

**МБДОУ №88 «АЛЫЕ ПАРУСА» Г. КАЛУГИ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР  
ПО РАБОТЕ С ОДАРЁННЫМИ ДЕТЬМИ**

**СЕМИНАР  
« РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ПРИЗНАКАМИ  
ОДАРЁННОСТИ»**

**П ОДГОТОВИЛА: ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ РУДОМЕТОВА О.П.**

## Программа семинара:

### Вводная часть

12.45 – 13.00 Встреча гостей, регистрация

### Основная часть

13.00 – 13.10 Выступление *Рудометова О.П.*

13.10 – 13.25 Практическое упражнение «Угадайте чувство»

13.25 – 13.35 Выступление *Рудометова О.П.*

13.35 – 13.50 Игра «Компас эмоций»

13.50 – 14.05 Выступление *Рудометова О.П.*

### Заключительная часть

Свободный микрофон: вопросы, обмен мнениями

*«Почему-то в нашем обществе сложился односторонний взгляд на человеческую личность, и почему-то все понимают одаренность и талантливость применительно к интеллекту. Но можно не только талантливо мыслить, но и талантливо чувствовать. Эмоциональная сторона личности имеет не меньшее значение, чем другие стороны, и составляет предмет и заботу воспитания в такой же мере, как ум и воля».*

*Л.С. Выготский*

В дошкольном воспитании прослеживается тенденция к интеллектуальному развитию детей, а развитию эмоций уделяется недостаточное внимание.

**Однако только согласованное функционирование эмоций и интеллекта может обеспечить ребенку успешное выполнение деятельности.**

Дети слабо управляют чувствами, эгоцентричны, что осложняет их общение с окружающими. Поэтому так важна работа по развитию эмоций дошкольника.

**Эмоции, особенно положительные, определяют эффективность обучения и воспитания ребенка, а волевое усилие оказывают влияние на становление любой деятельности дошкольника, в том числе и психического развития.**

Исследования, посвященные изучению эмоционально-волевого развития личности ребенка дошкольного возраста, проводились многими отечественными и зарубежными учеными и исследователями (Г. М. Бреслав, В.К. Вилюнас, А.В. Запорожец, К.Э. Изард, Я.З. Неверович, П.В. Симонов и др.).

**Отечественные исследователи** (И. В. Алехина, Н.М. Амосов, П.К. Анохин, М.В. Антропова, И.А. Аршавский, А. Баллон, А. И. Захаров, М.И. Кольцова, А.Д. Кошелева, Н. Л. Кряжева, Н. М. Матяш, Т. А. Павлова, Н.А. Степанова и др.)

**связывают возникновение проблем в эмоционально-волевой сферы ребёнка с дефицитом прежде всего положительных эмоций и волевого усилия.**

# ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА

- это свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

**Основу эмоционально-волевой сферы составляют:**

- ЭМОЦИИ
- ЧУВСТВА
- НАСТРОЕНИЕ
- ВОЛЯ



**Эмоции** - наиболее простые реакции ребенка на окружающий мир. Условно подразделяются на положительные (восторг, радость), отрицательные (гнев, страх), нейтральные (удивление и т.д.).

**Чувства** - более сложные комплексы сферы, включающие в себя различные эмоции и проявляющиеся по отношению к определенным предметам, людям, либо событиям.

**Настроение** – более устойчивое эмоциональное состояние, которое зависит от целого ряда факторов, в том числе тонуса нервной системы, состояния здоровья, окружающей обстановки, социального окружения, деятельности и т.д.

В зависимости от продолжительности настроение может быть устойчивым, либо неустойчивым, стабильным, либо переменчивым – эти факторы определяются темпераментом, характером человека и некоторыми другими особенностями.

Настроение способно оказывать серьезное воздействие на деятельность человека, то стимулируя, то расстраивая ее.

**Воля** – еще один компонент эмоционально-волевой сферы человека, отражает его способность к сознательной регуляции деятельности и достижению поставленных перед собой целей.



# ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ОДАРЕННЫХ



**СВЕРХЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ**



**ПРЕУВЕЛИЧЕННЫЕ СТРАХИ**



**БОГАТОЕ ВООБРАЖЕНИЕ**



**ЭГОЦЕНТРИЗМ**



**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ЭГОЦЕНТРИЗМ**  
(связь с самооценкой)

## ПОВЫШЕННАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ

В качестве одной из основных особенностей развития эмоциональной сферы одаренного ребенка большинство исследователей отмечают повышенную уязвимость.

Источником ее является также отмечаемая сверхчувствительность, уходящая корнями в особенности интеллектуального развития.

## ПРЕУВЕЛИЧЕННЫЕ СТРАХИ

Для одаренных детей характерны преувеличенные страхи. Данные исследований показывают, что как правило, эти страхи не имеют под собой реальной основы: дети, живущие в городах, больше всего боятся львов и тигров, а не машин. Возможно, эти страхи связаны с богатым и хорошо развитым воображением.

## БОГАТОЕ ВООБРАЖЕНИЕ

Иногда одаренные дети придумывают несуществующих друзей, желанного братика или сестренку, яркую фантастическую жизнь. Они наслаждаются своими красочными рассказами, чем вызывают беспокойство у взрослых, которые опасаются того, что ребенок живет в своем мире, придуманном, а не реальном.



# ЭГОЦЕНТРИЗМ

Многие исследователи отмечают высокую степень выраженности эгоцентризма именно у одаренных детей. *Одаренные дети часто не понимают, что окружающие существенно отличаются от них и в мыслях, и в желаниях, и в поступках.* Эгоцентризм ребенка закономерен и определен особенностями возрастного развития. Выражается это в неспособности встать на позицию другого человека, что связано с ограниченностью опыта ребенка. *У большинства детей с возрастом это проходит.*

Исследователи, объясняя эгоцентризм одаренных детей, утверждают, что *чем лучше знаешь что-либо, тем больше шансов в связи со своим знанием вести себя эгоцентрически.*

Эгоцентризм, как всякое сложное личностное свойство, нельзя рассматривать упрощенно, одномерно. При внимательном, глубоком изучении выявляется, что в одних сферах он проявляется у одаренного ребенка ярче, чем у "нормального", в других, наоборот, выражен меньше.

# ПОЗНОВАТЕЛЬНЫЙ ЭГОЦЕНТРИЗМ

Проявляемый в познавательной сфере эгоцентризм обычно так и именуется - "познавательный".

Исследовательская практика позволяет сделать вывод о том, что этот вид эгоцентризма наиболее характерен для одаренных детей как дошкольного, так и младшего школьного возрастов. Одаренные дети практически неспособны понять, как то, что просто и понятно им, не могут постичь окружающие. *Данный вид эгоцентризма отличается устойчивостью и в значительной мере сохраняется в дальнейшем.*

**Организованная педагогическая работа может обогатить эмоциональный опыт одаренных детей и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личностном развитии. Дошкольный возраст – благодатный период для организации педагогической работы по эмоциональному развитию детей.**

**Основная задача такой работы заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять.**

Педагогу важно специально знакомить детей со своеобразным эмоциональным букварем, учить пользоваться языком эмоций для выражения собственных чувств и переживаний и для лучшего понимания состояния других людей, анализировать причины различных настроений.

Эмоции	Чувства
<p data-bbox="338 401 1200 446">Возникли в процессе эволюции раньше.</p> <p data-bbox="338 518 1021 564">Присущи животным и человеку.</p> <p data-bbox="338 635 1123 681">Привязаны к ситуациям и событиям.</p> <p data-bbox="338 752 1021 798">Ситуативны и кратковременны.</p> <p data-bbox="338 869 1192 989">Выделяют явления, имеющие значение «здесь и сейчас».</p> <p data-bbox="338 1061 1072 1229">Одна и та же эмоция проявляется в разных чувствах.</p>	<p data-bbox="1370 361 2053 524">Возникли в процессе эволюции позже.</p> <p data-bbox="1370 595 2040 641">В основном присущи человеку.</p> <p data-bbox="1370 712 1882 758">Привязаны к объектам.</p> <p data-bbox="1370 829 1905 875">Устойчивы и длительны.</p> <p data-bbox="1370 946 2283 1066">Выделяют явления, имеющие стабильную мотивационную значимость.</p> <p data-bbox="1370 1138 2328 1258">Одно и то же чувство проявляется в разных эмоциях.</p>

# УПРАЖНЕНИЕ «ОПРЕДЕЛИ ЧУВСТВО»

- Базовыми (основными) чувствами человека являются: СТРАХ, ПЕЧАЛЬ, ГНЕВ, РАДОСТЬ.
- Вашему вниманию предлагается несколько эмоций (эм. состояний). *Вам необходимо определить какое базовое чувство лежит в основе этой эмоции (эм. состояния).*

## **I ГРУППА**

Сдержанность – СТРАХ

Вина – ПЕЧАЛЬ

Язвительность – ГНЕВ

Непосредственность – РАДОСТЬ

## **III ГРУППА**

Нервозность – СТРАХ

Пассивность – ПЕЧАЛЬ

Привередливость – ГНЕВ

Возбужденность – РАДОСТЬ

## **II ГРУППА**

Замешательство – СТРАХ

Скука - ПЕЧАЛЬ

Омерзение - ГНЕВ

Энергичность - РАДОСТЬ

## **IV ГРУППА**

Замкнутость - СТРАХ

Затруднение - ПЕЧАЛЬ

Брезгливость - ГНЕВ

Покой - РАДОСТЬ



ГНЕВ	СТРАХ	ГРУСТЬ	РАДОСТЬ	ЛЮБОВЬ
БЕШЕНОСТВО	УЖАС	ГОРЕЧЬ	СЧАСТЬЕ	НЕЖНОСТЬ
ЯРОСТЬ	ОТЧАЯНИЕ	ТОСКА	ВОСТОРГ	ТЕПЛОТА
НЕНАВИСТЬ	ИСПУГ	СКОРЬБЬ	ЛИКОВАНИЕ	СОЧУВСТВИЕ
ИСТЕРИЯ	ОЦЕПЕНЕНИЕ	ЛЕНЬ	ПРИПОДНЯТОСТЬ	БЛАЖЕНСТВО
ЗЛОСТЬ	ПОДОЗРЕНИЕ	ЖАЛОСТЬ	ОЖИВЛЕНИЕ	ДОВЕРИЕ
РАЗДРАЖЕНИЕ	ТРЕВОГА	ОТРЕШЕННОСТЬ	УМИРОТВОРЕНИЕ	БЕЗОПАСНОСТЬ
ПРЕЗРЕНИЕ	ОШАРАШЕННОСТЬ	ОТЧАЯНИЕ	УВЛЕЧЕНИЕ	БЛАГОДАРНОСТЬ
НЕГОДОВАНИЕ	БЕСПОКОЙСТВО	БЕСПОМОЩНОСТЬ	ИНТЕРЕС	СПОКОЙСТВИЕ
ОБИДА	БОЯЗНЬ	ДУШЕВНАЯ БОЛЬ	ЗАБОТА	СИМПАТИЯ
РЕВНОСТЬ	УНИЖЕНИЕ	БЕЗНАДЕЖНОСТЬ	ОЖИДАНИЕ	ИДЕНТИЧНОСТЬ
УЯЗВЛЕННОСТЬ	ЗАМЕШАТЕЛЬНОСТЬ	ОТЧУЖДЕННОСТЬ	ВОЗБУЖДЕНИЕ	ГОРДОСТЬ
ДОСАДА	РАСТЕРЯННОСТЬ	РАЗОЧАРОВАНИЕ	ПРЕДВКУШЕНИЕ	ВОСХИЩЕНИЕ
ЗАВИСТЬ	ВИНА, СТЫД	ПОТРЯСЕНИЕ	НАДЕЖДА	УВАЖЕНИЕ
НЕПРИЯЗНЬ	СОМНЕНИЕ	СОЖАЛЕНИЕ	ЛЮБОпытСТВО	САМОЦЕННОСТЬ
ВОЗМУЩЕНИЕ	ЗАСТЕНЧИВОСТЬ	СКУКА	ОСВОБОЖДЕНИЕ	ВЛЮБЛЕННОСТЬ
ОТВРАЩЕНИЕ	ОПАСЕНИЕ	БЕЗЫСХОДНОСТЬ	ПРИЯТИЕ	ЛЮБОВЬ К СЕБЕ
ЗАВИСТЬ	СМУЩЕНИЕ	ПЕЧАЛЬ	ПРИНЯТИЕ	ОЧАРОВАННОСТЬ
	СЛОМЛЕННОСТЬ	ЗАГНАНОСТЬ	НЕТЕРПЕНИЕ	СМИРЕНИЕ
	ПОДВОХ		ВЕРА	ИСКРЕННОСТЬ
	НАДМЕННОСТЬ		ИЗУМЛЕНИЕ	ДРУЖЕЛЮБИЕ
	ОШЕЛОМЛЕННОСТЬ			ДОБРОТА
				ЕДИНСТВО
				ВЗАИМОВЫРУЧКА
<b>МЫСЛИ (или состояния человека) ВЫЗВАННЫЕ ГАММОЙ ЧУВСТВ:</b>				
НЕРВОЗНОСТЬ	РАСКАЯНИЕ	ТУПИК	УДОВЛЕТВОРЕНИЕ	СОПЕРЕЖИВАНИЕ
ПРЕНЕБРЕЖЕНИЕ	БЕЗВЫХОДНОСТЬ	УСТАЛОСТЬ	УВЕРЕННОСТЬ	СОПРИЧАСТНОСТЬ
НЕДОВОЛЬСТВО	ПРЕВОСХОДСТВО	ПРИНУЖДЕНИЕ	ДОВОЛЬСТВО	УРАВНОВЕШЕННОСТЬ
ВРЕДНОСТЬ	ВЫСОКОМЕРИЕ	ОДИНОЧЕСТВО	ОКРЫЛЕННОСТЬ	СМИРЕНИЕ
ОГОРЧЕНИЕ	НЕПОЛНОЦЕННОСТЬ	ОТВЕРЖЕННОСТЬ	ТОРЖЕСТВЕННОСТЬ	ЕСТЕСТВЕННОСТЬ
НЕТЕРПИМОСТЬ	НЕУДОБСТВО	ПОДАВЛЕННОСТЬ	ЖИЗНЕРАДОСТНОСТЬ	ЖИЗНЕЛЮБИЕ
ВСЕДОЗВОЛЕННОСТЬ	НЕЛОВКОСТЬ	ХОЛОДНОСТЬ	ОБЛЕГЧЕНИЕ	ВДОХНОВЕНИЕ
	АПАТИЯ/БЕЗРАЗЛИЧИЕ	БЕЗУЧАСТНОСТЬ	ОБОДРЕННОСТЬ	ВООДУШЕВЛЕНИЕ
	НЕУВЕРЕННОСТЬ	РАВНОДУШИЕ	УДИВЛЕНИЕ	

СТРАХИ: 1. Страх оценки; 2. Страх ошибки; 3. Страх нового; 4. Страх одиночества; 5. Страх ответственности; 6. Страх темноты; 7. Страх высоты; 8. Страх разочарования в себе; 9. Страх будущего; 10. Страх за свою жизнь.

# ЭТАПЫ РАБОТЫ

**Первый этап:** психодиагностика эмоционально-волевой сферы в начале учебного года

**Второй этап:** подбор, включение форм и методов работы для развития эмоционально-волевой сферы ребенка в индивидуальный маршрут / составление маршрута

**Третий этап:** сопровождение ребенка по программе индивидуального маршрута

**Четвертый этап:** психодиагностика эмоционально-волевой сферы в конце учебного года

# ПЕРВЫЙ ЭТАП

## Задачи:

- 1) выявить возможные проблемы в развитии эмоционально-волевой сферы;
- 2) построить гипотезу о возможных причинах проблем в развитии эмоционально-волевой сферы одаренного ребенка;
- 3) сформировать цели работы с ребенком

## Методы и приёмы:

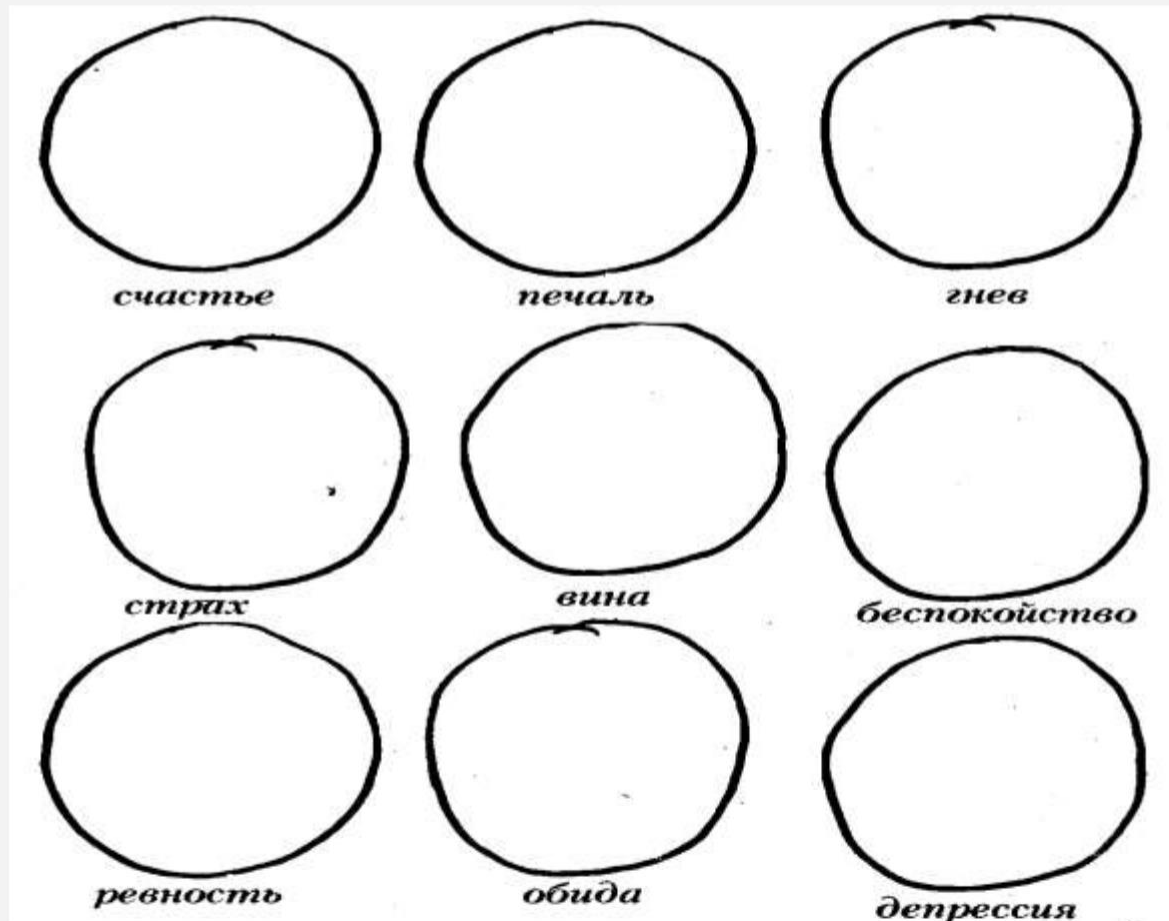
- наблюдение за ребенком во время режимных моментов, занятий, игр
- изучение продуктов деятельности
- изучение медицинской карты (анамнезов заключений, рекомендаций)
- беседа с родителями
- игровые упражнения и задания
- проведение тестирования с использованием различного психологического инструментария (песочная терапия)

## Рисунок «ЭМОЦИИ В КРАСКАХ» (арт-терапия)

Можно сделать свою галерею эмоций, где каждая картина – это эмоция, выраженная теми красками и композицией, которую выбирает ребенок. Очень здорово рисовать одновременно и сравнить, какими у вас получились радость, грусть, злость, страх.

(показателем будет если ребенок не сможет изобразить одно из чувств – вытеснение, неумение конструктивно выражать; продолжительность затраченного времени и усилий и т.д.)

**У КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА ЕСТЬ МНОЖЕСТВО РАЗНЫХ ЧУВСТВ. ВСЕ ОНИ ИМЕЮТ ПРАВО БЫТЬ. ЧУВСТВА ТОЖЕ МЕНЯЮТСЯ. НАРИСУЙ ЛИЦА ЧУВСТВ**



- *Когда рисуешь печаль или пишешь о ней, то становится не так больно.*
- *Иногда я сержусь на... за то, что...*
- *Когда я выражаю гнев на бумаге, то это никого не ранит.*
- *Я пугаюсь, когда...*
- *Когда рисуешь/пишешь о страхе, то он становится слабее.*
- *Я беспокоюсь о...*
- *Вот что я люблю делать, и у меня это хорошо получается:*

# Игра «КОМПАС ЭМОЦИЙ»

*За основу взята игра от создателей проекта Монсики <http://www.shop.monsiki.ru/shop/igra-kompas-emotsij>*

Возраст: 5+ Количество игроков: 3-6

Уникальная игра, направленная на развитие эмоционального интеллекта. Эта игра не только знакомит ребенка с эмоциями, но и показывает, какие чувства человек ощущает в той или иной ситуации.

Суть игры: каждый получает набор из 8 карточек: радость, страх, интерес, вдохновение, сомнение, удивление, доверие, гнев. Перечень можно дополнять. Загадывающий игрок придумывает слово-понятие-ситуацию и, выбирая к ней подходящую эмоцию, выкладывает карточку в круг закрытой. Остальные игроки должны угадать: какую же эмоцию вызывает у игрока загаданная ситуация.





Например, мама может выбрать карточку «радость» на понятие

«1 сентября», а дочка выбрать карточку – «страх».

Важно спрашивать почему именно эту эмоцию вызывает этот предмет, это явление или событие.

Детям сложно проговаривать свои эмоции. А в игре они раскрывают их.

# ВТОРОЙ ЭТАП

## Задачи:

**1)** поиск, подбор эффективных форм и методов работы по развитию эмоционально-волевой сферы с целью включения их в структуру индивидуального маршрута

## Методы и приёмы:

- изучение и анализ литературы
- изучение интернет-ресурсов / источников (открытых и закрытых)
- консультации со специалистами  
(педагогом-психологом, методистом, старшим воспитателем и др.)

# ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ МАРШРУТ

(образец на неделю)

а	Образовательные задачи воспитателя, педагога - психолога	Коррекционная развивающая работа педагога - психолога	Деятельность воспитателя с ребенком	Организация РППС	Работа с родителями
января	Создать условия для осознания своих страхов, запустить процесс отреагирования	Рисунок страхов	Проведение игры «Волшебный мешочек»	Два тканевых мешочка (темного и яркого цвета)	Рекомендовать просмотр мультфильма «Корпорация монстров»



# ТРЕТИЙ ЭТАП

## Задачи:

- 1) отреагировать имеющиеся отрицательные эмоции (страх, гнев и др.);
- 2) способствовать самопознанию ребенка;
- 3) формировать способности к эмоциональной саморегуляции;
- 4) способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально - приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими);



- 5) формировать адекватную самооценку;**
- 6) развивать произвольное управление поведением, волевое усилие, сосредоточенность на определенной работе;**
- 7) развивать навыки социального поведения;**
- 8) развивать чувство принадлежности к группе.**

## Методы и приемы:

- дидактические игры
- сюжетно-ролевые игры
- литературные произведения и сказки (*игры-драматизации*)
- мультфильмы
- игровые упражнения и задания
- психогимнастика
- песочная терапия
- тренинги

## Упражнение «СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ НАСТРОЕНИЯ»

Предлагается обсудить с ребенком, как можно повысить себе самому настроение, постараться придумать как можно больше таких способов (улыбнуться себе в зеркало, попробовать рассмеяться, вспомнить о чем-нибудь хорошем, сделать доброе дело другому, нарисовать себе картинку).

## *Игра «ВОЛШЕБНЫЙ МЕШОЧЕК»*

Перед этой игрой с ребенком обсуждается какое у него сейчас настроение, что он чувствует, может быть, он расстроен, обижен. Затем предложить ребенку сложить в волшебный мешочек все отрицательные эмоции, злость, обиду, грусть. Этот мешочек, со всем плохим, что в нем есть, крепко завязывается. Можно использовать еще один "волшебный мешочек", из которого ребенок может взять себе те положительные эмоции, которые он хочет. Игра направлена на осознание своего эмоционального состояния и освобождение от негативных эмоций.

## Игра "ТРЕНЕРУЕМ ЭМОЦИИ"

- Попросите ребенка нахмуриться, как: - осенняя туча - рассерженный человек
  - злая волшебница
- Улыбнуться, как:
  - кот на солнце
  - само солнце
  - как Буратино
  - как хитрая лиса
  - как радостный ребенок
  - как будто ты увидел чудо

- Позлись, как:

- ребенок, у которого отняли мороженое
- два барана на мосту
- как человек, которого ударили

- Испугайся, как:

- ребенок, потерявшийся в лесу
- заяц, увидевший волка
- котенок, на которого лает собака

## **ПСИХОГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ (этюды)**

*Основная цель– овладение навыками управления своей эмоциональной сферой: развитие у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать, полноценно переживать.*

- **1. Новая кукла (этюд на выражение радости).**

*Девочке подарили новую куклу. Она рада, весело скачет, кружится, играет с куклой.*

2. Баба-Яга (этюд на выражение гнева).

Баба-Яга поймала Аленушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съесть девочку, а сама уснула. Проснулась, а Аленушки и нет — сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегает по избе, ногами топает, кулаками размахивает

3. Фокус (этюд на выражение удивления).

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



4. Лисичка подслушивает (этюд на выражение интереса).

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

5. Соленый чай (этюд на выражение отвращения).

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

**6. Новая девочка (этюд на выражение презрения).**

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

# ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА СНЯТИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

*Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии.*

Педагог: «Давайте сядем на ковер, закроем глаза и представим, что мы находимся в лесу на полянке. Ласково светит солнышко, поют птички, нежно шелестят деревья. Наши тела расслаблены. Нам тепло и уютно. Рассмотрите цветы вокруг себя. Какой цветок вызывает у вас чувство радости? Какого он цвета?».

После небольшой паузы педагог предлагает детям открыть глаза и рассказать, удалось ли им представить полянку, солнышко, пение птиц, как они себя чувствовали во время

проведения этого упражнения. Увидели ли они цветок? Какой он был? Детям предлагается нарисовать то, что они увидели.

## Упражнение-релаксация «ЧУДЕСНЫЙ СОН КАТЁНКА»

Дети ложатся по кругу на спину, руки и ноги свободно вытянуты, слегка разведены, глаза закрыты.

Включается тихая, спокойная музыка, на фоне которой ведущий медленно произносит: «Маленький котенок очень устал, набегался, наигрался и прилег отдохнуть, свернувшись в клубочек. Ему снится волшебный сон: голубое небо, яркое солнце, прозрачная вода, серебристые рыбки, родные лица, друзья, знакомые животные, мама говорит ласковые слова, свершается чудо. Чудесный сон, но пора просыпаться. Котенок открывает глаза, потягивается, улыбается». Ведущий спрашивает детей об их снах, что они видели, слышали, чувствовали, свершилось ли чудо?

# ЛИТЕРАТУРА

К. Штайнер «Эмоциональная грамотность:  
интеллект с сердцем»

О. Бренифье «Что такое чувства?»

Л. Пинфолд «Чёрный пёс»

КЛОД ШТАЙНЕР

СЕРИЈА  
УЧЕНИЦИ

# ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ: ИНТЕЛЛЕКТ С СЕРДЦЕМ

Психология по учебным предметам и  
профессиональным занятиям



КЛАССИФИКАЦИЯ ТРАНСАКТИВНОГО АНАЛИЗА



Клод Штайнер — американский психолог, специалист в области трансактивного анализа. Он является автором термина «эмоциональная грамотность», который описывает способность человека понимать, выражать и регулировать свои эмоции. Штайнер подчеркивает, что эмоциональная грамотность является ключевым компонентом психического здоровья и благополучия.

В своей книге «Эмоциональная грамотность: интеллект с сердцем» Штайнер предлагает практические методы и упражнения, которые помогают читателям развивать свои эмоциональные навыки. Он объясняет, как эмоции влияют на наше мышление, поведение и отношения с другими людьми. Штайнер также подчеркивает важность самосознания и саморегуляции в процессе эмоционального развития.

Эта книга является отличным ресурсом для студентов, преподавателей и специалистов в области психологии. Она предоставляет ценные инсайты и инструменты, которые могут быть применены в образовательной и профессиональной среде.

«Эмоциональная грамотность» — это книга, которая поможет вам лучше понять себя и других, а также научиться управлять своими эмоциями. Это обязательное чтение для всех, кто интересуется психологией и личностным развитием.

Клод Штайнер — один из ведущих специалистов в области трансактивного анализа. Его работы оказали значительное влияние на современную психологию и психотерапию. Эта книга является прекрасным введением в его идеи и методы.

В этой книге вы найдете много полезных советов и упражнений, которые помогут вам улучшить свои эмоциональные навыки. Это отличное руководство для тех, кто хочет стать более эмоционально грамотным и успешным в своей жизни.

Прочитайте сейчас!

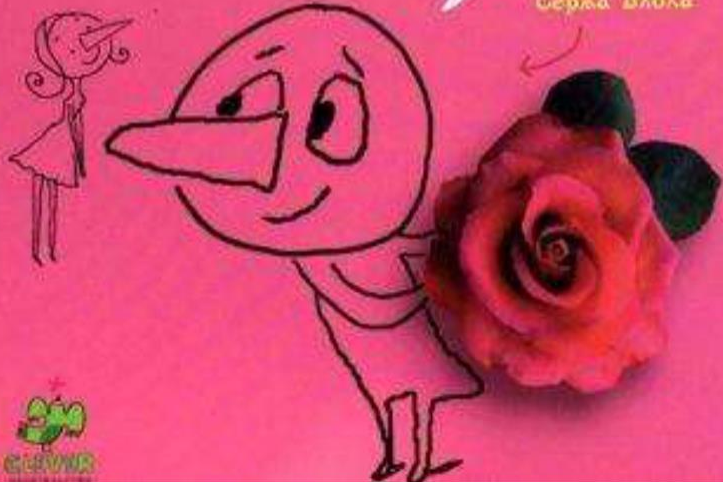
Давай Обсудим

Текст  
ОСКАРА  
БРЕННФЬЕ

КНИГА  
ИЗДАНО НА  
30  
ЯЗЫКОХ

ЧТО ТАКОЕ  
ЧУВСТВА?

Рисунки  
Сержа Блока





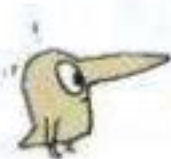
# Потому что я злюсь.

Ты? Чувствуешь себя  
позлосом? Или злишь?



Да,  
НО...

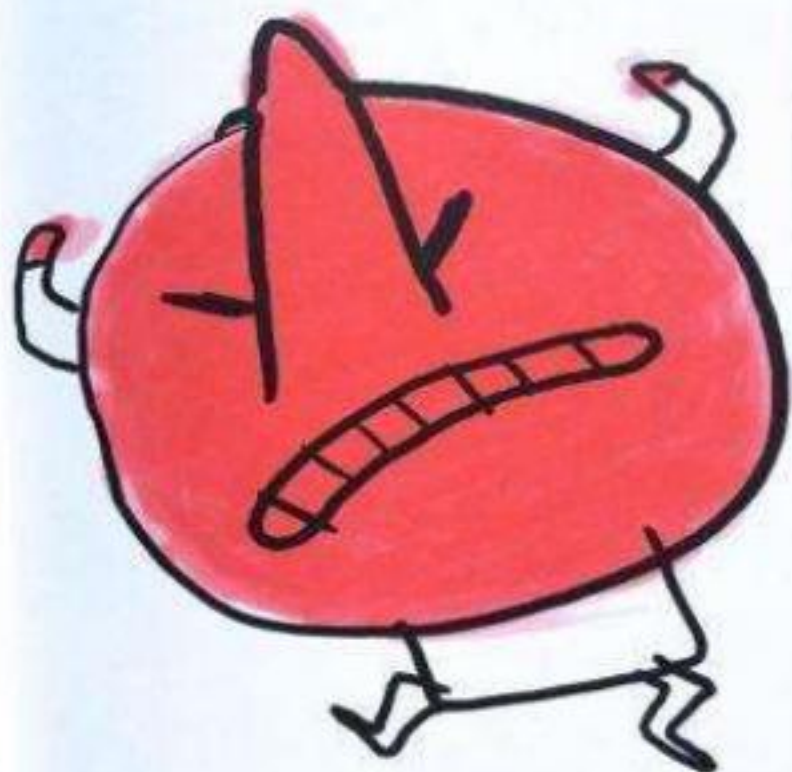
Тебя злят другие  
или ты сам злишься?



Помогает ли обсуждение  
осудить твой гнев?



Не лучше ли побыть  
одному, пока ты злишься?



Книга станет дверью в мир собственных чувств, улучшит контакт с собой и осознанность действий.

Каждая книга Бренифье - хороший помощник в ситуациях эмоционального напряжения, когда сложно разобраться в том, что ты чувствуешь и почему. Больше всего книга напоминает диалог, есть вопросы, варианты ответов, предположения. Вы с ребенком можете вместе поискать ответы на вопросы и задать друг другу свои.

*Вот некоторые вопросы из книги:*

- Почему ты ссоришься с теми, кого любишь?
- Обязательно ли защищаться, если тебя дразнят?
- Можно ли быть абсолютно злым?
- Что лучше : быть одному или с друзьями?
- Бывает ли так, что человека слушают, но не понимают?

Лихачева Ольга Алексеевна (текст для публикации взят из Интернета и других открытых источников)

- Об авторе

Оскар Бренифье – эксперт ЮНЕСКО, директор Парижского института практической философии, один из самых известных в мире философов-практиков, основоположник теории и практики философского консультирования. Книги Бренифье переведены на многие языки мира, отмечены несколькими престижными французскими премиями: Television Awards 2008, Prix Press 2008, премией "За лучшую научную книгу для юношества" (2009) и "За лучшую книгу для юношества" (2008). Бренифье подвергает сомнению правильность традиционной системы образования, которая заключается в прослушивании и повторении, и предлагает перестать разговаривать только с самим собой, перейти к диалогу. Он отличается от своих коллег тем, что не проводит все время в кабинете, а путешествует по миру и организует философские семинары, которые он называет "Искусство задавать вопросы", для детей, взрослых, учителей и даже для заключенных и пациентов в психиатрических клиниках. Его работа направлена на то, чтобы научить взрослых общаться с детьми, детей – понимать сложные философские вопросы, необходимые для жизни. Его книги, написанные для детей, будут интересны людям всех возрастов.



Однажды утром возле дома, где живут мама, папа и трое детей, появляется Черный Пес. Он большой как тигр. Семья решает закрыть дверь на ключ, выключить свет, потом задергивают шторы и все прячутся - под кровать, в своей комнате, под одеялом. И чем больше все прячутся, тем больше становится Черный Пес, он становится размером с дом. Пока не просыпается младшая дочка, она такая маленькая, что и зовут ее дома Крошка.

*Черный Пес это метафора страха, который приходит время от времени к каждому.*

Детям сложно говорить о своих страхах, также как и многим взрослым - потому что не знаешь, поддержат ли тебя, не понимаешь, откуда страх пришел и какими словами про него рассказать. А от этого страх становится только больше, как и Черный Пес в книге до встречи с Крошкой. Книга поможет поговорить с детьми о том, что такое страх, почему он появляется у всех и о том, что если страхом поделиться, то он точно станет меньше.

# МУЛЬТФИЛЬМЫ

- Головоломка
- Корпорация монстров

# ЧЕТВЕРТЫЙ ЭТАП

## Задачи:

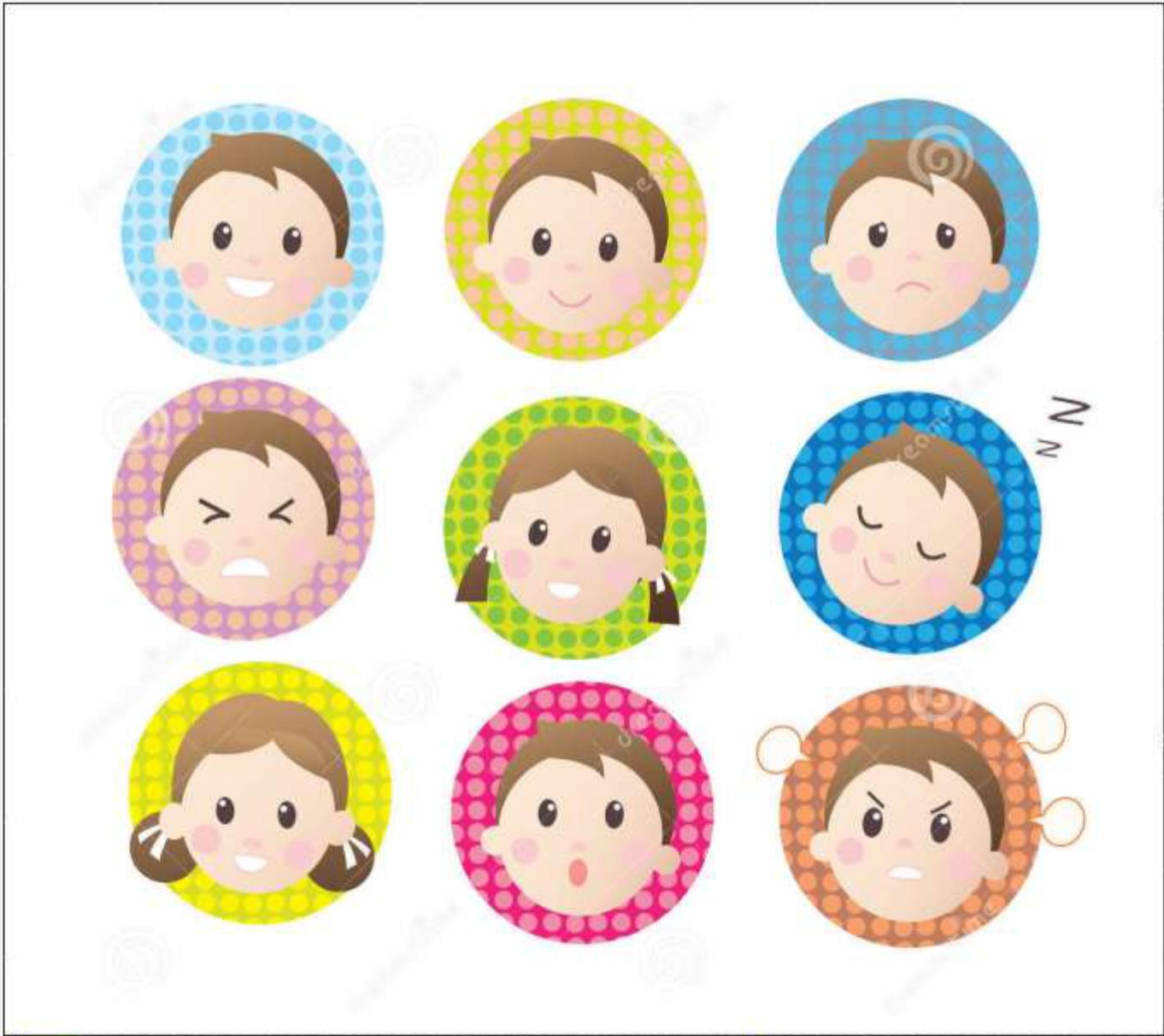
- 1) выявить динамику развития эмоционально-волевой сферы;
- 2) определить эффективность созданного индивидуального маршрута;
- 3) при необходимости, наметить дальнейшие цели в работе по развитию эмоционально-волевой сферы ребёнка



## **Методы и приёмы:**

- наблюдение за ребенком во время режимных моментов, занятий, игр
- изучение продуктов деятельности
- беседа с родителями
- проведение тестирования с использованием различного психологического инструментария

**Эмоциональная сфера человека развивается, изменяется на протяжении всей его жизни. Раннее и дошкольное детство - особый в этом отношении период. Развивая эмоциональный интеллект одаренных детей, мы вносим вклад в их настоящее и будущее!**



Download from  
**Dreamstime.com**

This watermarked image is for previewing purposes only.



21797019

Thittaya Jariyamehakul | Dreamstime.com

# РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Хухлаева О.В., «Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки».
- Хухлаева О.В. «Лесенка радости».
- Белопольская Н.А. и др. «Азбука настроения». Развивающая эмоционально-коммуникативная игра.
- Дьяченко О.М., Агеева Е.Л. «Чего на свете не бывает?» – М.: Просвещение, 1991 г.

- Калинина Р.Р. «В гостях у Золушки». Псков, 1997 г.
- Ключева И.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению». – Ярославль: Академия развития, 1996 г.
- Панфилова М.А. «Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры». – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2001 г.
- Чистякова М.И. «Психогимнастика» – М.: Просвещение ВЛАДОС, 1995 г.
- Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. «Практикум по креативной терапии». – СПб.: Речь, 2003 г.