**Авторская технология формирования социально-эмоциональной личностной сферы дошкольника**

**Наталья Ключенович**
Авторская технология формирования социально-эмоциональной личностной сферы дошкольника

**Технология формирования социально-эмоциональной личностной сферы дошкольника.**

**1. этап**

-

**Знакомство детей с некоторыми эмоциями (радость, обида, гнев, страх, стыд, интерес, Чтобы не загружать детей терминологией вместо термина «эмоции» употребляю в работе с детьми слово «чувства».**

•

*Шаг 1.- Первичное знакомство с эмоциями.*

- читается сказка и просим «угадать», что чувствует герой сказки в той или иной ситуации.

- соотнесение эмоций персонажа со своими, объяснение самим ребенком того или иного чувства. «радость - это…»

-включение в диагностику эмоциональных состояний;

- Соотнесение своих эмоций с эмоциями других, близких ребенку людей.

«Для мамы радость – это когда…»

- отображение в рисунке своих эмоций и описание их.

- Игра в «Ассоциации».

- обращение к «ранним воспоминаниям», когда ребенок был маленьким.

***• Шаг 2. – Обсуждение отрицательных эмоций.***

- объяснение, что отрицательные эмоции – это нормальное эмоциональное состояние, в некоторых ситуациях.

- рассматривание рисунков на тему: «Отрицательные эмоции».

- изображение в рисунке своего настроения и умение преодолевать отрицательные эмоции.

***• Шаг 3. – Обучение распознаванию произвольному проявлению эмоций.*** - рассматривание на картинках изображения нескольких людей испытывающих одни и те же эмоции.

- мимическая имитация детьми эмоций.

- игры на распознавание эмоций.

**2. этап – Обучение конструктивному разрешению конфликтов, умению владеть своими чувствами.**

**• Шаг 1 – осознание того, что человек хозяин своим эмоциям, а не наоборот.**

-обсуждение рассказа, где герой не считается с другими людьми, а проявляет свои эмоции как хочет.

- показ простейших способов владения своими эмоциями (эмоции наружу не выпускай, подумай, а потом сделай что-то, вдохни глубоко-глубоко всей грудью и тихонечко выдохни, чтобы сам своего выдоха не слышал).

**• Шаг 2.-обучение в конфликтных ситуациях понимать чувства другого.**

-подвести к тому, что причина конфликта – это непонимание друг друга (чтение и обсуждение проблемных ситуаций, нахождении путей их решения).

-научить понимать чувства других людей (решение ситуаций, близких их жизненному опыту, с предложением «угадать» чувства героев).

- игровое упражнение «расскажи о чувствах обидчика так, чтобы объяснить причину своих действий».

- игра «Угадай кто я?» - ребенок «превращается» в кого-нибудь, а дети с помощью наводящих вопросов угадывают, в кого «превращен» ведущий.

**• Шаг 3 –обучение детей принятию на себя ответственности за свои эмоции.** -беседа об эмоциях детей в течении дня, подвести к тому, что эмоции могут меняться.

-учить самостоятельно изменять свои отрицательные эмоции.

*Данные методы, приемы и формы работы помогают мне научить детей наиболее безболезненно адаптироваться в окружающем мире взрослых, мире человеческих отношений. Так как душевная жизнь ребенка чрезвычайно сложна, его психика состоит из двух взаимоопределяющих составных: осознаваемое и неосознаваемое – сознание и подсознание.*

*В неосознаваемой сфере важное значение имеет фиксированное отношение к себе, к другим и к жизни в целом. Определяют это - установки и психологическая защита.*

*Дети не могут осознавать и контролировать социальные эмоции, многое «подвергать сомнению», ставить психоэмоциональные защиты к установкам и требованиям окружающих, руководствуясь собственными желаниями и мотивами. Они не в состоянии поставить психологический барьер в отношениях с родителями и другими взрослыми. Поэтому многие из тех установок, которые они получают от своих родителей, педагогов и других взрослых, в дальнейшем определяет их поведение, причем стереотипное, одинаковое в сходных жизненных ситуациях. Несомненно, большая часть установок взрослых положительна и способствует благоприятному развитию личного пути ребенка. А раз они помогают и не мешают, то и осознавать их не обязательно. Это своеобразные инструменты психологической защиты, помогающие ребенку сохранить себя и выжить в окружающем мире.*

*Широко применяю для создания позитивного социально –эмоционального микроклимата в группе такие методики, как «Утреннее приветствие», «Наш день в детском саду», «Доска желаний», «Доска настроений», для профилактики и психологической коррекции негативных эмоциональных состояний детей: тревожности, беспокойства, агрессии, страхов – методики: «Сонные игрушки», «Коробочки добрых дел», «Доска настроений», «Релаксация с постепенным уходом», «Объединяющие игры с воспитателем».*