

## **АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ «УДИВЛЯЮСЬ, ЗЛЮСЬ, БОЮСЬ, ХВАСТАЮСЬ И РАДУЮСЬ» С.В.Крюковой, Н.И.Донсковой.**

### ***Актуальность проблемы, научная обоснованность.***

Развитие ребенка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются «индикатором» состояния ребенка, с другой – сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Маленькие дети часто находятся «в плену эмоций», поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что может приводить к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Лишь по мере личностного развития у них постепенно формируется способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивается произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими.

Эмоции играют важную роль в жизни детей, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Чувства господствуют над всеми сторонами жизни дошкольника, придавая им особую окраску и выразительность, поэтому эмоции, которые он испытывает, легко прочитываются на лице, в позе, жестах, во всем поведении.

Не каждый взрослый человек способен разобраться во всей гамме своих переживаний, а для ребенка эта задача является еще более трудной. Дети не всегда правильно понимают даже простые эмоции, тем более трудно им осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связей с окружающим миром.

С.Л. Рубинштейн выделял три вида эмоциональных переживаний. Первый - уровень органической аффективно-эмоциональной чувствительности, когда чувство выражает состояние организма, находящегося в определенных реальных отношениях с окружающей действительностью. Более высокий уровень эмоциональных проявлений составляют предметные чувства, соответствующие предметному восприятию и предметному действию. На этом уровне чувство является не чем иным, как выражением в осознанном переживании отношения человека к миру. Ценность, качественный уровень этих чувств зависят от их содержания, от того, какое отношение и к какому объекту они выражают. Наконец, над предметными чувствами поднимаются более обобщенные чувства, как-то: чувство юмора, иронии, чувство возвышенного, трагического и т.д.

Опыт работы в РЦД и К «Доверие» показал, что количество детей дошкольного возраста, требующих развития эмоциональной сферы неуклонно растет. Данные свидетельствуют о необходимости немедленного и эффективного решения. Полноценное обследование и оказание помощи

ребёнку, становится возможным на базе специализированного психолого-медико-педагогического центра.

**Адресная направленность.** Программа рассчитана для детей дошкольного возраста **4-6 лет.**

**Цель программы:** Развитие эмоциональной сферы детей.

**Задачи программы:**

- ввести ребенка в сложный мир человеческих эмоций;
- помочь прожить определенное эмоциональное состояние;
- научить детей понимать собственное эмоциональное состояние;
- выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.

**Концептуальное обоснование программы.**

Своеобразие эмоций и чувств определяется потребностями (их удовлетворением или неудовлетворением), мотивами, стремлениями, намерениями человека особенностями его воли и характера. С изменением какого-либо из этих компонентов меняется личностное отношение человека к предмету потребности. Мир чувств и эмоций сложен и многообразен. Богатство эмоциональных переживаний помогает человеку глубже понимать происходящее, более тонко проникать в переживания других людей, их межличностные отношения, способствует познанию человеком самого себя, своих возможностей, способностей, достоинств и недостатков, мира окружающих его предметов и явлений. Эмоции и чувства придают словам и поступкам, всему поведению своеобразный колорит. Положительные переживания воодушевляют человека в его творческих поисках.

Еще Гиппократ признавал, что решающую роль в понимании внутренних процессов, происходящих в организме, играют эмоции. Тем не менее, дать точное определение каждой из них и измерить их интенсивность чрезвычайно трудно. Как правило, человек судит об эмоциональном состоянии другого по особым выразительным движениям, мимике, изменению голоса. Поза, жест, особенности движений во многом дополняют мимику и играют важную роль в передаче эмоционального состояния. По выражению Ж.Лабрюйера, «в тоне голоса, в глазах и в выражении лица говорящего имеется не меньше красноречия, чем в самих словах».

Данная программа направлена на работу с «предметными чувствами». Программа представлена в виде подробных сценариев занятий. Автор подчеркивает, что ее разработки могут служить и основой для создания собственных сценариев с учетом потребностей и особенностей каждой конкретной группы. Несомненной ценностью этой программы является четкая логика построения, психологически обоснованная последовательность проведения групповых занятий и упражнений.

Программа является призером Всероссийских конкурсов авторских разработок по социально-психологической адаптации детей и подростков, проводимых ЦСПА «Генезис» совместно с Министерством образования РФ.

**Ожидаемые результаты:** ввести ребенка в сложный мир человеческих эмоций, помочь прожить определенное эмоциональное состояние, объяснить, что оно обозначает, и дать ему словесное наименование. Накапливая определенные моменты проживания и фиксации на каком-либо чувстве, ребенок сможет создать свой собственный «эмоциональный фонд», с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают.

**Критерии эффективности:**

- Умение детей распознавать определенное эмоциональное состояние;
- Усвоение детьми приемов и навыков эмоционально-волевого регулирования, самоконтроля;
- Повышение эмоциональной устойчивости у детей.