Развитие эмоциональной сферы у дошкольников

ЛЬВОВА

ЮЛИЯ

НИКОЛАЕВНА

Педагог-психолог

ГБДОУ – детский сад № 58 компенсирующего вида
Петроградского района Санкт-Петербурга

Актуальность развития и коррекция эмоционально-личностной сферы дошкольников

Лучший друг - компьютер

Импульсивность поведения

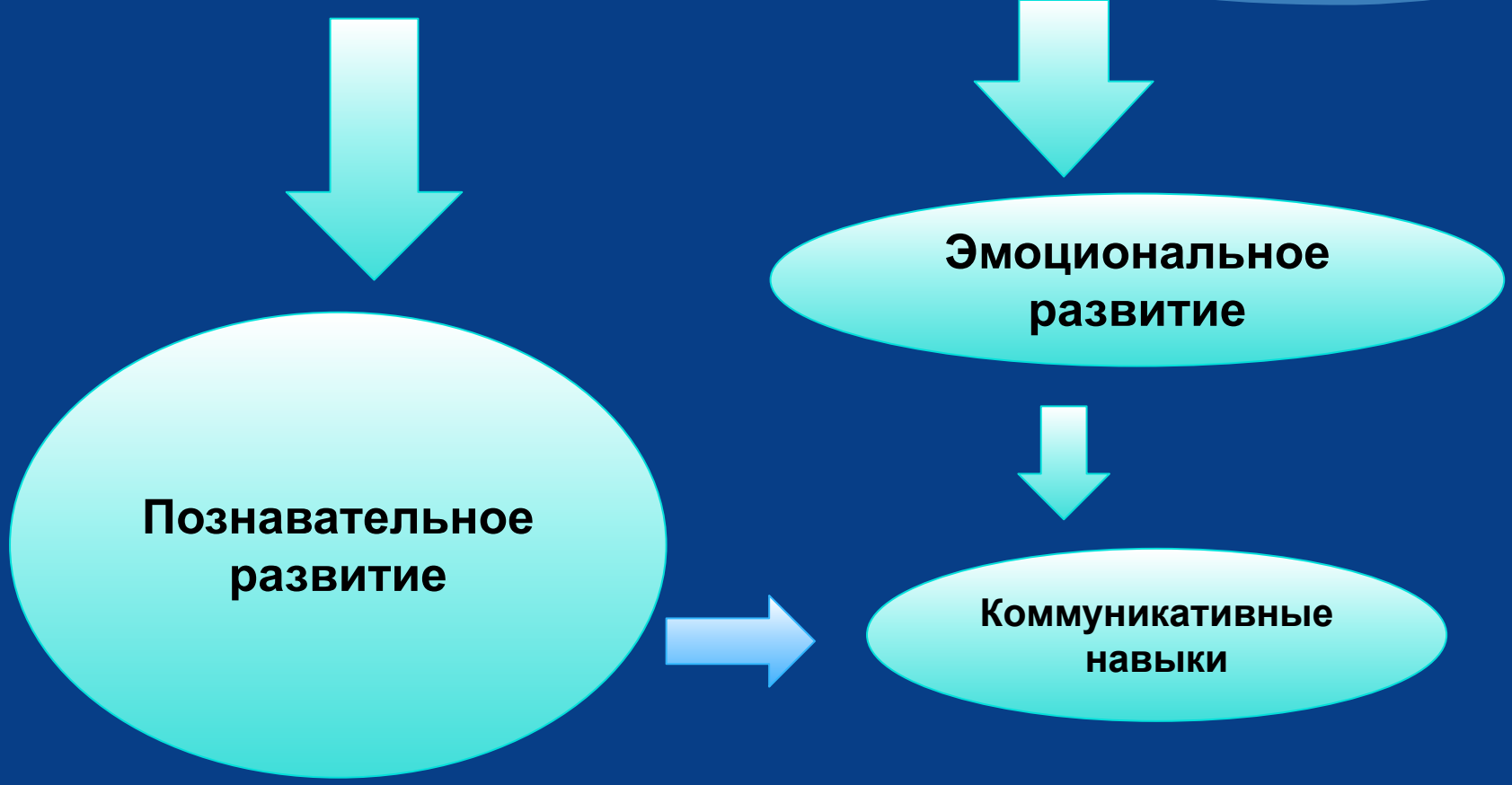
Не умеют дружить

Не отзывчивы к чувствам других

Эмоционально-оценочные симптомы неблагополучия ребенка

* Не понимают чувств и переживаний других людей;
* Не могут разобраться в собственных чувствах и переживаниях, затрудняются их назвать;
* Чрезмерно подозрительны, все время ожидают физического и морального зла;
* Ощущают себя отверженными;
* Эгоцентричны;
* Обладают крайностью самооценки;
* В своих ошибках обвиняют окружающих

Успешное развитие личности



Диагностика

* **Наблюдение**
* **Анкетирование родителей и воспитателей**
* **Методика изучения эмоционального самочувствия в детском саду (Е.В.Кучерова).**
* **Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики» (автор - О.А.Орехова).**
* **Восьмицветовой теста Люшера.**
* **«Цветовой тест отношений».**

Формы работы с детьми

Дети – педагог-психолог

Родители – педагог-психолог

Педагоги – педагог-психолог

Цель работы:

Оптимизация психического развития детей, формирование эмоциональной стабильности, эмоционального взаимодействия с окружающим миром.

Задачи:

1. Ознакомить детей с основными эмоциями человека.

2. Развивать осознание детьми своих эмоций, а также эмоциональных реакций других детей, язык жестов, мимики, пантомимики.

3. Обучать детей выражать дружеские чувства, симпатию, сочувствие к окружающим.

4. Развивать психологическую грамотность в вопросах конструктивного взаимодействия с другими детьми и взрослыми.

5. Развивать у детей навыки эмоционального регулирования.

6. Развивать конструктивные поведенческие реакций.

Телесно-ориентированные методы
Рисование
Формы и методы работы
Методы саморегуляции
Психогимнастика
Музыкотерапия

Телесно-ориентированные методы воздействия на психическую и эмоциональную сферу человека

Что дает телесно-ориентированная психотерапия и каких результатов позволяет достичь при работе с телом?

* Снизить уровень тревожности, повысить устойчивость к стрессу
* Справиться с различными заболеваниями, нормализовать обменные процессы, улучшить сон.
* Восстановить энергетический баланс, развить энергетические способности, чувствительность, внимание.
* Повысить гибкость, пластичность, улучшить осанку, свободу движений.
* Научиться лучше понимать и ощущать собственные границы, как в телесном, так и в социальном плане.
* Научиться слышать и понимать свое тело, ориентируясь на его знаки и выбор.
* Расширить границы восприятия.
* Повысить самооценку.
* Умение снимать напряжение, справиться с болью и т.д.

Релаксация

Дыхательная гимнастика

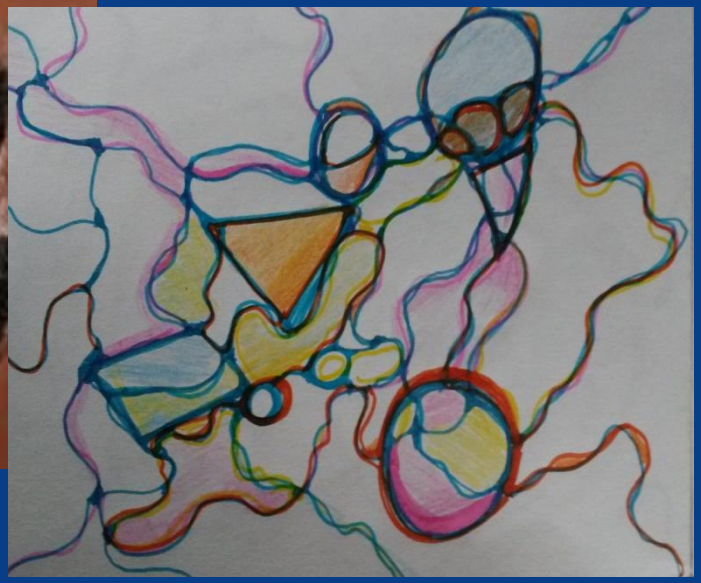
Методы саморегуляции

Массаж и самомассаж

Глазодвигательные упражнения

Растяжки

Психогимнастика и метод музыкального воздействия

- развивается межполушарное взаимодействие,
- снимаются мышечные зажимы,
- активизация вестибулярного аппарата и лобных долей мозга,
- воспитывается уверенность в самих себе и своих возможностях,
- обогащаются знания о собственном теле,
- развивается активность, инициативность,
- самостоятельность.

- Нейрографика
- Энергетическое фрактальное рисование
- Ассоциативное рисование
- Спонтанное рисование