

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА БЕЛГОРОДА  
Муниципальное бюджетное учреждение  
«Научно-методический информационный центр»

**Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного  
возраста посредством использования песочной терапии**

*Болховитина Наталья Сергеевна,*  
педагог-психолог  
МБДОУ д/с № 56 «Солнышко»  
г. Белгорода

Белгород  
2020г.

**Содержание:**

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| Раздел 1. Информация об опыте.....       | 3  |
| Раздел 2. Технология описания опыта..... | 10 |
| Раздел 3. Результативность опыта.....    | 13 |
| Библиографический список.....            | 17 |
| Приложение к опыту.....                  | 18 |

## **РАЗДЕЛ I. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОПЫТЕ.**

### **Условия возникновения и становления опыта.**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида № 56 «Солнышко» г. Белгорода расположено по адресу: 308024, г. Белгород, ул. Костюкова, д.11б. Дошкольная образовательная организация расположена в микрорайоне «ЮМР» (южный микрорайон), и в соответствии с поставленными задачами

Одним из важных ориентиров современного дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Поскольку эмоциональное развитие ребенка, являясь основой его психического благополучия и здоровья, напрямую влияет на результат умственной работоспособности, социализации и успешности дальнейшего обучения в школе. В связи с вышесказанным, особенно актуальным в образовании дошкольников становится обращение к эмоционально-интеллектуальной сфере психики, которая обозначается понятием «эмоциональный интеллект».

В системе современного дошкольного образования наблюдаются негативные тенденции: направленность на интеллектуальное развитие ребёнка, что ведёт к отсутствию развития эмоциональной и коммуникативной сфер. Это, в свою очередь, приводит к формированию неадекватных взаимоотношений ребёнка со сверстниками. Исходя из этого, необходимо обратить внимание на особенности осуществления старшими дошкольниками совместной деятельности.

Кроме этого, существуют определённые сложности в работе педагога-психолога с дошкольниками. Так, понятие «эмоционального интеллекта» недостаточно исследовано. Вследствие этого, невозможно точно определить проявление данного критерия у детей.

Таким образом, были созданы новые методические разработки по оценке уровня «эмоционального интеллекта» у детей.

Началом работы по теме опыта стало выявление уровня эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста. Проектные методики позволили выявить умение распознавать эмоции, эмоциональную направленность ребенка на мир вещей или на мир людей, эмоциональную ориентацию ребенка на себя или на других людей и степень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нем.

Так, умение распознавать эмоции у всех детей находится на среднем уровне. Большинство детей старшего дошкольного возраста (70%) имеют низкий уровень направленности на мир людей и мир эмоций, а средний уровень направленности на мир людей и мир эмоций выявлен у 30 %. старших дошкольников. Для 80% детей старшего дошкольного возраста

характерна ориентация на себя, а у 20% детей от общего количества – ориентация на других людей. По показателю «готовности» ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нем, получены следующие результаты: дети со средним уровнем эмоционального интеллекта - 60%; дети с низким уровнем эмоционального интеллекта - 26% старших дошкольников; старшие дошкольники с высоким уровнем эмоционального интеллекта - 14% детей.

Таким образом, в ходе анализа полученных результатов диагностики относительно уровня развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения была выявлена необходимость работы, направленной на развитие эмоционального интеллекта.

Указанные факты, а именно, что лишь у пятой части детей наблюдается высокий уровень интеллекта, подчеркивают необходимость решения проблемы социализации дошкольника, посредством развития позитивной эмоциональной гибкости у дошкольников, позволяющей ребенку чувствовать себя более уверенно в постоянно меняющихся условиях социальной среды.

Таким образом, чтобы достичь положительных результатов в развитии эмоционального интеллекта у детей определена необходимость использовать песочную технологию.

Песок широко распространен в обучении и развитии детской личности в целом. Эффективно этому способствуют разнообразные многочисленные программы целого ряда занятий, направленных исключительно на развитие личности детей дошкольного возраста.

Формирование опыта происходило в процессе развивающей работы с детьми экспериментальной группы.

### **Актуальность опыта.**

Современное образование ставит перед собой одну из основных задач – воспитать умного и здорового человека, обладающего собственным мировоззрением и умеющего самостоятельно решать возникающие трудности, а также находить баланс между разумом и чувствами в процессе своей жизнедеятельности. ФГОС дошкольного образования утверждает, что образование развивает ребёнка не только с интеллектуальной точки зрения, но и с коммуникативной (социальной), без которой он не сможет находиться в обществе и функционировать в нём, взаимодействовать со сверстниками и сопереживать им.

В дошкольном и младшем дошкольном возрасте начинает формироваться эмоциональный интеллект ребёнка. В этот период дети начинают различать эмоции, определённым образом выражать их и анализировать чужие. Если не уделить должного внимания эмоциональному

развитию ребёнка, он будет испытывать трудности в выражении собственных эмоций, что повысит риски заболеть психическим заболеванием. Таким образом, умение выражать и анализировать не только свои, но и чужие эмоции является личностным фактором, укрепляющим психологическое и соматическое здоровье ребенка.

Учитывая то, что эмоции человека связаны, прежде всего, с органами чувств, можно предположить, что песочная терапия - одна из эффективных методов их развития.

Игры на песке - одна из форм естественной деятельности ребенка.

В процессе песочной игры создаются благоприятные условия для проявления и развития у детей эмоциональных резервов, что выражается в физических формах, создаваемых руками.

Песочная терапия необходима для формирования благоприятного эмоционального состояния у детей. Иными словами, она способствует:

1. Развитию эмоционального интеллекта;
2. Снижению эмоционального напряжения;
3. Избавлению от тревожности;
4. Формированию способности контролировать своё поведение;
5. Формированию адекватной самооценки;
6. Формированию умения взаимодействовать с другими людьми;
7. Развитию тактильно-кинестетической чувствительности.

Таким образом, данный метод достаточно актуален в современной психологии. Основным инструментом песочной терапии является песочница. Песочница заполняется наполовину песком. Для песочной терапии необходимо использовать кварцевый песок. Для мелкого песка необходимо использовать пулилизатор с водой в процессе орошения. Кроме этого, можно использовать речной или морской песок с более крупными частицами.

Примечательно, что песок имеет несколько оттенков. В процессе работы с детьми необходимо использовать песок различных цветов, а также комбинировать сухой песок с мокрым.

Играя в песке, ребёнок может изображать ситуации, которые его волнуют в данный момент. Игрушечные фигурки позволяют ему создать образы людей, с которыми ему приходится взаимодействовать. Так, песок позволяет ребёнку изобразить тот мир, в котором ему хотелось бы жить.

Анализ литературы и практики использования песочной терапии с детьми дошкольного возраста в условиях ДОУ позволил нам выявить **ряд противоречий**:

- развивающие возможности использования песочной технологии в развитии эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста;
- технологическая проработка этого процесса в развитии эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

**Ведущая педагогическая идея опыта** заключается в определении путей развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста посредством песочной технологии.

Таким образом, при помощи песочной технологии у детей старшего дошкольного возраста происходит совершенствование психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие способности ребенка распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями окружающих.

Выше сказанное является прямым обоснованием актуальности проблемы и выбора темы педагогического опыта.

Таким образом, исходя из противоречий, нами определена ведущая педагогическая идея опыта.

### **Длительность работы над опытом.**

Работа по разрешению противоречия охватывает 3 года и заключается в реализации трех этапов:

I этап – констатирующий – октябрь 2016 – апрель 2017 года. На начальном этапе после обнаружения проблемы, изучения и анализа научной и методической литературы по теме исследования подобран диагностический материал и проведена диагностическая работа по выявлению уровня эмоционального интеллекта детей 5-7 лет.

II этап – формирующий – октябрь 2017 – март 2018 года. На основном этапе разработана и апробирована система работы по развитию эмоционального интеллекта посредством песочной технологии.

III этап – контрольный – октябрь 2018 - апрель 2019 года. Повторная диагностика и сравнительный анализ на заключительном этапе доказал эффективность выбранной технологии для значительного повышения уровня развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

### **Диапазон опыта.**

В опыте представлена система занятий с использованием различных форм и методов песочной технологии в комплексе с познавательными и игровыми видами детской деятельности при развитии эмоционального интеллекта.

Материал может быть использован педагогами-психологами, воспитателями в работе с детьми дошкольного возраста.

### **Теоретическая база опыта.**

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования в качестве одного из приоритетов развития дошкольника выделяет эмоциональные составляющие. Тот эмоциональный опыт, который приобретает ребёнок в дошкольном возрасте, отражается на его дальнейшей жизни. Уже на этом этапе формируется личность ребёнка, на которую влияет степень развития эмоционального интеллекта. Стоит отметить, что эмоциональный интеллект позволяет человеку благотворно взаимодействовать с окружающим миром, расширять свой кругозор и познавать огромное количество общественных явлений. Так, когда ребёнок уже в младшем возрасте эмоционально развит, он сумеет достичь успехов в дальнейшей жизни. Если раньше при определении готовности детей к школе и выделении психологических факторов успешности в обучении отчетливо преобладал набор способностей и навыков, непосредственно задействованных в обучении, - прежде всего уровень когнитивного развития, концентрация, память, логическое мышление, координация глаз - рук и т.п., то в настоящее время исследователи придают гораздо большее значение другим факторам. Отмечается важная роль социального и эмоционального компонента в обучении, а развитие социальной и эмоциональной компетентности становятся важнейшими целями обучения. В ряде исследований была выявлена центральная роль эмоциональной стабильности в успешности обучения, а развитие эмоциональной сферы ребенка - центральным элементом понятия «психологическая готовность к школе». В этой связи все чаще употребляется понятие «эмоциональный интеллект», развитие которого должно являться важнейшей целью воспитания и обучения.

Х. Вайсбах, У. Дакс, Дж. Майер, П. Стайер, Дж. Мейеру, П. Сэловей, Д. Гоулман, Р. Бар-Он и Г. Орме изучали эмоциональный интеллект на протяжении немалого количества времени. В результате их исследований, эмоциональный интеллект получил следующее определение: способность испытывать эмоции, понимать и анализировать их, что необходимо для эффективного мышления и управления своим психологическим состоянием в целом, включая интеллектуальное развитие в том числе [5].

Ещё Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, И.Н. Андреева, Д.В. Люсин и А.И. Савенков трудились над определением понятия эмоционального интеллекта. Так, А.И. Савенков и И.Н. Андреева относили эмоциональный интеллект к одной из составляющих социального интеллекта, позволяющих корректно и осознанно выражать свои эмоции, сопереживать и сочувствовать, а также регулировать свой эмоциональный подъём.

Л.С. Выготский и его последователи рассматривали особенности эмоционального интеллекта у старших дошкольников. Так, учёные отмечали, что интеллект и эмоции в совокупности образуют некую «логику чувств» [2].

Е.Е. Кравцова относил эмоциональный интеллект к

«интеллектуализации аффекта», подразумевающей проявление интеллекта в момент переживания и совершения определённых поступков [3]. Как известно, дети не закладывают интеллектуальный смысл в свои действия – как правило, они поступают в соответствии со своими неосознанными желаниями.

Л.Ю. Борохович говорит о том, что старшие дошкольники могут сопереживать своим сверстникам, а также вкладывать в свои поступки большее количество осознанных эмоций. Стоит отметить, что в этот период ребёнок не только сопереживает другому, но и пытается понять причины переживания. Уже в старшем дошкольном возрасте ребёнок стремится помочь страдающему субъекту и, в случае необходимости, даже уступить ему [1]. Таким образом, дети старшего дошкольного возраста становятся для нас личностями, которые уже могут думать не только о себе, но и о других людях.

М.А. Нгуен утверждает, что степень развитости эмоционального интеллекта проявляется в способности ребёнка обратить внимание на внутренний мир другого человека, понять его и помочь [4].

И.Н. Сергеева проводит исследование, в результате которого приходит к следующим выводам: у большего количества детей старшего дошкольного возраста в достаточной степени сформирован эмоциональный интеллект. Стоит отметить, что низкий уровень эмоционального интеллекта проявляется в ориентации ребёнка на себя самого, а не на других людей, что затрудняет его взаимодействие с ними [5].

Структура эмоционального интеллекта дошкольников подразделяется на следующие элементы:

- Умение распознавать, идентифицировать и понимать эмоции – И.Н. Андреева вводит термины «осмысления эмоций» и «различения эмоций»;
- Умение выражать эмоции;
- Способность к эмпатии, сочувствию и сопереживанию – Д. Гоулман определяет это как «социальную чуткость», а А.И. Савенков – как «способность войти в положение другого человека и примерить его эмоции на себя самого»;
- Регуляция эмоций, эмоциональный самоконтроль – Д. Гоулман, И.Н. Андреева и А.И. Савенков определяют это как «осознанную регуляцию эмоций».

Таким образом, уже в старшем дошкольном возрасте ребёнок умеет понимать и осмысливать эмоции, обладать определёнными эмоциональными состояниями в соответствии с обстоятельствами, окружающими его, анализировать эмоции других людей, разбираться в причинах переживаний сверстников и контролировать себя. Идентифицируя эмоции, дети не только ориентируются на способы их проявления, но и применяют механизм децентрации – внимания, направленного на другого человека в процессе прогнозирования последствий испытываемых им чувств. Так, ребёнок учится

помогать другим людям не только словом, но и делом.

Стоит отметить, что дошкольник ещё не в полной мере управляет своими эмоциями. В больших случаях, они непостоянны и быстро сменяются на другие. Однако, понимая других людей и разбираясь в их чувствах, ребёнок развивает свой эмоциональный интеллект, который со временем становится стабильнее. Необходимо помнить о том, что склонность к эмпатии считается необходимой составляющей эмоционального интеллекта человека [4].

К сожалению, современные педагоги не уделяют должного внимания эмоциональному воспитанию детей. Как правило, они, наоборот, подавляют эмоции в детях, либо провоцируют преобладающее большинство негативных. Они, в свою очередь, вызывают различные психические расстройства у детей.

Все это указывает, что важно работать над созданием устойчивого эмоционального состояния у ребёнка, подверженного влиянию множества технологий и СМИ. Если ребёнок обладает проблемными взаимоотношениями с родителями, это ещё больше затрудняет его эмоциональное развитие. Исходя из этого, воспитатели и педагоги должны иметь индивидуальный подход к каждому ребёнку, только начинающему своё эмоциональное становление. Важно выявить особенности эмоционального интеллекта у ребёнка и помочь ему раскрыть свою личность.

### **Новизна данного опыта**

Новизна опыта заключается в усовершенствовании системы психолого-педагогической работы по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста посредством использования песочной технологии.

## **РАЗДЕЛ II. ТЕХНОЛОГИЯ ОПИСАНИЯ ОПЫТА.**

**Целью опыта работы** является развитие эмоционального интеллекта детей старшего возраста по средствам песочной технологии в условиях ДОУ.

Достижение цели предполагает решение следующих **задач**.

### **Методические:**

- Изучить научную и методическую литературу по проблеме диагностики и развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в процессе овладения песочной технологией.
- Разработать на основе изученных материалов систему занятий для детей 5 -7 лет.
- Разработать комплекс развивающих игр, игровых упражнений и заданий для детей 5-7 лет для развития эмоционального интеллекта.

### **Диагностические:**

- Подобрать диагностический инструментарий для определения уровня эмоционального интеллекта детей 5-7 лет;
- Внедрить песочную технологию в старшую группу детского сада на занятия с детьми дошкольного возраста в образовательную область «Эмоциональное развитие».

### **Развивающие:**

- Развивать эмоциональный интеллект у детей старшего дошкольного возраста;
- Развивать чувствительные навыки детей 5-7 лет в песочнице посредством игр;
- Стимулировать способность ребенка распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач;
- Формировать способность ребенка контролировать свое поведение и конструктивные стратегии поведения;
- Формирование адекватной самооценки детей;
- Гармонизировать эмоциональное состояние (снижение агрессивности, тревожности).

Содержание психолого-педагогической работы на развитие эмоционального интеллекта детей посредством переноса традиционных развивающих занятий по подготовке к школе в песочницу, которая включает:

- Создание благоприятных условий и средств для развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника;
- Проведение педагогом - психологом развивающих игр, игровых упражнений и заданий на развитие эмоционального интеллекта детей

старшего дошкольного возраста, систематизации и расширения в течение года полученных детьми умений.

Разработанная система занятий (*Приложение № 2*) позволяет педагогу психологу строить работу системно и последовательно.

- Анализ результатов проведенной работы.

Развивающая деятельность организуется с детьми 5-7 лет по результатам диагностического исследования (методики авторов М.М. Семаго и Н.Я. Семаго, Н.М. Ань, Т.Д. Савенковой). Основу развивающей деятельности составляет система развивающих занятий.

**Форма организации:** занятия посредством использования песочной технологии предназначена для индивидуальной или групповой работы с детьми 5-7 лет, имеющими различный уровень познавательного развития. Цикл занятий открытый (без определения количества встреч, но не менее 2 раз в неделю, и даты окончания) продолжительностью 25-30 минут. Наполняемость группы-4 человека.

К условиям необходимым для организации развивающих занятий с песком:

- водонепроницаемый деревянный ящик (песочница);
- чистый просеянный песок;
- коллекция миниатюрных фигурок для обыгрывания заданий в песочнице;
- дидактические и развивающие игры; бросовый материал;

**Средства развития.** Стоит отметить, что практика и реальные обстоятельства помогут ребёнку раскрыть свои способности и благотворно использовать их. Только лишь знание о том, как нужно поступить в конкретной ситуации, не делает ребёнка способным разобраться в этом вопросе. Теоретические знания быстро забываются, на практике же ребёнок закрепит усвоенный материал и будет иметь возможность испытать некоторые эмоции от решения обсуждаемого вопроса.

Использование работы в песочнице как практики, подтверждающей рассмотренные в теории вопросы, позволит детям на простых примерах закрепить полученные знания. Кроме этого, песок помогает ребёнку развить моторику рук, испытать определённые чувства, на основании которых и формируется эмоциональный интеллект.

### Примерная структура занятия.

|                        |                                                                                                                                        |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I. Водная часть</b> | 1. Ритуал вхождения в песочный мир<br>(сенсорная стимуляция: зрительная, слуховая, обонятельная, тактильная).<br>2. Ритуал приветствия |
| <b>II. Основное</b>    | 1. Установка на деятельность                                                                                                           |

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>содержание занятия</b>                                       | 2. Непосредственно деятельность (игра в соответствии с задачами занятия)<br>3. Релаксационное упражнение и / или свободная игра.<br>Техника направлена одновременно на развитие эмоционального интеллекта, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике. |
| <b>III. Заключительная часть.</b><br>Рефлексия – оценка занятия | Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**Принцип построения развивающей работы:** от простого к сложному. Переход к более сложным заданиям позволяет отследить динамику развития эмоционального интеллекта у ребёнка.

**Предполагаемый результат:** песочная терапия должна значительно повысить уровень эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста.

**Содержание развивающей работы** с детьми, реализуемой с помощью метода песочницы.

Перед началом занятий с песком детей необходимо ознакомить с правилами поведения (*Приложение №2*).

Примечательно, что песочные наборы и пальчиковая гимнастика позволят детям узнать о свойствах и особенностях сухого и мокрого песка.

После этого можно проводить с детьми развивающие игры, содержащие упражнения из дидактического материала.

#### **Противопоказания**

Детям с аллергическими и психическими заболеваниями, а также болезнями кожи и лёгких песочная терапия противопоказана.

Таким образом, создание психолого-педагогических условий и оборудования для занятий с использованием песочной технологии будет способствовать развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

### Раздел III. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА.

Проанализировав значительную часть разработок в области изучения эмоционального интеллекта, можно сказать, что во всех моделях присутствуют три параметра:

- понимание эмоций других людей;
- выражение и регулирование собственных эмоций;
- управление своим мышлением и поведением.

В связи с этим, для оценки результативности реализации опыта, направленного на развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста посредством песочной технологии, использовался комплекс методик диагностики развития эмоционального интеллекта.

Песочная терапия способствует развитию эмоционального интеллекта; снижению эмоционального напряжения; избавлению от тревожности; формированию способности контролировать своё поведение и умения взаимодействовать с другими людьми; развитию тактильно-кинестетической чувствительности.

1) для 1 параметра **«Понимание эмоций других людей»** использовались следующие методики:

- **Идентификация базовых эмоций.** Для оценки параметра нами использовались карточки с изображением детей (мальчиков и девочек) из методики «Эмоциональные лица» М.М. Семаго и Н.Я. Семаго.

- **Способность к сопереживанию.** Методика «Что – почему – как», в адаптации Н.М. Ань.

2) для второго и третьего параметров **«Выражение собственных эмоций и управление своими эмоциями и поведением»** были использованы карты наблюдений Т.Д. Савенковой.

Исследуется эмоциональная выразительность, эмоциональная чувствительность, эмоциональный контроль, доминирующее настроение; умение ребенка регулировать собственные эмоции, чувства и способность ребенка эффективно действовать в условиях стресса (*Приложение 1*).

Таким образом, следующие содержательные характеристики послужили критериями оценки эмоционального интеллекта, а именно:

- понимание эмоций других людей;
- выражение и регулирование собственных эмоций;
- управление своим мышлением и поведением;
- общий уровень развития эмоционального интеллекта.

Критериями результативности опыта является значительное повышение уровня развития эмоционального интеллекта детей.

Данные сравнительного мониторинга динамики показателей развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста до развивающих занятий и после представлены на диаграммах.

Таблица 1

Диагностика (по данным на 2016 - 2017 уч.г.)

| Критерии                                         | Высокий | Средний | Низкий |
|--------------------------------------------------|---------|---------|--------|
| понимание эмоций других людей                    | 27%     | 41%     | 32%    |
| выражение и регулирование собственных эмоций     | 17%     | 48%     | 35%    |
| управление своим мышлением и поведением          | 24%     | 44%     | 32%    |
| общий уровень развития эмоционального интеллекта | 22,7%   | 44,3%   | 33%    |

Таблица 2

Диагностика (по данным на 2017 - 2018 уч.г.)

| Критерии                                         | Высокий | Средний | Низкий |
|--------------------------------------------------|---------|---------|--------|
| понимание эмоций других людей                    | 35%     | 49%     | 16%    |
| выражение и регулирование собственных эмоций     | 22%     | 53%     | 25%    |
| управление своим мышлением и поведением          | 30%     | 49%     | 21%    |
| общий уровень развития эмоционального интеллекта | 29%     | 50,3%   | 20,7%  |

Таблица 3

Диагностика (по данным на 2018 - 2019 уч.г.)

| Критерии                                         | Высокий | Средний | Низкий |
|--------------------------------------------------|---------|---------|--------|
| понимание эмоций других людей                    | 42%     | 53%     | 5%     |
| выражение и регулирование собственных эмоций     | 32%     | 60%     | 8%     |
| управление своим мышлением и поведением          | 40%     | 55%     | 5%     |
| общий уровень развития эмоционального интеллекта | 38%     | 56%     | 6%     |

Таким образом, мы выявили, что у детей, прошедших весь цикл занятий, отмечается положительная динамика: снижение интенсивности проявления тревожности, нежелательных форм поведения, позитивная

оценка себя, непринуждённое их поведение при общении со взрослыми и сверстниками.

Проводимая нами психологическая работа с детьми старшего дошкольного возраста по развитию эмоционального интеллекта получила положительную оценку со стороны родителей и воспитателей. В результате прохождения курса занятий, дети стали увереннее в себе, активнее участвуют в играх и отвечают на вопросы педагога. У детей повысилась степень устойчивости и самостоятельности эмпатийных проявлений. Дети стали демонстрировать способность изменять свое поведение, организовывать деятельность с учетом желаний и потребностей другого ребенка.

В ходе нашего исследования на начальном этапе дети старшего дошкольного возраста испытывали трудности в процессе идентификации эмоций. Так, они не замечали деталей, в результате чего некорректно распознавали эмоции других людей. Дополнительные вопросы и пояснения помогли им проанализировать чужие эмоции и дать им определения.

Таким образом, изучая эмоциональную сферу у детей старшего дошкольного возраста, а также используя механизм песочницы, мы пришли к следующим выводам в результате нашей работы:

- задавая детям дополнительные вопросы, мы заметили, что выражение их эмоций и проявление интеллектуальных способностей видоизменились в лучшую сторону;
- с течением времени дети стали лучше управлять своими эмоциями и контролировать свои эмоциональные состояния, наиболее эффективно взаимодействовать с другими людьми и выстраивать с ними доброжелательные отношения;
- речевая и коммуникативная активности повысились – дети стали проявлять свою инициативу и самостоятельно начинать разговор без стеснения.

Характерные признаки, прослеживающиеся по результатам работы, в отношении развития эмоционального интеллекта ребенка определяются:

- адекватным ориентированием дошкольника в доступном социальном окружении;
- приданием ребенку возможности расширения круга общения;
- способствованием оптимальному выбору форм и методов сотрудничества;
- развитием гибкости коммуникативных умений, умением понимать партнера общения, толерантности.

Проведенные исследования позволили достигнуть поставленной цели путем решения всех поставленных задач. При этом аргументировано, доказано:

- песочная терапия является благоприятным условием для развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста;

•спланированная и четко выстроенная педагогом-психологом работа определяющаяся организацией песочной терапии в дошкольных учреждениях несет в себе решение многих проблем, связанных с развитием социального интеллекта.

В процессе работы и на основе наших наблюдений нами были обозначены моменты, которые необходимо учитывать, применяя выбранную технологию. Так, важно индивидуально подойти к развитию каждого ребёнка, нуждающегося в своей специализированной форме усвоения информации. Также необходимо обратить внимание на то, что совместное обсуждение трудностей позволит выстроить доверительные отношения с ребёнком, понять, в каком виде ему «удобно» обучаться и реализовать занятия, с учетом вышеперечисленного, не забывая о развитии эмоционального интеллекта, необходимого для успешной социализации ребёнка в будущем.

Подводя итог, отметим, что развитие эмоционального интеллекта у детей посредством песочной терапии, определяет становление и гармонизацию личности ребенка, обеспечивает продуктивное общение, познание социальных явлений, повышает стрессоустойчивость, развивает эмоциональную гибкость и эмпатию, что является условием успешной социализации ребенка-дошкольника.

Теоретико-практическая значимость выполненного опыта представляется разносторонними аспектам рассматриваемой проблематики. Практические аспекты решения проблемы определены функционированием МБДОУ - детского сада № 56.

В результате проведенного анализа было выявлено, что в образовательной среде данного (конкретного) дошкольного учреждения условия для развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста находятся на высоком уровне.

### **Библиографический список**

1. Борохович Л.Ю. Общение ребенка со сверстниками - важный фактор развития его социального интеллекта // Управление дошкольным образовательным учреждением. 2017. № 3. С. 88-96.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Под ред. В.В. Давыдова. М.: Педагогика-Пресс, 2011. 340 с.
3. Груздева М.Д., Маркеева Е.А., Чернов Д.Ю. Психологическая практика песочной терапии в работе с дошкольниками // Актуальные проблемы практической психологии. 2018. С. 57-62.
4. Кравцова Е.Е. Психологические новообразования дошкольного возраста // Вопросы психологии. 2006. № 6. С. 64-76.
5. Нгуен М.А. Психологические предпосылки возникновения эмоционального интеллекта в старшем дошкольном возрасте // Культурно-историческая психология. 2007. № 3. С. 46.
6. Сергеева И.Н. Эмоциональный интеллект и уровень его развития детей старшего дошкольного возраста в рамках современного общества [Электронный ресурс]. URL:<http://www.scienceforum.ru/2016/1515/17396>(дата обращения: 28.06.2019).
7. Строгонова Е.М. Внедрение элементов песочной терапии в работе с дошкольниками в условиях введения ФГОС // Проблемы образования, преподавания и воспитания в контексте современности. 2016. С. 129-131.

## Приложение 1

### Диагностические методики

#### **Методика «Эмоциональные лица» (Н. Я. Семаго).**

Данная методика предназначена для оценки возможности адекватного опознавания эмоционального состояния, точности и качества этого опознавания. Также при работе с методикой возможна косвенная оценка межличностных взаимоотношений, в том числе выявление контрастных эмоциональных «зон» в общении с детьми или взрослыми. В качестве стимульного материала используются две серии изображений эмоциональной лицевой экспрессии. Методика используется для работы с детьми от 3 до 11-12 лет.

**Цель:** Оценка возможности адекватного опознавания эмоционального состояния, точность и качество этого опознавания (тонкие эмоциональные дифференцировки), возможность соотнесения с личными переживаниями ребенка. При работе с методикой возможна косвенная оценка межличностных взаимоотношений, в том числе выявление контрастных эмоциональных «зон» в общении с детьми или взрослыми.

1-я серия (3 изображения) состоит из контурных (схематичных) изображений лиц. В схематичном виде проводятся следующие эмоциональные выражения:

1. Злость (гнев);
2. Печаль (грусть);
3. Радость.

Эмоциональная экспрессия на контурных изображениях обозначена наиболее этологически значимыми элементами лица: характерным для каждого варианта пространственным расположением уголков рта и положения бровей.

2-я серия (14 изображений) включает в себе изображения конкретных лиц детей (мальчиков и девочек: по 7 изображений соответственно). В методике используются изображения со следующими эмоциональными выражениями:

1. Явная радость;
2. Страх;
3. Сердитость;
4. Приветливость;
5. Стыд, вина;
6. Обида;
7. Удивление.

### Процедура проведения

Как правило, работа с данной методикой проводится в ситуации, когда возникает гипотеза относительно проблем эмоционального развития ребенка и особенностей развития аффективной сферы. Соответственно, материал подается в зависимости от задач исследования в различные моменты диагностического обследования, часто это удобно делать в процессе «смены деятельности» и так называемого «отдыха» ребенка.

Сама процедура проведения исследования в полном объеме состоит из трех последовательных этапов.

- 1-й этап: предъявление для опознания эмоциональных состояний 1-й серии изображений (схематичные изображения).
- 2-й этап: предъявление реальных изображений (в соответствии с полом ребенка).
- 3-й этап: придумывание истории по какому-либо изображению.

## **2. Методика «Что – почему – как»(в адаптации Нгуен Минь Ань)**

Цель. Выявить степень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём.

Инструкция. Воспитатель говорит детям: «Сейчас я прочитаю вам рассказ. Ваша задача: слушать внимательно, а потом ответить на мои вопросы».

Текст для девочек: «Меня зовут Аня. Я учусь в первом классе. У меня есть старшая сестра Таня. Однажды мы ехали на машине и попали в аварию. Мы были легко ранены. У Тани была сломана правая рука, но она скоро зажила. А у меня на лице была глубокая царапина, и через месяц остался шрам. Шрам небольшой, но все ребята в школе его замечают, особенно мальчик по имени Вова. Вова – заводила среди ребят. И вы знаете, он и его друзья стали надо мной смеяться. Мне было очень обидно. Я даже не хотела больше ходить в школу. Таня узнала об этом.

На днях я всё-таки как обычно пошла в школу с Таней. Около входа стоял Вова с друзьями. Увидев меня, они начали о чём-то шептаться и смеяться. Моя сестра сразу подошла к ним и что-то сказала Вове. Я стояла далеко от них, поэтому ничего не слышала. Я только знаю, что именно после разговора с Таней Вова и его друзья перестали надо мной смеяться. Я горжусь тем, что я – младшая сестра Тани и тем, что у меня есть старшая сестра, которая всегда мне поможет. Но я до сих пор не знаю, что же Таня сказала Вове и ребятам. Как вы думаете, что она им сказала?»  
Текст для мальчиков: «Меня зовут Антон. У меня есть старший брат Юра. Недавно я начал учиться кататься на велосипеде. Первое время я часто падал, и соседские мальчишки надо мной смеялись. Мне было очень обидно. Я даже хотел забросить велосипед. Но Юра решил мне помочь. В один прекрасный

день мы с Юрой вышли во двор с велосипедом. Там нас увидели ребята. Они начали о чём-то шептаться и смеяться. Мой старший брат сразу подошёл к ним и что-то сказал. Я стоял далеко от них, поэтому ничего не слышал. Я только знаю, что именно после разговора с Юрой мальчики перестали надо мной смеяться. Я горжусь тем, что я – младший брат Юры и тем, что у меня есть старший брат, который всегда мне поможет. Но я до сих пор не знаю, что же Юра сказал ребятам. Как вы думаете, что он им сказал?»

Обработка результатов. Ребёнок, отвечая на вопросы психолога, должен решить определённую проблему, связанную с отношениями между детьми, их оценкой ситуаций и пониманием эмоциональных состояний других людей. Ответы оцениваются по трёхбалльной шкале (в соответствии с критериями, используемыми в тесте Д. Векслера).

Что Таня (Юра) сказала (сказал) ребятам?

- 0 баллов – ребёнок не отвечает или даёт такие варианты ответа: «Не смейтесь», «Что вы делаете?», «Как вам не стыдно».

- 1 балл – «Старшая сестра (старший брат) угрожала (угрожал) ребятам;

- 2 балла – конструктивное решение проблемы.

Варианты конструктивного решения:

- старшая сестра (старший брат) просит ребят оставить младшую сестру (младшего брата) в покое, иначе она (он) пожалуется учителям и родителям;

- старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам что так делать нельзя, что это плохо;

- старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам проблему своей младшей сестры (своего младшего брата) и настаивает на том, чтобы ребята прекратили над ней (над ним) смеяться. «Почему Таня (Юра) так поступила (поступил)?»

- 0 баллов – ребёнок не понимает вопроса. • 1 балл – «Чтобы не смеялись»; «Чтобы не обижали».

- 2 балла – «Люди чувствуют себя плохо, если над ними смеются» Как бы ты поступил(а) в такой ситуации?

- 0 баллов – ответ отсутствует.

- 1 балл – «Надо попросить взрослых поговорить с обидчиками».

- 2 балла – ребёнок сам принимает решение, опираясь на свои чувства – чувства обиженного человека. Уровни развития эмоционального интеллекта:

- Низкий: 0 – 2 балла;

- Средний: 3 – 4 балла;

- Высокий: 5 – 6 баллов.

### 3. Методика «Выражение собственных эмоций»

Инструкция. На основании наблюдения за выражением детьми эмоций (радости, горя, испуга, удивления, гнева, плача и других базовых эмоций) и их поведенческих проявлений нужно поставить отметку каждому ребенку по пятибалльной шкале. Результаты занести в таблицу.

Таблица

Оценка по параметру «Выражение собственных эмоций»

| №   | Имя, фамилия | Критерии оценки  |                         |              |
|-----|--------------|------------------|-------------------------|--------------|
|     |              | Выражение эмоций | Доминирующее настроение | Сумма баллов |
| 1   |              |                  |                         |              |
| ... | ...          | ...              | ...                     | ...          |
| 30  |              |                  |                         |              |

#### Оценка

1. Выражение эмоций — эмоциональная выразительность, эмоциональная чувствительность, эмоциональный контроль.

- абсолютно адекватное выражение ребенком собственных эмоций — 5 баллов;
- не всегда точное выражение эмоций — 4 балла;
- неточное выражение эмоций — 3 балла;
- неадекватное выражение эмоций — 2 балла;
- ребенок неспособен адекватно выражать собственные эмоции — 1 балл.

2. Доминирующее настроение — в каком настроении обычно находится ребенок:

- позитивен, всегда в хорошем настроении — 5 баллов;
- чаще пребывает в хорошем настроении, чем в плохом — 4 балла;
- хорошее и плохое настроение постоянно чередуются — 3 балла;
- преобладает плохое настроение — 2 балла;
- постоянно всем недоволен и капризен — 1 балл.

#### 4. Методика «Управление своими эмоциями и поведением»

Инструкция. На основании наблюдения за детьми нужно поставить отметку каждому ребенку по пятибалльной шкале. Результаты занести в таблицу 3.

Таблица 3

| Оценка по параметру «Управление своими эмоциями и поведением» |      |                             |                     |              |
|---------------------------------------------------------------|------|-----------------------------|---------------------|--------------|
| №                                                             | Имя, | Критерии оценки             |                     |              |
|                                                               |      | Способность к саморегуляции | Стрессоустойчивость | Сумма баллов |
| 1                                                             |      |                             |                     |              |
| ...                                                           | ...  | ...                         | ...                 | ...          |
| 30                                                            |      |                             |                     |              |

##### Оценка

1. Способность к саморегуляции — умение ребенка регулировать собственные эмоции и чувства:

- хорошо контролирует собственные эмоции — 5 баллов;
- не всегда хорошо контролирует собственные эмоции — 4 балла;
- не всегда контролирует собственные эмоции — 3 балла;
- плохо контролирует собственные эмоции — 2 балла;
- неспособен контролировать собственные эмоции — 1 балл.

2. Стрессоустойчивость — способность ребенка эффективно действовать в условиях стресса:

- способен мобилизоваться в условиях эмоционального напряжения — 5 баллов;
- не всегда способен мобилизоваться в условиях эмоционального напряжения — 4 балла;
- как правило неспособен мобилизоваться в условиях эмоционального напряжения — 3 балла;
- не умеет настроиться на работу в условиях эмоционального напряжения — 2 балла;
- теряется в условиях эмоционального напряжения — 1 балл.

## Приложение 2

### **Картотека игр для развития эмоционального интеллекта для старшего дошкольного возраста**

#### **1. Комплексная арт-терапевтическая, развивающая технология «Песочные настроения»**

**Цель:** Развитие эмоционального интеллекта ребёнка.

**Задачи:**

- научить ребёнка распознавать эмоции и эмоциональные настроения в музыке, рисунке;
- выработать у ребёнка умение выражать эмоциональное состояние графически;
- сформировать опыт вербализации своих переживаемых эмоций;
- способствовать регуляции эмоционального состояния ребёнка;
- снятию нервного напряжения средствами арт-техник;
- развивать мелкую моторику руки;
- гармонизировать эмоциональное состояние ребёнка.

**Инвентарь:** световой планшет (стол) для рисования песком (или рамка со стеклом, пластик, бумага (А3)); мелкий песок (манка или другие сыпучие материалы).

**Время работы:** каждый фрагмент техники 4–5 минут, в целом работа по одной эмоции занимает одно развивающее или терапевтическое занятие.

Данная технология может реализовываться как в индивидуальной форме, так и в групповой (задания и обсуждение осуществляется фронтально).

**Инструкция.** Предложенная технология может реализовываться как в комплексе, так и фрагментами отдельных техник в зависимости от поставленных психологом задач. В рамках данной техники осуществляется проработка и коррекция различных эмоций и эмоциональных состояний (в нашем примере: радости, грусти, удивления, страха и злости).

\* Для рисования песком подготавливается «песочный фон»: песок или другие сыпучие материалы тонким слоем распределяются на плоскости светового планшета или на другой выбранной основе. Рисование песком осуществляется на чистом фоне планшета (или другие основы) струйкой песка, выпущенной из кулачка.

В варианте комплексного использования технология может быть реализована как путешествие по сказочным «Песочным островам» эмоционального мира.

**Описание технологии.**

Логика построения развивающего занятия или коррекционно-терапевтической сессии с ребёнком.

1. Отражение эмоционального состояния в спонтанном рисунке по песку (пальцем) или песком под музыку.

Техника *«Музыкальные каракули»*. Детям предлагается определить настроение, характер музыкального произведения и отразить его в спонтанном рисунке по песку (пальцами, ладонью, кулачком, оставляя на песке следы одной или одновременно двумя руками) или песком по фону. Данная техника открывает занятие и является своеобразным «входом» в него.

Также можно предложить выразить данное настроение в процессе выполнения техники *«Танец пальчиков»*: под звучащую музыку дети осуществляют перемещение пальчиков на песке сначала правой, затем левой руки, а потом одновременно двумя руками:

Для большей образности и экспрессии на пальчики можно надеть, прикрепить «маску» сказочного персонажа (животного, сказочного героя-человека).

После завершения действий с ребёнком проводится их обсуждение (Как себя чувствовали пальчики? Почему пальчики двигались таким образом? Что пальчики представляли?).

## **2. Графическое изображение эмоционального состояния посредством линии.**

Техника *«Линия с характером»* (приёмом «Рисование по песку» и «Рисование песком»).

Примерные варианты графических заданий фантастического характера. Причину выражения рассматриваемых эмоций может предложить специалист (в зависимости от решаемой задачи), а также сами дети.

В завершение рисования с ребёнком осуществляется терапевтическая беседа, обсуждение рисунков.

## **3. Графическое изображение эмоционального состояния посредством фигуры.**

Детям предлагается придумать сказочную фигурку эмоции (какой формы могла бы быть она, если её можно было увидеть) приёмом «рисование по песку» и «рисование песком».

- Фигурка Радости
- Фигурка Грусти
- Фигурка Удивления
- Фигурка Страха
- Фигурка Злости

Как только рисунки будут готовы, обсуждается форма фигурки (Почему она такая?) и предлагается детям придумать название нарисованной фигурке.

В ситуации рисования негативных эмоций можно предложить настроение фигурки превратить в противоположное на этом же рисунке (развеселить, наполнить храбростью, успокоить и т. и.).

#### **4. Техника «Сказочные овощи».**

Данная техника предполагает графическое изображение сказочного персонажа с определённой эмоцией. Детям предлагается нарисовать сказочного героя с ярко выраженной эмоцией и придумать про него историю приёмом «рисование по песку» или «рисование песком». В зависимости от возраста определяются сказочные герои. В предложенном варианте даются наиболее простые по изображению персонажи (а также с учётом возможностей техники песочного рисования).

Примерные варианты изображений.

*«Весёлое Яблочко».* История «Чему радуется Яблочко?».

*«Грустный Баклажан».* История «Почему грустит Баклажан?».

*«Удивлённая Груша».* История «Чему удивилась Груша?».

*«Испуганный Огурец».* «Кого испугался Огурец?».

*«Злой Сеньор-Помидор».* «Что разозлило Сеньора-Помидора?».

В ситуации рисования негативных эмоций можно предложить настроение фигурки превратить в противоположное на этом же рисунке (развеселить, наполнить храбростью, успокоить и т. п.).

#### **5. Техника Арт-инсталляция «Остров настроения».**

Данная техника предполагает создание арт-инсталляции «Острова настроения». Дети заселяют его миниатюрными сказочными персонажами (из киндер-сюрпризов) и украшают его различными материалами: камешками, бусинами, ракушками, кусочками ткани и др., стремясь отразить различные настроения, состояния.

***Остров «Радости».***

***Остров «Грусти».***

***Остров «Удивления».***

***Остров «Страх».***

***Остров «Злости».***

В завершение ребёнок придумывает короткую историю про жителей острова. В процессе рассмотрения инсталляций других, дети выражают общее впечатление от увиденного, определяют настроение, вызванное увиденным, определяют художественные средства, которые позволили передать настроение, и другие.

В ситуации создания острова негативных эмоций, рекомендуется предложить на острове что-то изменить, чтобы остров заселили противоположные позитивные эмоции: Радость, Смелость, Доброта. «Остров» фотографируется, фотография может быть распечатана и создана картина, которая может стать элементом декора.

#### **6. Техника «Ресурсное состояние».**

Данное арт-терапевтическое упражнение, формирует ресурсное состояние ребёнка и выступает своеобразным «выходом», логическим

завершением развивающего занятия или терапевтической сессии. Детям предлагается выполнить ресурсные техники.

Выше была представлена система работы по технологии «Песочные настроения», которая может быть реализована на развивающих и коррекционно-терапевтических занятиях и сессиях, как с одним ребёнком, так и с группой детей. Каждой эмоции возможно посвятить 1–2 занятия. В то же время, каждая из вошедших в технологию арт-техник может быть реализована как самостоятельная в связи с решаемыми специалистом задачами.

**Выводы.** В качестве ожидаемых результатов использования технологии «Песочные настроения» могут выступить: развитие эмоционального интеллекта ребёнка, развитие мелкой моторики рук, гармонизация эмоционального состояния ребёнка.

## **7. Техника «Мир эмоций» (А. Сосновик)**

**Цель:** развитие эмоционального интеллекта.

**Задачи:**

- знакомство с эмоциями (радость, страх, интерес, грусть, злость, обида и другие);
- учиться распознавать эмоции и выражать их;
- снятие психоэмоционального напряжения;
- расслабление;
- диагностика эмоциональной сферы;
- развитие мелкой моторики рук.

**Инвентарь:** поднос с песком, манкой или пшеном, карточки «Эмоций» (изображения людей, сказочных героев, животных, которые испытывают различных эмоции).

**Алгоритм работы.**

1. Каждому ребенку предоставляется поднос с песком.
2. Знакомство с песком, задание – нарисовать своё настроение.
3. Из колоды карточек с изображением эмоций случайным образом вытягивается одна карточка. Ребенку предлагается определить, какую эмоцию он видит.
4. Нарисовать увиденную эмоцию на песке.
5. Далее терапевт говорит детям, что они, наверное, тоже иногда испытывают эту эмоцию, и предлагает им закончить предложение «Радость (обида, страх и др.) – это когда...», подобрать ассоциацию «Радость похожа на...».
6. Нарисовать свою эмоцию на песке.
7. Терапевт спрашивает у детей, испытывают ли другие такую эмоцию. Показывает карточки с аналогичной эмоцией, но с другими персонажами.

Предлагает закончить предложение «Для папы радость – это когда...», а затем: «Для котика – это когда...».

Нарисуйте их эмоцию.

Упражнение повторяется с новой карточкой.

В конце предлагается нарисовать настроение после выполнения упражнения.

**Вопросы для обсуждения:**

– Какие бывают эмоции?

– Какую эмоцию понравилось/не понравилось рисовать?

– Как изменилось настроение?

**Вывод.** Ребенок узнаёт о спектре эмоций, учится узнавать эти эмоции у других людей, понимать, когда может возникнуть та или иная ситуация. Работа с песком расслабляет, происходит проживание эмоций, расширение эмоциональной сферы.

## **8. Техника «Три желания».**

Цель. Развитие эмоциональной ориентации ребёнка на других людей

**Инвентарь:** песочница.

**Инструкция к действию.**

Психолог говорит детям: «Представьте, что золотая рыбка может выполнить три желания. Что бы вы пожелали? Нарисуйте!»

## **9. Техника «Сеем зёрна доброты...» (авторская, Е. Сысоева)**

**Цели:**

развитие моральных качеств;

развитие мелкой моторики, эмоционально-волевой сферы.

**Инвентарь:** песочница, фольга или семена (тыквенные семечки, например).

**Инструкция к действию.**

Ведущий предлагает детям посеять в песочке что-то очень доброе и хорошее. Это может быть поступок, мечта, настроение, черта характера. Каждый участник создаёт своё семечко. Для этого можно использовать любую семечку: тыквенную или семечку подсолнуха, которую заворачивают в фольгу. Далее по очереди каждый участник рассказывает, что он сеет и что из этого должно вырасти.

**Вывод:** данная техника позволяет расширять словарный запас участников, развивать их эмоциональный и духовный интеллект.

## **10. Техника «Путешествие в Сказочный мир» (модифицированная, Л. Стреж)**

**Цель:** коррекция и развитие эмоциональной сферы ребёнка с нарушениями в поведении и межличностном общении.

**Задачи:**

- установление контакта и доверия с ребёнком;
- снижение психофизического напряжения;
- развитие тактильно-кинестетической чувствительности;
- актуализация эмоций;
- разрядка агрессивных импульсов, тревоги, напряжения;
- использование метода музыкотерапии для снятия физической и эмоциональной напряжённости, формирование устойчивого бодрого настроения.

**Инвентарь:** две песочницы (сухой и мокрый песок), поднос с разноцветным гравием, волшебная палочка, коллекция миниатюрных игрушек и другого материала.

**Время работы:** 20 минут.

**ВАЖНО:** учитывать эмоциональное состояние, речевые и интеллектуальные возможности ребёнка.

**Инструкция:** под спокойную мелодию ребёнку вручается волшебная палочка и предлагается представить себя волшебником.

«Представь себе, что ты – Волшебник, который долго путешествовал и искал место, где ещё никто никогда не жил. И наконец ты пришёл в сказочное место, где увидел с одной стороны – пустыню (песочница с сухим песком), с другой стороны – берег моря (песочница с мокрым песком), а с третьей – берег океана (гравий разнофактурный). И задумал Волшебник построить сказочную страну».

- Где ты хочешь построить свою сказочную страну: в пустыне, на морском или каменном берегу?

- Чтобы оживить твою сказочную страну надо заселить её различными существами. Для этого я тебе даю корзину, в которую ты отложишь из коллекции миниатюрных игрушек и предметов всё, что тебе необходимо для построения своей страны.

После выбора всего необходимого материала, ребёнок молча, без комментариев, строит свою сказочную страну.

**Вопросы:**

– Закончил ли ты строить свою сказочную страну?

– Хочешь ли ты что-то изменить в своей сказочной стране или оставишь всё так, как есть?

– Как называется твоя сказочная страна?

Ребёнку предлагается подробно рассказать о своей стране (кто самый грустный, кто самый веселый, кто самый злой и т. д., что нужно сделать, чтобы все были счастливы). Задаются вопросы о каждом персонаже, который живёт в стране.

– Что нужно сделать или кого из персонажей нужно добавить в страну, чтобы всех помирить?

Путешествие психолога вместе с ребёнком по «Сказочной стране».

- Можно сфотографировать твою Сказочную страну?
- Хочешь ли ты убрать или оставить свою страну? (Если ребёнок хочет оставить и не убирать, обязательно спросить разрешение убрать позже для того, чтобы в следующий раз пришёл снова Волшебник и ещё раз построил новую Сказочную страну.

**Выводы.** Техника позволяет наладить эмоциональный контакт и доверие с ребёнком, диагностировать его эмоциональное состояние, наличие поведенческих и коммуникативных проблем. Помогает снизить агрессивные импульсы, тревогу, снижает эмоциональное и мышечное напряжение.