Автор: старший воспитатель Ермолинская А.В.

**Методическая разработка**

**«Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста с ОНР как средство создания комфортной и доброжелательной среды»**

**Пояснительная записка**

Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста - одно из важнейших направлений деятельности педагога-психолога в современном детском саду. Эмоции - это калейдоскоп впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, одновременно познавая его.

С развитием эмоциональной сферы качественно меняется сам внутренний мир ребенка, который для достижения гармонии чувств и ощущений, а также для полноценной реализации личности в жизни должен быть ярким, комфортным и позитивным.

Эмоциональная сфера при этом сама по себе стать совершенной не может. Ее необходимо внимательно изучать и бережно развивать.

Коммуникативные способности, умение общаться – основное условие развития ребёнка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, устремлённый на познание и оценку самого себя через посредство других людей.

**Актуальность** в том, что наряду с оптимизацией логопедической работы по преодолению общего недоразвития речи необходимо находить возможности для целенаправленного развития навыков общения у данной категории детей, что является одним из условий развивающей комфортной образовательной среды.

В наши дни уместно вспомнить феномен «засушенного сердца», открытый еще Л.С. Выготским. Под этим термином понимается черствость, обедненность или даже полное отсутствие чувств во взаимоотношениях людей. Сложность нынешней ситуации состоит именно в том, что, помимо часто встречающихся недочетов в воспитании и образовании, «обесчувствованию» людей способствует сама современная жизнь, в которую напрямую включен ребенок. Например, подолгу находясь у телевизора или компьютера, мальчики и девочки стали меньше взаимодействовать со взрослыми и сверстниками. А ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому дети и становятся более эгоистичными, эмоционально изолированными, переутомленными и менее отзывчивыми к чувствам других. Кроме того, со стороны взрослых также не всегда встречается должное внимание к настроениям и переживаниям ребенка. Родители нередко бывают слишком заняты, чтобы тратить время на «детские» проблемы. Между тем, ростки негативных чувств и эмоций могут принести самые нежелательные плоды.

Таким образом, сейчас особенно важно при ведущей роли педагогов-психологов объединить усилия воспитателей и всех специалистов детского сада, направив их на развитие чувственной сферы детей и обеспечение благоприятного эмоционального микроклимата.

Условия обеспечения эмоционального благополучия детей

Для обеспечения эмоционального благополучия детей необходимо:

* безусловное принятие каждого ребенка взрослыми для развития у него жизненно важного чувства безопасности и уверенности в себе, в собственных силах;
* позитивность окружающей детей обстановки (создание поддерживающей, доброжелательной, искренней, домашней атмосферы в группах);
* равенство в отношениях между взрослым и ребенком (организация продуктивного пошагового сотрудничества, своевременное получение дошкольниками помощи, поддержки и защиты при возникновении потребности в ней);
* обеспечение детям возможности свободно перемещаться в пространстве группы, в других помещениях детского сада (например, в музыкальном и физкультурном залах), непосредственно общаться со сверстниками;
* гибкий, личностно-ориентированный подход: отказ от любых «ярлыков», учет психических и личностных особенностей каждого ребенка, выражающийся в дифференцированном подборе заданий и упражнений, а также индивидуального темпа их выполнения;
* создание условий для раскрытия личностной индивидуальности воспитанников, т. е. раннее выявление их творческих возможностей и способностей, своевременный мониторинг (периодическое отслеживание динамики), поощрение даже небольших достижений каждого ребенка и его стремления к самостоятельности;
* внимательное отношение и чуткая реакция на возникающие детские проблемы, тревоги и страхи;
* тактичное общение с ребенком для совместной «переработки» чрезмерно волнующих его впечатлений (часто негативных) с целью их постепенного уменьшения и преодоления, а также повышения самооценки;
* конфиденциальность информации об участниках педагогического взаимодействия, осуществление профессиональной деятельности под девизом «Не навреди!»;
* тесное профессиональное сотрудничество педагога, воспитателей и других специалистов детского сада при планировании и организации взаимодействия с дошкольниками (в частности, при разработке индивидуальных образовательных маршрутов для детей с проблемами со здоровьем и развитием);

На развитие эмоциональной сферы дошкольников позитивно влияет создание в группах уголков психологической разгрузки:

* для малышей - «домотека», в специально отведенном пространстве группы дети размещают предметы, принесенные из дома: фотографии, игрушки или другие вещи напоминающие о доме. Это по-настоящему приближает обстановку детского сада к семейной, решает проблему адаптации и преодоления нередко возникающего чувства одиночества, способствует установлению в группе позитивного эмоционального микроклимата;
* для детей 4-5 лет- «уголок эмоций», на котором ребенок, приходя утром, размещает свою фотографию в соответствии с настроением - в центре или по краям, на темном или светлом фоне. В течение дня по своему желанию он может вносить изменения. Его внутреннее состояние становится таким образом более понятным, а помощь взрослого в случае необходимости - эффективной и своевременной;
* для старших дошкольников – «уголок эмоциональной разрядки», в котором мягкая мебель или модули с подобранными для данного возраста книгами, журналами, иллюстрациями, интересными настольными играми и игрушками. Возможность 5-7-летнему ребенку иногда побыть одному, ненадолго сменить обстановку и немного отдохнуть от стремительного потока событий и информации приобретает все большую актуальность, т. к. способствует профилактике эмоциональных срывов, перенапряжения, негативных настроений.

Я как педагог работаю по коррекционно-развивающей программе на развитие коммуникативных навыков у детей старшего дошкольного возраста с ОНР «Наши эмоции».

Цель программы - помочь детям с ОНР 5-7 лет справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками.

Задачи программы:

1. Создать благоприятный психологический климат в группе, преодолеть у детей барьеры в общении.
2. Повышение самооценки.
3. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.
4. Познакомить детей с различными видами эмоциональных состояний для лучшего понимания своих эмоций и чувств, а также эмоций и чувств, испытываемых другими людьми.
5. Развивать эмоциональную произвольность.
6. Снятие мышечного напряжения.

Каждая совместная деятельность педагога-психолога с детьми по данной программе посвящено отдельной эмоции.

На занятиях используются такие игровые упражнения:

«Передай привет по кругу». Каждый здоровается тем способом, который показал взрослый, или придумывает свой способ, отличный от других.

«Ветер дует на…» Дети подбегают к тому игроку, которого назвали по имени.

«Назови соседа ласково». Передавая мяч по кругу, надо назвать своего соседа ласково.

Эти игровые упражнения помогают детям познакомиться, снять страх тактильных контактов, сформировать позитивное отношение к ситуации игрового взаимодействия со сверстниками.

Дети дошкольного возраста часто не замечают эмоциональное состояния другого человека, если ребенок сосредоточен на себе, он обращает внимание на других детей только тогда, когда они мешают или угрожают ему или когда в их руках он видит привлекательные для себя игрушки. Задача педагога в этих случаях состоит в том, чтобы привлечь их внимание к другим детям, научить прислушиваться и присматриваться к ним. Наилучшим способом для этого является воспроизведение чужих слов или действий, эмоциональных состояний.

Так же в совместной деятельности с детьми, я использую различные этюды, которые мы обсуждаем и проигрываем, вызывающие разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка.

В ходе работы дети опосредованно знакомятся с навыками релаксации и саморегуляции, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием.

Игры для развития эмоциональной сферы детей

В качестве эффективно работающих нестандартных игр можно предложить.

«Необычный колобок»

Для организации общения с дошкольниками в кругу большин­ство педагогов-психологов обычно использует мяч, передаваемый от одного ребенка к другому. Это помогает создать настрой на об­щую деятельность, сформировать «единое пространство группы».

Опыт показывает, что интерес детей 3-5 лет к работе в под­группе значительно возрастает, если им предлагается не просто мячик, а «колобок» (небольшой шарик с двумя нанесенными маркером контрастными выражениями лица: с одной стороны - веселым, с другой - грустным). Вспоминая сказку, ребенок младшей и средней группы воспринимает «колобка» как реального собеседника, эмоционально сопереживает ему и, как правило, по­ворачивает к себе именно той стороной, которая отражает его на­строение. С помощью такого сказочного посредника даже не очень общительные дети легче идут на контакт с педагогом-психологом и сверстниками, охотнее высказывают свои впечатления от участия в совместных играх и упражнениях, а значит - активнее действуют и эмоционально раскрываются.

«Живые картинки» (игра для работы с подгруппой детей 3-5 лет)

Педагог-психолог поочередно рассматривает с детьми схематические изображения людей и объясняет, какие действия нужно выполнить. Например, улыбающееся лицо на картинке (рот «ло­дочкой», уголками вверх) - значит, настроение веселое, можно всем вместе порадоваться, попрыгать; спокойное лицо (линия рта прямая) - отдыхаем, стоим на месте; грустное лицо («лодочка» пе­ревернута уголками вниз) - мы расстроены, приседаем, закрывая глаза ладошками. Поочередно меняя изображения и выполняя вместе с детьми соответствующие действия, педагог как бы оживляет картинки. Игра способствует закреплению представ­лений детей об основных видах настроения и способах его выра­жения с помощью движений.

Вариант игры - под музыку дети берут из «волшебного мешоч­ка» по одному рисунку с изображением сказочного персонажа и внимательно его рассматривают. По завершении музыкального фрагмента каждому ребенку нужно найти обладателя такого же рисунка и встать с ним в пару. Правильность выполнения задания педагог проверяет каждый раз, при этом аплодисмента­ми награждаются все участники - для развития у них позитивного эмоционального отклика на общее игровое взаимодействие.

«Волшебное зеркальце» (игровое упражнение для индивидуаль­ной работы с детьми 5-7 лет)

Ребенку предоставляется двусторонний макет зеркала, выра­жения лица на котором, как и в игре с «колобком», изображаются по принципу контраста (доброе - злое, радостное - печальное). Поворачивая зеркало и разглядывая отражения, дошкольник ста­рается определить, какое из них ему нравится и более привычно, т. е. подходит лично для него. Данное игровое упражнение способ­ствует активному самовыражению ребенка, проговариванию основных переживаний, предупреждению различных комплексов и случаев необоснованного недовольства собой, т. е. профилакти­ке детских депрессивных состояний.

«Дорисуй портрет» (игра для детей 4-7 лет проводится индиви­дуально или в подгруппе по 2-3 человека)

Каждый ребенок получает возможность «помочь художнику», завершив его работу. На портрете-заготовке с уже имеющимися изображениями глаз и носа ему предстоит самостоятельно нари­совать рот (по своему выбору, например, с уголками вверх - улы­бающийся, радостный; с уголками вниз - грустный, расстроенный). А затем вместе с педагогом он пробует отгадать, какое настроение было у человека, изображенного на картине. Дети, та­ким образом, в занимательной и непринужденной форме упражня­ются в умении отличать проявления основных чувств человека и сопоставлять их с разными эмоционально окрашенными ситуа­циями.

Для работы со старшими дошкольниками (5-7 лет) в подгруппе аналогичную игру можно провести с объемной моделью - воздуш­ными шариками, прикрепляя к ним с помощью двухстороннего скотча разные улыбки (веселые, грустные, растерянные, жалобные). В результате портрет становится завершенным и выразительным, а разговор с педагогом-психологом о совместно выполненной ра­боте - более непосредственным и живым. С помощью данного уп­ражнения у старших дошкольников появляется возможность узна­вать свое настроение среди прочих, называть его, определенным образом реагировать, наводя порядок в своем внутреннем мире. Нахождение похожих изображений среди получившихся в даль­нейшем стимулирует детей к совместной игре, развивая необходи­мые навыки самостоятельного общения со сверстниками.

«Разноцветные бабочки» (игровое упражнение для работы инди­видуально или по два человека с дошкольниками 4-6 лет)

Детям среднего дошкольного возраста предлагается, исполь­зуя магнитную доску или мольберт, составить изображения бабо­чек из 4-5, а старшим - из 5-7 цветных фрагментов. Для педагога это упражнение информативно, т. к. соотнесение цветов напрямую свидетельствует о внутреннем эмоциональном состоя­нии ребенка. Кроме того, параллельно можно заняться профилак­тикой эмоционального перенапряжения, предложив детям «разбу­дить» получившихся бабочек, изобразив их полет под музыку (например, с помощью движений рук). Как показывает опыт прове­дения подобных игровых упражнений, дошкольники с удоволь­ствием в них участвуют и таким образом осваивают несложный способ самовыражения и активной эмоциональной разрядки.

«Оле-Лукойе» (игра для индивидуального взаимодействия со старшими дошкольниками)

Многим детям 5-7 лет хорошо знаком персонаж Г.Х. Андерсена, раскрывавший один из зонтиков - разноцветный или темный - над детьми в зависимости от их персональных особенностей и поступ­ков. Вспомнив сказку про Оле-Лукойе, целесообразно сначала по­работать с плоскостным изображением зонтика, предложив его самостоятельно раскрасить. Таким образом, педагог получает пред­ставление о самооценке ребенка и его эмоциональном самочувствии. Игровое упражнение в момент, когда дошкольник по сигналу взрослого (например, чуть слышному хлопку в ладоши) закры­вает глаза, завершается «превращением» нарисованного зонтика в настоящий. Практика показывает, что доверительная беседа под зонтиком Оле-Лукойе повышает эмоциональный статус ребенка, корректирует самооценку и дарит яркие впечатления, так необхо­димые дошкольнику.

Оле-Лукойе можно сделать также героем игрового взаимодей­ствия с отдельными детьми, испытывающими затруднения в разви­тии эмоциональной сферы, создав свои «карты-схемы» воображае­мых путешествий с этим персонажем. Смысл игры будет заключаться тогда в «прокладывании» с каждым ребенком своего «маршрута» по определенным эмоциональным состояниям, их ри­совании, назывании и «примеривании» на себя, т. е. активном и глубоком «проживании» в целях обогащения чувственных впечат­лений данного конкретного дошкольника.

«Сказочная радуга» (игровое упражнение для работы с подгруп­пой детей 5-7 лет)

Под музыкальное сопровождение (например, можно использо­вать композиции из альбома А.П. Чайковского «Времена года») участники игры «превращаются» в разноцветные карандаши из ко­робки художника. Каждый «волшебный карандаш» пробуете помо­щью движений, мимики и жестов показать, какие предметы он сво­им цветом может раскрасить, остальные стараются этот цвет отгадать и назвать. В случае точного ответа свои силы пробует сле­дующий участник, а правильно названные «карандаши» берутся за руки, образуя свою «волшебную» сказочную радугу. Последова­тельность ее цветов и их сочетание подробно обсуждается с до­школьниками. С очередным включением музыкального фрагмента волшебство завершается, а на память о «чудесном превращении» дети совместно с педагогом-психологом воспроизводят получив­шуюся у них радугу, выкладывая ее перед собой из цветных каран­дашей или рисуя на большом общем листе. Данное игровое уп­ражнение не только способствует проявлению индивидуальных цветовых предпочтений детей, но и стимулирует к объединению в игровое сообщество, вызывая у них позитивный эмоциональный отклик на совместную деятельность со сверстниками.

Этим несложным играм и упражнениям на развитие «гаммы чувств» можно научить не только детей, но и родителей. Ведь для каждого ребенка, только еще открывающего для себя мир, важно, чтобы микроклимат в детском саду и семье был по возможности позитивным, устойчивым и стабильным. К сожалению, не все роди­тели готовы к эмоциональному общению со своими детьми. При­ходится учить их этому в ходе индивидуальных встреч и консульта­ций, направленных на активизацию творчества взрослых и создание потенциала авторских игровых вариантов.

Практика свидетельствует, что главное в деле обеспечения эмоционального благополучия ребенка - искренняя заинтересо­ванность в успехе, а также единство взглядов значимых взрослых - родителей, воспитателей, специалистов детского сада. Задача педагога-психолога при этом состоит в том, чтобы наглядно показать: эмоциональная сфера, определяющая детям 3-7 лет с ОНР их будущее, не терпит стандартных подходов. Поиск оптимальных путей дости­жения эмоционального благополучия дошкольников необходимо вести постоянно, применяя фантазию и творчество, находя свои варианты решений в ходе непосредственного общения и активно­го взаимодействия взрослых и детей.

Методическая разработка представляет интерес для воспитателей дошкольных образовательных организаций.