

ПРОФИЛАКТИКА ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Неумение дошкольников выражать эмоциональное состояние адекватным способом приводит к конфликтам в детских группах, появлению личностных проблем. Позднее это проявляется в агрессии и деструктивном поведении. Чтобы предотвратить подобные проблемы и сформировать эмоциональную грамотность детей, используется игра-тренажер «Морское царство — доброе государство».

Развитию эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется значительное внимание в отличие от его познавательного развития. Однако, как указывали **Л.С. Выготский** и **А.В. Запорожец**, только согласованное функционирование этих двух систем может обеспечить успешное выполнение любой деятельности.

Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они не всегда способны осознать и проконтролировать свои эмоции, что приводит к импульсивности поведения. Почему эту проблему важно обсуждать и решать?

У детей наблюдаются недостаточно сформированные умения распознавать и описывать свои эмоции, а также выражать эмоцио-нальное состояние социально приемлемым способом. Из-за этого возникают конфликты внутри детской группы, у дошкольников появляются внутриличностные проблемы, которые в дальнейшем, если с ними не работать, трансформируются в тревожность, застенчивость, замкнутость, агрессивность. Появляются предпосылки для формирования деструктивного поведения.

В рамках инновационного образовательного проекта «Доброта в твоих руках», направленного на профилактику деструктивного поведения посредством формирования эмоциональной грамотности детей старшего дошкольного возраста, разработана **игра-тренажер «Морское царство — доброе государство»**. Игра предназначена для практической психокоррекционной, а также психолого-педагогической и развивающей (индивидуальной и групповой) работы с дошкольниками 5–7 лет.

Цели игры: снять психоэмоциональное напряжение, обеспечить психологическую разгрузку детей, повысить эмоциональный фон.

Задачи:

- создать пространство для проявления социальных и эмоциональных компетенций — умения заявлять о своих желаниях, воспроизводить основные чувства, прислушиваться к своим чувствам, справляться с накопившимися стрессом, гневом, агрессией, страхом;
- создать условия для накопления ресурса — навыков обхождения с чувствами, навыков альтернативы агрессии, навыков преодоления стресса и т. д.;
- развить творческое воображение;
- научить простейшим приемам массажа;
- развить мелкую моторику, тактильную чувствительность;
- организовать совместную деятельность с целью развития навыков сотрудничества, совершенствования коммуникативных навыков.

Элементы игры (возможны варианты):

- 1) «вода» — полотно из фетра голубого цвета формата А3 с простроченными вдоль полотна «волнами»;
- 2) «морское дно» — микрофибра с пришитыми к ней «водорослями» — атласными ленточками (в процессе игры ленточки можно заплетать в косички для развития мелкой моторики);
- 3) морские обитатели (персонажи игры могут пополняться, как и запас игровых упражнений и заданий):
 - Радужный Медуз — объемная игрушка, связанная из разноцветных ниток, с разноцветными щупальцами; главный герой занятий, игрушка-посредник между детьми и взрослыми, проводник по морскому царству;
 - рыбы — из плотного фетра, чешуйки — пришитые пайетки (способствуют развитию тактильной чувствительности);
 - дельфины, морские коньки, черепашки (можно приобрести готовые);
 - медузы — из плотного фетра, наполненные пшеном, гречкой, фасолью, рисом;
 - морские ежи — шарики су-джок;
 - морская звезда-массажер;
 - камушки, ракушки, «жемчужинки» (большие бусины), разноцветные стеклянные шарики;
 - короткие и длинные шерстяные ниточки разных цветов и проч.;
- 4) пластиковый контейнер — благодаря ему игра мобильна, может использоваться как в помещении, так и на улице.

Дополнительные материалы и оборудование: цветной и кинетический песок, вода, резиновые тактильные коврики, надувные плавательные круги.

Результаты применения игры в работе:

1) с детьми

- устанавливается тесный психологический контакт между участниками игры;
- у ребенка появляется чувство значимости, повышается самооценка;
- воспитывается чувство коллективизма;
- отмечается высокая степень активизации самостоятельной работы каждого ребенка (даже робкие включаются в работу);
- реализуется индивидуальный подход к каждому ребенку в ходе игротренинга;
- создается комфортный психологический климат в группе;
- создаются условия для проявления доброжелательности, открытости,
- откровенности, выслушиваются мнения каждого;
- стимулируется творческий подход к решению задач и проблем;
- формируется умение слушать и принимать чужую точку зрения, а также высказывать свою;
- активизируется развитие речи и коммуникативных навыков;

- уменьшается чувство тревожности, повышается уровень внимания, снимается излишняя агрессивность;

2) с педагогами и родителями

- развивается умение выражать чувства, распознавать чувства другого;
- формируется умение справляться с накопившимся стрессом с помощью арт-технологий;
- развивается творческое мышление, воображение;
- развиваются навыки общения, умение проявлять инициативу, предлагать помощь друг другу.

Рассмотрим пример использования игры с детьми старшего дошкольного возраста (приложение).

Приложение

Сценарий игры «Путешествие в Морское царство — доброе государство»

Примечание. Игровые упражнения могут использоваться отдельно, а также быть составляющими игротренинга. Сценарий зависит от поставленных педагогом-психологом задач и может меняться в процессе.

Ход игры

1. «Приветствие Радужного Медуза»

Дети с педагогом-психологом стоят в кругу.

Педагог-психолог: Здравствуйте, дети. Сегодня я приглашаю вас отправиться в путешествие в Морское царство — доброе государство. А доставит нас туда Радужный Медуз (*показывает игрушку*). Сейчас каждый из вас по очереди возьмет его за цветное щупальце, представится и расскажет, какое у него настроение, как он себя чувствует...

Примечание. С помощью игрушки устанавливается тесный психологический контакт участников, что способствует возникновению чувства безопасности (особенно это актуально для беспокойных детей). Кроме того, дети учатся знакомиться, слушать, выражать чувства.

2. «Дайверы»

Проводится в кругу.

Вариант 1. Педагог-психолог: Ребята, давайте сейчас представим себя дайверами... Вы знаете, кто такие дайверы?.. Итак, через нос делаем глубокий вдох... набираем побольше воздуха... щеки не надуваем, плечи не поднимаем и медленно через рот, губы трубочкой, выпускаем воздух — опускаемся на морское дно... (*повторить 3–5 раз*).

Вариант 2. Дыхательное упражнение проводится с использованием воды и трубочек для коктейля. Инструкция та же, что и в первом варианте.

Примечание. Дыхательные упражнения развивают умение справляться с накопившимися гневом, стрессом, напряжением. Позволяют замкнутым, необщительным детям присоединиться к играющим сверстникам.

3. «Волны»

Для проведения используется «вода» — полотно из фетра голубого цвета формата А3 с простроченными вдоль полотна «волнами». Игроки сидят за столом.

Педагог-психолог: Кто хочет поплавать на добрых волнах Морского царства? Тогда приготовьтесь... Через нос делаем глубокий вдох... набираем побольше воздуха... щеки не надуваем, плечи не поднимаем... и медленно через рот выпускаем воздух со звуком «ш-ш-ш-ш-ш-ш» и проводим пальчиком по волне.

4. «Купальщики»

Дети образуют круг. Один из детей (*по желанию*) встает в центр. Участники по очереди подходят к ребенку и, поглаживая его, говорят: «Волны тихо набежали и тихонько прошуршали тебе ласково на ушко твое имя. Ты послушай... (*называют имя ребенка*)». Можно дополнительно использовать помпоны для черлидинга.

Примечание. Упражнение позволяет снизить психическое и физическое напряжение, тревожность, создает благоприятную эмоцио-нальную атмосферу, повышает уверенность детей (особенно это касается замкнутых, необщительных дошкольников), развивает умения выражать чувства, слушать других.

5. «Исследователи»

Педагог-психолог: Ну вот мы и на морском дне... (*используется элемент игры «морское дно» — микрофибра с пришитыми к ней «водорослями» — атласными ленточками*). Потрогайте пальчиками морское дно... почувствуйте, какое оно...

Можно предложить детям:

- потрогать дно с закрытыми глазами и описать свои ощущения,
- рассказать о том, что находится на морском дне,
- выложить на дне камушки, ракушки, водоросли («Какие они?» — «Твердые, гладкие, шероховатые, холодные...»).

Примечание. Упражнение развивает тактильную чувствительность, мелкую моторику, умение выражать чувства, творческое мышление, воображение.

6. «Парикмахеры»

Педагог-психолог: На дне растут забавные водоросли, которые любят модные прически. Кто хочет заплести им косички?..

Игру можно проводить на время — кто быстрее заплетет косичку.

7. «Ракушка-добрushка»

Используются морские раковины, желательно как можно больших размеров, а также крупные бусины белого цвета.

Педагог-психолог: Это ракушка-добрushка, хранительница жемчужинок доброты. Но к великому сожалению, она опустела. Давайте поможем ей! Возьмите жемчужинку и наполните ее добром — подумайте, какое доброе дело вы можете сделать, какой добрый поступок совершить для друга, родных, близких, а может и для незнакомого человека... Кому вы подарите свою жемчужинку доброты?.. А теперь давайте послушаем, какую музыку исполняют ракушки-добрushки (*прикладывают к уху*).

Примечание. Игра развивает умение слушать, дети учатся предлагать помощь взрослому, сверстнику, заявлять о своих потребностях, выражать симпатию, проявлять инициативу.

8. «Забавные медузы»

Педагог-психолог: Мы обследовали морское дно, а теперь посмотрим, что происходит вокруг... (*указывает на медуз с разными наполнителями*). Это забавные обитатели морского царства... Кто они?... Возьмите их в руки... Каждая медуза наполнена настроением. Подумайте — каким... изобразите его... (*детям предлагается изобразить настроение медузы при помощи шерстяной ниточки*).

9. «Загадай желание»

Используются разноцветные рыбки из фетра с чешуйками-пайетками.

Педагог-психолог: А сейчас осторожно «поймайте» ту рыбку, которая вам понравилась... Это не простые рыбки, они исполняют желания. Подержите каждый свою рыбку, осторожно потрите ее чешуйки и загадайте желание... (*детям предлагается сказать добрые слова-пожелания для себя, друзей, родных, других окружающих их людей; педагог-психолог первым говорит свои пожелания, тем самым призывая детей последовать его примеру*).

Я хочу, чтоб все смеялись,
Чтоб мечты всегда сбывались,
Чтобы детям снились радостные сны.
Чтобы утро добрым было,
Чтобы мама не грустила,
Чтобы в мире не было войны!

Примечание. Игра развивает умение слушать, дети учатся заявлять о своих потребностях, желаниях.

10. «Морская звезда»

Педагог-психолог: Ребята, посмотрите, кто это?... (*Показывает на морскую звезду-массажер*.) Она очень любит бегать по спинкам детей, гладить и щекотать их... Хотите поиграть с ней?..

Дети встают в круг друг за другом. Каждый ребенок по очереди водит морской звездой по спине впереди стоящего. Можно также предложить поиграть с морским ежиком (мячик су-джок).

11. «Истории обитателей Морского царства»

Детям предлагается выложить на морском дне остальных обитателей морского царства.

Педагог-психолог: Прежде чем подняться на поверхность, посмотрите на всех обитателей морского царства и выберите того, кто вам больше всего понравился. Представьте своего обитателя — как его (ее) зовут, какое у него (нее) настроение, что он (она) любит больше всего, чего он (она) боится, что у него (нее) лучше всего получается, чем любит заниматься, в чем он (она) самый (ая) лучший (ая) и т. д. История про того или иного

обитателя может начинаться словами: «Жила-была волна...(водоросль, ракушка, камушек, рыба, медуза, морская звезда, морской конек, морская черепашка, морской еж...).

12. «Мастерская Радужного Медуза»

Педагог-психолог: Здесь недалеко есть Мастерская Радужного Медуза... А вот и он! Сегодня он предлагает следующее задание... (*варианты заданий см. выше*).

13. «Клад»

Детям предлагается отыскать в песке пиратский клад. При этом каждый ребенок должен назвать самую главную ценность в его жизни.

Примечание. Игра позволяет использовать возможности «сюрпризного момента» для поднятия настроения детей, формирования у них уверенности в себе, а также для акцентирования внимания не на материальных, а духовных ценностях в жизни.

14. «Спасательный круг»

Педагог-психолог: Нам пора домой. Но что это?.. (*Звучит фонограмма шума сильного ветра и волн.*) Это шторм! Ребята, в жизни, как и на море, бывают шторма или бури из разных неприятностей. Очень важно вовремя прийти на помощь другому, быть рядом и быть настоящим другом...

Дети встают в круг (как вариант — в пары). Со словами: «Если шторм нагрянет вдруг, ты не бойся — рядом друг. Руку помощи протянет и тебе спокойней станет! Я хочу бросить спасательный круг... (*имя ребенка*)» каждый по очереди бросает надувной круг любому из участников. Важно, чтобы каждый ребенок получил «спасательный круг».

Примечание. Игра учит предлагать помощь взрослому, сверстнику. Формирует чувство безопасности и уверенности в том, что в трудную минуту обязательно найдутся те, кто протянет руку помощи.

15. «Маяк»

Используется любой небольшой декоративный светильник.

Педагог-психолог: Морская буря стихла, и у нас появилась возможность увидеть... Как вы думаете, ребята, что это?.. Это маяк доброты. Его свет — доброта. Она нужна и нам, и нашим близким. Доброта согревает, как солнце, приносит любовь и поддержку. Давайте поделимся ею друг с другом и передадим ее окружающим... (*Дети передают «маяк» по кругу.*)

Примечание. Упражнение развивает умение выражать чувства и делиться хорошим с окружающими.

16. «Прощание с Радужным Медузом»

На данном этапе проводится рефлексия занятия. Детям предлагается поделиться своими впечатлениями, эмоциями. Можно при этом опять взяться за щупальца Медуза, рассказать о своем настроении.

Педагогу-психологу важно отследить, изменилось ли психоэмоциональное состояние детей, особенно тех, у кого в начале игры были проблемы или они высказывали негативные мысли.