

Муниципальное казенное учреждение
«Научно-методический информационный центр»

**РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ
СИТУАТИВНЫХ ИГР-ИСТОРИЙ**

*Попова Анна Александровна,
Мокрушенко Наталья Сергеевна,*
воспитатели
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детского сада
комбинированного вида №23 г. Белгорода

Белгород
2021

Содержание

Раздел I.

Информация об опыте.....

Раздел II.

Технология опыта.....

Раздел III.

Результативность опыта.....

Библиографический список.....

Приложения к опыту.....

Раздел I. Информация об опыте

Условия возникновения и становления опыта

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №23 г.Белгорода, расположен в микрорайоне «Крейда». В детском саду функционирует десять групп, из них две вторых младших, три средних, две старших, две подготовительных и одна группа кратковременного пребывания. Также имеются два логопедических пункта.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования одна из главных задач звучит так: «Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия». Из формулировки данной задачи можно сделать вывод, что эмоциональное благополучие является одной из главных составляющих здоровья ребенка и одним из важнейших направлений деятельности в современном детском саду. Ведь эмоции – это своеобразный kaleidoscope впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, одновременно познавая его.

Обращение к проблеме развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста связано также с важностью и сензитивностью данного возрастного периода для становления личности ребёнка. Основы эмоционального интеллекта закладываются именно в дошкольном возрасте.

Статистика исследований в данной области показывает, что за последнее время увеличилось количество детей с нарушениями эмоциональной сферы. Эти нарушения вызывают трудности общения с окружающими, а в дальнейшем влекут за собой определенные изменения личности, мешая детям в полной мере раскрыть свои природные способности и интеллектуальные возможности.

Началом опыта стало проведение диагностики по методикам: К.Э. Изард, А.А. Ошкиной, И.Г. Цыганковой, О.Е. Смирновой, В.М. Холмогоровой, Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен., с целью определения уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста. В результате диагностики было выявлено, у 5 детей (25%) был выявлен низкий уровень, у 12 детей (60 %) средний уровень, у 3 детей (15 %) высокий уровень. (Приложение №1) В результате анализа индивидуальных диагностических данных было определено, что у большинства воспитанников слабо развито умение идентифицировать и понимать эмоции.

Таким образом, результаты диагностики детей свидетельствуют о недостаточной эффективности работы с детьми старшего дошкольного возраста по формированию эмоционального интеллекта и обуславливают необходимость разработки и реализации содержания, методов и средств

педагогической работы, направленных на развитие эмоционального интеллекта у дошкольников.

Актуальность опыта.

Актуальность опыта обусловлена необходимостью развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста в соответствии с современными требованиями, представленными в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, который определяет одной из задач охрану и укрепление психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Одним из направлений работы с детьми по разделу «Социально-коммуникативное развитие» заявлено развитие эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками.

В качестве целевых ориентиров образования указываются следующие возможные достижения ребёнка на этапе завершения дошкольного образования: «способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять свои чувства, в том числе и чувство веры в себя, старается разрешать конфликты» [38].

Вместе с тем, особенности образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста по формированию эмоционального интеллекта слабо представлены в современных исследованиях.

Анализ научных исследований и психолого-педагогической практики позволил нам выявить **противоречие** между: необходимостью формирования эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста и недостаточной разработанностью содержания, методов и средств педагогической работы, направленных на развитие эмоционального интеллекта у дошкольников.

Ведущая педагогическая идея опыта заключается в развитии эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста посредством ситуативных игр-истории.

Длительность работы над опытом

Работа по данной проблеме проводилась в течение 3-х лет, с 2017 года по 2020 год.

1 этап – начальный (констатирующий) – декабрь 2017 года – февраль 2018 года: сбор информации по проблеме, изучение и анализ литературы, проведение диагностики.

2 этап – основной (формирующий) - март 2018 года – август 2020 года:

1. Проведение работы с детьми по формированию эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста посредством ситуативных игр-историй.

2. Привлечение родителей к работе по формированию эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста посредством ситуативных игр-историй.

3. Самореализация:

- подготовка материала к консультациям, собраниям - практикумам для повышения компетентности педагогов и родителей в вопросах формирования у детей эмоционального интеллекта;
- систематизация игр, направленных на развитие эмоционального интеллекта, в соответствии с возрастом воспитанников.

3 этап – заключительный (контрольный) – сентябрь 2020 года – декабрь 2020 года: итоговая диагностика развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста, оценка результатов.

Диапазон опыта представлен планированием работы, включающей в себя использование картотеки ситуативных игр-историй в совместной со взрослыми и самостоятельной деятельности детей.

Теоретическая база опыта.

Эмоциональный интеллект - способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений[1].

В научных исследованиях вопрос развития эмоционального интеллекта рассматривался в разных аспектах. Само понятие «эмоциональный интеллект» было выделено в качестве самостоятельного в девяностых годах прошлого столетия в исследованиях американских ученых Дж. Мейер, П. Сэловей и Д. Карузо[15]. Хотя в психолого-педагогической науке изучение эмоционального интеллекта осуществлялось и до введения этого понятия. Об этом явлении писали многие учёные, но использовали другие термины в зависимости от особенностей его выражения: Л.С. Выготский – «обобщение переживаний», А.В. Запорожец – «эмоциональное воображение», В.С. Мухина – «разумность чувств» [13].

Л.С. Выготский писал, что эмоции опосредованы интеллектом и между ними есть тесная связь, уровень развития одного обуславливает развитие другого. Он считал, что тот, «кто оторвал мышление с самого начала от аффекта, тот навсегда закрыл себе

дорогу к объяснению причин самого мышления» и «сделал невозможным изучение обратного влияния мышления на аффективную, волевую сторону психической жизни» [9].

Подобного мнения придерживался А.Н. Леонтьев, который считал, что мышление имеет эмоциональную регуляцию. Если у человека есть определенное знание о предметах и явлениях окружающей действительности, то отношение к последним будут иметь изменчивый характер [23].

С.Л. Рубинштейн отмечая взаимосвязь эмоций и интеллекта, делает вывод, что эмоции «представляют собой единство эмоционального и интеллектуального, так же как и познавательные процессы». Определяя эмоциональность как одну сторону когнитивных процессов, он пришел к выводу, что эмоциональные и познавательные процессы не сопоставимы [35].

Эмоциональный интеллект (от англ. emotional intelligence, EI) определяется как способность человека 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.

Дж. Майер, П. Саловей и Д. Карузо выделяют четыре составляющие эмоционального интеллекта [15]:

1) восприятие эмоций – способность распознавать эмоции (по мимике, жестам, внешнему виду, походке, поведению, голосу) других людей, а также идентифицировать свои собственные эмоции;

2) использование эмоций для стимуляции мышления – способность человека (главным образом неосознанно) активировать свой мыслительный процесс, пробуждать в себе креативность, используя эмоции как фактор мотивации;

3) понимание эмоций – способность определять причину появления эмоции, распознавать связь между мыслями и эмоциями, определять переход от одной эмоции к другой, предсказывать развитие эмоции со временем, а также способность интерпретировать эмоции во взаимоотношениях, понимать сложные (амбивалентные, неоднозначные) чувства;

4) управление эмоциями – способность укрощать, пробуждать и направлять свои эмоции и эмоции других людей для достижения поставленных целей; сюда также относится способность принимать эмоции во внимание при построении логических цепочек, решении различных задач, принятии решений и выборе своего поведения.

Смешанная модель эмоционального интеллекта, созданная научным журналистом Д. Гоулманом предполагает, что эмоциональный интеллект состоит из 5 компонентов [10]:

- 1) самопознание – способность идентифицировать свои эмоции, свою мотивацию при принятии решений, узнавать свои слабые и сильные стороны, определять свои цели и жизненные ценности;
- 2) саморегуляция – способность контролировать свои эмоции, сдерживать импульсы;
- 3) мотивация – способность стремиться к достижению цели ради факта её достижения;
- 4) эмпатия – способность учитывать чувства других людей при принятии решений, а также способность сопереживать другим людям;
- 5) социальные навыки – способность выстраивать отношения с людьми, манипулировать людьми, подталкивать их в желаемом направлении.

Фундаментом эмоционального интеллекта являются зрелые ценности саморазвития и ответственности человека в отношении себя, общества и всего мира вокруг. В жизни, которая строится на таких ценностях нет места манипуляции.

По мнению А.Ю. Улановой, именно у детей интенсивно происходит развитие понимания эмоций, того, что говорят другие люди, т.е. осознание внутреннего психического мира, мыслей, чувств, желаний, интересов, намерений и т.д. [21]. Это осознание лежит в основе социализации и усвоения социальных правил и норм, культурных традиций, установок в том мире, в котором живёт ребёнок. То понимание эмоционального мира, интересов, чувств, намерений других людей даёт возможность манипулировать. По мнению данного автора, эмоциональная жизнь требует обладать несколькими умениями – выражать, распознавать, понимать и регулировать эмоции.

У старших дошкольников эмоции и чувства господствуют над всеми сторонами его жизни. Он экспрессивен, его чувства быстро и ярко вспыхивают, но он уже умеет быть сдержанным, скрывать страх, агрессию, слезы. Поведение ребенка определяется потребностью в положительных эмоциях.

В этом возрасте ребенок начинает осознавать поведение людей, когда отбирает свою позицию, из которой будет исходить при выборе поведения. Ребенок уже может управлять своими эмоциями и поведением, подчинять свои действия требованиям, преодолевать трудности и добиваться достижения поставленной цели.

Ребенка с трудом управляет своими эмоциями. Постепенно чувства становятся более рациональными, подчиняются мышлению, когда ребенок усваивает нормы морали и соотносит с ними свои поступки.

К старшему дошкольному возрасту ребенок усваивает социальные ценности, нормы и правила поведения и взаимоотношений с окружающими людьми. Возникновение нравственно направленных социальных мотивов и эмоциональных переживаний совершается не путем пассивной адаптации ребенка к требованиям социальной среды, его окружающей, а происходит в активной форме, в процессе деятельности, которую ребенок осуществляет. Формируются простейшие социальные мотивы деятельности и поведения, возникает потребность сделать что-то полезное для окружающих - младших детей, своих сверстников и взрослых [39].

Социальные мотивы в дошкольном возрасте еще не устойчивы, Ребенок, начав действовать под влиянием социальной мотивации, предложенной взрослым, зачастую отключается от принятого намерения и приступает к другим действиям, знакомым ему и актуализирующимся в данной ситуации. Чем сложнее структура выполняемой им деятельности, тем труднее ребенку реализовать формирующиеся у него социальные мотивы и там чаще он отвлекается от первоначального замысла и переключается на удовлетворение непосредственных сиюминутных желаний. В старшем дошкольном возрасте сфера влияния общественных мотивов на деятельность ребенка постепенно расширяется и усложняется под руководством взрослых.

Для успешной социализации ребенку необходимо не только освоить навыки социальной коммуникации, язык социального общения в его вербальных и невербальных формах, но и определить различия между миром вещей и людей, выявить закономерности взаимодействия как с предметным миром, так и с морем социальным. Для этого требуется определенный когнитивный базис. С другой стороны, в процессе общения с окружающими людьми ребенок расширяет свой запас сведений о мире, формируется его мышление, возникает речь [39].

Особенности эмоционального развития детей дошкольного возраста: ребенок осваивает социальные формы выражения чувств; ребенок начинает понимать эмоцию и соотносить ее со словом и поведением; формируется эмоциональное предвосхищение; формируются высшие чувства: нравственные, интеллектуальные, эстетические; чувства становятся разумными, осознанными, обобщенными, произвольными.

Усиливается эмоциональная вовлеченность в действия и переживания сверстника. Сопереживание другому становится выраженным и адекватным. Появляется стремление не только отозваться на переживание, но и понять их. Появляется бескорыстное желание помочь другому, уступить.

В качестве основного средства развития эмоционального интеллекта может выступить игра, которая является ведущим видом деятельности для ребёнка-дошкольника и обладает огромным потенциалом.

Таким образом, можно утверждать, что развитие эмоционального интеллекта определяет становление личности в период дошкольного возраста, обеспечивает продуктивное общение, познание социальных явлений, а также стрессоустойчивость ребенка, так называемую «психологическую выносливость», и в целом является условием успешной социализации. Сказанное подчеркивает важность организации целенаправленной и системной работы с детьми дошкольного возраста по развитию эмоционального интеллекта.

Новизна: состоит в рациональной систематизации и реализации методов и приемов, направленных на развитие эмоционального интеллекта старших дошкольников.

Раздел II.

Технология описания опыта

Цель: развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста посредством ситуативных игр-историй.

Для реализации поставленной цели были определены следующие **задачи:**

- 1) выявить уровень сформированности эмоционального интеллекта у детей 5-7 лет;
- 2) создать и апробировать комплекс ситуативных игр-историй, обеспечивающих формирование эмоционального интеллекта у детей 5-7 лет;
- 3) проверить эффективность реализации разработанного комплекса и выявить динамику в уровне сформированности эмоционального интеллекта у детей 5-7 лет после.

Содержание образования и средства достижения цели

Нами была изучена методическая литература по теме формирование эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста посредством игр

историй, и создана картотека игр-историй и упражнений, для формирования эмоционального интеллекта.

На начальном этапе работы был разработан пошаговый алгоритм, который включил в себя изучение эмоционального состояния детей, при помощи диагностической работы.

Модель эмоционального интеллекта предполагает последовательное и параллельное развитие четырех основных функций:

- идентификация и понимание эмоций;
- самопознание;
- регуляция эмоций;
- социальные навыки.

На начальном этапе нами были проанализированы компоненты и показатели эмоционального интеллекта и подобраны к каждому из них соответствующие игры (Приложение № 1)

Таблица 1.

Ситуативные игры-истории по компонентам и показателям эмоционального интеллекта

Компоненты	Показатели	Название игры
1. Идентификация и понимание эмоций	умение осуществлять идентификацию эмоциональных состояний другого человека в конкретных ситуациях	«Смешинки и злючки» Упражнение «Коврик злости» «Давайте поздороваемся»
	умение осуществлять интерпретацию собственных эмоциональных состояний в различных ситуациях (рефлексию своих поступков и анализ их мотивов, причин и последствий)	«Волшебный мешочек.» «Король боровик не в духе» «Доброе животное»
	умение осуществлять интерпретацию эмоциональных состояний других людей (анализ их поступков, их причин и последствий) в конкретных ситуациях	«Маленькое привидение» «Рубка дров» «Толкалки» (в паре).
2. Самопознание	осознание детьми собственных эмоций, причин их возникновения, понимание действий, совершаемых ими в определенном эмоциональном состоянии	«Детский сад» «Художники» «Четвертый лишний» «Кого - куда»
	осознание своих слабых и сильных сторон, отношения к себе при их проявлении	«Что было бы, если бы...» «Что случилось?» «Выражение эмоций» «Крошка Енот»
	представление о способах регулирования эмоционального состояния	«Прогулка в лес» «Изобрази явление» «А-а-ах».

3. Регуляция эмоций	умение избавляться от негативных чувств (страх, тревога, уныние, раздражительность, гнев)	«Насос и мяч». «Передаем эмоцию» «Продолжи фразу» «Гора с плеч».
	умение оптимизировать свое эмоциональное состояние (позитивное самовосприятие), использовать эмоции при принятии решения, направлять свои эмоции на достижение успеха (проявление оптимизма, настойчивости, упорства в достижении поставленной цели)	
	умение позитивно влиять на эмоции другого человека	«Замри». «Конкурс лентяев».
4. Социальные навыки	умение выстраивать свое поведение, в зависимости от эмоционального состояния партнера	Если «да» — похлопай, если «нет» — потопай. Давай поговорим.
	умение эмоционально отзываться на переживания другого человека (понимать чувства и заботы других людей, понимать их точку зрения, проявлять эмпатию)	Ладонь в ладонь “Прошу - не надо” Давай дружить «Паровозик»
	умение позитивно влиять на поведение другого человека в ситуациях взаимодействия (убеждать в своей правоте, критиковать, не обижая и др.)	«Ищу друга» «Прятки с платочками» «Катаем мяч»

Разработанная нами картотека ситуативных игр-историй апробировалась в течение дня, когда можно осуществлять совместную со взрослым и самостоятельную деятельность детей. Так как игровой процесс предполагает выполнение различных заданий и игровую коммуникацию, то в игре участвовало 1-2 ребёнка, или группа детей.

В организации игр-историй, на первом этапе работы предполагалось участие взрослого как ведущего и возможного участника. Одновременно в игре принимали участие по двое детей для того, чтобы можно было с каждым поговорить, выслушать и уделить достаточно внимания. Когда дети познакомились со всем комплексом игр, помощь взрослого в организации игр-историй уже требовалась редко. Педагог выступал как наблюдатель и принимал участие только по просьбе детей или когда видел, что дети испытывают затруднения.

Для наиболее успешного результата, на втором этапе были использованы проблемные ситуации, для стимулирования возникновения различных эмоциональных состояний детей, которые они сами оценивали

как помеху. Причём эта помеха приковывала их внимание, отражалась на их чувствах, вызывала потребность что-либо предпринять. Педагогу оставалась лишь предложить убрать эту помеху с помощью игры, мотивировать детей на деятельность и у них возникало естественное побуждение к деятельности по преодолению проблемы. В ходе игры дети учились решать собственные проблемы и понимать, почему они происходят.

Знакомя родителей с разными игровыми формами по эмоциональному развитию детей, и рассказывая об особенностях этих игр, мы старались индивидуально каждого родителя подключить к процессу развития эмоциональных способностей и навыков детей.

Были рассмотрены следующие формы взаимодействия с родителями:

- родительские собрания, где мы рассказывали о целях, задачах, особенностях эмоционального развития;
- знакомство с результатами педагогического наблюдения и диагностических процедур.

На следующем этапе мы подключили родителей к созданию групповой атмосферы, предметной среды, позволяющей развивать познавательную энергичность и развивать чувственно-эмоциональную сферу детей.

В данном направлении помогли:

- совместные мероприятия родителей с детьми «Понимаем ли мы друг друга?» с использованием знакомых детям игр и упражнений на развитие эмоциональных способностей в ситуациях взаимодействия друг с другом;
- домашние поручения, в которых родителям предлагалось дома повторить игры и упражнения, применяемые в группе и разученные на занятиях, с целью поддержания и совершенствования контакта родителей с детьми и развития эмоциональной сферы детей.

В организации на понимание эмоциональной сферы ребёнка мы воспользовались следующими методами работы с родителями:

- совместная работа детей и родителей на тему «Вот я какой!», благодаря этому родители совместно с ребёнком смогли понять пережитые приятные минуты, вместе изучить индивидуальность ребёнка;
- домашние задания, например, рисунок «Моя семья», поделки для оформления выставки;
- совместный тематический рисунок «Что нас радует?», где передавалась совместная работа в семье, приносящая удовольствие и радость;
- совместные рисунки родителей и детей «Что нас радует?», «Что нас огорчает?», «Чего я боюсь?» и т. д.

Эти формы работы позволили нам вместе с родителями понять причину трудностей в эмоциональном развитии дошкольника и их специфику, узнать особенности социального формирования личности ребёнка, найти способы помочь ему.

Все организованные формы работы с детьми и их родителями прошли успешно. У детей «горели глаза», они с интересом воспринимали всю информацию, была видна отдача.

В целом, организованная нами педагогическая работа помогла обогатить эмоциональный опыт детей и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в эмоциональной сфере.

Таким образом, мы выяснили, что развивающие возможности игр - историй огромны: их тематика не имеет границ и помогает удовлетворить интересы и желание детей. Играя в них, дети знакомились с эмоциональным миром во всём его многообразии, побуждали думать, анализировать, делать выводы и умозаключения. В процессе работы расширилось представление старших дошкольников об эмоциональных состояниях и умении правильно пользоваться жестами, мимикой, интонацией, речью. Исполняемая роль, особенно диалог с другим ребенком, ставила перед необходимостью ясно, чётко, понятно изъясняться. Следовательно, именно игровая деятельность позволила решать многие педагогические задачи.

Критерием успешной работы стало постепенное проявление результатов. У детей отмечается положительная динамика:

- снижение интенсивности проявлений тревожности;
- позитивная и адекватная оценка себя;
- позитивная динамика эмоционального развития ребенка;
- гармонизация образа «Я»;
- уверенность в себе и своих возможностях.

Однако игра – не только источник удовольствия, она чрезвычайно важна для развития ребёнка. Посредством игры можно развивать такие составляющие эмоционального интеллекта как эмпатия, знание собственных эмоций, способность конструктивно обходиться с эмоциями, способность управлять эмоциями.

Раздел III. Результативность опыта

Для оценки результативности проведенной работы и выявления динамики уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей 5-7 лет, была проведена повторная диагностика по методикам, которые были использованы на начальном этапе (Приложение №2).

Таблица 2.

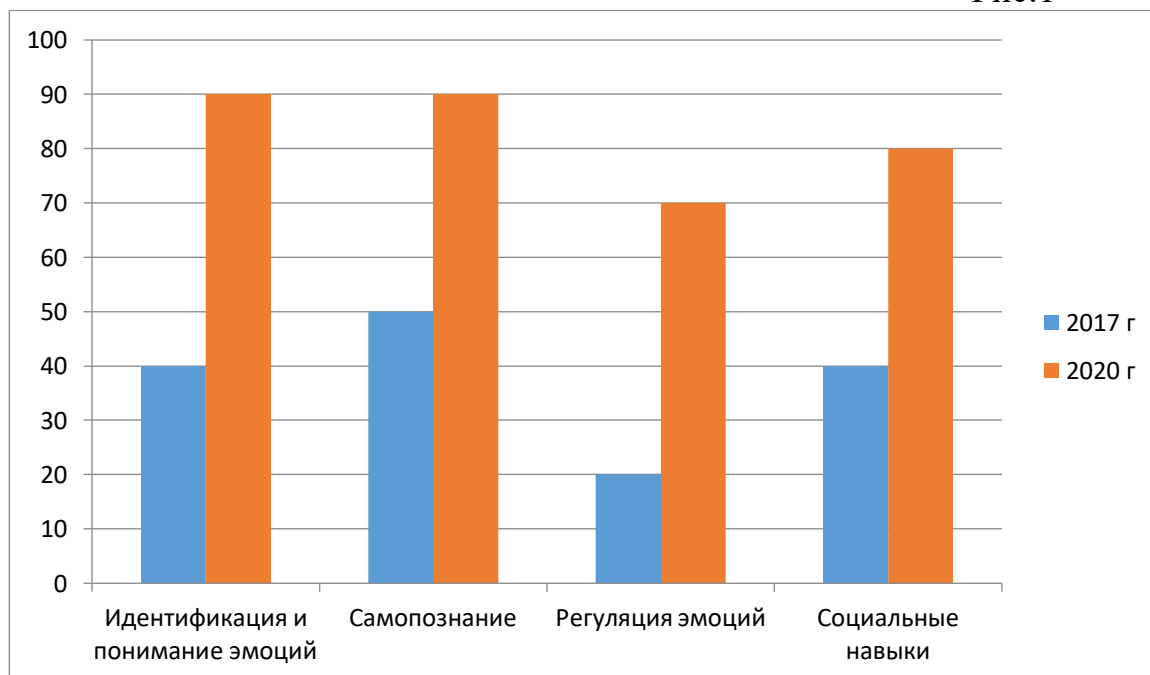
Компоненты, показатели и диагностические задания

Компоненты	Показатели	Диагностические методики
1. Идентификация и понимание эмоций	представление о разнообразии проявлений эмоций человека, об их причинах и последствиях при взаимодействии людей	«Мимический тест» Автор: К.Э. Изард, модификация)
	умение осуществлять идентификацию собственных эмоциональных состояний в конкретных эмоциогенных ситуациях	«Определи свои эмоции» (Авторы: А.А. Ошкина, И.Г. Цыганкова, модификация)
	умение осуществлять идентификацию эмоциональных состояний другого человека в конкретных ситуациях	«Выбери нужное лицо» (Автор: Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен., модификация)
	умение осуществлять интерпретацию собственных эмоциональных состояний в различных ситуациях (рефлексию своих поступков и анализ их мотивов, причин и последствий)	«Определи свои эмоции» (Авторы: А.А. Ошкина, И.Г. Цыганкова)
	умение осуществлять интерпретацию эмоциональных состояний других людей (анализ их поступков, их причин и последствий) в конкретных ситуациях	«Выбери нужное лицо» (Автор: Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен., модификация)
2. Самопознание	осознание детьми собственных эмоций, причин их возникновения, понимание действий, совершаемых ими в определенном эмоциональном состоянии	«Определи свои эмоции» (Авторы: А.А. Ошкина, И.Г. Цыганкова)
	осознание своих слабых и сильных сторон, отношения к себе при их проявлении	«Мозаика» (Авторы: О.Е. Смирнова, В.М. Холмогорова)
3. Регуляция	представление о способах регулирования эмоционального состояния	«Как улучшить своё эмоциональное состояние» (Авторы: А.А. Ошкина, И.Г. Цыганкова, модификация)
	умение избавляться от негативных чувств (страх, тревога, уныние, раздражительность, гнев)	

эмоций	умение оптимизировать свое эмоциональное состояние (позитивное самовосприятие), использовать эмоции при принятии решения, направлять свои эмоции на достижение успеха (проявление оптимизма, настойчивости, упорства в достижении поставленной цели)	
	умение позитивно влиять на эмоции другого человека	«Мозаика» (Авторы: О.Е. Смирнова, В.М. Холмогорова)
4. Социальные навыки	умение выстраивать свое поведение, в зависимости от эмоционального состояния партнера	«Мой выбор» Авторы: А.А. Ошкина, И.Г. Цыганкова
	умение эмоционально отзываться на переживания другого человека (понимать чувства и заботы других людей, понимать их точку зрения, проявлять эмпатию)	«Картинки» (Авторы: О.Е. Смирнова, В.М. Холмогорова)
	умение позитивно влиять на поведение другого человека в ситуациях взаимодействия (убеждать в своей правоте, критиковать, не обижая и др.)	«Картинки» (Авторы: О.Е. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Сравнительная диаграмма количественных данных, представлена на рисунке 1.

Рис.1



Проведенная работа показала, что посредством ситуативных игр-историй можно развивать такие составляющие эмоционального

интеллекта как знание собственных эмоций, способность конструктивно обходиться с эмоциями, способность управлять эмоциями, эмпатия.

На заключительном этапе, мы выяснили, что у детей старшего дошкольного возраста в целом наблюдаются положительная динамика в развитии эмоционального интеллекта.

Таким образом, проведенная работа и полученные результаты исследования дают основание утверждать, что ситуативные игры-истории позволяют развивать эмоциональный интеллект детей старшего дошкольного возраста, в частности развивать способности восприятия и выражения эмоций, умения понимать и анализировать эмоциональные состояния, использовать эмоционального знания, а также создает возможность путешествия в удивительный мир переживаний, добра и открытий.

Для обеспечения дальнейших положительных изменений в уровне развития эмоционального инеллекта у детей старшего дошкольного возраста необходимо продолжение педагогической работы с привлечением родителей.

Библиографический список.

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 212 с.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации // Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. - М., 2009.
3. Аникеева Н.П. Воспитание игрой: книга для учителя. – М., 2007 – 352 с.
4. Афонькина Ю.А. Диагностика эмоционального интеллекта у дошкольников // Детский сад: теория и практика. 2014. – № 4. – С. 7-8
5. Бабаева Ю.Д., Березанская Н.Б., Васильев И.А. и др. Смысловая теория мышления [http://mhp-journal.ru/rus/2009_v4_n4_02]
6. Белоконь О.В. Эмоциональный и социальный интеллект и феномен лидерства. Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. - М., 2009.
7. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб: Питер, 2008. – 398 с.
8. Вайсбах Х., Дакс У. Эмоциональный интеллект. Душа и тело. Пер. с нем. – М.: Лик Пресс, 1998. – 160 с.
9. Выготский Л.С. Эмоции и их развитие в детском возрасте. // Собр. соч., Т. [Электронный ресурс]: <http://www.youblisher.com/p/186456-Vyigotskiy-L-S-Emotsii-i-ih-razvitiye-v-detskom-vozhraсте-L-S-Vyigotskiy-Lektsii-po-psiologii-SPb-Soyuz-1997-144-s/>
10. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. - М.: Альпина Паблишер, 2015. – 301 с.
11. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ. / Т.А. Данилина. - М.: Изд-во Айрис-Пресс, 2012. - 160 с.
12. Житная И.В. Развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте как предпосылка позитивной социализации ребёнка. // Сборник материалов Международной конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста» 12-14 мая, Москва, МГУ им. М.В. Ломоносова. 2016. - С. 600-601.
13. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2 т. /– М.: Педагогика. – Т. 1: Психическое развитие ребёнка. – 320 с. [Электронный ресурс] [<http://www.twirpx.com/file/1416965/>]

14. Зеленина Л.А. Психолого-педагогическая программа диагностики уровня развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста [http://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/02/23/psikhologo-pedagogicheskaya-programma-diaagnostiki-urovnya-razvitiya]
15. Изард К.Э. Психология эмоций. / К.Э. Изард. Перевед. с английского. - СПб.: Питер, 2011. – 464 с.
16. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: «Академия», 2004. – 288 с.
17. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2011. – 784 с.
18. Карпов А.В., Петровская А.С. Проблема эмоционального интеллекта в парадигме современного метакогнитивизма [http://psixologiya.org/socialnaya/emocionalnyj-intellekt/1630-problema-emocionalnogo-intellekta-v-paradigme-sovremennogo-metakognitivizma.html]
19. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников. - М.: Изд.центр «Академия», 2003. – 176 с.
20. Кравцов Г.Г. Принцип единства аффекта и интеллекта как основа личностного подхода в обучении детей [http://kisref.ru/stat40641.html]
21. Куликовская И.Э., Исаева И.Ю. Педагогическое сопровождение развития социального интеллекта в период дошкольного детства: монография. – Ростов н/Д: ИПО ПИ ЮФУ, 2011. – 197 с.
22. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М. Межличностное общение. - СПб.: Питер, 2001. – 544 с.
23. Леонтьев А.Н. Деятельность и сознание [https://www.marxists.org/russkij/leontiev/1975/dyeatyelnost/deyatelnost-soznyanie-lichnost.pdf]
24. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. [http://flogiston.ru/library/leontev]
25. Люсин Д.В. Социальный интеллект: Теория, измерения, исследование. - М., 2004. – 176 с.
26. Люсин Д.В. Способность к пониманию эмоций: Психометрический и когнитивный аспекты //Социальное познание в эпоху быстрых политических и экономических перемен / Под ред. Г.А. Емельянова. - М., 2000. – С.25-35.
27. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студентов вузов / В.С. Мухина. – 4-е изд., стереотип. – Москва: Академия, 1999. – 456 с.
28. Нгуен М.А. Психологические предпосылки возникновения эмоционального интеллекта в старшем дошкольном возрасте. [http://psyjournals.ru/kip/2007/n3/Nguyen.shtml]

29. Новоселова С.Л. Игра дошкольника [http://igrashkolaslновoselovoy.narod.ru/index/0-4]
30. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. – М.: «КСП+», 2003. – 272 с.
31. Петрова Т.В. Система развития социального и эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста. [http://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2015/01/08/sistema-razvitiya-sotsialnogo-i-emotsionalnogo]
32. Пиаже Ж. Речь и мышление ребёнка. – М.: Римис, 2008. – 448 с.
33. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер – [http://transyoga.ru/assets/files/books/psychology/psihologia_emocij.pdf]
34. Путилова О.А. Эмоциональный мир ребёнка. / О.А. Путилова. – М.: Генезис, 2012. – 122 с.
35. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – Питер, 2002. – 720 с.
36. Столяренко Л.Д. Основы психологии. - Ростов-н/Д: Феникс, 2000. – 672 с.
37. Ушаков Д.В. Социальный и эмоциональный интеллект: надежды, сомнения, перспективы// Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. - М., 2009.
38. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва.
39. Шавшаева Л.Ю. Особенности формирования эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте [Текст] / Л. Ю. Шавшаева // Дошкольное образование: опыт, проблемы, перспективы развития: материалы VIII Междунар. науч.–практ. конф. (Чебоксары, 17 мая 2016 г.) / редкол.: О. Н. Широков [и др.]. — Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2016. — № 1 (8). — С. 84–86. — ISSN 2410-8642.
40. Шиманская В. Эмоциональный интеллект детей: инструкция по развитию и применению [http://mel.fm/detskaya_psikhologiya/9741256-emotional_intelligence]
41. Эльконин Д.Б. Психология игры. – М., 2008 – 109 с.

Приложение №1

Картотека игр для развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста Игра «Убеди меня»

Цель игры

Научить отстаивать свои интересы; защищать то, что дорого; спокойно принимать критику своих убеждений.

Как играть

1. Спросите ребёнка, какое из недавно прочитанных произведений понравилось ему больше всего.
2. Сделайте сенсационное заявление, объявив, что считаете эту книгу совершенно неинтересной.
3. Позвольте ребёнку переубедить вас.

На что обратить внимание

Будьте тактичны. Возражайте мягко, не оскорбляя детских чувств, но побуждая своего оппонента приводить всё новые и новые аргументы в защиту своей позиции.

В итоге вы должны признать победу малыша. В идеале после игры вместе перечитать книгу, которую обсуждали.

Вместо литературы можно подвергнуть анализу просмотренные фильмы и мультики, новые игры, игрушки и наряды.

Игра «Командиры наоборот»

Цель игры

Помочь детям осознать золотое правило нравственности: «Относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе».

Как играть

Игра рассчитана на компанию из нескольких человек.

1. Выберите ведущего. Как правило, это взрослый, которому известен секрет игры.
2. Каждый из игроков должен придумать для ведущего задание: прокукарекать; зайти в тёмный чулан; почесать кота за ушком.
Задания могут быть любыми, при условии, что их выполнение не причинит никому вреда.
3. Когда все игроки высказались, ведущий объявляет главную «фишку»: выполнять задания предстоит не ему, а тем, кто их придумал.

На что обратить внимание

При повторном выполнении упражнения его воспитательная ценность существенно падает. Зная «фишку», ребята будут придумывать задания очень осторожно.

Вы можете изменить правила, превратив описанную игру в «Фанты»:

- все игроки пишут задания на бумажках;

- бумажки надо свернуть и кинуть в шляпу;
- все игроки по очереди достают свёртки и выполняют то, что вытянули.

Игра «История одного шарика»

Цель игры

Научить ребёнка расслабляться, подстегнуть работу его воображения, помочь анализировать собственные переживания.

Как играть

1. Попросите малыша надуть яркий воздушный шарик.
2. Придумайте историю, суть которой в том, что шарик переполнен эмоциями:
 - ему очень обидно, что он зелёный, а его друзья красные;
 - он боится предстоящего праздника, потому что дети могут его раздавить;
 - он солгал маме-шарику о том, где гулял вчера вечером, и теперь ему мучительно стыдно.
3. Чтобы шарик не лопнул от нахлынувших эмоций, ему надо помочь. Пусть ребёнок медленно выпустит воздух из шарика, приговаривая в этот момент что-то подбадривающее, какие-то слова поддержки.

На что обратить внимание

Желательно, чтобы надувал шарик, а затем выпускал из него воздух ребёнок, но если потребуется, помогите с этой частью задания.

Спрашивайте малыша, бывали ли у него ситуации, в которых он чувствовал себя как этот шарик (эмоции могут быть и радостными, не обязательно упоминать страх, досаду или стыд).

Игра «Эстафета добра»

Цель игры

Научить детей радовать окружающих и получать удовольствие от вызванных эмоций.

Как играть

1. Все участники игры садятся в кружочек. Для создания особой «кулуарной» атмосферы рекомендуется сесть на ковёр как можно ближе друг к другу.
2. Ведущий поворачивается к своему соседу справа и говорит ему какой-то комплимент, что-то приятное:
 - «Мне очень нравится твоя улыбка».
 - «Ты слепил очень красивую гусеницу».
 - «Я рад, что мы с тобой друзья».
3. Тот, кому адресованы «приятности», не забыв поблагодарить за них, поворачивается к своему соседу слева и передаёт «эстафету добра».

На что обратить внимание

Приятности не должны повторяться.

Если один из игроков растерялся и не может придумать добрых слов, он выражает сожаление и просит помощи у остальных ребят:

- *«Ты очень хороший. Мне жаль, что я не могу сейчас поделиться с тобой добром. Друзья, помогите мне, пожалуйста».*

Игра должна проходить в спокойной, дружеской атмосфере. Исключите соревновательный, азартный компонент.

Перед детьми не стоит задача продемонстрировать свою находчивость и придумать больше всех «приятностей». Их цель — подарить радость товарищам по этому упражнению, полезному для развития эмоционального интеллекта.

Игра «Фантазёры»

Цель игры

Научить ребёнка анализировать эмоциональное состояние рисованных персонажей, развивать чуткость и воображение.

Как играть

Подготовьте несколько картинок, на которых изображены эмоции людей.

1. Пусть ребёнок опишет, что видит.
2. А теперь попросите его придумать, что предшествовало изображенному моменту.
3. Пофантазируйте вместе, что может случиться дальше.

На что обратить внимание

Чем больше деталей заметит малыш на картинке, тем лучше. Если в процессе работы над эмоциональным интеллектом вы будете периодически повторять показ картинок, то непременно обнаружите, как возрастает внимательность малыша.

«Эмоциональные танцы»

Танцы – это энергия, которая отлично передает эмоции и настроение. Предложите детям придумать свой "танец радости" или "танец разочарования", "танец интереса" или "танец грусти". В этой игре важно работать с разным настроением, и под каждую эмоцию ребенок двигается по своему усмотрению.

Если играет группа детей, то все по очереди предлагают свое движение, которое повторяют остальные. Так получается самый искренний, импровизированный танец.

«Горячо – холодно»

Итак, прячем сюрприз и предлагаем ребенку его найти. Если малыш удаляется от цели – наше выражение лица становится грустнее, если приближается к ней – мы проявляем все больше радости. И вот в момент, когда сюрприз найден, все счастливы, поздравляют и обнимают друг друга! При этом эмоция поддерживается всеми участниками игры.

Важно, чтобы в течение недели сыграли все дети, и каждый нашел сюрприз.

Если детей не много, то лучше каждому сыграть в течение одного дня.

Эта игра учит понимать свои и чужие эмоции, она также формирует навык сопереживания и поддержки друг друга, позволяет почувствовать искреннюю радость за другого человека.

Игры для развития эмоционального интеллекта
(для всех возрастов)

«Копилка добрых дел»

Вырежьте из цветной бумаги кружочки или сердечки. В конце каждого дня предложите ребенку положить в «копилку» столько кружочков, сколько добрых дел он сегодня совершил. Если малыш затрудняется, помогите ему найти это доброе дело даже в малейших положительных поступках. Такая игра будет стимулом у крохи совершать что-то хорошее

«Выбрасываем злость»

Дайте ребенку черные тучки или темные кляксы, предложите сложить их в мешок. При этом побуждайте ребенка рассказать, какие плохие поступки были у него сегодня. Договоритесь с малышом, что вы складываете вашу злость, обиду или другую отрицательную эмоцию в этот мешок и идете выбрасывать ее.

«Ласковые имена»

Игра коллективная, воспитывающая доброжелательное отношение одного ребенка к другому. Игроки должны встать в круг. Один из участников бросает мяч другому, называя его ласково по имени. Например: Сереженька, Богданчик, Олечка и т.д. Второй игрок бросает следующему. Выигрывает тот, кто назвал больше ласковых имён.

«Пирамида любви»

Вспомните вместе с детьми о том, что все мы что-то любим. У кого-то это семья, у кого-то кукла, а некоторым просто нравится мороженое. Предложите детям построить пирамиду любви. Взрослый начинает ее строить, называя то, что он любит и кладет руку в центр. Затем каждый из детей называет то, что ему нравится или вызывает симпатию и кладет свою руку сверху. Таким образом, получилась целая пирамида.

Цветотерапия

Красный цвет

Упражнение №1

Цель: коррекция страхов, инертности, апатии.

Ход: в пластиковые тарелки налить пальчиковую краску красного цвета. Под музыку мизинцами левой руки и правой руки ставить точки на листе бумаги. Спросите у ребенка: «На что похожа картина, которую вы нарисовали».

Игра №2 «Красный предмет в моей ладошке»

Цель: коррекция страхов, инертности, апатии.

Ход: закрой глаза и приготовь ладонь. Когда на твоей ладони окажется какой – то предмет, сожми кулачок. *(Взрослый кладет ребенку на ладонь небольшой предмет красного цвета.)* Открой глаза, но не раскрывай ладонь. Попробуй догадаться, что у тебя в ладони. *(Ребенок высказывает свои догадки).* Молодец!

Теперь рассмотри свой предмет. Опиши, какой он. *(Крупный или мелкий, круглый, овальный, гладкий, шершавый, с рисунком, с дырочкой в середине и т. д.)*

Упражнение №3

Цель: коррекция страхов, инертности, апатии.

Ход: подготовить кусочки бархатной бумаги и нитки мулине красного цвета, шерстяные нитки того же цвета. На листе бумаги нарисовать контур цветка. Под музыку наклеить подготовленные кусочки разных материалов на контур нарисованного цветка.

Оранжевый цвет.

Упражнение №1

Цель: коррекция застенчивости, замкнутости, скованности.

Ход: на плотный картон нанести клей, насыпать пшеничную крупу, распределяя по всему листу, подождать, пока высохнет. Под музыку пальчиковой краской оранжево цвета раскрасить пшено.

Упражнение №2 Релаксация

Цель: коррекция застенчивости, замкнутости, скованности.

Ход: педагог дает задание детям вырезать бабочек двух цветов: красного и желтого. После того как все вырезали своих бабочек, приступаем к раскрашиванию пальцами оранжево узора на бабочке. Молодцы! Закройте глаза и представьте себя большой бабочкой оранжево цвета. *(Включается музыка).* Рассмотрите ее получше. По окончании музыки откройте глаза и пройдите за стол.

Мы с вами только что представляли себя оранжевыми бабочками. Сейчас мы будем вырезать бабочку из листа белой бумаги. Посмотрите, как это делается. *(Взрослый объясняет и показывает технологии вырезания, смешивания двух цветов: красного и желтого.)* После того как все вырезали

своих бабочек, приступаем к раскрашиванию пальцами оранжево узора на бабочке. Молодцы!

Желтый цвет

Упражнение №1

Цель: коррекция гиперреактивности, формирование самоконтроля, повышение самооценки.

Ход: на листе акварельной бумаги нарисовать ветку мимозы. Из бархатной бумаги желтого цвета сделать конфетти. Под музыку наклеить конфетти на изображение ветки, ветку и листья раскрасить акварельной краской зеленого цвета.

Упражнение №2

Цель: коррекция гиперреактивности, формирование самоконтроля, повышение самооценки.

Ход: ребенок наклеивает свой листок на бумагу. Листок может быть головой, туловищем, платьем или чем-либо другим. Цветными карандашами дорисовывают все необходимое, чтобы получился автопортрет. Если ребенок отказывается изображать себя, то он может изобразить то, что ему хочется.

Зеленый цвет

Упражнение №1

Цель: коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности.

Ход: на листе акварельной бумаги или картона нарисовать грозди винограда. От куска пластилина зеленого цвета отрезать небольшой кусочек, скатать в шарик. Под музыку отделять от шарика кусочки и размазывать по изображению ягод, листья раскрасить акварельной краской светло-зеленого цвета.

Игра №2 «Зеленые обитатели леса»

Цель: коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности.

Ход: назовите лесных жителей – зверей, птиц, насекомых – зеленого цвета (зеленая ящерица, зеленая змея, лягушка, гусеница, бабочка, жучок, кузнечик и т. д.). Сейчас каждый из вас превратится в любое зеленое существо, и когда зазвучит музыка, вы будете двигаться как ваши герои. То есть бабочка будет летать, кузнечики – прыгать, змеи-ползать, лягушка-скакать. Покажите, как вы будете двигаться. Хорошо! Когда музыка остановится, ваш герой должен замереть на месте. (*Игра повторяется несколько раз*).

Упражнение №3

Цель: коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности.

Ход: Бархатную бумагу зеленого цвета нарезать на полосы длиной 15 см. Под музыку наклеить полосы на лист акварельной бумаги или картона, промежутки раскрасить пальчиковыми красками, смешав зеленую краску с желтой. Покажите детям, как смешивать краски, добиваясь нужных оттенков, как пользоваться палитрой.

Голубой цвет

Упражнение №1

Цель: коррекция тревожности, агрессии, повышенной возбудимости.

Ход: на акварельной бумаге приклеить несколько кусочков ваты (облака). Под музыку «Звуки природы. Пение птиц» пальчиковой краской голубого цвета раскрасить небо. Покажите детям, как смешивать синий и белый цвета, чтобы получился необходимый оттенок голубого.

Упражнение №2

Цель: коррекция тревожности, агрессии, повышенной возбудимости.

Ход: подготовить 10 отрезков мулине голубого цвета. На листе акварельной бумаги или картона нарисовать несколько волнистых линий одну над другой. Под музыку наклеить нитки на линии, стараясь соблюдать форму.

«Угадай!»

Закройте лицо руками, а когда откроете, на нем должна быть изображена какая-то эмоция. Предложите ребенку угадать, что вы изобразили. Потом поменяйтесь с ребенком ролями.

«Как я говорю?»

Попробуйте произнести одну и ту же обычную фразу, например: «Доброе утро!», с разными интонациями (*радостно, грустно, зло, удивленно, испуганно и т.д.*) Пусть ребенок попробует угадать эмоцию. Придумайте другую фразу и поменяйтесь ролями.

«Давайте поздороваемся!»

Цель: упражнение продолжает знакомство, создает психологически непринужденную атмосферу.

В начале упражнения говорится о разных способах приветствия, реально существующих и шуточных. Детям предлагается поздороваться плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать свой собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и

поздороваться им. (Для каждого последующего занятия придумывается новый, ранее не использованный способ приветствия!

«Встаньте те, кто...»

Цель: упражнение направлено на развитие внимания, наблюдательности, а также продолжение группового знакомства.

Ведущий дает задание: "Встаньте все те, кто ...

- любит бегать,
- радуется хорошей погоде,
- имеет младшую сестру,
- любит дарить цветы и т.д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети.

После завершения упражнения детям задаются вопросы, подводящие итоги игры:

- Сейчас мы посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным. Кто из ребят запомнил, кто у нас в группе любит сладкое? У кого есть младшая сестра? и т.д.

Затем вопросы усложняются (включают в себя две переменные):

- Кто у нас в группе любит сладкое и имеет младшую сестру? Каждый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам - ему помогает группа»

«Опиши друга»

Цель: развитие внимательности и умения описывать то, что видел, продолжение знакомства.

Упражнение выполняется в парах (одновременно всеми участниками). Дети, стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо своего партнера.

Потом описание сравнивается с оригиналом и делается вывод о том, насколько ребенок был точен.

«Что изменилось?»

Цель: развитие внимания и наблюдательности, необходимых для эффективного общения.

Каждый ребенок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты, За это время в группе производится несколько изменений в одежде, причёске детей, можно пересесть на другое место (но не больше двух-трех изменений; все производимое изменения должны быть видимы). Задача водящего правильно подметить произошедшие изменения.

«Как ты себя чувствуешь?»

Цель: развитие внимательности, эмпатии, умения чувствовать настроение другого.

Упражнение выполняется по кругу.

Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом.

Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.

«Мое настроение»

Цель: развитие умения описывать свое настроение, распознавать настроения других, развитие эмпатии.

Детям предлагается рассказать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, состоянием, можно показать его в движении - все зависит от фантазии и желания ребенка.

«Подарок на всех (цветик - семицветик)»

Цель: развитие чувства коллектива, умения дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками.

Детям дается задание: "Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил сейчас всем нам вместе?" Или: "Если бы у нас был Цветик-семицветик, какое бы желание ты загадал?" Каждый ребенок загадывает одно желание, оторвав от общего цветка один лепесток.

Лети, лети, лепесток, через запад на восток,

Через север, через юг, возвращайся, сделав круг,

Лишь коснешься ты земли, быть по-моему вели.

Вели, чтобы...

В конце можно провести конкурс на самое лучшее желание для всех.

«Портрет самого лучшего друга»

Цель: развитие анализа и самоанализа.

Детям дается задание нарисовать портрет своего самого лучшего друга.

Затем проводится беседа:

- Кого ты считаешь своим самым хорошим, самым лучшим другом? Какими качествами обладает этот человек? Хотите ли вы, чтобы вас считали хорошим другом? Что для этого надо делать, как себя вести?

В ходе общего обсуждения формулируются правила радостного общения, которые рисуют в доступной для детей схематичной форме или же записывают их на листе ватмана печатными буквами (если дети уже умеют читать).

Например:

- Помогай друзьям.
- Делись с ними, учись играть и заниматься вместе.
- Останови друга, если он делает что-то плохое. Скажи ему, если он в чем-то не прав.
- Не ссорься, не спорь по пустякам; играй со всеми дружно.
- Не завидуй.
- Если поступил плохо, не бойся признаться в этом, извинись.
- Спокойно принимай советы и помощь других ребят.
- Не радуйся, когда кто-то проигрывает. Если можешь, помоги ему.
- Если проиграл сам, не срывай злость на других, может быть, ты выиграешь в следующий раз.

«Этюд на различные позиции в общении»

Цель: прочувствование различных позиций в общении.

Детям дается задание разбиться на пары. Общение в парах проходит в диалоговом режиме. Для общения предлагаются интересные и актуальные для детей темы: "Мое любимое животное", "Мой самый радостный день в прошлом месяце" и пр.

Сначала ситуация общения организуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около своего стула (дети меняются местами), затем дети, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор.

После у детей спрашивают о впечатлении, настроении, возникшем в процессе общения. Как больше понравилось общаться? Почему?

«Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Упражнение выполняется в парах с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый дает задания (каждое задание выполняется 2-3 минуты): - Закройте глаза, протяните навстречу друг другу руки, познакомьтесь одними руками. Постарайтесь получше узнать своего соседа. Опустите руки»

- Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки ссорятся. Опустите руки.

- Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят помириться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы расстаетесь друзьями.

Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?

«Волшебные средства понимания»

Вводная беседа.

Цель: осознание того, что можно помочь человеку, которому грустно, плохо, что в силах каждого оказать помощь всем нуждающимся в ней, понимание того, что конкретно для этого можно сделать.

- Что вам помогает, когда вам трудно, плохо, когда вы провинились, когда вас обидели?
- Что особенного умеют делать люди, с которыми нам приятно общаться, что их отличает? (улыбка, умение слушать, контакт глаз, добрый ласковый голос, мягкие нерезкие жесты, приятные прикосновения, вежливые слова, умение понять человека).
- Почему эти средства понимания мы можем назвать "волшебными"?
- Можем ли мы с вами применять эти "волшебные" средства, когда?

«Лица»

Цель: способствует развитию понимания мимических выражений и выражения лица.

Руководитель вывешивает на доске различные картинки, маски:

- радость,- удивление,- интерес,
- гнев, - злость, - страх,- стыд,
- презрение, - отвращение,

Задача детей определить, какое чувство выражает маска.

«Маски»

Цель: умение различать мимику, самостоятельно сознательно пользоваться мимикой для выражения своих эмоций.

Каждому из участников дается задание - выразить с помощью мимики горе, радость, боль, страх, удивление... Остальные участники должны определить, что пытался изобразить участник.

«Ролевое проигрывание ситуаций»

Цель: упражнение выполняется в парах, оно направлено на конкретную проработку, применение "волшебных " средств понимания, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.

Воспользовавшись "волшебными" средствами понимания, дети должны помочь:

- 1) плачущему ребенку, он потерял мячик;
- 2) мама пришла с работы, она очень устала;

- 3) товарищ в классе сидит грустный, у него заболела мама;
- 4) ваш друг плачет, он получил плохую оценку;
- 5) девочка-соседка попросила тебя ей сделать аппликацию...

Необходимо подобрать столько ситуаций, чтобы каждый ребенок смог выполнить задание.

«Рисование»

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Детям дается задание: "Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите его каким-нибудь волшебным средством понимания."

Рисование проводится под тихую спокойную музыку, красками или яркими мелками, фломастерами на нелинованных белых листах. Затем устраивается конкурс на самое доброе животное. Победителю вручается грамота.

«Художник слова»

Цель: развитие способности описывать наблюдаемое, умения выделять существенные для описания детали, использование приемлемых, небидных слов, расширение активного и пассивного словаря детей.

Каждый ребенок по очереди задумывает кого-то из группы и начинает рисовать его словесный портрет - его внешние особенности (а по возможности и внутренние, психологические), не называя конкретно имени этого человека.

Учитывая уровень развития детей можно предложить им упражнения на ассоциативное восприятие. (На какое животное похож? На какой цветок? На какой предмет мебели? и т.д.)

«Сделаем по кругу друг другу подарок»

Цель: развитие у детей чувствования друг друга, понимания настроения другого, развитие эмпатии.

Ведущий дает задание каждому сделать своему соседу справа подарок, но не какой-то конкретный подарок, а выдуманный: "Что вы хотели бы подарить именно этому человеку? Подарите тот подарок, который, по вашему мнению, сейчас ему особенно нужен".

Подарок можно описать словами или показать жестами.

«Игрушка»

Цель: ролевое проигрывание ситуаций, отработка навыков эффективного взаимодействия, эмпатии, умения сотрудничать.

Упражнение выполняется в парах. Один ребенок из пары – обладатель красивой и очень любимой им игрушки, с которой он очень любит играть. Другой ребенок очень хочет поиграть с этой игрушкой. Его задача уговорить хозяина игрушки дать поиграть с ней.

Важно: при выполнении этого упражнения ребенку - хозяину игрушки в руки дается любая игрушка, которую он должен представить как свою самую любимую.

Как только хозяин игрушки отдает ее просящему ребенку, упражнение прерывается и у ребенка спрашивают, почему он отдал игрушку.

«Ролевое проигрывание ситуаций»

Цель: задание направлено на конкретную проработку и применение "волшебных" средств общения, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.

Детям задаются игровые ситуации, которые они инсценируют. Упражнение выполняется коллективно (из группы выбираются участники, разыгрывающие ситуацию, и наблюдатели). Задача актеров - максимально естественно проиграть заданную ситуацию, наблюдатели же анализируют увиденное. После коллективного обсуждения можно проиграть ситуацию еще раз с теми же самыми актерами (если ранее они сделали это неудачно) или с новыми (для закрепления на практике волшебных средств понимания).

Примеры проигрываемых ситуаций:

- Ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика.
- Тебе очень хочется поиграть с такой же игрушкой, как у одного из ребят вашего класса. Попроси ее.
- Ты очень обидел своего друга. Извинись и попробуй помириться.

«Настроение»

Цель: умение описывать свое настроение, развитие понимания настроения других, развитие эмпатии, ассоциативного мышления.

Создается цветопись настроения группы. Например, на общем листе ватмана с помощью красок каждый ребенок рисует свое настроение в виде полоски, или облачка, или просто в виде пятна. Возможен другой вариант: из корзинки с разноцветными лепестками из цветной бумаги каждый ребенок выбирает для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету его настроения. Затем все лепестки собираются в общую ромашку. Можно предложить детям сочинить спонтанный танец настроения.

«Школа улыбок»

Цель: развитие эмпатии, навыков культурного общения.

Вводная беседа:

- Когда люди улыбаются?
- Какие бывают улыбки?
- Попробуйте их показать.

Дети пробуют улыбнуться сдержанно, хитро, искренне...

- Нарисуйте улыбающегося человека.
- Улыбающийся человек, какой он?

«Общее настроение»

Цель: развитие понимания, чувствования настроения собеседника.

1 этап: Объявляется конкурс на лучшее изображение радости, страха, гнева, горя (в дальнейшем набор эмоций можно расширить). Настроение изображается с помощью мимики и жестов. Затем, когда выражение эмоции найдено, ведущий просит придумать и издать звук, ассоциирующийся у каждого ребенка с этим состоянием. Если задание выполняется с трудом, то можно связать его с ситуацией из конкретного жизненного опыта детей: "Вспомни себя, когда ты радовался, когда у тебя произошло какое-то неприятное событие и т.д."

Если дети начинают копировать движения друг у друга, то задание можно проделать с закрытыми глазами и открывать их только тогда, когда выражение нужного состояния будет найдено.

2 этап: Работа в парах. Отбираются несколько базовых эмоций, например, испуг, удивление, радость, горе. Дети стоят спиной друг к другу, на счет раз-два-три показывают одно и то же состояние, не сговариваясь. Важно как можно лучше научиться чувствовать друг друга. Удачно, когда выбор состояния в паре совпадают 2-3 раза подряд.

3 этап: Разрабатывается единый; всеобщий знак для изображения основных эмоций, например, страха, горя, радости...

На этом этапе важна работа по обсуждению видимых признаков, выражающих определенное состояние.

«Я хороший – я плохой»

Цель: развитие рефлексии и самоанализа.

Детям предлагается нарисовать рисунок, автопортрет, на котором должны быть нарисованы как их хорошие, так и плохие качества. Если дети затрудняются, то можно поговорить с ними о том, какие качества они считают плохими, а какие хорошими и почему. Как можно нарисовать плохое качество, а как хорошее? Какого они могут быть цвета и какой формы?

«Ветер дует на...»

Со словами «Ветер дует на...» ведущий начинает игру. Чтобы участники игры побольше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» — все светловолосые собираются в одну кучку. «Ветер дует на того, у кого... есть сестра», «кто любит животных», «кто много плачет», «у кого нет друзей» и т. д. Ведущего необходимо менять, давая возможность поспрашивать участников каждому.

«Найди друга»

Упражнение выполняется среди детей или же между родителями и детьми. Одной половине завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и узнать друга (или своего родителя). Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.

«Рукавички»

Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети разбредаются по залу. Отыскивают свою «пару», отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются, как можно быстрее, раскрасить совершенно одинаково рукавички замечание. Ведущий наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. Победителей поздравляют.

«Сочиним историю»

Ведущий начинает историю: «Жили-были...», следующий участник продолжает, и так далее по кругу. Когда очередь опять доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, оттачивает его, делает более осмысленным, и упражнение продолжается.

«Дракон»

Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый участник — «голова», последний — «хвост» дракона. «Голова» должна дотянуться до хвоста и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только

«голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

«Рычи лев, рычи; стучи, поезд, стучи»

Ведущий говорит: «Все мы — львы; большая львиная семья. Давайте устроим соревнование, кто громче рычит. Как только я скажу: «Рычи, лев, рычи!», пусть раздается самое громкое рычание». «А кто может рычать еще громче? Хорошо рычите, львы». Нужно попросить детей рычать, как можно громче, изображая при этом львиную стойку.

Затем все встают друг за другом,, положив руки на плечи впереди стоящего. Это - паровоз. Он пыхтит, свистит, колеса работают четко, в такт, каждый слушает и подстраивается под соседей. Паровоз едет по помещению в разных направлениях, то быстро, то медленно, то поворачивая, то изгибаясь, издавая громкие звуки и свист. Машинист на станциях меняется. В конце игры может произойти «крушение», и все валятся на пол.

«Есть или нет?»

Играющие встают в круг и берутся за руки, ведущий - в центре. Он объясняет задание: если они согласны с утверждением, то поднимают вверх и кричат «Да», если не согласны, опускают руки и кричат «Нет!». Есть ли поле светлячки? Есть ли в море рыбки? Есть ли крылья у теленка? Есть ли клюв у поросенка? Есть ли гребень у горы? Есть ли хвост у петуха? Есть ли ключ у скрипки? Есть ли рифма у стиха? Есть ли в нем ошибки?

«Тень»

Один играющий ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается в стороны, кивает головой, машет руками и т. д. Все остальные встают в линию за ним на небольшом расстоянии. Они — его тень и должны быстро и четко повторять его движения. Затем ведущий меняется.

«На что похоже настроение?»

Участники игры по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начать сравнения лучше взрослому: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твое?» Упражнение проводится по кругу. Взрослый обобщает - какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое и т. д. Интерпретируя ответы детей, учтите,

что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

«Психологическая лепка»

В этом деле многое зависит от фантазии взрослого. Он просит детей слепить из своих тел одну общую фигуру: «морскую звезду» (можно лежа на ковре) — и показать, как она движется. Ракушку, кота, птицу, цветок, машину и т.д. Дети не только «лепят» фигуру, но и «оживляют» ее, двигаясь плавно и синхронно, не нарушая ее целостности.

«Прогулка по ручью»

На полу мелом рисуется ручеек, извилистый, то широкий, то узкий, то мелкий, то глубокий. Туристы строиваются друг за другом в одну «цепь», кладут руки на плечи впереди стоящему, расставляют ноги на ширину ручья в том месте, где их путь начинается, медленно передвигаются все вместе, меняя ширину расставленных ног, ступая по берегам ручья. Оступившийся попадает ногой в ручей и встает в конец цепи.

«Зеркало»

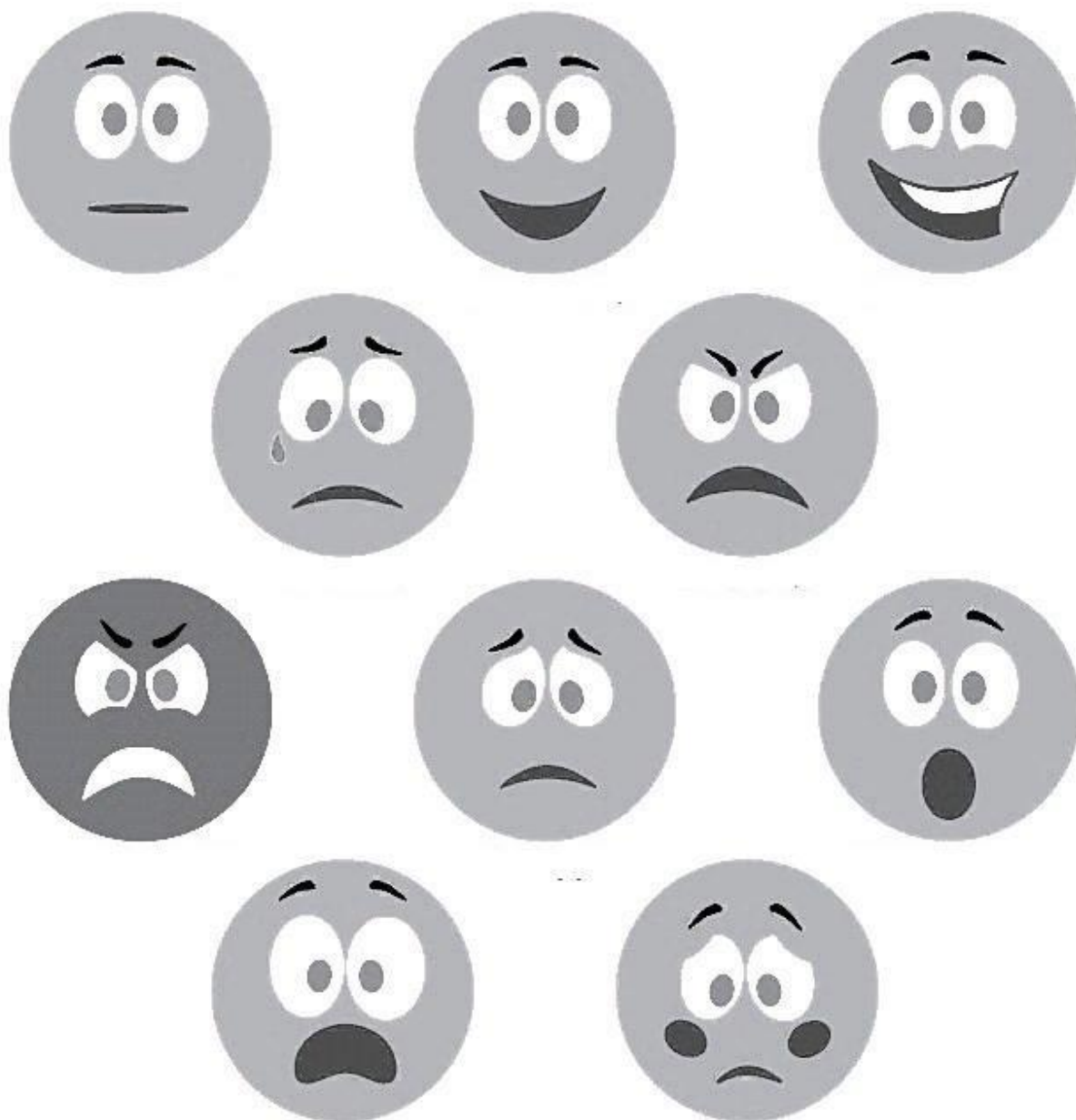
Детям предлагается представить, что они вошли в магазин зеркал. Одна половина группы — зеркала, другая — разные зверушки.

Зверушки ходят мимо зеркал, прыгают, строят рожицы - зеркала должны точно отражать движения и выражение лиц зверушек.

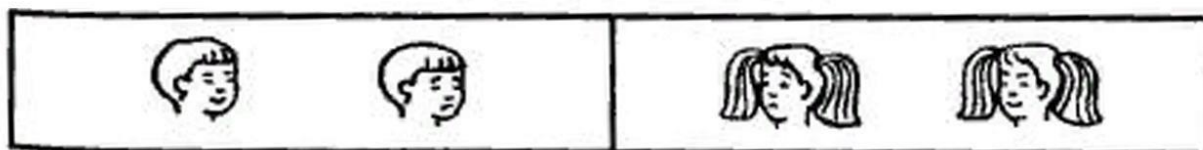
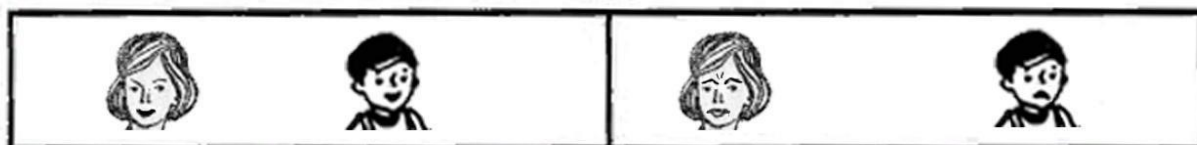
Приложение №2

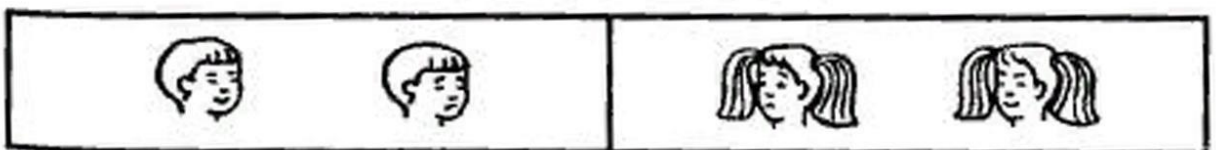
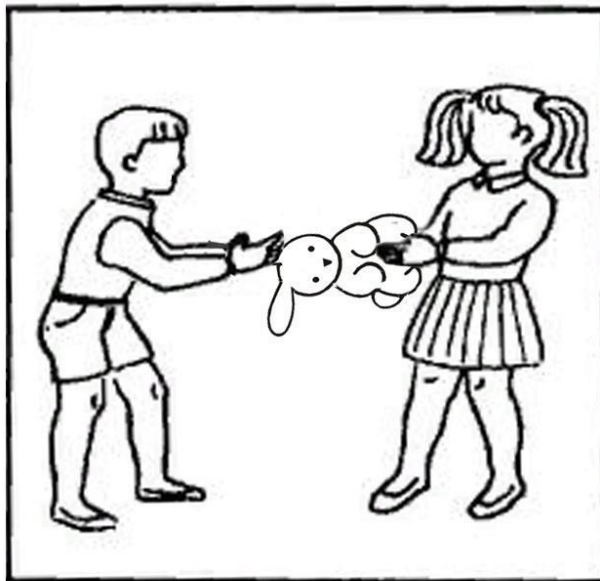
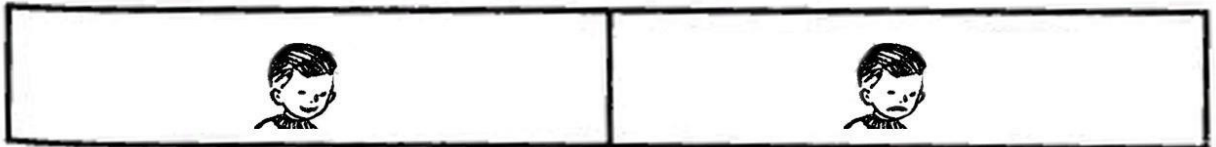
Диагностические материалы

Наглядные материалы к диагностическому заданию «Мимический тест»



Наглядные материалы к диагностическому заданию «Выбери нужное лицо»





Наглядные материалы к диагностическому заданию «Как улучшить своё эмоциональное состояние»





Наглядные материалы к диагностическому заданию «Картинки»

