

**Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение
детский сад № 75 «Центр развития ребенка» г. Белгорода**

**Использование продуктивных видов
деятельности в работе с тревожными детьми**

**Педагог-психолог
Коптева Е.А.**

Актуальность проблемы.

Государственный стандарт дошкольного образования, дифференцируя содержание программ, реализуемых в ДОУ, выделяет несколько направлений, среди которых важное место отводится социально-личностному, включающему в себя задачи развития положительного отношения ребёнка к себе, другим людям, окружающему миру, коммуникативной и социальной компетентности детей.

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Современное общество демонстрирует возрастающий интерес к проблеме тревожности личности.

Тревожность – распространённое психологическое явление нашего времени. Она является частым симптомом неврозов, а также является частью других заболеваний или является пусковым механизмом расстройства эмоциональной сферы личности. Как и любое комплексное психологическое образование, тревожность характеризуется сложным строением, включающим когнитивный, эмоциональный и операционный аспекты, при доминировании эмоционального. В целом, тревожность – это субъективное проявление неблагополучия личности, ее дезадаптации. Тревожность рассматривается как переживание эмоционального дискомфорта, предчувствие грядущей опасности.

Мне бы хотелось поделиться опытом своей работы по профилактике и коррекции детской тревожности.

До настоящего времени не выработано единой точки зрения по поводу возникновения детской тревожности, но большинство ученых считают, что одна из основных причин кроется в нарушении детско-родительских отношений.

Возможными причинами возникновения тревожности могут быть:

1. Противоречивые требования, предъявляемыми родителями и детским садом.
 2. Неадекватными требованиями (чаще всего завышенными).
 3. Негативными требованиями, которые унижают ребенка, ставят его в зависимое положение.
 4. Тревожность во многом зависит от уровня тревожности окружающих его взрослых. В семьях с доброжелательными отношениями дети менее тревожны.
 5. Авторитарный стиль родительского воспитания, педагога.
 6. Может быть сопряжена с невротизмом и психическими расстройствами.
- Как выявить тревожного ребенка.

Для **выявления тревожных детей** в своей работе использую наблюдение за ребенком в различных видах деятельности; опросник для воспитателей оценки уровня тревожности ребенка Лаврентьевой Г. П., Титаренко Т. М.; тест определения тревожности (Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен).

П. Бейкер и М. Алворд советуют присмотреться, характерны ли для поведения ребенка следующие признаки.

Критерии определения тревожности у ребенка

1. Постоянное беспокойство.
2. Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо.
3. Мышечное напряжение (например, в области лица, шеи).
4. Раздражительность.
5. Нарушения сна.

Можно предположить, что ребенок тревожен, если хотя бы один из критериев, перечисленных выше, постоянно проявляется в его поведении.

Работа с тревожным ребенком сопряжена с определенными трудностями и, как правило, занимает достаточно длительное время.

Работа с тревожными детьми строится в трех направлениях:

1. Повышение самооценки.
2. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.
3. Снятие мышечного напряжения.

В тесном сотрудничестве с педагогом дополнительного образования по изодеятельности была разработана программа, в которую включили игры, направленные на развитие общения и эмоциональной сферы детей: проигрывание значимых для детей ситуаций с их участием, с целью коррекции нарушений в сфере межличностных отношений; снятию тревожности, игры на гармонизацию личности ребенка и общую сплоченность группы. Основной частью коррекционно-развивающей работы по программе стало использование продуктивных видов деятельности (конструирование, рисование, лепка, аппликация, театральная деятельность и др.)

Продуктивные виды деятельности значимы для дошкольника, они способствуют всестороннему развитию его личности, развитию познавательных процессов, раскрывают творческий потенциал. Занятия различными видами художественной деятельности и конструированием создают основу для полноценного и содержательного общения детей со взрослыми и сверстниками. Созданный в ходе продуктивной деятельности продукт отражает представление ребёнка об окружающем его мире и эмоциональное отношение к нему, что позволяет рассматривать продуктивную деятельность как средство диагностики когнитивного и личностного развития ребёнка – дошкольника.

Рисование, лепка, аппликация, конструирование способствуют раскрытию индивидуальности ребёнка, а положительные эмоции, ощущаемые ими при творческом вдохновении, являются движущей силой, которая помогает детям справиться с различными трудностями, создаёт радостное настроение от полученного результата.

Экспрессивный рисунок, поделка являются безопасным способом “выпустить пар” и разрядить напряжение. С помощью зрительных образов ребенку легче выразить неосознаваемые внутренние конфликты и страхи, чем высказать их в словах. Такая работа особенно ценна для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью. С помощью рисунка, аппликации можно выяснить мысли и чувства, которые ребенок привык подавлять.

Приемы арт-терапевтического метода экспрессивного рисования (изображение ребенком ситуации противостояния и борьбы с объектом, олицетворяющим страх, в которой этот страх терпит поражение) помогают преодолеть страхи и тревожные состояния.

Занятия продуктивной деятельностью обладают следующими психотерапевтическими свойствами:

1. – повышают активность правого полушария мозга и уравнивают работу обоих полушарий
2. – повышают уровень интеллекта в целом
3. – активизируют творческое мышление
4. – повышают и стабилизируют на высоком уровне психоэмоциональное состояние
5. – снимают тревожность
6. – улучшают двигательную активность рук, развивают моторику пальцев
7. – развивают пространственное восприятие
8. - совершенствуют визуальное, наглядно-действенное и наглядно-образное виды мышления
9. – улучшают память.

Таким образом, занятия продуктивными видами деятельности являются важным средством всестороннего развития ребёнка.

Программа «Развитие творческих способностей у детей с нарушениями эмоционально-личностной сферы»

Цели программы

Помочь детям старшего дошкольного возраста справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками, развитие их творческих способностей.

Содержание программы

Блок 1. Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие социальных эмоций

Задачи. Снизить эмоциональное напряжение; создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого; развить способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свое; обучить приемам ауторелаксации.

Блок 2. Коррекция тревожности, формирование социального доверия

Задачи. Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; уменьшить тревожность; воспитать уверенность в себе; снизить эмоциональное напряжение.

Блок 3. Гармонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки у детей

Задачи. Корректировать поведение с помощью ролевых игр; учить распознавать эмоции по внешним сигналам; формировать моральные представления; снять эмоциональное напряжение; тренировать психомоторные функции.

Блок 4. Коррекция зависимости от окружающих. Обучение умению самостоятельно решать проблемы

Задачи. Дать возможность почувствовать себя самостоятельным и уверенным человеком; прививать новые формы поведения; учить самостоятельно принимать верные решения; учить навыкам саморасслабления.

Блок 5. Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения

Задачи. Корректировать поведение с помощью ролевых игр; формировать адекватные формы поведения; учить осознавать свое поведение; работать над выразительностью движений; регулировать поведение в коллективе.

На каждый блок задач отводится 4 занятия.

Структура группового занятия включает следующие элементы: ритуал приветствия, разминку, основное содержание (художественное творчество), рефлексия, ритуал прощания.

Занятия строятся на материале, близком и понятном детям, связанном с актуальными для них проблемами.

Тематическое планирование

Блок 1.1. «Знакомство»

«Мое имя» (*начало*), «Угадай, кого не стало», «Узнай по голосу» Рисование на тему «Автопортрет»

2. «Мое имя»

«Связующая нить», «Прогулка», «Мое имя» (*продолжение*), «Угадай, кто я?», «Возьми и передай» Рисование на тему «Я в трех зеркалах»

3. «Я люблю...»

«Переходы», «Разыщи радость», «Подари движение»

Рисование на тему «Я люблю больше всего...»

4. «Настроение» (*начало*)

«Солнечный зайчик», «Тренируем эмоции», «Передай улыбку другому»

Аппликация на тему «Мое настроение»

5. «Настроение» (*продолжение*)

«На что похоже настроение», «Настроение и походка», сценка «Котята», игра «Хоровод» Рисование на тему сценки

Блок 2.6. «Наши страхи» (*начало*)

Сценка «Тараканище», «Расскажи свой страх», «Музыкальная мозаика»

Лепка на тему «Нарисуй свой страх»

7. «Наши страхи» (*продолжение*)

«Беседа о страхах», «Стойкий оловянный солдатик», сценка «Котенок по имени Гав» Рисование на тему «Я тебя больше не боюсь»

8. «Я, больше не боюсь»

«Смелые ребята», «В темной норе», «На лесной поляне», «Тень», «Слепой и поводырь»

Блок 3.9. «Новичок»

«Молчок», «Три характера», «Скучно, скучно так сидеть», «Дракон кусает свой хвост», «Комплименты» Рисование на тему сценки «Три характера»

10. «Ласка»

«Назови и покажи», «Страшный зверь», «Ласка», «Минута шалости», «Волшебный сон» Рисование на тему «Страшный зверь»

11. «Общая история»

Сочиняем «Общую историю», «Колдун», «Иголка и нитка»'

Коллективное рисование «Общая история»

12. «Волшебная цветочная полянка»

«Цветок», «Тропинка»,

Рисование на тему «Цветочная полянка», рефлексия.

13. «Сказочная шкатулка»

«Сказочная шкатулка», «Волшебное колечко», «Принц и принцесса», «Танец» Рисование на тему «Волшебные зеркала»

Блок 4.14. «Доброта»

«Злодей», «Не смей!», «Впереди всех», проигрывание ситуаций Рисование на тему проигранных ситуаций

15. «Радость»

«Утро», «Радость», «Я все люблю», «Шарик»

Рисование на тему проведенных этюдов

16. «Волшебники».

«Взаимоотношения», «Солидарность», «Передай по кругу», «Волшебники», «Цветок»

Блок 5.17. "Солнце в ладошке»

«Встреча сказочных героев". "Мальчик (девочка) — наоборот», «Солнце в ладошке», "Просто так», «Клеевой дождик». «Идем за синей птицей»

18. «Встреча с другом»

«Встреча с другом», «Два друга». «Окажи внимание другому», «Музыкальная мозаика», проигрывание ситуаций Рисование на тему «Мои друзья»

19. «Помирились»

«Поссорились и помирились», «Мирная считалка». «Вежливый ребенок», «Кого мы называем вежливым», разыгрывание ситуаций, «Розовое слово «привет»

20. «Правила дружбы»

«Найди друга», «Секрет», «Цветик - семицветик», «Улыбка», «Правила дружбы» Рисование на тему «Новоселье»

Продолжительность занятий 30-35 минут.

Программа рассчитана на детей 5-7 лет и включает познавательные занятия, игровые мини-тренинги и упражнения по телесно-ориентированным техникам. Коррекционная работа велась на основе принципа формирующего и щадящего обучения. Все занятия имели гибкую структуру, разработанную с учетом возрастных особенностей детей и степени выраженности дефекта. Занятия строились на основе принципов интегрирования (включение

элементов музыкальной арттерапии, танцевально-двигательной терапии), системности и преемственности. Выбор тематики занятий определялся характером нарушения развития и подбором наиболее адекватной тактики коррекционно-развивающей работы. Формы работы определялись целями занятий, для которых характерно сочетание как традиционных приемов и методов (фронтальные и индивидуальные занятия), так и инновационных (рисуночные тесты, рисование под музыку, тестпластика, пластилинография и др.).

Мы предполагали, что в процессе занятий у детей должны развиваться коммуникативные качества, обогащаться эмоциональный опыт, активизироваться мышление, осознаваться и переживаться успехи-неуспехи, результаты деятельности, проектироваться общественные взаимодействия и двигательные акты, формироваться личностная ориентация. Настроение детей, их психологическое состояние в конкретные моменты были основанием варьирования методов, приемов и структуры занятий.

Структуру занятий можно представить в виде последовательных этапов. В каждом занятии не обязательно присутствуют все этапы.

. Ритуал приветствия. Разогрев детей, то есть упражнения и игры, направленные на активизацию психических процессов, эмоционального и физического состояния детей.

. Создание проблемной ситуации по теме занятия посредством использования игрового или сюрпризного моментов, инсценировки, зачитывания художественных текстов или рассказывания сказки либо истории.

. Дискуссия по проблеме с индивидуальными высказываниями детей, где педагог является организатором дискуссии и приводит детей к необходимости обобщения сказанного, то есть к решению проблемы.

. Возможно рисование по теме (с диагностической либо профилактически коррекционной целью).

. Игры, направленные на развитие общения и эмоциональной сферы детей: проигрывание значимых для детей ситуаций с их участием, с целью коррекции нарушений в сфере межличностных отношений; снятию тревожности, игры на гармонизацию личности ребенка и общую сплоченность группы.

. Релаксация.

. Ритуал прощания.

Важнейшим этапом коррекционно-развивающей работы с детьми была работа с родителями. Мы провели родительское собрание, на котором были раскрыты вопросы о понятии тревожности, ее причинах, об особенностях

поведения детей, имеющих тревожность. Большинство родителей заинтересовались этой проблемой, задавали интересующие их вопросы по данной теме.

3 Результаты повторного исследования

С целью проверки эффективности коррекционно-развивающей работы, направленной на снижение тревожности у детей была проведена повторная диагностика, которая позволила проследить динамику снижения тревожности у детей дошкольного возраста.