

**Муниципальное образовательное дошкольное учреждение
детский сад № 292 Кировского района Волгограда**
400079, г. Волгоград, ул. 64-й Армии, 129а, тел./факс: 42-69-28
E-mail: dou292@volgadmin.ru

«Печать воспоминаний».

**программа психолого-педагогической коррекции трудностей в воспитании,
социализации, отклонении в развитии и поведении
детей старшего дошкольного возраста.**

**Автор-составитель:
педагог-психолог
Упшинская Е.Ю.**

г. Волгоград, 2024 г.

Содержание

Вид психолого-педагогической программы – программа психолого-педагогической коррекции, направленная на помощь ребёнку сознательно изменить отношение к воспоминаниям, которые «отравляют» реальность для приобретения способности извлекать из минувших событий ценный опыт способом «переписывания» негативной ситуации

1. Аннотация программы

Программа психолого-педагогической коррекции «Печать воспоминаний» разработана в 2024 году с целью развития и коррекции эмоциональных проявлений для воспитанников с ОНР и ОВЗ. Апробирована в 2023-2024 учебном году.

Значимость психолого-педагогического подхода, описанного в программе, состоит в том, что он является здоровьесберегающей и игровой технологией и как следствие позволяет педагогу-психологу выстроить эффективную стратегию сопровождения воспитанников с ОНР и ОВЗ, повысить эффективность коррекции высших психических функций. Продуктивность данного подхода доказана научными и практическими трудами.

2. Пояснительная записка

В современном значении под термином «память» понимается процесс запечатления, сохранения, изменения, воспроизведения, узнавания и утраты прошлого опыта, который делает возможным его использование в деятельности или восстановление в сфере сознания.

Воспоминание – это извлечение из долговременной памяти образов прошлого, воспроизведение событий из жизни, мысленно локализуемых во времени и пространстве.

Когда вы думаете об устройстве памяти, то, возможно, представляете себе нечто наподобие личной библиотеки — своего рода «чертоги разума» (техника запоминания информации, описанная в телесериале BBC о Шерлоке Холмсе), в которых хранятся самые важные события вашей жизни. На книжных полках этой библиотеки можно найти воспоминания и о вашем пятом дне рождения, когда вас нарядили в костюм Супермена, и о семейном пикнике, когда вы нашли в своем яблоке червяка. Все эти воспоминания, хорошие и плохие, делают нас теми, кто мы есть. Именно поэтому нас так пугает диагноз «амнезия». И, разумеется, нам бы не хотелось, чтобы кто-то искажал содержимое нашей памяти — ведь так мы рискуем потерять важную часть себя. Однако в действительности друзья, родственники и коллеги по работе уже роются в ваших чертогах разума — переставляют книги на полках, вырывают из них страницы и разбрасывают по полу, а то и оставляют собственные записи на полях в самых ценных томах.

«Наши воспоминания постоянно переписываются в ходе социального взаимодействия, - говорит Уильям Херст из Новой школы социальных исследований в Нью-Йорке. — В процессе общения другие люди могут

"вживлять" нам воспоминания, заставлять нас о чем-то забыть, а что-то, наоборот, помнить особенно ярко».

Тяжелые события из прошлого могут годами и десятилетиями беспокоить человека. Иногда их влияние недооценивают потому, что считается: «настоящая» психологическая травма — это то, что приводит к посттравматическому стрессовому расстройству. То есть нечто катастрофическое, выходящее далеко за рамки повседневного опыта человека. Например, внезапная смерть близких, физическое и сексуальное насилие, военные действия.

На самом деле травматичными, приносящими боль даже спустя много времени бывают и не такие экстремальные события. В английском для этого даже есть специальное название — small trauma, или small 't' trauma, «маленькая травма» или «травма с маленькой буквы „t“» в противовес «большой травме», которая и приводит к посттравматическому расстройству. Причиной маленькой травмы могут быть, например, конфликты с другими людьми, измена и развод, финансовые проблемы — то, с чем сталкиваются многие люди. В детском возрасте — это испуг, ссора родителей, неудача и пр.

Лечение полноценного расстройства — сложная задача, которую стоит решать вместе с психиатром и психотерапевтом. Но с «маленькими травмами» можно попробовать справиться самостоятельно или с помощью педагога-психолога. И одна из техник, способных помочь — рескриптинг (буквально означающее — «переписывание»).

Рескриптинг — психотерапевтическая техника, которая меняет мышление и поведение человека с помощью воображения. Человек мысленно воссоздает плохое воспоминание, а потом — переписывает его так, чтобы финал стал менее болезненным. Считается, что новую концовку мозг будет воспринимать так, будто она произошла на самом деле.

Мы все родом из детства! Наши воспоминания, эмоции и ощущения «переедут» с нами во взрослую жизнь.

Что наши дети запомнят из своего детства. Как работает детская память?

Мы часто говорим о том, как важен период детства, как он потом отражается на всей будущей жизни человека. Наши малыши живут в заботе и любви: отдых на море, вечернее чтение с мамой, аттракционы с папой, подарки от бабушек и вообще много-много радости каждый день. Но... Что делали вы в свои три года? Что-то не вспоминается, верно? Ну или картинок всплывает очень мало. Неужели и наши дети всё это забудут?

Так стоит ли наполнять жизнь малыша яркими событиями?

Детство — это важный период для формирования навыков. Можно забыть событие, но оно поможет ребёнку чему-то научиться. Например, ваш двухлетка обожает играть с “Миром на ладошке”, ему очень интересны и космос, и животные, и марки машин. Вспомнит ли он эти факты с карточек в 20 лет? Конечно, нет, мозг стирает информацию, которой не пользуется. Но благодаря вашим играм малыш развил любопытство, желание получать знания. У него сформировался полезный навык, который поможет ему стать успешным в любых

областях. А ещё счастливое детство становится опорой для взрослой жизни. Взрослый, который бежит домой после трудного рабочего дня, зайдёт в квартиру и расплывётся в улыбке при уютном запахе ужина. Его подсознание напомним, как он нёсся домой после дворового футбола, грязный и голодный, дома мама с пирогами, папа что-то чинит... Он испытает позитивные эмоции, ему станет легче, завтра на работу он пойдёт чуточку счастливее.

Эмоциональная жизнь дошкольника связана с преобладанием чувств над всеми сторонами деятельности ребенка. Эмоциональность характеризуется произвольностью, непосредственностью, яркостью: чувства быстро вспыхивают и угасают, настроение неустойчиво, проявления эмоций очень бурны. Ребенок легко начинает испытывать чувства симпатии, привязанности, любви, сострадания, жалости, остро переживает и ласку, и похвалу, и наказание, и порицание, легко реагирует на конфликтные ситуации, быстро расстраивается от неудач, легко обижается и плачет, бурно выражает чувства к героям книг и фильмов. Но все это так же быстро угасает и забывается.

В поведении и развитии детей дошкольного возраста часто встречаются нарушения поведения (агрессивность, вспыльчивость, пассивность, гиперактивность), отставание в развитии и различные формы детской нервности (невропатия, неврозы, страхи).

Осложнения психического и личностного развития ребенка обусловлены, как правило, двумя факторами: ошибками воспитания или определенной незрелостью, минимальными поражениями нервной системы.

Эмоциональные состояния возникают в процессе жизнедеятельности ребенка и определяют не только уровень информационно-энергетического обмена (как функциональные состояния), но и направленность поведения. Так, например, агрессивно-оборонительное поведение провоцируется эмоцией гнева или активизирующего страха, а пассивно-оборонительное поведение - эмоцией огорчения или парализующего страха. В возрасте 5-6 лет у ребенка появляются зачатки произвольности, ребенок начинает контролировать свои эмоции, самостоятельно строить отношения в группе, развивается эмоциональная и коммуникативная компетентность. (Бурухина А.О., 2009)

Негативные эмоциональные состояния у ребенка могут формироваться вследствие изменения взаимоотношений в семье, что в свою очередь способствуют повышению риска дезадаптации.

В дошкольном возрасте чувства господствуют над всеми сторонами жизни ребенка, придавая им окраску и выразительность, эмоциональный мир ребенка становится богаче и разнообразнее. От базовых эмоций (страха, радости и др.) он переходит к более сложной гамме чувств: радуется и сердится, восторгается и удивляется, ревнует и грустит. Изменяется и внешнее проявление эмоциональных реакций. В этом возрасте усваивается язык чувств - принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т.д.

Память ребенка избирательна, воспоминания нестатичны, но при этом травматические события очень легко остаются в памяти ребенка на протяжении довольно длительного периода времени.

Поэтому «переписать» воспоминание, которое неприятно ребенку, очень важно:

- воспоминание встраивается в общий контекст памяти и перестает быть токсичным, безобидные ситуации больше не будут вызывать болезненные эмоции только из-за того, что напоминают о произошедшем ранее;
- происходит переосмысление детского опыта, воспоминания, которые до этого успешно были скрыты от сознательного, становятся явными, например, детали событий, убеждения о себе и мире;
- ребенок вспоминает и замечает детали, которые раньше казались ему малозначительными, может произойти переоценка произошедшего, которая иногда приводит к полному переосмыслению опыта;
- исчезают негативные убеждения о мире и себе самом.

В процессе подготовки программы был проведен опрос среди взрослых участников педагогического процесса и были определены позиции, которые являлись травмирующими в детстве и запомнились или «запечатались» во взрослом сознании:

- фразы родителей по типу «сдать в детдом / незнакомому дяде / бабайке / врачам»;
- наказание молчанием, родители никогда не извинялись, даже когда были виноваты, всегда приходилось идти «мириться» самостоятельно;
- «Ничего твоего в этом доме нет»;
- профессиональный спорт, кружки и секции, на которые отдали слишком рано и до подросткового возраста не было ничего кроме учебы и спорта;
- постоянные сравнения с братьями / сестрами / одноклассниками / друзьями;
- страх наказания за оценку, реальная злость родителей из-за плохой успеваемости;
- нахождение своих рисунков и поделок в мусорном ведре;
- «Лучше бы я тебя не рожала»;
- постоянный контроль и запреты, даже когда уже появилась некоторая автономность, просто нельзя, без объяснения причин;
- нарушение родителями личного пространства, вход в комнату без стука, чтение сокровенных мыслей из личного дневника и подобное;
- ссоры родителей: «Передай маме... А теперь скажи папе... Выбери, кого ты любишь больше», перекидывание ответственности за взрослые «разборки» на ребенка;
- физические наказания;
- музыкальная школа / любое другое занятие не по собственному желанию, а потому что родители сказали: надо;

- любовь родителей к алкоголю больше, чем к собственному ребенку;
- чувство одиночества, не было ощущения присутствия родителей, даже когда они были дома;
- регулярные наказания лишениями: заберу любимую игрушку, книгу, телефон, посажу под «домашний арест», не дам денег на карманные расходы и подобное.

Не все из вышеперечисленного, к сожалению, возможно «переписать» в условиях детского сада, но большинство «мелких» травматичных для маленького человека событий переосмыслить можно: ссора с друзьями, испуг, потеря любимой игрушки, ссора с родителями и пр.

Техника рескриптинга, адаптированная под детский возраст поможет справиться с негативными проявлениями травмирующих событий в жизни маленького человека.

3. Цель и задачи программы

Цель программы: помогать ребёнку сознательно изменить отношение к воспоминаниям, которые «отравляют» реальность для приобретения способности извлекать из минувших событий ценный опыт способом «переписывания» негативной ситуации.

Данная цель реализуется посредством следующих задач:

- проанализировать психологическую составляющую арттерапевтических методик для использования в работе программы;
- формировать у детей позитивные личностные установки;
- выявить динамику снижения проявлений негативных эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста.

В соответствии с направлением работы данной программы, задачи формируются «на месте», то есть они будут направлены конкретно на каждого ребенка и сам «случай» или воспоминание.

4. Научно-методическое основание программы:

Концептуальную основу данной программы составляют исследования, посвященные изучению эмоционального развития личности ребенка дошкольного возраста, которые проводились многими отечественными и зарубежными учеными и исследователями (Г. М. Бреслав, В.К. Вилюнас, А.В. Запорожец, К.Э. Изард, Я.З. Неверович, П.В. Симонов и др.).

Проблемой коррекции негативных эмоциональных состояний у детей дошкольного возраста занимались И.П. Воропаева, А.И. Захаров, Е.Е. Кравцова, В.С. Мухина, А. А. Нурагунова, Т.О. Смолева, А. С. Спиваковская, С.Г. Файнберг, М.И. Чистякова, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева и другие. По их мнению, наиболее эффективно привлечение таких детей к интересной, увлекательной деятельности; данные исследователи предлагают способы игровой коррекции, психогимнастики, сказкотерапии и другие программы психокоррекции поведения.

Исследованию проблемы коррекции эмоциональных состояний детей также посвящены работы выпускников Акмеологической Академии Лепиной А.М., Лыжовой С.А., Бурухиной А.О., Дмитриевой А.Д. Авторами было выявлено, что психические состояния детей дошкольного возраста характеризуются легкостью возникновения, изменениями и подверженностью извне (социальным воздействиям).

5. Категория участников программы.

Программа предназначена для воспитанников в возрасте от 6 лет (старший дошкольный возраст), также может быть использована в работе с детьми школьного возраста.

6. Структура программы

Занятия по программе проводятся индивидуальном и подгрупповом порядке 2 раза в неделю по 25 – 30 минут в игровой форме.

В процессе работы с воспитанниками соблюдаются следующие принципы:

- принцип «от простого к сложному», который учитывается при построении программы занятия;
- принцип опоры на сохраненные формы деятельности — развитие слабых звеньев при опоре на сильные стороны психики;
- принцип вовлечения — создание ситуации эмоционального включения и мотивации воспитанника в процесс занятий.

Занятия по программе имеют структуру и состоят из трех «серий».

Структура индивидуальных занятий и задачи каждого этапа.

Этап занятия	Задачи этапа
1. Вступительная часть занятия.	
Приветствие.	Положительный настрой на занятие, создание доброжелательной непринужденной атмосферы на занятие.
2. Основная часть занятия.	
Серия 1.	Активизация работы мыслительных процессов.
Серия 2.	Формирование умения находить выход из сложных ситуаций, управлять своим поведением и эмоциями, выстраивать позитивные отношения друг с другом. Развитие умения сочувствовать, лучше понимать себя и других, освоение навыков саморегуляции. Формирование позитивного образа своего Я.
Серия 3.	Формирование и закрепление положительных эмоций.
Заключительный этап.	

Прощание.	Создание условий для доверительных и безопасных отношений в дальнейшем.
-----------	---

7. Методы, используемые при реализации программы

Серия 1.	Вхождение в образ Распаковка образа Визуальная и текстовая обрисовка образа
Серия 2.	Изобразительные техники Техники конструирования Элементы мультитерапии Элементы библиотерапии Свето и цвето техники Элементы музыкальной терапии
Серия 3.	Дыхательные упражнения Самомассаж Ароматерапия Упражнения -растяжки Глазодвигательные упражнения Релаксационные техники

8. Ожидаемые результаты

Коррекция негативных эмоциональных состояний, связанных с травмирующими воспоминаниями – один из наиболее эффективных методов помощи детям, помогающий преодолеть: снижение общей работоспособности, рассеянность, снижение функции внимания и памяти, нарушение мыслительной деятельности, несформированность пространственных представлений, недостаточность саморегуляции и контроля.

1. В процессе работы создана атмосфера доверия, сплоченности, эмпатии внутри коррекционной группы.
2. Правила работы в группе приняты и соблюдаются всеми участниками.
3. Созданы условия для развития психических процессов: памяти, речи, мышления, воображения.
4. Сформировано желание участвовать в групповом обсуждении, высказывать свою точку зрения, относиться бережно к чужому мнению и чувствам.
5. Снижена актуальность дезадаптивных форм поведения, активно формируются новые мотивы и установки.
6. Эмоциональное состояние участников гармонизировалось, активно формируются умения анализировать свои и чужие эмоции, понимать их причины, находить способы саморегуляции и решения проблемных ситуаций.

9. Система оценки освоения программы.

Система оценки освоения программы включает в себя обязательные этапы:

1. Диагностический этап. Исследование личностной тревожности (Р.Теммел, М.Дорки, В.Амен). Изучение самооценки дошкольника Методика "Лесенка". Цветовой тест Люшера. Проективная методика "Волшебная страна чувств" (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева). Рисуночный тест «Мои воспоминания». Рисуночный тест «Страхи в домиках».
2. Установочный этап. Цель этого этапа – индивидуальная постановка педагогом-психологом *адекватных и первостепенных целей коррекции в зависимости от результата диагностики воспитанника*. Во время установочного этапа обязательным является консультирование родителей воспитанника, знакомство с результатами диагностики и целей коррекции на учебный год.
3. Коррекционный этап. Коррекция в условиях детского сада проводится в индивидуальной и подгрупповой форме. Начало коррекционной работы направлено, в основном на стабилизацию морального чувства - одного из важнейших приобретений нравственного развития ребенка, благодаря которому ребенок в состоянии сдерживать свои желания, отрицательные эмоции, побуждения антисоциального характера. Следующий этап коррекционной работы направлен на развитие общей положительной направленности ребенка, связанной с моральными чувствами, и будет создавать стержень личности, который будет определять способ поведения в жизненных ситуациях в дальнейшем. Последний этап направлен на повышение уровня саморегуляции и произвольного контроля, а, также, через повышение уровня рефлексии и самоконтроля, на улучшение состояния и соматической сферы ребенка.
4. Заключительный этап – оценка эффективности коррекционной работы. Для учета эффективности проводится диагностика при помощи тех же приемов, которые использовались перед началом коррекционной работы. Во время заключительного этапа проводится консультирование родителей с целью знакомства с результатами коррекционной работы с ребенком, его достижений за период прохождения программы.

10.Сроки реализации программы

Программа реализуется в течение учебного года. Диагностический и установочный этап (диагностика воспитанников и консультирование родителей) – сентябрь, октябрь. Коррекционный этап – ноябрь – март (пять месяцев). Заключительный этап (заключительная диагностика и консультирование родителей по прохождению программы) – апрель, май.

Календарно-тематическое планирование

№		Форма контроля
1.	Первичная диагностика	Заполнение диагностического листа
2.	Консультирование родителей учащихся	Заполнение внутренней отчетной документации (журналов педагога-психолога)
3.	Занятие 1.	Заполнение внутренней отчетной документации (журналов педагога-психолога). Наблюдение, заполнение карты динамики
4.	Занятие 2.	
5.	Занятие 3.	
6.	Занятие 4.	
7.	Занятие 5.	
8.	Занятие 6.	
9.	Занятие 7.	
10.	Занятие 8.	
11.	Занятие 9.	
12.	Занятие 10.	
13.	Занятие 11.	
14.	Занятие 12.	
15.	Занятие 13.	
16.	Занятие 14.	
17.	Занятие 15.	
18.	Занятие 16.	
19.	Занятие 17.	
20.	Занятие 18.	
21.	Занятие 19.	
22.	Занятие 20.	
23.	Контрольная диагностика	Заполнение диагностического листа
24.	Консультирование родителей	Заполнение внутренней отчетной документации (журнала педагога-психолога)

11. Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

Данную программу может реализовывать педагог-психолог с высшим профильным образованием.

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:

- Ван дер Вайнгаарт Р. «Рескриптинг в воображении. Теория и практика».
- С.Д. Забрамная. «Практический материал для проведения психолого-педагогического обследования детей»;

Требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы: кабинет педагога-психолога должен отвечать требованиям СанПин и пожарной безопасности. Кабинет должен быть

оборудован необходимым комплектом мебели (шкаф для инструментария, стол, стул для занятий), иметь световое оборудование, коврик для релаксаций, приспособления для свето-звукового воздействия (динамические световые приспособления).

Требования к информационной обеспеченности – диагностические, дидактические материалы, психологический инструментарий должны находиться непосредственно в кабинете.

12. Гарантия прав участников программы

Гарантия прав участников программы определяется внутренними нормативными документами МОУ детский сад № 292 и локальными нормативными актами:

- Уставом образовательной организации;
- Правилами внутреннего распорядка воспитанников;
- Правилами внутреннего трудового распорядка;
- Режимом занятий воспитанников;
- Этическим кодексом педагога-психолога.

13. Сведения о практической апробации программы

Данная программа была апробирована на базе МОУ детский сад № 292 Кировского района Волгограда. В апробации приняло участие 12 воспитанников группы компенсирующего вида для детей с ТНР.

№	Описание этапа	Срок выполнения
1.	Первичная диагностика. Заполнение диагностической карты. Качественная и количественная оценка.	Сентябрь 2023 г.
2.	Консультирование законных представителей по результатам первичной диагностики.	Октябрь 2023 г.
3.	Проведение коррекционных занятий с воспитанниками.	Ноябрь 2023 г. - март 2024 г.
4.	Повторная диагностика. Заполнение диагностической карты. Качественная и количественная оценка.	Апрель 2024 г.
5.	Консультирование законных представителей по результатам освоения программы.	Май 2024 г.

Практическая значимость: полученные в ходе реализации программы материалы и результаты могут найти свое применение при психологическом сопровождении детей дошкольного возраста, а также при разработке рекомендаций по оказанию им психологической помощи, а также быть использованы при разработке программ психокоррекционных мероприятий для детей старшего дошкольного возраста, а также в работе воспитателей и специалистов, работающих в детских дошкольных учреждениях.

14. Достижения апробации программы.

Результаты диагностики воспитанников суммировались и оценивались качественно и количественно.

Цели программы достигнуты. Дети, входящие в состав группы, смогли сознательно изменить отношение к воспоминаниям, которые «отравляли», мешали реальности, смогли приобрести опыт извлечения из минувших травмирующих событий ценный опыт способом «переписывания» негативной ситуации.

Таким образом, можно утверждать, что программа психолого-педагогической коррекции, направленная на помощь ребёнку сознательно изменить отношение к травмирующим воспоминаниям доказала свою эффективность.

Список использованной литературы

1. Абрамова Г.С. Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособие для студентов вузов. - 2-е изд., стереотип. - М., 2003. - 320 с.
2. Адлер А. Понять природу человека. СПб.: "Питер", 2007. - 370 с.
3. Алексеева Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. Как помочь ребенку? СПб.: Речь, 2008
4. Белобрыкина О.А. Диагностика развития самосознания в детском возрасте. СПб.: Речь, 2006
5. Берн Э. Познай себя. О психиатрии и психоанализе - для всех, кто интересуется. СПб.: "Питер", 2000. - 470 с.
6. Божович Л.И. Избранные психологические труды. М., 2006.
7. Бреслав Г.М. Психология эмоций. 2004г. - 310 с.
8. Брун Б., Педерсен Э., Рунберг М. Сказки для души. Использование сказок в психотерапии. М.: "Информационный центр психологической культуры", 2000. - 184 с.
9. Валлон А. Психическое развитие ребенка. - СПб., 2001. - 208 с.
10. Власова Т.А., Певзнер М.С. О детях с отклонениями в развитии. - М., 2003.
11. Выготский Л.С. Проблемы эмоций. Вопросы психологии, 1958 №3. - 639 с.
12. Габдреева Г.Ш. Основные аспекты тревожности в психологии. // Тонус.- 2000-№5
13. Гнездилов А. В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балуга). СПб.: "Речь", 2002. - 292 с.
14. Ермакова Е.С. Изучение гибкости мышления дошкольников // Вопр. психол. Дайджест. -2003. № 2, стр.379;
15. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Речь, 2007
16. Заширинская О. В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия. СПб.: "Издательство ДНК", 2001. - 152 с.
17. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. СПб.: "Речь", 2002. - 310 с.
18. Изард К. Психология эмоций. - СПб.: Питер, 2001. - 378 с.
19. Ильин Е.П. Эмоции и чувства - изд. "Питер". - 2002. - 320 с.
20. Калинина Р. Программа развития эмоциональной сферы дошкольников и младших школьников. Псков, 2005г. - 134 с.
21. Карпов А.В. Мудрые зайцы, или как разговаривать с детьми и сочинять для них сказки. СПб.: Речь, 2008
22. Князева Т.Н. Психологическая готовность ребенка к обучению в основной школе: структура, диагностика, формирование. СПб.: Речь, 2007
23. Коношенко О. Л. Домашний психолог. Сказкотерапия. М.: "Эксмо", 2002. - 72 с.
24. Кулинцова И.Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок. СПб.: Речь, 2010

25. Куличковская Е.В., Степанова О.В. Как преодолеть свой страх? Развивающие сказки и игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: Речь, 2008
26. Кутовая М.С. Сказки от слез. СПб.: Речь, 2007.
27. Леонтьев А.Н. Психическое развитие ребенка в дошкольном возрасте // Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста. М.; 2003. с. 4-15.
28. Литературный энциклопедический словарь./ Под ред. Кожевникова В. М., Николаева П. А. М.: "Советская энциклопедия", 2007. - 750 с.
29. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для родителей: психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми.
30. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. - М.: АРКТИ, 2001. - 48 с. (Развитие и воспитание дошкольника)
31. Моница Г.Б., Лютова Е.К. Проблемы маленького ребенка. СПб.: Речь, 2005
32. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. - 4-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 456 с.
33. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2006.
34. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология. Учебник. - М., 2006. - 374 с.
35. Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. - М.: Сфера, 2002 - 510 с.
36. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми /Под ред. Дубровиной И.В.- М., 2004. - 248 с..
37. Психология. Словарь / Под общей ред. Л. В. Петровского. М. Г. Ярошевского. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Политиздат, 2005. - 494 с.
38. Психолого-педагогическая диагностика /под ред. И.Ю.Левченко, С.Д.Забрамной/. - Москва.: Астек-Пресс, 2006
39. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста / Под ред. А.В. Запорожца и Я.З. Неверович. М.: Просвещение, 1986. - 210 с.
40. Рожица Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: Пособие для учителей и практических психологов 2003г.- 256 с.
41. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2005. - 806 с.
42. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Теория и практика оценки психического развития ребенка. СПб, "Речь", 2006
43. Соколов Д. Ю. Сказки и сказкотерапия. М.: "Класс", 2001. - 160 с.
44. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. СПб.: Речь, 2010
45. Туник Е.Е., Опутникова В.П. Оценка способностей и личностных качеств школьников и дошкольников. СПб.: Речь, 2005.
46. Ульянова У.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии. - М.: Альянс, 2003. - 178 с.

47. Франц Мария-Луиза фон. Психология сказки. СПб.: "Б. С. К.", 2004. - 360 168 с.
48. Шипицына Л.М. Психология детского воровства. СПб.: Речь, 2007
49. Шишова Т.Л. Как преодолеть детскую застенчивость. Застенчивый невидимка. СПб.: Речь, 2007
50. Эльконин Д.Б. Психология игры. - 3-е изд. - М., 2002. - 360 с.

Техника «переписывания» воспоминаний

«Денискины рассказы». Драгунский.

"Не тиф, не паф!"

Когда я был дошкольником, я был ужасно жалостливый. Я совершенно не мог слушать про что-нибудь жалостное. И если кто кого съел, или бросил в огонь, или заточил в темницу, — я сразу начинал плакать. Вот, например, волки съели козлика, и от него остались рожки да ножки. Я реву. Или Бабариха посадила в бочку царицу и царевича и бросила эту бочку в море. Я опять реву. Да как! Слезы бегут из меня толстыми струями прямо на пол и даже сливаются в целые лужи. Главное, когда я слушал сказки, я уже заранее, еще до того самого страшного места, на страивался плакать. У меня кривились и ломались губы и голос начинал дрожать, словно меня кто-нибудь тряс за шиворот. И мама просто не знала, что ей делать, потому что я всегда просил, чтобы она мне читала или рассказывала сказки, а чуть дело доходило до страшного, как я сразу это понимал и начинал на ходу сказку сокращать. За какие-нибудь две-три секунды до того, как случиться беде, я уже принимался дрожащим голосом просить: «Это место пропусти!»

Мама, конечно, пропускала, перескакивала с пятого на десятое, и я слушал дальше, но толь ко совсем немножко, потому что в сказках каждую минуту что-нибудь случается, и, как только становилось ясно, что вот-вот опять произойдет какое-нибудь несчастье, я снова начинал вопить и умолять: «И это пропусти!» Мама опять пропускала какое-нибудь кровавое преступление, и я ненадолго успокаивался. И так с волнениями, остановками и быстрыми сокращениями мы с мамой в конце концов добирались до благополучного конца. Конечно, я все-таки соображал, что сказки от всего этого становились какие-то не очень интересные: во-первых, очень уж короткие, а во-вторых, в них почти совсем не было приключений. Но зато я мог слушать их спокойно, не обливаясь слезами, и потом все же после таких сказок можно было ночью спать, а не валяться с открытыми глазами и бояться до утра. И поэтому такие сокращенные сказки мне очень нравились. Они делались такие спокойные. Как все равно прохладный сладкий чай. Например, есть такая сказка про Красную Шапочку. Мы с мамой в ней столько напропускали, что она стала самой короткой сказкой в мире и самой счастливой. Мама ее вот как рассказывала: «Жила-была Красная Шапочка. Раз она напекла пирожков и пошла проведать свою бабушку. И стали они жить-поживать и добра наживать». И я был рад, что у них все так хорошо получилось. Но, к сожалению, это было еще не все. Особенно я переживал другую сказку, про зайца. Это короткая такая сказочка, вроде считалки, ее все на свете знают:

Раз, два, три, четыре, пять
Вышел зайчик погулять,
Вдруг охотник выбегает...

И вот тут у меня уже начинало пощипывать в носу и губы разъезжались в разные стороны, верхняя направо, нижняя налево, а сказка в это время продолжалась... Охотник, значит, вдруг вы бегае и... Прямо в зайчика стреляет! Тут у меня прямо сердце проваливалось. Я не мог понять, как же это получается. Почему этот свирепый охотник стреляет прямо в зайчика? Что зайчик ему сделал? Что он, первый начал, что ли? Ведь нет! Ведь он же не задирался? Он просто вышел погулять! А этот прямо, без разговоров:

Пиф-паф!

Из своей тяжелой двустволки! И тут из меня начинали течь слезы, как из крана. Потому что раненный в живот зайчик кричал:

Ой-ой-ой!

Он

кричал:

— Ой-ой-ой! Прощайте, все! Прощайте, зайчата и зайчиха! Прощай, моя веселая, легкая жизнь! Прощай, алая морковка и хрустящая капуста! Прощай навек, моя полянка, и цветы, и роса, и весь лес, где под каждым кустом был готов и стол и дом! Я прямо своими глазами видел, как серый зайчик ложится под тоненькую березку и умирает. Я заливался в три ручья горячими слезами и портил всем настроение, потому что меня надо было успокаивать, а я только ревел и ревел. И вот однажды ночью, когда все улеглись спать, я долго лежал на своей раскладушке и вспоминал беднягу зайчика и все думал, как было бы хорошо, если бы с ним этого не случилось. Как было бы по-настоящему хорошо, если бы только все это не случилось. И я так долго думал об этом, что вдруг незаметно для себя пересочинил всю эту историю:

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышел зайчик погулять,
Вдруг охотник выбегает.
Прямо в зайчика.
Не стреляет!!!
Не пиф! Не паф!
Не ой-ой-ой!
Не умирает зайчик мой!!!

Вот это да! Я даже рассмеялся! Как все складно получилось! Это было самое настоящее чу до. Не пиф! Не паф! Я поставил одно только короткое «не», и охотник как ни в чем не бывало протопал в своих подшитых валенках мимо зайчика. И тот остался жить! Он опять будет играть по утрам на росистой полянке, будет скакать и прыгать, и колотить лапками в старый, трухлявый пенек.

Этакий забавный, славный барабанщик! И я так лежал в темноте и улыбался и хотел рассказать маме про это чудо, но побоялся ее разбудить. И в конце концов заснул. А когда проснулся, я уже знал навсегда, что больше не буду реветь в жалостных местах, потому что я теперь могу в любую минуту вмешаться во все эти ужасные несправедливости, могу вмешаться и перевернуть все по-своему, и все будет хорошо. Надо только вовремя сказать: «Не пиф, не паф!»

Приложение № 2

Исследование личностной тревожности (Р.Теммел, М.Дорки, В.Амен)

Эта методика представляет собой детский тест тревожности, разработанный американскими психологами Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен.

Задача состоит в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени. При этом сама тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне, и которая вместе с тем имеет отрицательные следствия. Они заключаются, в частности, в торможении активности ребёнка, направленной на достижение успехов.

Высокая тревожность сопровождается обычно высокоразвитой потребностью избегания неудач, что существенно препятствует стремлению к достижению успехов. Тревожность, испытываемая человеком по отношению к определенной ситуации, не обязательно будет точно так же проявляться в другой социальной ситуации, и это зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного ребёнком в данной и иных жизненных ситуациях. Именно отрицательный эмоциональный опыт повышает и порождает тревожность как черту личности и тревожное, беспокойное поведение ребёнка.

Повышенный уровень личностной тревожности свидетельствует о недостаточно хорошей эмоциональной приспособленности, адаптированности ребёнка жизненным ситуациям, вызывающим беспокойство. Психодиагностика тревожности оценивает внутреннее отношение данного ребёнка к определённым социальным ситуациям, даёт полезную информацию о характере взаимоотношений, сложившихся у данного ребёнка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду. Психодиагностический изобразительный материал в этой методике представлен серией рисунков размером 8,5 x 11 см (рис. 33-46). Каждый рисунок сюжетно представляет собой некоторую типичную для жизни ребёнка-дошкольника ситуацию. Каждый из описанных рисунков выполнен в двух вариантах: для мальчиков (на рисунке изображён мальчик) и для девочек (на рисунке представлена девочка). В процессе тестирования испытуемый идентифицирует себя с ребёнком того же пола, что и он сам. Лицо данного ребёнка не прорисовано полностью, дан лишь общий контур его головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными изображениями детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица ребёнка на рисунке. На одном из дополнительных изображений представлено улыбающееся лицо ребёнка, а на другом - печальное. Предлагаемые рисунки изображают типичные жизненные ситуации, с которыми сталкиваются дети-дошкольники и которые могут вызывать у них повышенную тревожность. Предполагается, что выбор ребёнком того или иного лица будет зависеть от его собственного психологического состояния в момент проведения тестирования. Двусмысленные рисунки в методике имеют основную "проективную" нагрузку.

То, какой смысл придаёт ребёнок именно этим рисункам, указывает на типичное для него эмоциональное состояние в подобных жизненных ситуациях.

В процессе психодиагностики рисунки предъявляются ребёнку в той последовательности, в которой они здесь представлены, один за другим. Показав ребёнку рисунок, экспериментатор к каждому из них даёт инструкцию - разъяснение следующего содержания:

Рис. 1. Игра с младшими детьми: "Как ты думаешь, какое у ребёнка будет лицо, весёлое или печальное? Он (она) играет с малышами".

Рис. 2. Ребёнок и мать с младенцем: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом".

Рис. 3. Объект агрессии: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?"

Рис. 4. Одевание: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка весёлое или печальное? Он (она) одевается".

Рис. 5. Игра со старшими детьми: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми".

Рис. 6. Укладывание спать в одиночестве: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) идёт спать".

Рис. 7. Умывание: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) в ванной".

Рис. 8. Выговор: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?"

Рис. 9. Игнорирование: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка весёлое или печальное?"

Рис. 10. Агрессивное нападение: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?"

Рис. 11. Собираение игрушек: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) убирает игрушки".

Рис. 12. Изоляция: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?"

Рис. 13. Ребёнок с родителями: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой".

Рис. 14. Еда в одиночестве: "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) ест".

Выбор ребёнком соответствующего лица и его словесные высказывания фиксируются в специальном протоколе. Протоколы, полученные от каждого ребёнка, подвергаются далее анализу, который имеет две формы: количественную и качественную. Количественный анализ состоит в следующем. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (ИТ), который равен выраженному в процентах отношению числа эмоционально-негативных выборов к общему числу рисунков.

Далее идёт подсчет результатов. Высчитывается индекс тревожности - количество отрицательных ответов, т.е. те ответы где ребенок выбрал отрицательные лица, делится на 14 и умножается на 100%.

По индексу тревожности (ИТ) дети в возрасте от 3,5 лет до 7 лет условно могут быть разделены на три группы:

Высокий уровень тревожности. ИТ по величине больше 50%.

Средний уровень тревожности. ИТ находится в пределах от 20% до 50%.

Низкий уровень тревожности. ИТ располагается в интервале от 0% до 20%.

Приложение № 3

Проективная методика "Волшебная страна чувств"

Цель этой методики - исследование психоэмоционального состояния ребенка.

Перед ребенком (или детьми) ведущий раскладывает восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

Инструкция 1: "Далеко-далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое Чувство живет в домике определенного цвета. Кто-то живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом... Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда - всю краску унес ветер.

У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Таким образом, детям предлагается поработать с первой колонкой, где изображены домики.

Инструкция 2: "Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помоги каждому жителю найти свой домик. Закрась или подчеркни название чувства цветом, соответствующим цвету его домика.

Жители: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость, Интерес.

