

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

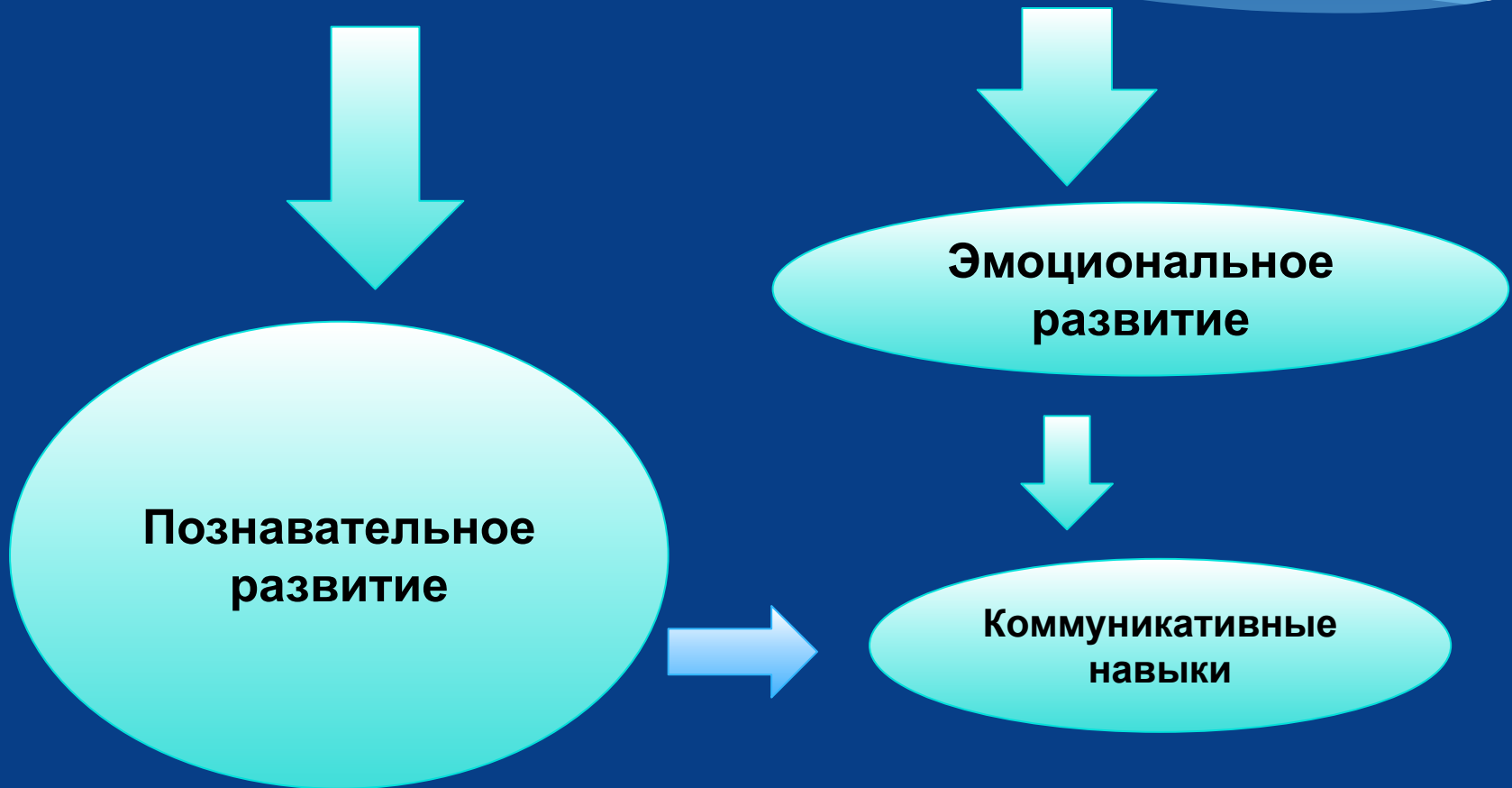


Не отзывчивы к чувствам других

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**

