***Абубякирова И.А.***

*ГБУ ГППЦ Догм, педагог-психолог*

***РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ «ГРУППЫ РИСКА»***

Здравствуйте! Разрешите представить вашему вниманию опыт своей работы с детьми «группы риска» из социально незащищенных семей, с девиантным поведением.

Нарушения и несформированность эмоционально-волевой сферы - одна из самых актуальных проблем, негативно влияющих на освоение детьми дошкольного и школьного возраста общеобразовательных программ. В обучении детей «группы риска» эта проблема приобретает приоритетное значение, так как несформированность эмоциональной сферы, влекущая за собой проблемы саморегуляции, препятствует успешному освоению знаний и получению школьных навыков.

**Цель данных упражнений** – гармонизация и развитие эмоциональной сферы детей, имеющих те или иные нарушения здоровья, поведения, социальной адаптации.

**Задачи**:

1.снять психологические зажимы, «раскрепостить зажатые эмоции» или «укротить расторможенные»;

2. познакомить детей с эмоциями: как показывает практика, дети не осознают ни свои, ни чужие эмоции; если их спросить, какие эмоции они знают, то чаще отвечают: радость, грусть, страх; а сколько их ещё на самом деле существует! – дети либо не осознают их, либо не испытывали;

3. научить распознавать свои и чужие эмоции;

 4. научить выражать и правильно управлять своими эмоциями.

**Ожидаемый результат:** развитие и коррекция эмоциональной сферы школьника - формирование саморегуляции как одной из основных составляющих школьной успешности.

**Формы и методы работы**: групповые и индивидуальные занятия в тренинговой форме; выполнение упражнений и этюдов, дискуссия, беседа, рефлексия.

**Примерный порядок и ход работы:**

1. ***Анализ изображений на различных картинках и сопоставление с ними своих эмоций.***

 ***2. Анализ интонаций при выражении эмоций*.**

Когда мы общаемся друг с другом, мы испытываем те или иные эмоции. При этом очень важно обращать внимание на интонацию в процессе коммуникации.

 **2. 1.**Упражнение «Вырази эмоцию одним словом».

Детям раздаются карточки с названиями различных эмоций; каждый участник группы поочереди приветствует всех других участников словом «Здравствуйте» с интонацией соответствующей эмоции, написанной на его карточке. Другие участники отгадывают, какую эмоцию он пытался изобразить.

По окончании «круга», карточки перемешиваются и раздаются снова, с тем, чтобы попыток изобразить различные эмоции было больше.

Раздаточный материал: карточки с названиями эмоций (радость, удивление, сожаление, разочарование, подозрительность, грусть, веселье, холодное равнодушие, страх, спокойствие, заинтересованность, уверенность, усталость, волнение).

 **2.2.** Упражнение то же, только с чтением фразы из известного стихотворения М.Ю.Лермонтова: «Скажи-ка, дядя, ведь недаром Москва, спалённая пожаром, французу отдана?».

По окончании каждого упражнения **-** рефлексия: насколько легко удавалось угадывать эмоцию по интонации? Что помогало, кроме слов, угадать эмоцию? (жесты, мимика).

В следующем упражнении мы попробуем с помощью жестов общаться так, чтобы нас правильно поняли.

***3. Анализ невербальных способов выражения эмоций.***

 **3.1.** Упражнение «Испорченный телевизор».

Цель: совершенствование навыков восприятия эмоций, выраженных невербальным способом.

Все участники, кроме двоих, «спят». Ведущий молча показывает первому участнику какую-либо эмоцию при помощи мимики, жестов или пантомимики. Первый участник, «разбудив» другого, передает увиденную эмоцию, как он её понял, тоже без слов. Далее второй участник «будит» третьего и передает ему свою версию увиденного. И так до последнего участника упражнения.

Рефлексия (5 минут): ведущий опрашивает всех участников, начиная с последнего, о том, какую эмоцию, по их мнению, им показывали. Так можно найти звено, где произошло искажение смысла, или убедиться, что «телевизор» был полностью исправен.

***4.******Психогимнастические упражнения (этюды)***

Цель – формирование эмоциональной сферы: развитие у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать. Данные этюды и упражнения позволяют выразить свои эмоции через движение, развивают воображение, позволяют экспериментировать с образом собственного «Я».

1. **«Подарок на день рождения»** (этюд на выражение радости).

Ребёнку на день рождения подарили подарок, о котором он долго мечтал. Он открывает долгожданную коробку и прыгает от восторга, радуется, улыбается. (есть вариант, когда дети сами выражают эмоции без подсказки)

2. **«Баба-Яга» (этюд на выражение гнева).**

Баба-Яга поймала Аленушку (Иванушку), велела ей (ему) затопить печку, чтобы потом съесть ее (его), а сама уснула. Проснулась, а Аленушки (Иванушки) и нет — сбежал (а). Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегает по избе, ногами топает, кулаками размахивает.

3. **«Петя, Петя-петушок» (этюд на выражение любопытства).**

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живёт петушок, и поёт известную песенку, а петушок высовывает голову из окошка, смотрит по сторонам.

4. **«Соленый чай» (этюд на выражение отвращения).**

Мальчик во время еды смотрел телевизор. Он налил в чашку чай и, не глядя, по ошибке вместо сахара насыпал в чашку две ложки соли, размешал ее и сделал первый глоток. До чего же противный вкус!

5. **«Новая девочка» (этюд на выражение презрения).**

В группу пришла новая девочка. Она была в нарядном платье, в руках держала красивую куклу, а на голове у нее был завязан большой бант. Она считала себя самой красивой, а остальных детей — недостойными ее внимания. Она смотрела на всех свысока, презрительно поджав губы...

6. **«Золушка» (этюд на выражение печали).**

Золушка возвращается с бала очень печальной: она больше не увидит принца, к тому же она потеряла свою туфельку…

7. **«Фокус» (этюд на выражение удивления).**

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а, когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

8**. «Один дома» (этюд на выражение страха).**

Мама крошки енота ушла добывать еду, и он остался один в норе. Вокруг темно, слышны разные шорохи. Крошке еноту страшно – а вдруг на него кто-нибудь нападет, а мама не успеет прийти на помощь?

6. **Упражнение «Походка».**

Ведущий предлагает выразить в походке различные состояния и настроения: очень уставшего человека; счастливого человека, получившего чудесное сообщение; перепуганного человека; человека с нечистой совестью; гения, получившего Нобелевскую премию; предельно собранного человека; канатоходца и др.

7. **Упражнение «Анаграммы»** (его очень любят дети) – выполняется в заключение занятия с целью закрепления полученных знаний.

невг (гнев), схарт (страх), стодарь (радость), стугрь (грусть), неволние (волнение)

Заключительное занятие, которое я хочу вам предложить, называется **«Автопортрет».**

Оно как нельзя лучше соответствует теме формирования эмоциональной сферы ребенка. В данном занятии проявляется сформированность пространственного восприятия, образа схемы человеческого лица, образа «Я» и эмоционального состояния; психолог многое может увидеть в автопортрете, и в том числе готовность или неготовность ребенка к учебной деятельности.

1. Педагог предлагает рассмотреть детям репродукции автопортретов великих художников. Объясняет, чем автопортрет отличается от обычного портрета. Напоминает, что автопортреты должны быть узнаваемы – люди на них такие, какие они есть на самом деле.

2. **Задачи:**

- развитие пространственного воображения, концентрация внимания

- развитие мелкой моторики и крупной (усидчивости)

- формирование и развитие представлений о цвете, форме, рельефе, плоскости, объёме, фактуре

- формирование саморегуляции

3. **Ход работы (предлагаем выполнить свой автопортрет):**

 **3. 1**. Слепить шарик телесного цвета (можно взять розовый пластилин, прибавить белый и жёлтый).

 **3.2.** На небольшом картоне (6х9 см) в центре поместить шарик и нажать на него, формируя овал. Из пластилинового овала пальцем «нарисовать» шею. Можно передать узнаваемый овал лица (круглое, худое, заострённое и пр.); цвет волос и форму причёски. Не забыть плечи, видимую часть туловища.

 **3.3.** Попробуем отразить особенности внешнего вида, характера, настроения!

 Психологи знают, что по автопортрету достоверно сказать о настроении человека сложно; например, грустный человек часто рисует улыбающееся лицо и т. п. На нашем занятии детям предлагается обязательно показать в автопортрете свою одежду. Также пластилином заполняется и весь фон. Таким образом, выбранная учеником цветовая палитра, сочетание цветов, выражение лица могут больше сказать психологу о настроении ребенка и его эмоциональном состоянии.

Спасибо за внимание! Надеюсь, что данный опыт показался вам интересным и значимым.

Использованная литература:

1. Грецов А. Психологически игры для старшеклассников и студентов /

А. Грецов, Т. Бедарева – СПб. : Питер, 2008.

2. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Екатеринбург, У-Фактория, 2004.

3. Раттер М. "Помощь трудным детям". М., 1987.

4. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. М., Генезис, 2006.

5. Чистякова М.И. Психогимнастика. М., «Просвещение», 1990.