**Формирование эмоционально- личностной сферы у дошкольников.**

**Актуальность научной поблемы.**

Особенности формирования и функционирования эмоциональной сферы в дошкольном возрасте давно признаны психологами важной проблемой. По мнению А. Валлона, эмоции в генезисе психической жизни проявляются раньше всего: «Ребенок способен к психической жизни только благодаря эмоциям. Именно эмоции объединят ребенка с его социальным окружением, через эмоции ребенок обретает опору для своей биологии, в эмоции осуществляется симбиоз органического и психического, происходит как бы «переливание» одного в другое».Современные исследования свидетельствуют, что эмоциональность сказывается на интеллектуальном развитии ребенка. Если ребенок свыкся с состоянием уныния, если он постоянно расстроен или подавлен, он будет не в той мере, как его жизнерадостный сверстник, склонен к активному любопытству, к исследованию окружающей среды. Имеются данные Е.И. Ликиной (1999 г.), что уровень развития интеллекта выше у дошкольников с преобладанием положительных эмоций и ниже - с преобладанием отрицательных. Е.И. Ликина отмечает, что нарушения в эмоциональном развитии ребенка дошкольного возраста ведут к тому, что ребенок не может использовать другие способности, в частности интеллект, для дальнейшего развития.

Цель работы: изучить особенности развития эмоционально-личностной сферы дошкольников, развитие и коррекция у детей эмоций нравственных представлений, помощь в установлении нормальных взаимоотношений между людьми, снятие психического напряжения.

 Данная цель позволила сформулировать следующие задачи исследования:

1. Показать особенности развития эмоционально-личностной сферы у детей.
2. коррекция психоэмоционального состояния (снятие психоэмоционального напряжения, состояний агрессивности, тревожности);
3. формирование умения осознавать, понимать и адекватно выражать свои эмоциональные переживания;
4. развитие чувства близости, доверия безопасности по отношению к другим людям;
5. формирование способности понимать эмоциональное состояние, переживания, личностные особенности другого человека;
6. развитие навыков совместной деятельности; умения сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других детей

**Обоснованность выбранной темы**.

 В последнее время количество детей с нарушением эмоционально-личностной сферы возрастает. Многоплановая работа с данной категорией детей необходима для более успешной адаптации в социальную среду. Дошкольный возраст является периодом фактического складывания психологических механизмов личности. Ребенок приобретает черты индивидуальности в поведении, интересах, ценностях, личностных особенностях. Особенности эмоциональной сферы оказывают свое непосредственное влияние на все сферы деятельности ребенка. От того, насколько он умеет правильно понять эмоциональное состояние окружающих людей и выразить свои эмоции, во многом зависит успешность межличностных отношений. У детей с нарушениями эмоциональной сферы свои специфические особенности (высокий уровень агрессивности, тревожности и т. д.). Дети, как правило, не умеют контролировать и адекватно выражать свои эмоции. Нарушение эмоциональной сферы является актуальной проблемой, которая требует коррекционной и развивающей работы

 Мною Брум О.Н педагогом-психологом МДОУ№139 г.Саратова разработан курс занятий для развития и коррекции эмоций у детей дошкольного возраста.

Методические рекомендации по реализации программы:

Данный курс рассчитан на детей старшего дошкольного возраста. Он включает в себя 14 занятий. Его длительность при двух занятиях в неделю около двух месяцев. Занятия строятся по определенной схеме и состоят из 4-х фаз. Занятия проводятся в форме мини-тренингов продолжительностью 40 минут до 1 часа. Его продолжительность зависит от особенности внимания и поведения детей.

В группу набираются дети, имеющие:

* повышенный или высокий уровень личностной тревожности;
* высокий уровень ситуативной тревожности в сфере межличностных отношений “ребенок - ребенок”;
* нарушения развития системы личностных отношений на уровне базовых и социальных эмоций.

Оптимальное количество детей в группе — 6-8 человек.

Большее количество может привести к увеличению числа повторений этюда, и занятие станет скучным. В группу приглашается ребенок, не нуждающийся в коррекционных занятиях, но который положительно влияет на группу, своей артистической жилкой, с его помощью легче заразить детей нужной эмоцией. Данная развивающая программа может проводиться также со всеми детьми.

 Схема занятий.

1 фаза занятия Мимические и пантомимические этюды.

Цель: выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний, связанных с переживанием телесного и психического довольства и недовольства. Модели выражений основных эмоций и некоторых социально окрашенных чувств. Дети знакомятся с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой ,той или иной походкой, тренинг моделированных стандартных ситуаций.

2 фаза занятия Этюд и игры на выражение отдельных черт характера и эмоций. Беседы.

Цель: выразительное изображение чувств, порождаемых социальной средой, их моральная оценка. Модели поведения персонажей с теми или иными чертами характера. При изображение эмоций внимание детей привлекается по всем компанентам выразительных движений одновременно. Рекомендуется использовать следующие технологии:( изотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, релаксация)

 Изотерапия: закрепление полученных навыков выражения адекватного восприятия эмоций. Графическое отреагирование. Снятие напряжения.

Музыкотерапия: распознавание эмоций , снятие психоэмоционального напряжения.

Сказкотерапия: знакомство с моделями поведения персонажей с теми или иными чертами характера, эмоциональное осознание себя.

3 фаза занятия Игры

Цель: развитие внимание, памяти, речи, мышления, выразительной моторики.

4 фаза занятия Психомышечная тренировка ( упражнения)

Цель: снытие психоэмоционального напряжения, внушение желательного настроения.

Релаксация (вариант отдыха): снятие напряжения.

Между 2 и 3 фазами делается перерыв в несколько минут, во время которого дети предоставлены сами себе. « Минутка шалости». Каждый этюд повторяется на занятии несколько раз с тем, чтобы охватить всех детей, и каждый ребенок смог проиграть любую роль. Недостаток положительных эмоций отрицательно влияет на ход развития личности любого ребенка, поэтому этюды на выражение положительных эмоций, эмоций радости были обязательны для каждого занятия.

Программа предназначена для проведения группой. Приоритет группового психотренинга обусловлен тем, что психологические проблемы ребенка проявляют себя прежде всего в общение со сверстниками, и в этом же общении формируются полезные психологические навыки. Структура группового занятия включает следующие элементы: ритуал приветствия, разминку, основное содержание, рефлексию, ритуал прощания. Занятия строятся на материале, близком и понятном детям, связанном с актуальными для них проблемами. На занятиях ребенок оказывается в атмосфере принятия его другим, что позволяет испытать состояние успеха, ощутить заинтересованность других собственной личностью. Психологические занятия по развитию общения со сверстниками выполняют и компенсаторную функцию, восстанавливая позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром, снижается тревожность, пропадают страхи. Ребенок начинает жить в ладу с самим собой и окружающими людьми. Деятельное сопереживание обогащает личные чувства. Поэтому «вкладывание себя в другого», В.А. Сухомлинский, рассматривал как важнейший путь развития эмоциональной культуры. Холодное сердце, отмечал он, не может нести высоких чувств, стремлений, идеалов. Таким образом, создаются условия для накопления детьми эмоционально-образных представлений среди себе равных. Без этого происходит атрофия потребности в эмоциональном контакте с другими, что самым отрицательным образом сказывается на развитии гуманистических качеств растущей личности. Для продвижения ребенка в развитии нужно, чтобы осуждение недостатков шло в большей мере со стороны его самого, а утверждение веры в положительное начало его личности — со стороны окружающих. С.Г. Якобсон указывал, что «основная... психологическая особенность этической регуляции связана с тем, что... образ себя как некоторой целостности, соответствующей положительному эталону, является центральным психологическим образованием».

 Занятие №1.

Ход занятия

Цель: ознакомить с моделями выражений эмоций (тревога ,презрение и радость), коррекция отрицательной черты характера, развитие речи ,обучение самораслаблению, ауторелаксация.

**1**фаза этюды:

1.Гадкий утенок»

2.Ласка»

2фаза

1. «Неоконченные этюды»

4 Беседа-игра «Как надо относиться к животным?»

 «Минута шалости»

3фаза игра

5. «Дополни предложения»

4фаза игра

6.Конкурс лентяев.

7 прощание

 Занятие№ 2

Ход занятия

Цель: изучить изображение эмоций (злость, обида и радость) Распознавание и выражение эмоций, снятие напряжения, релаксация.

1.фаза Этюды

1. «Злость»

 2.«Обида»

3. «Радость»

2 фаза Музыкотерапия

а )прослушивание музыкального произведения.

б ) разпознание и выражение эмоций.

(минутка шалости)

3фаза игры

4. Игра «Домино»

4фаза упражнение

5.Спать хочется

6. прощание «Пока»

 Занятие №3

Ход занятия

Цель: Выразительное изображение эмоций(печаль, гнев,радость),графическое закрепление полученных навыков, ,обыгрывание, коррекция.

1фаза этюды

1этюд « Остров плакс»

2.этюд«Злюка»

2.фаза Сказкотерапия М Пляцковского «Сердитый дог Буль»

Изотерапия «Мимика в рисунках»

а ) собрать лица ,соответствующие упражненим (1,2,3)

б ) дорисовать лица

Минутка шалости

3фаза 3 Игра «Три характера»

 4.упражнение «На одну букву»

4фаза

5.Вариант отдыха

6. прощание «Улыбка»

 Занятие №4

Ход занятия

Цель Ознакомить с выражением эмоций (удивление, интерес, радость) Коррекция поведения.

1. фаза

1.Этюд«Круглые глаза»

2.этюд« Кузнечик»

3.игра-эдюд «Хорошее настроение»

2.фаза.

4.Изотерапия. Пантомимика в рисунках.

а собрать шаблоны (лиц,тел) эмоций соответствующие этюдам.(1,2,3)

б ) дорисовать шаблоны

 «Минутка шалости»

 3.фаза

 6 . игра «Снежный ком»

 4.фаза

7. Релаксация.

8.прощание «Мы с тобой»

 Занятие №5

Цель:ознакомление с моделями выражения социально окрашенных эмоций (робость, смелость),изображение и коррекция социальных чувств (эгоизм) снятие напряжения.

1.фаза этюды

1. «Робкий ребенок»

 2.«Молчок»

 2.фаза

3. «Эгоист»

4.Беседа – игра «Кого зовут эгоистом»

5. Модель желательного поведения «Эгоист»

6. «минутка шалости»

3.фаза

7. «Подарки»

4.фаза

8. Пескотерапия

9 прощание « Я- и ты»

 Занятие №6

Цель: Изображение эмоций (страх и смелость),» графическое отреагирование страха», снятие напряжения , развитие воображения.

1.Фаза этюды

1.«Ночные звуки»

2.«Я-грозный боец»

3.«В темной норе»

2фаза

 4.Беседа « Кто что или кого боится?»

 5.Рисование на тему «Кого или что я боюсь»

6.Чтение сказки М.Пляцковского «Кролик, который ничего не боялся»

3фаза. игры

 7.«Смешалости»

 4фаза

 8.«Каждый спит»

 Занятие№7

Цель: Цель: Изображение эмоций (страх и смелость),» графическое отреагирование страха», распознавание эмоций, снятие эмоционального напряжения .

1.фаза этюды

1.«Что в углу»

2.«Битва»

3.«Змей-Горыныч»

2фаза

 4.Рисование на тему «Змей- Горыныч»

5.Музыкотерапия.

а )прослушивание музыкальной композиции.

б )распознавание эмоций

3фаза игры

6.«Фея сна»

4.фаза

8. Пескотерапия

9 прощание « Я- и ты»

Занятие№8

Цель: Изображение эмоций (страдание,чувство стыда) закрепление и расширение нравственных чувств (справедливость), развитие мышления.

1.фаза этюды

1.«Варежка»

2.«За обедом»

3.«Так будет справедливо»

2фаза

4.Беседа «Что такое справедливость?»

5.« Минутка шалости»

3фаза игры

6.«Сходство и различие»

7.«Пылесос и пылинки»

4фаза прощание

Занятие№9

Цель:Выразительное изображение эмоций (печаль,радость) закреплениеи расширение нравственных чувств(вежливость) развитие внимания, снятие напряжения)

1.фаза

1.«Момент отчаяния»

2.«Потерялся»

2фаза

 4.«Розовое словцо привет»

5.Чтение сказки М.Пляцковского «Жажуля»

6.Беседа о вежливости

3фаза

7.«Смотри и слушай внимательно»

4фаза

8.Пескотерапия «Сюрприз»

Занятие№10

Цель:Изображениеэмоций(гнев,злость,спокойствие,радость)закреплениеи расширение нравственных чувств(вежливость) развитие мышления.

1.фаза этюды

1.«Два сердитых медвежонка»(мальчика)

2.«Встреча с другом»

3.«Поссорились, помирились»

2фаза

4.Чтение сказки М.Пляцковского «Урок дружбы»

 5.Беседа- игра «Дружба»

6.Минута шалости»

3фаза

7.«На что похоже»

4фаза

8.Веселый танец.

 Занятие№11

Цель: модели выражения социально окрашенных чувств(вины, презрения) эмоции радости, коррекция черт характера(эгоизм, хвастовство).развитие внимания.

1фаза этюды

1.«Чуня-задавака»

2.Чуня просит прощения.

2фаза

3.«Мышка –хвастунья»

4.Этюд «Я хочу»

3фаза

Чтение сказкиМ.Пляцковского»Сказка о знаменитом крокодиле и не мение знаменитом лягушонке»

5.Беседа «Кого называют хвастунами»

6.«Запомни позу»

4фаза

7.«Факиры»

8 прощание Веселый танец

Занятие №12

Цель: тренинг моделированных стандартных ситуаций, распознование и называние эмоций ,развитие внимания, снятие напряжение

1.фаза

1.«Мама заболела»

2.Неоконченный этюд «мне грустно»

2фаза

3.Музыкотерапия

а )прослушивание музыкальной композиции

б )распознавание эмоций

в )словесное описание

3фаза

4.«Игра без предметов»

5.« На берегу моря»

4фаза

6.Пескотерапия

7.прощание

 Занятие№13

Цель: тренинг моделированных стандартных ситуаций, распознование и называние эмоций ,развитие речи, снятие напряжение

1фаза

1.«Неоконченный этюд 1»

2.«Неоконченный этюд 2»

2фаза

3.Музыкотерапия

а )прослушивание музыкальной композиции

б )распознавание эмоций

 в )словесное описание

3фаза игры

4.«Кто что делает?»

5.«Медвежата в берлоге»

4 фаза

6.Этюд «Я люблю»

7.прощание

 Занятие№14

Цель: тренинг моделированных стандартных ситуаций, коррекция ревности, зависти, снятие психоэмоционального напряжения.

1фаза

1.Неоконченный этюд 1»

2.«Неоконченный этюд 2»

3.«Два ревнивца»

2фаза

4.Чтение сказки М.Пляцковского»Фонтан,который умел плавать»

5.Беседа «Кто хвастает и завидует»

6.Вопросы и ответы по кругу

3фаза. игры

 7.«Смешалости»

 4фаза

 8.Вариант отдыха

 9.прощание Я и ты

Литература

Г.М. Бреслав Эмоциональные особенности формирование личности в детстве Москва Педагогика 1900г

Н.В. Калинина Эмоциональное самочувствие ребенка в школе диагностика и коррекция Ульяновск 1997г

Е.В. Рылеева Вместе веселее Москва 2000г

С.А Шмаков Игра её величество игра Москва 2000г