

Пояснительная записка.

Актуальность и перспективность.

Программа предназначена для проведения коррекционно-развивающих и профилактических занятий со старшими дошкольниками (6-7 лет) испытывающими трудности в коммуникативной и эмоционально-волевой сфере.

Возрастной период 6-7 лет завершает дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с интенсивным формированием психики. По всем линиям психического развития возникают новообразования различной степени выраженности, характеризующиеся новыми свойствами и структурными особенностями. Развиваются они благодаря: речи, общению со взрослыми и сверстниками, освоению различных форм познания, включению в различные виды деятельности (игровые, продуктивные, бытовые).

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что и позволяет ему в дальнейшем успешно обучаться в школе.

Необходимо отметить о наличии среди детей данной возрастной группы детей с такими характеристиками, как: повышенная тревожность; эмоциональная неустойчивость, импульсивность; недостаточно сформированный уровень самоконтроля; низкий уровень навыков коммуникации, позитивной самопрезентации; трудности при выполнении самостоятельных заданий по зрительно воспринимаемому образцу; низкая познавательная мотивация и психологическая готовность к школе. Таким детям требуется дополнительная помощь. Очень важно создать оптимальные условия, направленные на развитие коммуникативной и эмоционально-волевой сферы, для более успешного развития личности ребенка дошкольного возраста, лучшей его адаптации в обществе, готовности к школе.

В данной программе сделан акцент и на развитие коммуникативных навыков (возникающие у старших дошкольников сложности в общении, саморегуляции проживаются в безопасной форме, в специально организованной среде.

Специально организованная среда учит более тонко и четко чувствовать других людей, сопереживать им и взаимодействовать с другим человеком.

Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания.

Основываясь на методических разработках:

- Концепции психического развития ребенка (Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова, Л.И. Божович и других ученых);
- идеи гуманизации педагогического процесса (Ш.А. Амонашвили, К. Рорджерс, Д. Фельдштейн и др.)
- концепция индивидуализации процесса обучения (Ю.А. Гагин, А.А. Кирсанов, Лисина М.И., Г.С. Сухобская)

При разработки данной программы основывались на следующих нормативно-правовых документах:

- Конституция Российской Федерации (с изменениями на 30 декабря 2008 года).
- Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной ассамблеи от 20.11.1989 г.
- Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" № 124-ФЗ от 24.07.1998 г.
- Федеральный закон № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г.
- Закон Московской области №41/2009-ОЗ "Об образовании" от 30.04.2009 г.

- Федеральный закон Российской Федерации №436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию" от 29 декабря 2010 г.
- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в образовательных учреждениях: Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2004 г. № 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях".
- Приказ Минобразования России № 69 "О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального, общего, основного общего, среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом министерства образования Российской Федерации от 5 марта 2004 г." от 31 января 2012 г.
- Приказ Минобрнауки РФ № ВК-268/07 "Совершенствование деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи" от 10.02.2015 г.
- Этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования РФ (проект принят на Всероссийском съезде практических психологов образования "Практическая психология в условиях модернизации образования") от 26-28.05.2003.
- Должностная инструкция психолога-педагога МБОУ ЦППМС "Мытищинский" Приказ №125 от 13.11.2009г.

Основными теоретическими идеями для создания данной программы стали:

- идеи Д.Б. Эльконина. Главное преимущество игровой деятельности заключается в том, что игра имеет непосредственное отношение к становлению потребностно-мотивационной сферы ребенка. Д. Б. Эльконин, подчеркивал, что в игре возникает новая форма желания.

Ребенок учится желать, соотнося свое желание с идеей, с фиктивным Я (т. е. с ролью). Если в предметной игре для ребенка раннего возраста (как и в случае неразвитой игры дошкольника) главное — обладание предметом и действия с ним, то в ролевой игре смысловой центр ситуации переносится с предмета на человека, стоящего до этого за предметом. Благодаря этому взрослый и его действия начинают выступать перед ребенком как образец. Ребенок хочет действовать как взрослый. Именно под влиянием этого очень общего желания, сначала при помощи и подсказке взрослых (родителей и воспитателей) или старших детей, он начинает действовать, как будто бы он взрослый. В этой последовательности подтверждается закономерность развития: первоначально осваиваются смыслы и мотивы деятельности, потом (на их основе) её операционально-техническая сторона.

- идеи Л.В. Выготского. Ведущий вид деятельности в «кризисе 3 лет» – исполнительная игровая деятельность; в «дошкольном возрасте» – целостная игровая деятельность, которая включает, кроме исполнительной игровой деятельности, ее регуляцию посредством игровой вещи. Причем к концу «возраста» эта деятельность изменяется, превращаясь в умственную. Так возникает внутренняя саморегуляция – важнейший фактор психологической готовности к школе.

Л.С. Выготский подчеркивал огромное значение игры для развития ребенка. Он говорит об игре как о зоне ближайшего развития ребенка.

Ребенок быстро развивается и осваивает окружающий мир, если общается с взрослым. При этом сам взрослый должен быть заинтересован в общении. Очень важно поощрять речевое общение ребенка.

Речь – это знаковая система, которая возникла в процессе общественно-исторического развития человека. Она способна трансформировать детское мышление, помогает решать задачи и образовывать понятия. В раннем возрасте в речи ребенка употребляются слова с чисто эмоциональным значением.

С ростом и развитием детей в речи появляются слова конкретного значения.

- идеи Ш.А. Амонашвили. Воспитание личности через развитие ее духовного и нравственного потенциала, способствует раскрытию и созиданию в ребенке черт и качеств благородства. Воспитание человека благородного есть ведущая цель гуманно-личностного образовательного процесса.

Идеи классической философии и педагогики о том, что ребенок есть явление в земной жизни, он есть носитель своей жизненной миссии и наделен высочайшей энергией духа.

Образовательный процесс строится на понимании целостности природы ребенка, ее движущих силах, раскрытых и научно обоснованных современной психологией и определяемых нами, как стихийные устремления, страсти личности ребенка в его стремлении к развитию, взрослению, свободе.

- идеи М.И. Лисиной. В дошкольном возрасте выделяются две относительно самостоятельные сферы общения – с взрослым и со сверстником. Общение в обеих сферах необходимо для нормального развития личности ребенка. Роли взрослого и сверстника в жизни ребенка различны. Общение с взрослым и со сверстником развиваются по-разному.

Практическая направленность.

Занятия программы построены с учетом перечисленной проблематики детей старшего дошкольного возраста, здесь с помощью упражнений можно свободно безопасно отреагировать свои чувства и переживания, попробовать новые формы коммуникации, которые в дальнейшем могут быть применены в обществе.

В основе составления данной программы лежат «Парциальная программа «Лесенка РОСТА»» Г.Б. Мониной; «Жизненные навыки для дошкольников. Занятия – путешествия: Программа-технология позитивной социализации дошкольников» под общей редакцией С.В. Кривцовой. Содержит игры и

упражнения из таких книг, как «Игротерапия общения» М.А. Панфилова; «Преодоление агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду и дома» Н.П. Сазонова, Н.В. Новикова; «Общение дошкольников с взрослыми и сверстниками» Е.О. Смирнова.

Данная программа относится к профилактическим программам и направлена на осознание старшими дошкольниками себя, на развитие коммуникативных навыков, инициативности, самостоятельности, ответственности, на позитивную самопрезентацию, умение понимать окружающих.

Цель программы: развитие навыков коммуникации и саморегуляции эмоциональных состояний детей.

Задачи программы:

- формирование основ навыков саморегуляции эмоциональных состояний;
- отработка навыка уверенного поведения при взаимодействии со сверстниками и взрослыми;
- знакомство детей со словарем эмоций и развитие дифференциации собственных эмоциональных состояний и чувств человека.

Адресат:

- дети 6-7 лет с трудностями регуляции эмоций и поведения. Количество участников в группе 2- 4 человека.

Продолжительность программы.

Программа коррекционно-развивающих занятий по формированию навыков коммуникации и саморегуляции «Мир моих эмоций» рассчитана на 12 академических часов. Встречи проводятся один раз в неделю. Продолжительностью 45 мин.

Требования к результатам усвоения программы.

Планируемые результаты реализации программы:

- развитие навыков саморегуляции эмоциональных состояний и поведения;

- овладение навыками гармоничного выражения своих эмоций, чувств и потребностей;
- формирование и усвоение алгоритмов конструктивного межличностного общения со сверстниками и взрослыми;
- формирование навыка создания собственных алгоритмов успешных действий при взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

Система оценки достижения планируемых результатов. Включает в себя входную, промежуточную и итоговую оценку.

Входная оценка достижения результатов включает в себя: самооценку ребенка и оценку родителей.

Промежуточная оценка достижения планируемых результатов состоит из наблюдений педагога-психолога за изменениями в поведении, словах способах разрешения трудностей каждого ребенка и рефлексия прошедшего занятия.

Итоговая оценка достижения планируемых результатов включает в себя: повторную самооценку ребенка и родителей, отзывы детей и родителей о программе, рисунок «Я был, и я стал». Проективные рисуночные методики.

Сведения о практической апробации программы на баз образовательной организации. Данная программа реализовывалась и апробировалась на базе МБОУ ЦППМС «Мытищинский».

Учебный план программы.

Цель программы: Развитие коммуникативных навыков и эмоционально-волевой сферы.

Категория обучающихся: старшие дошкольники 6-7 лет.

Срок обучения: 12 академических часа.

Работа с родителями: 2 академических часа.

Режим занятий: встречи один раз в неделю, 1 занятие, 45 мин.

№	Наименование блоков (разделов)	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	Практич.	
1	Блок 1. Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие эмоций.	2ч	20 мин	1ч10 мин	Наблюдение рефлексия
2	Блок 2. Коррекция тревожности. Формирование социального доверия.	4 ч	20 мин	3.40 ч	рефлексия
3	Блок 3. Гармонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки у старшего дошкольника.	3 ч	20 мин	2.40 ч	Наблюдение рефлексия
4	Блок 4. Развитие коммуникативных навыков.	3 ч	20 мин	2. 40 ч	Рефлексия Диагностическое обследование
Итого:		12ч	1ч	11ч	
5	Блок 5. Работа с родителями.	2ч	1.30ч	30 мин	

Структура занятия:

- Ритуал приветствия. Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
- Разогрев. Воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности. Разогрев выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она производится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы.
- Основное содержание занятия. Совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия. Техники используются многофункциональные, прорабатывающие необходимые процессы (познавательные и социальные навыки, динамическое развитие группы). Необходимо соблюдать последовательность и количество упражнений (под последовательностью понимается чередование деятельности, смена психофизиологического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике). Упражнения располагаются от сложного к простому (учитывается утомление детей). Количество игр, упражнений 2-4.
- Рефлексия занятия (оценка занятия). Элементы арт-терапии, беседа. Две оценки: эмоциональная (понравилось / не понравилось, хорошо/плохо, почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
- Ритуал прощания. По аналогии с ритуалом приветствия.

Методы и приемы работы.

Игры, направленные на развитие психических процессов (памяти, внимания, мышления), сюжетно-ролевые игры, игры на взаимодействие детей со сверстниками и взрослым, коллажи, арт-терапия, психогимнастика.

Учебно-методический план программы.

Цель программы: Развитие коммуникативных навыков и эмоционально-волевой сферы.

Категория обучающихся: старшие дошкольники 6-7 лет.

Срок обучения: 12 академических часа.

Работа с родителями: 2 академических часа.

Режим занятий: встречи один раз в неделю, 1 занятие, 45 мин.

№	Наименование блоков.	Всего часов	В том числе		Форма контроля.
			теоретич.	практич.	
1.	Блок 1. Снятие эмоционального дискомфорта. Развитие эмоций.	2 ч	20 мин	1.10 ч	Наблюдение Рефлексия
1.1	Знакомство. Информирование.	1 ч	10 мин	35 мин	Наблюдение
1.2	«Планета Чувств». Самопознание.	1 ч	10 мин	35 мин	Наблюдение Рефлексия
2	Блок 2. Коррекция тревожности. Формирование социального доверия.	4 ч	20 мин	2.40 ч	Наблюдение Рефлексия
2.1	«Тревога»	1 ч	5 мин	40 мин	Рефлексия
2.2	«Страхи»	1 ч	5 мин	40 мин	Наблюдение Рефлексия
2.3	«Злость»	1 ч	5 мин	40 мин	Наблюдение Рефлексия

2.4	«Гнев и агрессия»	1 ч	5 мин	40 мин	Наблюдение Рефлексия
3.	Блок 3. Гармонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки у старших дошкольников.	3 ч	20 мин	1.55 ч	Наблюдение Рефлексия
3.1	«Мой внутренний мир»	1 ч	10 мин	35мин	Наблюдение Рефлексия
3.2	«Саморегуляция»	1 ч	5 мин	40мин	Наблюдение Рефлексия
3.3	«Уверенное поведение»	1 ч	5 мин	40 мин	Наблюдение Рефлексия
4.	Блок 4. Развитие коммуникативных навыков.	3 ч	20 мин	1.55 ч	Наблюдение Рефлексия
4.1	Правила дружбы.	1 ч	10 мин	35 мин	Наблюдение Рефлексия
4.2	Учимся дружить. Грамотное сотрудничество.	1ч	10 мин	35 мин	Наблюдение Рефлексия
4.3	Завершение. «Мои способности мне помогают».	1 ч	-	45 мин	Диагностическое обследование Рефлексия
Итого:		12 ч	1 ч	11 ч	

Работа с родителями.

№	Наименование блока	Всего часов	В том числе		Форма контроля.
			теоретич.	практич.	
5.	Работа с родителями.	2 ч			
5.1	Знакомство с целями и задачами тренинга.	30 мин	30 мин	-	нет
5.2	Особенности старшего дошкольного возраста.	30 мин	30 мин	-	нет
5.3	Психологический практикум: «Как понять своего ребенка?»	1ч	30 мин	30 мин	нет

Основное содержание программы.

Блок 1. Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие 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 старших дошкольников.

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

Блок 4. Снятие напряженности во взаимоотношениях со сверстниками.

Развитие навыков общения.

Задачи: Корректировать поведение с помощью ролевых игр; формировать адекватные формы поведения; учить осознавать свое поведение; обучение регуляции своего поведения в обществе.

Блок 5. Работа с родителями.

Задачи: Ознакомить родителей с целями и задачами программы. Снизить эмоциональное напряжение. Ознакомить с особенностями старшего дошкольного возраста. Показать способы конструктивного общения со старшими дошкольниками, показать им алгоритмы работы по пониманию своих детей и развитию их коммуникативных навыков.

Структура группового занятия включает в себя следующие этапы: ритуал приветствия, разминка, основное содержание (2-3 упражнения), рефлексия, ритуал прощания.

Сроки и этапы реализации программы.

3 этапа.

1. Мотивационно-диагностический.

- формирование интереса к заданиям;
- выявление особенностей эмоционально-личностной и поведенческой сферы дошкольников.

2. Деятельностный.

12 встреч, по 1 тренинговому занятию продолжительностью 45 мин. Реализуется в течение учебного года по мере формирования группы.

3. Оценочный (Контроль за реализацией программы).

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы.

Ограничение к посещению групповых занятий по данной программе является наличие у детей хронических заболеваний в стадии обострения, а также инфекционные заболевания до окончания срока карантина.

Противопоказанием к посещению групповых занятий по данной программе является наличие у детей умственной отсталости. Тяжелые психические расстройства. Эпилептический синдром или готовность к эпилепсии. Занятия с детьми, страдающими данным заболеванием, проводятся только после консультации с врачом-психоневрологом. В облегчённой форме. Необходимо отказаться от мелькающих эффектов и не использовать аппаратуру с мерцающим светом.

Дети с РАС, дети с ярко-выраженными нарушениями опорно-двигательного аппарата. Дети данной категории посещают индивидуальные коррекционные занятия. Групповая коррекционная работа не проводится с детьми, находящимися в тяжелых психических состояниях – депрессии, посттравматическом стрессе, фрустрации, эмоциональном шоке (потеря близких, катастрофы, тяжелые травмы, насильственные действия и др.). В этих случаях ребенок проходит сначала курс индивидуальной психокоррекции, потом принимается решение о посещении группы. Проведение групповой терапии затруднено при негативном отношении и протестном поведении ребенка или его родителей к данному виду взаимодействия.

Требования к условиям реализации программы.

Специалист, реализующий коррекционно-развивающую программу должен обладать ключевыми базовыми компетенциями, а именно: быть способным самостоятельно приобретать новые знания и умения, использовать их в практической деятельности; быть профессионально открытым, уравновешенным, и иметь высокий уровень саморегуляции. Также специалист должен обладать высоким уровнем самообладания и уметь создавать на занятии положительный эмоциональный настрой.

Необходимыми условиями для реализации программы является:

- создание благоприятной и доброжелательной обстановки на занятиях;
- индивидуальный подход к детям;
- регулярное посещение занятий детьми;
- выполнение родителями и учащимися всех рекомендаций психолога.

Эффективность работы во многом определяется готовностью семьи меняться вместе с одним из членов семьи, поддерживать ребенка в процессе работы и по ее окончании. Обсуждение этих важных моментов происходит в процессе родительского собрания.

Учебно-методическое обеспечение программы.

- бумага формата А4, цветная бумага, ватман 3 шт.
- пластилин, восковые карандаши, цветные карандаши, фломастеры, кисти, клей, ножницы
- клубок с нитками
- мешочек с мелкими предметами
- стулья
- аудиозаписи
- игрушки животных: ежик, заяц, кот, медведь, собака и др.
- методические материалы для игр, и упражнений (рисунки, схемы и др.)
- реквизит для игр

Ожидаемые результаты программы.

При условии успешной реализации программы будет наблюдаться положительная динамика в формировании у дошкольника способностей конструктивного межличностного взаимодействия

21. Система организации контроля за реализацией программы.

Система оценки достижения планируемых результатов.

Эффективность коррекционного воздействия оценивается как точки зрения соответствия целям и задачам программы, так и с позиции разрешения реальных трудностей развития. нужно учитывать, что результат коррекционной работы может проявляться постепенно. кроме того, программа может быть ориентирована не на полное преодоление проблем развития, а иметь более узкую цель в ограниченном временном интервале.

Критерии оценки достижения планируемых результатов:

Снижение страха самовыражения (предъявления себя другим, страха не соответствовать ожиданиям окружающих (зависимость от мнения других в оценке своих результатов) и переживание социального стресса (социальные контакты).

Критерии эффективности данной программы:

- положительные результаты диагностики,
- положительные экспертные оценки родителей эмоционального состояния и поведения ребенка.
- Шкала оценки социальных навыков "ДЖиН 5+"
- Тест «Страхи в домиках». Модификация Панфиловой М.А.

Шкала оценки социальных навыков "ДЖиН 5+"

Фамилия и имя ребёнка _____

группа _____

Возраст __ лет __ мес. Пол: М/ Ж

Фамилия и имя лица, заполняющего опросник

Дата заполнения _____

Кем Вы приходитеесь ребёнку _____

Основываясь на своих наблюдениях за этим ребёнком, оцените его поведение по всем пунктам опросника. При оценивании Вы можете выбрать один из пяти баллов:

- 1 - ребёнок не проявляет такого поведения;
- 2 - редко демонстрирует такое поведение;
- 3 - время от времени демонстрирует такое поведение;
- 4 - часто демонстрирует такое поведение;
- 5 - это обычное поведение для этого ребёнка.

	Навыки адаптации к образовательному учреждению.	
1	Когда слушает, внимательно смотрит на говорящего и не перебивает.	1 2 3 4 5
2	Когда испытывает какие-либо затруднения, то не стесняется просить о помощи.	1 2 3 4 5
3	Благодарит за помощь или поддержку.	1 2 3 4 5
4	Когда получает инструкцию, правильно выполняет её.	1 2 3 4 5
5	Бросает начатое дело незаконченным (рисунок, задание, разговор).	1 2 3 4 5
6	Охотно вступает в обсуждение, высказывает своё мнение.	1 2 3 4 5
7	Замечает, когда взрослому (родителю, воспитателю) нужна помощь, и предлагает её.	1 2 3 4 5
8	Если хочет что-то узнать - задаёт вопрос.	1 2 3 4 5
9	Сообщает о своих потребностях взрослому	1 2 3 4 5

	в соответствии с нормами поведения.	
10	Сосредоточенно занимается своим делом, не отвлекаясь на шум и оклики.	1 2 3 4 5
11	Вносит улучшения и исправления в свою работу после подсказки взрослого.	1 2 3 4 5
	Навыки общения со сверстниками.	
12	Проявляет активность и дружелюбие при знакомстве со сверстниками.	1 2 3 4 5
13	Если хочет при соединиться к играющим детям, может включиться в игру без жалоб и конфликтов.	1 2 3 4 5
14	Включаясь в новую игру, интересуется её правилами и соблюдает их.	1 2 3 4 5
15	В отношениях со сверстниками отличает ситуацию, где он имеет право требовать, от той, где может только просить об одолжении.	1 2 3 4 5
16	Замечает, когда другому ребёнку трудно, и предлагает помощь.	1 2 3 4 5
17	Выражает симпатию тем или иным способом по отношению к сверстнику, который ему симпатичен.	1 2 3 4 5
18	Когда слышит от другого хорошие слова в свой адрес, вежливо благодарит его.	1 2 3 4 5
19	Берёт на себя инициативу, дружелюбно предлагает сверстникам что-то вместе сделать, на- пример, поиграть.	1 2 3 4 5
20	Делится с другими (например, игрушками).	1 2 3 4 5
21	Когда понимает, что неправ, просит прощения.	1 2 3 4 5
	Навыки обхождения с чувствами.	
22	Знает, как называются чувства, и может адекватно мимикой и телом изобразить основные из них (злость, страх, радость, грусть, удивление ...).	1 2 3 4 5

23	Проявляет свои чувства в соответствии с ситуацией.	1 2 3 4 5
24	Распознаёт чувства другого человека (называет, оценивает), опираясь на выражение его лица, интонации, жесты, позу.	1 2 3 4 5
25	Знает, что ему нравится и что не нравится, и может сказать об этом (ребёнку не обязательно нравится то, что ему должно нравиться, по мнению взрослого).	1 2 3 4 5
26	Выражает сочувствие другому человеку, когда тот находится в сложной ситуации.	1 2 3 4 5
27	Когда злится, очень агрессивен (бьёт других детей, кусается, обзывается и т.п.).	1 2 3 4 5
28	Когда сталкивается с гневом и раздражением других людей, может выбрать оптимальный вариант поведения (убежать, обратиться за помощью взрослого, сказать что-то в свою защиту и т.п.).	1 2 3 4 5
29	В случае опасности действует конструктивно (в зависимости от ситуации может спрятаться, приостановить действие, продолжить его или сказать о своём страхе).	1 2 3 4 5
30	В ситуации утраты чего-то ценного (друга, вещи ...) грустит, не капризничая, а печальсь.	1 2 3 4 5
	Навыки альтернативы агрессии.	
31	Отстаивает свои интересы мирным путём.	1 2 3 4 5
32	Если чем-то недоволен, ведёт себя деструктивно (например, обижается, накапливает недовольство, плачет, кричит, дерётся), а не говорит об этом прямо	1 2 3 4 5
33	В ситуации, когда надо спросить разрешения, не делает этого.	1 2 3 4 5
34	Когда не принимают в общую деятельность группы,	1 2 3 4 5

	реагирует болезненно (например, обижается или ведёт себя агрессивно).	
35	В ситуации, когда его дразнят, проявляет неконструктивное поведение (например, обижается, кричит, дерётся, замыкается в себе).	1 2 3 4 5
36	Недружелюбен по отношению к сверстнику, «не такому, как все» (неаккуратному, несимпатичному, с физическими недостатками и т.п.).	1 2 3 4 5
37	Когда сталкивается с последствиями своего поведения, признаёт, что это результат его действий.	1 2 3 4 5
38	В ситуации обвинения в свой адрес умеет защитить себя, если он не виноват.	1 2 3 4 5
	Навыки преодоления стресса.	
39	Из-за проигрыша в игре сильно расстраивается (например, плачет, злится или падает духом),	1 2 3 4 5
40	Когда хочет взять чужую вещь, спрашивает разрешения у её хозяина.	1 2 3 4 5
41	Когда слышит неприемлемое предложение, умеет твёрдо сказать «нет».	1 2 3 4 5
42	На отказ в просьбе (например, взять чью-то вещь) не обижается.	1 2 3 4 5
43	Когда его не замечают и не хотят принимать в общую деятельность, умеет отвлечься от обидной ситуации (сам себя занять).	1 2 3 4 5
44	Попав в неловкую ситуацию, справляется со своим смущением.	1 2 3 4 5
45	Может справиться с накопившимся стрессом с помощью двигательной активности (танцы, физические упражнения)	1 2 3 4 5

	...).	
--	-------	--

По результатам методики можно построить график и тогда результаты будут еще нагляднее. Только при обработке результатов следует помнить, что вопросы 5, 27, 32-36, 39 являются перевертышами. Т.е. баллы за них считаются при построении графика наоборот - если ответ 5, то он равен 1, 4=2, 3=3, 2=4, 1=5. Построение графика: горизонтальная шкала (ось X) это номера вопросов (визуально разграничиваются различные виды навыков, получается 5 областей по 7 вопросов), вертикальная шкала (ось Y) – баллы от 1 до 5 (от минимального до максимального уровня развития навыка). В ситуации, когда при построении графика используются оценки нескольких экспертов по каждому пункту, то считается среднее арифметическое. Таким образом получается более объективная картина.

Навыки «ДЖиН 5+»

Навыки адаптации к образовательному учреждению.

1. Умение слушать.
2. Умение обращаться за помощью.
3. Умение выражать благодарность.
4. Умение следовать полученной инструкции.
5. Умение доводить работу до конца.
6. Умение вступать в обсуждение.
7. Умение предлагать помощь взрослому.
8. Умение задавать вопросы.
9. Умение заявлять о своих потребностях.
10. Умение сосредотачиваться на своем занятии.
11. Умение исправить недостатки в работе.

Навыки общения со сверстниками.

12. Умение знакомится.

13. Умение присоединиться к играющим детям.
14. Умение играть по правилам игры.
15. Умение просить об одолжении.
16. Умение предлагать помощь сверстнику.
17. Умение выражать симпатию.
18. Умение принимать комплименты.
19. Умение проявлять инициативу.
20. Умение делиться.
21. Умение извиняться.

Навыки обхождения с чувствами.

22. Умение воспроизводить основные чувства.
23. Умение выражать чувства.
24. Умение распознавать чувства другого.
25. Умение осознавать свои предпочтения.
26. Умение сочувствовать.
27. Умение обращаться с собственным гневом.
28. Умение реагировать на гнев другого человека.
29. Умение справляться со страхами.
30. Умение переживать печаль.

Навыки альтернативы агрессии.

31. Умение отстаивать свои интересы мирным путем.
32. Умение выражать недовольство.
33. Умение спрашивать разрешения.
34. Умение спокойно реагировать на ситуацию, когда не принимают в общую деятельность группы.
35. Умение адекватно реагировать в ситуации, когда дразнят.
36. Умение проявлять толерантность.
37. Умение принять последствия собственного выбора.

38. Умение адекватно реагировать на незаслуженные обвинения.

Навыки преодоления стресса.

39. Умение проигрывать.

40. Умение обходиться с чужой собственностью.

41. Умение говорить «нет».

43. Умение адекватно реагировать на отказ.

44. Умение справляться со смущением.

45. Умение справляться с накопившимся стрессом с помощью двигательной активности.

Тест «Страхи в домиках». Модификация Панфиловой М.А.

Тест «Страхи в домиках» проводится с одним ребёнком или с группой детей. После выполнения задания детям предлагается закрыть страшный дом на замок, который они сами рисуют, а ключ – выбросить или потерять. (Тем самым психолог несколько успокаивает актуализированные страхи.) страхи в черном домике подсчитываются и соотносятся с возрастными нормами.

Инструкция. «В красный и черный дом надо расселить 29 страхов. В каком доме будут жить страшные страхи, а в каком – нестрашные? Я буду перечислять страхи, а ты показывай в какой доме они будут жить».

Страхи:

1. Когда остаешься дома один;
2. Нападения, бандитов;
3. Заболеть, заразиться;
4. Умереть;
5. Того, что умрут твои родители;
6. Каких-то людей;
7. Маму или папу;
8. Того, что они тебя накажут;
9. Бабы Яги, Кошеля Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ, невидимок, скелетов;

- 10.Опоздать в детский сад;
- 11.Перед тем как заснуть;
- 12.Страшных снов;
- 13.Темноты;
- 14.Волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
- 15.Машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. Бури, урагана, грозы, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
- 17.Когда очень высоко;
- 18.Когда очень глубоко;
- 19.В маленькой тесной комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
- 20.Воды;
- 21.Огня;
- 22.Пожара;
- 23.Войны;
- 24.Больших улиц, площадей;
- 25.Врачей (кроме зубных);
- 26.Крови (когда идет кровь);
- 27.Уколов;
- 28.Боли (когда больно);
- 29.Неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет.

Средне число страхов у детей 6-7 лет (старших дошкольников) составляет мальчики – 9, девочки -12. Преобладают страхи: страх смерти, страх смерти родителей, страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страх страшных снов, страх огня, страх пожара, страх нападения, страх войны. У девочек: страх заболеть, страх наказания, страх перед засыпанием, страх сказочных персонажей.

Методика: «Лесенка». Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание.

Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама».

Особенности выполнения задания: Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять. Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю». Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум. Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия. Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Список литературы.

1. Алексеева Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. Как помочь ребенку? Учебно-методическое пособие. 2-е. изд.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009. - 283с.
- 2.. Бабушкина Т.В. Что хранится в карманах детства. - 4-е изд. доп. - СПб.: Речь: Агентство образовательного сотрудничества: Образовательные проекты, 2013. - 320с.
3. Баженова О.В. Тренинг эмоционально-волевого развития для дошкольников и младших школьников. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010. - 192с.
4. Баркан А. Плохие привычки хороших детей. - М.: Этерна, 2014. - 496с.
5. Жизненные навыки для дошкольников. Занятия-путешествия: Программа-технология позитивной социализации дошкольников/ под общ. ред. С.В. Кривцовой. - Москва: Клевер-Медиа-Групп, 2016. - 334, [2] с. - (Счастливые люди в детском саду)
6. Моница Г.Б. Технология формирования у детей 6-7 лет инициативности, самостоятельности, ответственности и парциальная программа "Лесенка РОСТА". - СПб.: ООО "ИЗДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2017. - 176с.
7. Организация психологической службы в современном детском саду. - сост. Н.В. Нищева - СПб.: ООО "ИЗДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2017. - 192с.
8. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов и родителей. - М.: "Издательство ГНОМ и Д", 2000. - 160с.
9. Психология здоровья дошкольника: Учебное пособие. / Под ред. проф. Г.С. Никифорова. - СПб.: Речь, 2010. - 413с.
10. Смирнова Е.О. Общение дошкольника с взрослыми и сверстниками: Учебное пособие. - М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2012. - 192с.
11. Фабер А. Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили. / А. Фабер, Э. Мазлиш. - М.: Экспо, 2009.