **«зачем?»** — заменил другой вопрос **«почему?»**. Прежде у детей доминировал подражательный рефлекс, и они стремились повторять действия за взрослыми, то у современных детей доминирует рефлекс свободы – они сами выстраивают стратегию своего поведения. Если ребенок понимает и принимает смысл поступка или действия, которое должен совершить, то он будет его выполнять. Если нет, то откажется, выражая протест — вплоть до агрессии.

Развитие положительных эмоций необходимо рассматриваться как одно из важнейших задач воспитания детей. Это особенно актуально в период дошкольного детства – который является одним из самых важных этапов в жизни маленького человека.

Определяющей задачей в воспитании и развитии детей представляется создание условий, гарантирующих формирование и укрепление их здоровья. Одним из компонентов здоровья человека в целом выделяют психологическое здоровье.

Общий образ психологически здорового человека — это в основном счастливый, созидательный, креативный, жизнерадостный, оптимистичный, веселый, открытый человек, познающий себя и окружающую действительность не только разумом, но и чувствами, эмоциями, интуицией. Жизнь такого человека наполнена смыслом, он открыт миру, находится в постоянном развитии, самосовершенствовании.

Обеспечение психологического здоровья в дошкольном возрасте возможно с помощью реализации психологической поддержки детей.

Работа с детьми по формированию психологического здоровья включает в себя:

1. Овладение детьми языком эмоций

Мимика.

Пантомимика.

Закрепление в эмоциональной сфере положительных эмоций

Обучение детей адекватному выражению эмоций *(соответственно ситуации)*.

2. Коррекция агрессивности

Коррекция драчливости у дошкольников.

Снятие конфликтности в общении детей.

Снятие вербальной агрессии.

Преодоление импульсивности.

3. Формирование у дошкольников уверенности в себе.

Снятие тревожности.

Коррекция страхов.

Формирование адекватной положительной самооценки.

Формирование у детей уверенности в собственных силах.

4. Формирование социальных навыков у ребенка

Развитие умения понимать и принимать позицию другого человека.

Овладение коммуникативными навыками. Задачи:

Развитие эмпатии.

Развитие дружеских взаимоотношений.

5. Формирование у дошкольников нравственного сознания и поведения

Формирование нравственного сознания.

Формирование у детей ценностного отношения к моральной стороне поступков.

Формирование умений детей конструктивно общаться со сверстниками.

Развитие взаимопонимания и заботливого отношения к близким людям.

Практическая часть:

Мой опыт работы показал, что поведение ребёнка, процесс развития его эмоционального мира является серьёзным признаком в осознании мира маленького человечка и говорит о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития. Поэтому педагогам, воспитателям, родителям необходимо всегда налаживать близкие эмоциональные отношения с детьми.

- Давайте представим, уважаемые педагоги, что мы ненадолго станем детьми и находимся в своём любимом саду.

Приветствие (Цель: активизация положительных эмоций, настрой на совместную работу):

Для того чтобы отвлечься, взбодриться, я хочу предложить вам поиграть со мной в одну очень интересную игру. В этой игре вам необходимо выполнять мои команды очень быстро. Итак, начинаем. В течении трех секунд, найдите себе партнёра и пожмите ему руку. Сейчас я буду говорить вам, чем вы будете очень быстро касаться своего партнёра:

- Нога к ноге!

- Нос к носу!

-Щека к щеке!

Теперь очень быстро подберите себе нового партнёра и крепко сожмите руку. Поприветствуйте друг друга такими частями тела:

- левое колено к левому колену!

- правая ладонь к правой ладони!

- левое плечо к правому плечу!

Анализ: Скажите, как вам показалась наша игра?

-Какие чувства вы испытали во время игры? (ответы).

-Веселье, азарт, восторг, другими словами как назвать эти состояния?

(Эмоции).

- Сразу же рождается вопрос: Что же это такое — эмоции? (ответы).

Эмоции — это необыкновенный узорник чувств, ощущений, переживаний и волнений, благодаря которым ребенок взаимодействует с окружающей действительностью, параллельно понимая и осознавая её. Эмоции являются важнейшей частью психической жизни человека, и прежде всего ребенка».

-Все эмоции подразделяются на два вида.

-На какие? (положительные и отрицательные).

Все люди – существа эмоциональные. Но дети, по мере их небогатого жизненного опыта, могут намного ярче отображать свои эмоциональные проявления. Вследствие этого мы можем наблюдать отношение ребёнка к окружающей действительности, событиям, людям. Дети не способны прятать своих чувства и эмоций. Психологами установлено, что у детей происходят серьёзные преобразования в эмоциональной сфере, меняются взгляды на мир и взаимоотношения с окружающими людьми. Ребёнок ярко и естественно отзывается на все, что происходит вокруг него.

Старшие дошкольники со временем начинают осознавать и контролировать свои чувства, являющиеся своеобразным индикатором наиболее значимых потребностей.

Наши дети познают мир через яркие образы, конкретно и наглядно. А многие свойства обычных на взгляд взрослого вещей, которые давно для него стали привычны и понятны, на маленького человечка могут произвести самое неожиданное впечатление.

- Так как же мы можем подействовать на развитие эмоций у детей? (ответы).

Самый действенный приём – это игры. Поэтому я предлагаю вам обратить внимание на игровые технологии. Но сначала хотелось бы вспомнить, какие эмоции мы знаем. Все мы хорошо знаем игру «Угадай-ка!» и я хочу сейчас немного поиграть с вами.

1. Мои глаза слегка прищурены.

Уголки рта слегка приподняты.

Я смеюсь.

Я ...

(Радость)

2. Глаза слегка сужены.

Уголки рта опущены.

Я плачу.

Я ...

(Грусть)

3. Мои брови нахмурены и сдвинуты.

Зубы стиснуты.

Губы плотно сжаты.

Ноздри расширены и дрожат.

Я сжимаю кулаки.

Я хочу ударить.

Я ...

(Злость)

4. Мои брови приподняты.

Рот слегка приоткрыт, округлён.

Глаза широко раскрыты.

Я восклицаю: «**О-о-о!**» или «**Ах!**»

Я ...

(Удивление)

5. Мои брови приподняты и слегка сведены к переносице.

Глаза очень широко открыты.

Я хочу защититься, спрятаться, убежать.

Я...

(Страх)

6. Когда мне интересно, я сосредотачиваюсь.

Я смотрю внимательно на предмет.

Мои брови слегка сведены.

Я...

(Интерес)

7. Я опускаю и отворачиваю голову в сторону.

Я прячу глаза.

У меня краснеет лицо, уши.

Я испытываю ...

(Стыд)

Я хочу познакомить вас с пособием «**Весёлый светофор**». Этот светофор располагается у нас вначале кабинета. Приходя на занятие, дети подходят к пособию и сразу же отмечают своё настроение. Я обязательно фиксирую для себя, с каким настроением ребёнок пришёл на занятие.

Круг красного цвета означает, что у ребёнка плохое настроение, он грустит или печалится. Круг желтого цвета означает, что у ребёнка, пришедшего на занятие, спокойное, нейтральное настроение, без эмоций. Круг зелёного цвета – это, конечно же, веселье, радость, настроение прекрасное.

Если я вижу, что кому-то из детей необходима помощь, ласка, я делаю все, чтобы ребёнку было хорошо и комфортно на занятии. В основном ребята предпочитают желтый и зеленый круги.

Я хочу пожелать вам сегодня, чтобы и у вас, уважаемые коллеги, от нашей встречи осталось только хорошее «**зеленое**»настроение!

Для того, чтобы создать позитивной микроклимат в группе я использую в своей работе игру «**Ролевая гимнастика**». С помощью этой игры дети раскрепощаются, развивается актёрское мастерство, коммуникативная компетентность. Игра помогает познавать чувства другого существа, развивает эмпатию.

Содержание игры: подбираются небольшие и хорошо знакомые стихи.

Предлагается прочитать потешку:

1. В быстром темпе, «**как пулемёт**».

2. Тихо.

3. В медленном темпе, еле-еле.

Пройти по кругу как: злой волк, малыш, медведь, лиса...

Попрыгать, как: воробушек, стрекоза, кролик...

Игра «**Создание рисунка по кругу**»

Цель: создание в группе благоприятного микроклимата.

Содержание игры: У каждого участника лист бумаги и карандаш или ручка. За одну минуту все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева. Дорисовывают что-нибудь за одну минуту и опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернется к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают. Можно устроить выставку.

Положительные эмоции надёжно защищают детей от умственных перегрузок и приносят только пользу, как для физического, так и для психического развития.

-Педагогам дошкольных образовательных учреждений необходимо уметь предотвращать появление и формирование негативных эмоций у детей. Я хочу пригласить вас на экскурсию по Фотогалерее, там мы постараемся вместе с вами найти различные приёмы, которые помогут маленькому человеку преодолеть свои отрицательные эмоции.

1 серия фотопортретов: – Какое эмоциональное состояние испытывают дети на этих портретах? (*страх, ужас*).

- Одна из самых первых эмоций, что чувствует недавно родившийся малыш. Вначале дитя пугается сильных и громких тонов, шумов, звуков, ребёнка пугает новая обстановка, незнакомые люди. По мере взросления ребёнка зачастую растут и его страхи. Границы между обычным, здоровым, предохранительным страхом и болезненным, нездоровым очень часто бывает расплывчатой и туманной. Но как бы то ни было, страх портит малышу жизнь. Это беспокоит ребёнка и вызывает такие нарушения как тики, навязчивые движения, энурез, заикание, плохой сон, раздражительность, агрессия, плохой контакт с окружающими, дефицит внимания и т.д. К таким последствиям может привести непобежденный детский страх.

- Назовите самые распространенные детские страхи.

Примерные ответы: страх темноты, ночных кошмаров, одиночества, сказочных персонажей, чудовищ, привидений, смерти, боязнь хулиганов, бандитов, войны, катастроф, уколов, боли, врачей и т. д.

- Страхам и фобиям в основном склонны впечатлительные, восприимчивые, ранимые, обладающие большим самолюбием дети. Чтобы помочь малышу справиться с теми страхами, которые его беспокоят, нужна помощь взрослого. В первую очередь нам нужно определить фактор, из-за которого у ребёнка появился данный страх. Как вы думаете, из-за чего, по какой причине может проявиться детский страх?

Примерные ответы: гиперопека; обособленность родителей; конфликты в семье; отсутствие одного из родителей; суровые наказания и запреты; жесткое обращение и физическое насилие; компьютерные игры; бесконтрольный просмотр телевизионных программ и фильмов; сильный испуг (*особенно в ситуации внезапности*); пребывание в экстремальной ситуации (*пожары, наводнения, взрывы, землетрясения, теракты и т. д.*).

- Для коррекционной индивидуальной и подгрупповой работы используются разнообразные методики, технологии, игровые упражнения.

- Я хочу предложить вашему вниманию несколько вариантов работы, чтобы помочь ребенку в преодолении проявившиеся у них страхов. Все эти

упражнения базируются на приёмах художественной экспрессии с применением разнообразных изоматериалов, с помощью которых ребёнок способен преодолеть свой страх и различные эмоциональные расстройства.

1. Упражнение **«Воспитай свой страх»**.

- Я предлагаю ребёнку нарисовать свой страх, предварительно с ним побеседовав. После того, как рисунок готов, предлагаю перевоспитать страшилку (*для этого нужно сделать его добрым*). Вместе мы придумываем, как это сделать: пририсовываем шары, конфеты в руках у страшилки; исправляем злое выражение лица на доброе, улыбочное; одеваем страшилку в нарядный, веселый костюм – и другие веселые атрибуты.

- Благодаря этому упражнению ребенок убеждается в том, что страх относителен, с ним можно справиться, изменив его или свое отношение к этому страху.

2. Упражнение **«Чужие рисунки»**.

- На доске вывешиваю нарисованные другими детьми **«страхи»**. Глядя на эти рисунки, дети должны рассказать, чего, по их мнению, боялись авторы этих рисунков и как им можно помочь.

- Данное упражнение предоставляет детям возможность обсудить свои и чужие страхи, попытаться всем вместе найти пути и способы, как с этими страхами справиться.

3. Упражнение **«Дом ужасов»** (как вариант: **«Лабиринт страхов»**).

- Я предлагаю детям заселить нарисованный на доске Дом ужасов страшными персонажами. Затем дети по очереди рисуют своих страшилок, **«строя»** тем самым Дом ужасов. Остальные играют роли его обитателей и по заданию автора рисунка выполняют те или иные действия.

- С помощью данного упражнения педагог дает детям возможность актуализировать свой страх, возможность поговорить о нем, понять необоснованность своих страхов.

4. Упражнение **«Одень страшилку»**.

- Это упражнение также дает детям возможность поработать с предметом своего страха, а педагогу – провести его коррекцию.

- Для его проведения я заранее вывешиваю на доске черно-белые рисунки какого-нибудь страшного персонажа: Бабы-Яги, привидения и т. п. Ребенок должен **«одеть его»** при помощи пластилина. Выбирая пластилин нужного цвета, отрывая маленькие кусочки и размазывая их внутри контура, ребенок **«одевает»** своего страшилку, рассказывает о нем группе. Во время рассказа я стимулирую его своими вопросами. Например: что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто боится его и т. п.

- Таких вариантов упражнений может быть множество. Главное в них – это помочь детям в проявлении осознанных чувств по отношению к предмету страха, научить его справляться с ним.

- Одним из преимуществ этого пособия является то, что для коррекции детских страхов можно использовать в комплексе несколько игровых психотерапевтических техник и упражнений:

1. техники художественной экспрессии, основанные на использовании различных изобразительных материалов и помогающие детям справиться с эмоциональными нарушениями;

2. фантазирование, предполагающее направленную визуализацию и активное воображение;

3. сочинение историй, способствующее, благодаря разнообразным приемам, развитию вербальных навыков.

2 серия фотопортретов:

– Перейдем ко второй серии фотопортретов. Какое эмоциональное состояние испытывают дети на этих портретах? (*грусть, печаль*).

- Печаль и грусть – это особые эмоции, они имеют свое своеобразное выражение и свои исключительные, необыкновенные особенности; эти эмоции причисляют к отрицательным проявлениям. Они основываются на различных трудных ситуациях, с которыми встречаются люди изо дня в день.

– Из-за чего ребёнок может печалиться?

Примерные ответы:

1. Разочарование, вызванное крушением надежд и ожиданий.
 2. Неудача в достижении поставленной цели.
 3. Индивидуальная предрасположенность к печальным переживаниям (*может носить как биологический, так и социальный характер*).
 4. Восприятие ребенком своей социальной роли (*восприятие и оценка себя, видение мира и своего будущего в нем*).
 5. Потеря или поломка значимой, любимой вещи или предмета и т. д.
- В дошкольном возрасте у детей часто изменчиво настроение. Хотя негативные переживания непродолжительны, они захватывают ребенка полностью, с чем бывает трудно справиться в одиночку. Выйти из этого состояния может помочь педагог.
- Для того, чтобы снять напряжение, избавиться от отрицательных эмоций, укрепить дружеские взаимоотношения, я использую в своей работе такое пособие, как «**Настроение**». Вначале мы с детьми на большом листе ватмана рисуем гуашью или красками свое настроение (*в виде лужайки*). Затем дети достают из корзины лепестки различных цветов. Каждый цвет соответствует какому-либо настроению, и все мы формируем один большой цветок на нашей лужайке. После окончания работы мы анализируем то, что у нас получилось, и выясняем, какое же настроение царит в нашей группе.
- Можно предложить детям собрать цветок для ребенка, у которого плохое настроение, используя те цвета, которые поднимут ему настроение, сказать ему ласковые слова.
- Для того, чтобы стимулировать положительных эмоций, исключить или снять негативные переживания, можно применять такую игру, как «**Волшебный стул**». Ребенку, у которого плохое настроение предлагается сесть на стул, а другие дети выполняют для него различные задания. Например, сказать грустному ребёнку все ласковые слова, которые они знают, или украсить оригинально чем-нибудь его стул. Когда ребята подходят малышу, сидящему на волшебном стуле, говорят ему нежные слова, украшают стульчик чем-то необычным, играют с ним, то от грустного настроения их товарища не остаётся и следа.
- 3 серия фотопортретов. — Какое чувство объединяет детей на этих фотографиях? (*гнев, ярость, злость*).

- Гнев, злость, негодование, ярость – одни из главных эмоций человека, вместе с тем и малоприятные.

- Слово **«гнев»** на Руси начали использовать с 11 века. Оно произошло от слова **«гной»**. Так говорили о состоянии больного человека, у которого тело было покрыто гнойными раками. Позже у этого слова появился синоним – **«ярость»**.

- **Как утверждала Вирджиния Квинн: «У гнева существует 4 основных способа выражения»:**

1. Прямо заявить о своих чувствах, при этом давая выход отрицательным эмоциям.
2. Выразить гнев в косвенной форме, вымещая его на человеке или на предмете, который представляется разгневанному неопасным.
3. Сдерживать свой гнев, **«загоняя»** его внутрь. В этом случае постепенно накапливающиеся отрицательные чувства будут способствовать возникновению стресса.
4. Задерживать негативную эмоцию до момента ее наступления, не давая ей возможности развиваться, при этом человек пытается выяснить причину гнева и устранить ее в кратчайший срок.

- Сегодня я хочу рассказать вам о тех из них, которые использую, чтобы помочь детям избавляться от переживаемых негативных чувств и настроений, научиться управлять эмоциями, контролировать свое поведение, уметь общаться друг с другом.

- Маленькие дети не всегда способны выразить своё эмоциональное состояние. Для того, чтобы помочь ребёнку избавиться от гнева, хорошо использовать игровые приёмы.

Я использую в данном случае такое пособие, как **«Мешочек для крика»**. У меня этот мешок сшит из красной, непрозрачной ткани, украшен различными аппликациями, сверху пришит шнурок. Показ мешочка.

- Итак, если ребенок агрессивен, дерётся, кричит, я даю ему мешочек, и предлагаю отойти в сторонку и громко покричать в мешок. Затем волшебный мешочек завязывается и убирается. Ребёнку даётся установка, пока мешочек у него, можно кричать столько, сколько захочешь, но если мешочек отпустил, то общаться с окружающими он должен со спокойно, обсуждая то, что произошло.

Ещё у нас есть такое пособие, как **«Подушечка для битья»**.

Есть подушка для спанья,

Есть подушка для шитья,

А у нас, ребята, в группе

Есть подушка для битья.

Будут кулачки чесаться

Или ты захочешь драться,

Подойди к подушке той

И ударь её рукой...

Можешь бить за всё на свете,

Ведь подушка не ответит.

- Следующее пособие – **«Коврик злости»**. С его помощью тоже можно избавиться от гнева. Если на занятие пришёл ребенок в плохом расположении

духа, агрессивно настроен на окружающих, то ему предлагается коврик, который избавляет от злости. Это обычный коврик с ярким, неоднородным верхним слоем. Можно изготовить коврик самостоятельно: из ткани, шерстяной пряжи, колготок, бантов и т.д. (*Показываю коврик*). Ребёнку предлагается снять обувь, наступить на коврик и вытирать об него ноги до того времени, пока ему не захочется улыбнуться.

- Также я часто использую следующее интересное пособие, это — **«Мусорное ведро»**. В это ведро мы с ребятами выбрасываем все лишние, бесполезные, негативные проявления, которые нам мешают и мы хотим от них освободиться.

Уважаемые коллеги, предлагаю вам представить, что ненадолго мы с вами стали детьми. Сейчас мы с вами выполним это упражнение. (*Ведро ставится в центр круга*).

- Как вы думаете, для чего люди используют мусорное ведро и зачем нужно всё время очищать его от мусора?

- Правильно, если мы не будем избавляться от мусора, по постепенно займёт все пространство, будет трудно дышать, тяжело будет двигаться, в конце концов так можно и заболеть. То же происходит и с чувствами — у всех нас накапливаются разные чувства и мысли, которые зачастую бывают ненужными и бесполезными. Когда мы накапливаем в себе отрицательные эмоции, чувства, переживания, например, обиду, грусть или печаль, злость или ненависть. Для человека это не нужно, бесполезно, и даже может быть опасно для здоровья.

- Я принесла вам бумагу разных цветов. Выберите себе любой цвет. Держа в руках бумажный лист, закройте на минуту глаза и представьте, что это ваши старые обиды, грусть, печаль, может злость или страхи... Можете смять их в комки или порвать на маленькие кусочки. Теперь выбросите в ведро все неприятные чувства, переживания, которые в вас накопились, и вы хотели бы от них освободиться. К примеру, я выбрасываю все свои опасения, комплексы и неуверенность, и мне становится легче. А что выбросите вы?

- Что вы чувствовали, когда выбрасывали ваши обиды, грусть, гнев? Что вы чувствуете сейчас? Кому сейчас стало легче, радостнее, спокойнее? Из понравившейся бумаги можете сейчас сделать салют и подбросить высоко вверх. (*Звучит музыка*.)

- С этим салютом вы передали свою частичку добра, искорку радости друг другу.

- С помощью такого упражнения дети учатся избавляться от отрицательных эмоций, не оставлять их в себе, что, зачастую, очень сложно сделать нам, взрослым людям, но чему просто необходимо учиться.

Игра «Волшебные шары».

В заключение нашей экскурсии, я хочу подарить всем вам воздушные шары, на которых каждый из вас фломастером нарисует ту эмоцию, которую вы получили от нашего занятия.

«Улыбка на лице как много это значит,
Когда смеются все, когда никто не плачет.»