

Государственное областное бюджетное учреждение  
«Новгородский областной центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи»

Утверждено:  
Директор ГОБУ НОЦППМС

Крайнева Е.И. 

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета Центра  
Протокол № 1 от «25» августа 2019 г.

Индивидуально-ориентированная  
коррекционно-развивающая программа  
**«Мои эмоции»**  
для детей младшего школьного возраста

Составитель:  
педагог-психолог  
ГОБУ НОЦППМС  
Иванова М.Г.

Великий Новгород  
2019г.

## Актуальность

На приемы в Центр обращается большое количество родителей по проблеме эмоциональной саморегуляции. Родители чаще всего говорят: «ребенок плаксив», «у ребенка нет друзей, не умеет дружить», «постоянно дерется в школе», «если что-то не получается раскидывает свои вещи», «не отвечает у доски», «волнуется перед ответом на уроке», «не может организовать игру», «пассивен, безынициативен». Родители волнуются за своего ребенка, им важно – ему важно. Детско-родительские отношения характеризуются тем, что родители не обращают на истинные переживания ребенка. Отношения с ребенком строятся в зависимости от его успехов в школе, если ребенок учится хорошо – он оценивается как хороший, если плохо – то как плохой.

По результатам диагностического обследования выявлено, что к 29 % детей родители относились с уважением, строили с ними отношения на основе разумной строгости, при этом ребенок не являлся центром внимания. У большей части (57 %) положение детей характеризовалось тем, что они были центром внимания и забот, родители, бабушки, дедушки «баловали», в результате чего они были ограждены от реальных жизненных трудностей. В результате чего дети ограждены от реальных, жизненных трудностей. Этим детям свойственно отсутствие направленности на восприятие взаимоотношений и переживаний людей. Семейная ситуация у 14 % детей характеризуется недостатком материальных средств, ссорами, воспитательной непоследовательностью родителя. Такие дети склонны обращать внимание на негативный опыт, окрашивать нейтральные ситуации в темные тона. Способность к сопереживанию у них ограничена отрицательным опытом общения. Наличие травмирующего переживания препятствуют отражению всего мира человеческих отношений и переживаний.

Большинство детей, которым рекомендовано посещение группы, это дети, которые испытывают трудности саморегуляции, выражающиеся преимущественно в сложностях организации собственного поведения. Это проявляется в гиперактивности, сложностях организации совместной игры с другим ребенком, аффективных вспышках, пассивности.

Анализируя результаты диагностического обследования у детей можно отметить трудности понимания, оречевления как собственных чувств и эмоций, так и окружающих. Дети недостаточно способны к сопереживанию, сотрудничеству и идентификации (способность поставить себя на место другого).

В связи с этим возникла необходимость организовать коррекционно-развивающую группу общения для детей без выраженных первичных нарушений в эмоционально-волевой сфере, эмоциональные проблемы которых связаны с социальной ситуацией, особенностями детско-родительских отношений. Поэтому работа будет эффективна, если она будет осуществляться с детьми и их родителями.

## **Научная обоснованность**

Отталкиваясь от идеи формирования различных межфункциональных связей в ходе индивидуального развития человека, Д.В. Ермолаев и И.Ю. Захарова выделили следующие функциональные звенья в анализе нарушений у ребенка.

1.Звено полевой реактивности. Это тот механизм, который обеспечивает возникновение первичного аффективного возбуждения, лежащего в основе порождения эмоционального переживания. Недостаточность этого звена выражается в том, что у такого ребенка собственная активность довольно бедная.

2.Второе звено отвечает за связь первичного аффективного возбуждения и вызвавших его событий или объектов. Оно обеспечивает избирательность в поведении ребенка. При высоком уровне развития интеллекта, ослабление работы этого звена мы часто встречаем при СДВГ (синдроме дефицита внимания и гиперактивности). В этом случае ребенку не важно, в какую игрушку играть: он берет ту вещь, которая первая попадет ему на глаза. Для него также не имеет значения, какую роль в сказке выбрать. Это не означает, что у ребенка нет собственных предпочтений. Скорее, ему сложно организовать себя, чтобы реализовать собственные желания. Чтобы возник эмоционально окрашенный образ, должен возникнуть сам образ (за что ответственны сенсорные отделы коры – II блок мозга) и его эмоциональная окраска (ее обеспечивают подкорковые отделы – I блок мозга). Лобные отделы коры – III блок мозга – отвечают за удержание цели. Таким образом, функционирование второго звена обеспечивается формированием связей III и II функциональных блоков и корково-подкорковым взаимодействием.

3.Третье звено – звено осознания собственных эмоциональных состояний. При формировании этого звена необходимо выделение субъекта, носителя собственных переживаний. При нормальном функционировании этого звена ребенок может дистанцироваться от своих переживаний, «посмотреть на них со стороны» и назвать их, что делает возможным управление собственными эмоциями. Этот процесс требует взаимодействия между глобальным, в том числе и аффективным, оцениванием информации и аналитическим, категориальным, т.е. между право- и левополушарными стратегиями переработки информации. Он обеспечивается (если переходить на язык мозгового субстрата) межполушарным взаимодействием, а с точки зрения функционирования – звеном оречевления собственных эмоций и телесных переживаний.

Данная технология позволяет сформировать эмоциональную саморегуляцию, в виде умения осознавать и распознавать свои чувства.

**Цель программы** — способствовать формированию эмоциональной регуляции.

### **Задачи детской группы:**

1. Формирование чувства защищенности.

2. Проживание и осознание собственных эмоциональных состояний.
3. Формирование образа я, осознание и отстаивание собственных желаний, принятие желаний других.
4. Формирование функций планирования и контроля.
5. Формирование коммуникативной мотивации.

**Целевая группа:** дети 8-9 лет. Группа состоит из 6-7 человек.

**Продолжительность курса занятий с детьми и родителями:**  
Программа включает в себя 16 занятий, которые проходят 1 раз в неделю по 2 академических часа с детьми.

### Содержание программы

**Методы и формы работы:** игра, упражнения в кругу, работа за столом.

### Структура занятия:

Структура занятия очень гибкая, блоки могут меняться местами (за исключением первого), набор игр уточняется в процессе занятия.

### Структура занятий детской группы

- 1 блок – «Мое настроение». Фольклорная игра
- 2 блок – Планирование занятия
- 3 блок – Подвижная игра. Игра по правилам
- 4 блок - Пауза
- 5 блок – Большая игра. Сказка.

### Тематическое планирование

№	Блок	Задачи	Методы формы
1	Фольклорная игра	Получение опыта эмоционального взаимодействия родитель-ребенок.	«Тетера шла», «Бояре», «Ветер дует», «Редичка», «Клубочек»
2	Планирование занятия	Развитие умения планировать деятельность. Формирование умений ориентироваться на собеседника, выражать собственные желания и учитывать мнение другого.	Дискуссия
3	Игры по правилам Настольные игры	Формирование навыка удержания и соблюдения правил. Способствовать проявлению индивидуальности,	Игры по правилам: «Вышибалы», «Съедобное – несъедобное», «Жмурки», «Море волнуется раз»,

		умению договариваться. Формирование умения контролировать собственные эмоции.	перетягивание каната, фанты, кидание подушками, «Колечко», «Краски», «Рыцарь, принцесса и дракон» Настольные игры: «Домино», «Башня», «Мемори»
4	Пауза	Способствовать осознанию собственных эмоциональных состояний. Формирование образа «Я».	Рефлексия (работа в круге)
5	Большая игра. Сказка.	Способствовать проживанию собственных чувств, эмоций и умению определять их.	Эстафеты, постановка сказок «Репка», «Теремок», «Баба Яга», игра-путешествие, сюжетная игра «Магазин», «Больница», «Полиция».

### **Ожидаемые результаты детской группы:**

1. Дети осознают собственные эмоциональные состояния, понимают их причину.
2. Дети способны адекватно отреагировать свои чувства и эмоции в ситуациях взаимодействия.
3. Дети имеют представления о себе, способны отстаивать собственные желания, с учетом желаний других.
4. Дети способны планировать и контролировать свою деятельность.
5. Дети проявляют интерес и активность в общении.

## Литература

1. Айхингер А., Холл В. Детская психодрама в индивидуальной и семейной психотерапии, в детском саду и школе.- М.: Генезис, 2014.
2. Бодалев А.А. Личность и общение. – М.: Педагогика, 1986.
3. Боулби Дж. Привязанность. – М.: Гардарики, 2003.
4. Захарова И.Ю., Ермолаев Д.В. Использование сказок в коррекционной работе с детьми, имеющими эмоциональные нарушения // Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. – Вып.5. – М.: Теревинф, 2006.
5. Ермолаев Д.В., Захарова И.Ю. Средовой подход в работе с детьми с нарушениями развития эмоциональной сферы // Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. – Вып.5. – М.: Теревинф, 2006.
6. Ермолаев Д.В., Рассказова Е.И., Ратынская Т.М. Развитие саморегуляции в детском возрасте // Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. – Вып.6-7. – М.: Теревинф, 2009.
7. Лебединский В.В., Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Эмоциональные нарушения в детском возрасте. – М.: МГУ, 1990
8. Оклендер В. Окна в мир ребенка. – М.: Независимая фирма «Класс», 2003.
9. Рязанова А. О родительских группах. // Особое детство: шаг навстречу переменам. – М.: Теревинф, 2006.
10. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста: Учебное пособие. – М.: Генезис, 2005.
11. Экслайн В. Игровая терапия. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.

Таблица наблюдений

Ф.И.О ребенка \_\_\_\_\_  
 Дата \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_

Критерии оценки родителями	Начало занятий			Конец занятий		
	1	2	3	1	2	3
1.Озвучивает свои эмоции						
2.Понимает причину своего эмоционального состояния						
3.Способен адекватно отреагировать свои чувства, эмоции						
4.Может во взаимоотношениях предложить свою игру						
5. Отстаивает свои интересы, с учетом желаний других						
6. Способен довести начатое до конца (прийти к назначенной цели)						
7.Проявляет интерес в общении						

Критерии оценки педагога-психолога	Начало занятий			Конец занятий		
	1	2	3	1	2	3
1.Озвучивает свои эмоции						
2.Понимает причину своего эмоционального состояния						
3.Способен адекватно отреагировать свои чувства, эмоции						
4.Может во взаимоотношениях предложить свою игру						
5. Отстаивает свои интересы, с учетом желаний других						
6. Способен довести начатое до конца (прийти к назначенной цели)						
7.Проявляет интерес в общении						

**1 – не выполняет, 2 – выполняет с помощью, 3 – выполняет самостоятельно**

\*Таблица заполняется родителями и педагогом-психологом, с целью сравнения результатов и оценки понимания родителями ожидаемых и достигнутых результатов.