

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ПРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
(ОТ 5 ДО 7(8) ЛЕТ)
«РЕБЁНОК И МИР СОЦИАЛЬНЫХ
ОТНОШЕНИЙ»**

С.И. Семенова

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Период дошкольного возраста является сенситивным для формирования социальных, ценностных и поведенческих норм и навыков. Дети дошкольного возраста отличаются открытостью, отзывчивостью.

К завершению данного возрастного периода дети способны:

- понимать сущность полярных понятий «добро» и «зло», а также эмоций, которые им соответствуют;
- видеть эмоциональное состояние другого человека и собственный эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;
- проявлять эмоциональную отзывчивость, сочувствие, сопереживание;
- усваивать конструктивные способы управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности, уметь разрешать конфликтные ситуации и др.).

Все эти умения, качества личности составляют основу социально-нравственного развития дошкольников. Ребёнок усваивает ценности, традиции, культуру общества, где ему предстоит жить с другими людьми, учитывая их интересы, правила и нормы поведения в обществе.

Осваивая социальное пространство, накапливая определённые знания о нормах и правилах поведения в обществе, о правах и обязанностях, ребёнок-дошкольник ещё долго не осознаёт их значение, что во многом определено возрастной особенностью – эгоцентризмом. Именно по этой причине детям сложно войти в положение другого человека, понять собственные разнообразные переживания, не говоря уже о других людях. Дети считают, что другие думают, чувствуют, видят ситуацию так же, как они.

Кроме того, поведение дошкольника во многом определяется жизненной ситуацией, и поэтому оно изменчиво.

Важным новообразованием в развитии личности дошкольника является соподчинение мотивов, что придаёт определённую направленность всему поведению ребёнка. Это становится возможным во многом благодаря растущей потребности старших дошкольников в поддержании и сохранении доброжелательных взаимоотношений со взрослыми. Дети стремятся к проявлению сопереживания и взаимопониманию (5–6 лет). Взрослый воспринимается на данном возрастном этапе как целостная личность, обладающая знаниями, умениями и нормами поведения. Всё это делает возможным целенаправленное обучение детей социально-адекватным формам поведения.

Цель программы – развитие социально-нравственных качеств личности ребёнка-дошкольника, которые позволят ему успешно адаптироваться в меняющемся мире (доброта, отзывчивость, милосердие, терпимость к чужому образу жизни, мнению, поведению, ценностям, способность к принятию точки зрения собеседника, отличающейся от собственной).

Задачи программы:

- формировать осознанное восприятие и осмысление понятия «добро» как общей нравственной категории, которая отражает законы человеческой жизни;
- побуждать к проявлениям доброты, внимания, заботы, помощи, милосердия;
- содействовать освоению социальных отношений, а также усвоению ребёнком этических норм, социально одобряемых образцов поведения;
- учить навыкам регулирования межличностных и внутриличностных социальных позиций, отношений;
- формировать положительное отношение к другому человеку как к высшей ценности;
- развивать способность понимать собственные особенности, интересы, потребности;
- содействовать познанию другого человека (взрослого, сверстника), осознанию детьми защитных поведенческих реакций, последствий своих поступков;
- развивать самостоятельность ребёнка в разрешении возникающих перед ним трудностей; внимательность к изменениям настроения, эмоционального состояния других людей и т.д.;
- повышать коммуникативные способности детей;
- формировать социально-корректное поведение в кризисных, конфликтных ситуациях;
- развивать способность осуществлять выбор способов общения, адекватных ситуаций;
- воспитывать ценностное отношение к окружающему миру.

Методологической основой программы являются работы Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина, М.И. Лисиной, С.А. Козловой и др.

В **программе** представлены несколько разделов, в которых соответственно возрастным особенностям детей старшего дошкольного возраста подобраны темы занятий, предполагающие использование игр, проблемных ситуаций, тренинговых упражнений, художественных произведений, фрагментов мультимедийных фильмов и т.д.

Раздел 1. Учимся доброжелательному поведению (6-й год жизни).

Раздел 2. Учимся сочувствовать и сопереживать (7-й год жизни).

Раздел 3. «Социально-психологическая адаптация детей в обществе» (7-й год жизни).

Программное содержание каждого раздела направлено на формирование дошкольной социальной зрелости, которая в итоге обеспечивает ребёнку социальную безопасность, эмоциональное благополучие.

Решение данной задачи предполагает смену позиции ребёнка в познании окружающего мира и самого себя с пассивной на активную: «Я этого не знаю, но хочу узнать!». Взрослому принадлежит важная функция помощника в освоении сложных социальных отношений.

Всё содержание занятий строится на **принципах** деятельности, проблемности, диалога, учёта возрастных и индивидуальных особенностей ребёнка. Ребёнок не получает готовое знание, а добывает его в результате собственной деятельности (познавательной, игровой, продуктивной, творческой). Под руководством педагога ребёнок становится маленьким исследователем проблемных ситуаций и проявляет активность и самостоятельность в их разрешении, в результате чего происходит творческое познание окружа-

ющего мира; развитие мыслительных способностей; освоение нравственных ценностей, норм и правил поведения в обществе; осмысление собственного «я». Весь ход занятий построен на игровой и познавательной мотивации, которая отражает возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста.

Смена позиции ребёнка с пассивной на активную содействует получению удовлетворения от возникшей у него потребности в новых знаниях. Участие в поиске решения проблемной ситуации развивает активность, любознательность. Успех реализации программы может быть обеспечен лишь при определённом стиле взаимодействия между педагогом и воспитанником, когда становится возможным свободное выражение своих мыслей детьми при внимательном и доброжелательном отношении к ним педагога, а также при наличии тесной связи образовательной деятельности с жизнью ребёнка.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ДАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Поскольку личность каждого ребёнка индивидуальна, в различных конкретных ситуациях полученные результаты могут не в полной мере совпадать с обозначенными ниже. Дошкольный уровень образования – это начальный этап в социально-нравственном развитии ребёнка.

К концу 7-го (8-го) года жизни ребёнок:

- присваивает ценностные представления (добро, сочувствие, сопереживание, дружбу, заботу, честность); представления о себе, семье, социуме;

- осознаёт общепринятые нормы и правила поведения и стремится к их соблюдению;

- проявляет в поведении нравственные качества (доброжелательность, чуткость, отзывчивость, внимательность, дисциплинированность, самостоятельность, организованность и др.) и коммуникативные качества (умения организовать общение, дружно играть, делиться игрушками, согласовывать свои действия, справедливо разрешать споры, самостоятельно разрешать возникающие конфликтные ситуации между сверстниками, договариваться, сотрудничать и пр.);

- ориентируется на социально одобряемые образцы поведения людей, литературных героев;

- способен отличать добро от зла, совершать положительный нравственный выбор, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдалённые последствия действий и поступков – собственных и других людей, встать на позицию другого;

- понимает и передаёт эмоциональное состояние другого человека, литературного героя;

- осваивает элементарные правила речевого этикета, употребление в речи формулировок словесной вежливости (приветствие, прощание, просьбы, извинения);

- проявляет осознанность и произвольность поведения (настойчивость в достижении цели, умение сдерживать непосредственные побуждения, подчинять свои поступки выдвинутым требованиям, контролировать агрессию, руководствоваться в своём поведении моральными мотивами);

- положительно относится к себе и к окружающей действительности, терпим к иному рода взглядам, привычкам.

ПРИМЕРНОЕ ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Примерное тематическое планирование занятий для детей старшего дошкольного возраста (5–7(8) лет)

№	Тема занятия	Кол-во часов
5–6 лет		
Раздел I. Учимся доброжелательному поведению		
1	Знакомство с понятиями «добро» и «зло»	1
2–3	«Наше настроение»	2
4	«Хорошо ли быть злым?»	1
5–6	«Как выпустить из себя злого дракона?»	2
7–8	«Что делать, если ты злишься?»	2
9–10	«Злость, уходи!»	2
11	«Поговорим о доброте»	1
12	«Если друзья поссорились»	1
13	«Правила доброжелательного поведения»	1
14	«Хорошо ли быть одному?»	1
15–16	Знакомство с понятиями: «физическая боль» и «душевная боль»	2
17	«Наши добрые дела»	1
18–19	«Наши добрые друзья – животные» – «Учимся помогать нашим друзьям – животным».	2
20–21	«Мой лучший друг»	2
22–23	«Волшебная книга добрых дел»	2
24	«Что значит быть добрым?»	1
25–26	«Как примирить Волка с Зайцем?»	2
27–28	«Как реагировать на гнев взрослых?»	2
29–30	«Настоящий друг познаётся в беде»	2
31–32	«Давайте жить дружно и весело!»	2
7–8 лет		
Раздел 2. Учимся сочувствовать, сопереживать		
<i>Подраздел 1. «Я и мои родные»</i>		6
1	«Самый дорогой на свете человек»	1
2	«Почему мы обижаем близких нам людей?»	1
3	«Братья и сёстры»	1
4	«Ссоры братьев и сестёр»	1
5	«Учимся понимать переживания родных и близких нам людей»	1
6	«Наши бабушки и дедушки»	1
<i>Подраздел 2. «Учимся сочувствовать и сопереживать друзьям»</i>		6
7	«Друг в беде не бросит»	1
8	«Друг заболел»	1
9	«Как помочь больному другу?»	1
10	«Учимся понимать боль другого человека»	1
11	«Друг и в радости и в горе всегда рядом»	1
12	«Дни рождения друзей»	1
<i>Подраздел 3. «Мы и наши друзья – животные»</i>		6
13	«Собака – верный друг человека»	1
14	«Учимся заботиться о детёнышах животных»	1
15	«Почему грустит котёнок»	1

№	Тема занятия	Кол-во часов
16	«Не мучайте животных!»	1
17	«Подарим птицам нашу доброту»	1
18	«Праздник для друзей-животных»	1
Раздел 3. Социально-психологическая адаптация детей в обществе		
19-20	«Наши чувства и действия»	2
21	«Зачем человеку чувство стыда?»	1
22-23	«Учимся честно говорить о проступке»	2
24-25	«Почему трудно признать свою вину?»	2
26	«Детские жалобы»	1
27-28	«Учимся справляться с чувством протеста»	2
29-30	«Учимся справляться с чувством обиды»	2
31	«Мама — надёжный защитник»	1
32-33	«Когда опасен гнев?»	2
34-35	«Всегда ли мы поступаем правильно?»	2
36	«Можно ли справиться со злом?»	1

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы представлено основными задачами работы педагога.

РАЗДЕЛ I. Учимся доброжелательному поведению

Знакомство с понятиями «добро» и «зло»

- Раскрыть сущность полярных понятий «добро» и «зло»; показать, каким эмоциональным состоянием они соответствуют.
- Учить детей дифференцировать эмоциональный мир человека с помощью мимики, жестов, пантомимики.
- Воспитывать доброжелательное отношение к окружающему миру.

«Наше настроение»

- Познакомить детей с понятием «настроение» и его проявлением у добрых и злых людей.
- Показать в доступной форме изменчивость настроения.
- Учить детей понимать настроение другого человека.
- Познакомить со способами управления и регуляции настроения.
- Диагностировать эмоциональное состояние детей.

«Хорошо ли быть злым?»

- Продолжить знакомство с полярными понятиями «добро»–«зло».
- Закреплять умение определять эмоциональное состояние близких людей, знакомых; побуждать к оказанию помощи.
- Учить детей конструктивным способам снятия напряжения, связанного с переживанием злости.
- Воспитывать культуру выражения эмоций.

«Как выпустить из себя "злого дракона"?»

- Продолжать учить детей определять эмоциональное состояние людей, различать эмоции злости и радости.
- Упражнять в регуляции своего эмоционального состояния.
- Познакомить со способами выражения отрицательных эмоций и управления ими.
- Воспитывать культуру выражения эмоций.

«Что делать, если ты злишься?»

- Продолжать учить детей различать эмоции злости и радости.

- Упражнять детей в регуляции их эмоционального состояния.
- Познакомить со способами выражения отрицательных эмоций и управления ими.

- Развивать произвольную регуляцию собственного поведения.

«Злость, уходи!»

- Продолжать учить детей различать и понимать характер эмоционального состояния людей на примере сказочных персонажей.

- Упражнять в выражении противоположных эмоциональных состояний (весёлый–злой).

- Учить дифференцировать поступки сказочных персонажей и давать им моральную оценку.

- Развивать произвольную регуляцию собственного поведения.

«Поговорим о доброте»

- Обобщать и систематизировать представления детей о доброте и эмоциональном состоянии, которое соответствует этому понятию.

- Вызывать у детей стремление совершать добрые поступки.

- Учить передавать эмоциональное состояние человека с помощью мимики, речи, рисунка.

- Формировать положительный образ «Я».

- Воспитывать доброжелательное отношение к окружающему миру.

«Если друзья поссорились»

- Учить детей анализировать поступки (собственные, сверстников, окружающих людей, литературных героев) в соответствии с общепринятыми нормами и правилами поведения; находить причину конфликта.

- Знакомить детей с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций и способствовать их закреплению в поведении.

- Дифференцировать противоположные эмоциональные переживания: дружелюбия и враждебности.

«Правила доброжелательного поведения»

- Учить анализировать своё эмоциональное состояние.

- Познакомить детей с правилами доброжелательного поведения.

- Формировать навыки саморегуляции поведения, контроля эмоций.

«Хорошо ли быть одному?»

- Учить анализировать своё эмоциональное состояние, вербализировать собственные переживания.

- Закрепить знание правил доброжелательного поведения.

- Во время игр снимать негативные эмоции детей.

- Формировать внимательное отношение к другим людям.

Знакомство с понятиями «физическая боль» и «душевная боль»

- Познакомить детей с понятиями «физическая боль» и «эмоциональная (душевная) боль».

- Различать ощущения, которые люди испытывают во время физической и эмоциональной боли.

- Учить управлять эмоциями, сопровождающими боль.

«Наши добрые дела»

- Закрепить понимание сущности физической и эмоциональной боли.

- Учить понимать чувства, переживаемые другими.

- Вызывать желание оказать помощь тем, кто в ней нуждается; утешить, проявить заботу.

- Развивать чувство доброты.

- Формировать навыки социального поведения.

«Наши добрые друзья – животные»

- Учить выражать в поведении переживаемое эмоциональное состояние.

- Развивать эмоциональное переживание дружелюбия, ощущение доброты, сплочённости, чувство эмпатии.

– Формировать доброжелательное отношение к животным, желание обрести в животном друга.

«Мой лучший друг»

– Учить детей анализировать конфликтные ситуации.

– Развивать эмоциональную устойчивость в ситуациях проявления агрессии.

– Формировать адекватные формы поведения и коммуникативные навыки.

– Снимать эмоциональное напряжение.

«Волшебная книга добрых дел»

– Учить детей управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях.

– Упражнять в нахождении конструктивных способов разрешения конфликтов.

– Развивать понимание сути чувства обиды, учить выражать его с помощью мимики.

– Формировать осознанное понимание нравственного смысла художественных произведений.

«Что значит быть добрым?»

– Продолжать учить детей управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях, знакомить со способами разрешения конфликта, снятия напряжения.

– Формировать осознанное отношение к социальным нормам поведения.

– Закреплять навыки доброжелательного поведения в повседневной жизни.

«Как примирить Волка с Зайцем?»

– Учить анализировать собственное поведение и поступки других.

– Формировать у детей позицию ненасилия.

– Развивать воображение и снимать эмоциональное напряжение через приёмы рисуночной терапии.

«Как реагировать на гнев взрослых?»

– Закреплять навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

– Развивать эмоциональную произвольность, эмпатию.

– Формировать осознанное отношение к социальным нормам поведения, положительный образ «Я».

«Настоящий друг познаётся в беде»

– Учить дифференцировать ощущения дружбы и ссоры.

– Продолжать учить детей видеть и понимать эмоциональное состояние другого человека.

– Закреплять знания о доброжелательном поведении.

– Развивать способность находить в реальной жизни ситуации, аналогичные литературным по своему нравственному содержанию.

«Давайте жить дружно и весело!»

– Закреплять знания о нормах и правилах поведения в конфликтных ситуациях.

– Учить сознательно управлять своими эмоциями (обида, гнев).

– Формировать дружелюбное отношение к окружающим.

– Способствовать формированию адекватной самооценки.

РАЗДЕЛ 2. Учимся сочувствовать, сопереживать.

Подраздел 1. «Я мои родные»

«Самый дорогой на свете человек»

– Продолжать формировать умение понимать эмоциональное состояние окружающих людей.

– Развивать способность давать моральную оценку поступкам героев художественных произведений в соответствии со знанием общепринятых норм и правил поведения в обществе.

– Развивать способность к эмоциональному сопереживанию родным и близким людям.

– Учить грамотно передавать эмоциональное переживание близких людей в речи, мимике, пантомимике.

– Воспитывать гуманное отношение к родным и близким людям.

«Почему мы обижаем близких нам людей?»

– Продолжать учить детей различать понятия «добро» и «зло».

– Побуждать к активному проявлению сочувствия и сопереживания родным и близким людям.

– Формировать осознание моральной стороны поступков.

– Воспитывать гуманное отношение к родным и близким людям.

«Братья и сёстры»

– Воспитывать доброжелательное отношение к братьям и сёстрам.

– Вызывать стремление проявлять заботу о младших братьях и сёстрах.

– Развивать осознанное отношение к проявлению сочувствия близким людям.

«Ссоры братьев и сестёр»

– Побуждать детей к проявлению сочувствия и сопереживания по собственному убеждению.

– Развивать осознание причин детских ссор.

– Поощрять проявления сочувствия и сопереживания к окружающим людям.

«Учимся понимать переживания родных и близких нам людей»

– Формировать осознанное отношение к соблюдению требований взрослых (родителей).

– Побуждать к проявлению сопереживания детям и родителям, попавшим в трудные ситуации.

– Воспитывать гуманное отношение к родным и близким людям.

«Наши бабушки и дедушки»

– Расширить представления детей об отношении к пожилым людям.

– Вызывать эмоциональный отклик к оказанию помощи своим бабушкам и дедушкам.

– Побуждать к проявлению сочувствия пожилым людям, оказавшимся в трудной ситуации, и желание прийти на помощь.

– Воспитывать уважительное отношение к пожилым и старым людям.

Подраздел 2. «Учимся сочувствовать и сопереживать друзьям»

«Друг в беде не бросит»

– Расширять и углублять представления детей о доброжелательном отношении к окружающим людям.

– Раскрыть значимость моральной помощи сверстникам, которая может быть выражена в сочувствии.

– Учить детей понимать эмоциональное и физическое состояние сверстника, поощрять стремление оказать помощь товарищу.

– Формировать ценностное отношение ребёнка к себе и к окружающим.

«Друг заболел»

– Формировать в сознании детей важность и значимость проявления сочувствия заболевшему товарищу.

– Закреплять в сознании детей ценностное отношение к человеку.

– Поощрять стремление оказать помощь товарищу, который в ней нуждается.

– Воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу.

«Как помочь больному другу?»

– Закрепить и обобщить представления детей о доброжелательном отношении к сверстникам.

– Формировать осознанное отношение к правилам поведения: «Другу всегда помогай, друга всегда выручай. Не жди, когда тебя попросят о помощи, – надо самому видеть, кому нужна твоя помощь».

– Побуждать детей к проявлению внимания и заботы о заболевшем товарище.

«Учимся понимать боль другого человека»

– Закрепить сущность понятий «эмоциональная боль» и «физическая боль».

– Учить различать эмоциональное состояние на примере сказочных персонажей.

– Развивать эмпатию, умение оценить ситуацию и поведение окружающих.

«Друг и в радости и в горе всегда рядом»

– Продолжать формирование представлений о душевной боли и переживании обиды, причиной которой может быть равнодушное отношение окружающих.

– Диагностировать проявления эмпатии.

– Развивать гуманное отношение к окружающим людям.

«Дни рождения друзей»

– Учить детей замечать переживания и ожидания сверстников.

– Побуждать детей быть внимательными к сверстникам и близким людям.

– Развивать потребность в проявлении гуманных чувств к сверстнику.

Подраздел 3. «Мы и наши друзья – животные»

«Собака – верный друг человека»

– Расширить представления детей о роли собаки в жизни человека.

– Развивать чувство ответственности за жизнь домашних животных.

– Побуждать к проявлению сочувствия животным (собакам), попавшим в беду.

– Развивать готовность оказывать помощь животным, которые в ней нуждаются.

– Воспитывать гуманное отношение к животным.

«Почему грустит котёнок?»

– Продолжать учить различать эмоциональные переживания на примере животных.

– Поощрять стремление детей проявлять заботу о домашних животных.

– Побуждать детей к проявлению заботы о детёнышах животных.

– Развивать потребность в общении с представителями животного мира, сопереживание им, проявление доброты, чуткости.

«Не мучайте животных!»

– Учить различать понятия «играть» и «мучить».

– Развивать чувство сострадания, сопереживания представителям животного мира.

– Побуждать детей проявлять заботу о домашних питомцах.

– Формировать стремление оберегать животных.

«Подарим птицам нашу доброту»

– Учить радоваться птичьим голосам.

– Вызывать сочувствие к голодающим и замерзающим зимой птицам и стремление проявлять о них заботу.

– Побуждать детей к проявлению заботы о птицах.

– Воспитывать гуманное отношение к животному миру.

«Праздник для друзей-животных»

- Обобщить и систематизировать представления о нормах и правилах поведения в природе.
- Воспитывать гуманное отношение к животным.
- Формировать стремление проявлять заботу о животных.

РАЗДЕЛ 3. Социально-психологическая адаптация детей в обществе

«Наши чувства и действия»

- Определить ведущие механизмы психологической защиты у детей.
- Обучить способам снятия своего напряжения, сублимации негативных эмоций с помощью рисования и чтения весёлых историй.
- Корректировать подсознательные центры защиты за счёт снижения значимости неудачных поступков и действий: «Не очень-то и хотелось».

«Зачем человеку чувство стыда?»

- Продолжать обучение детей осознанию травмирующих факторов с целью понижения их значимости.
- Знакомить со способами релаксации для снятия эмоционального напряжения.
- Формировать представление о чувстве стыда и его роли в регуляции поведения человека.
- Развивать волевую регуляцию поведения, способность контролировать свои внутренние побуждения.

«Учимся честно говорить о проступке»

- Закреплять представления о нравственных категориях (честность, дисциплинированность).
- Развивать волевую саморегуляцию поведения, эмоциональную честность.
- Продолжать знакомить со способами снятия напряжения (релаксации).

«Почему трудно признать свою вину?»

- Помочь детям осознать чувства страха и вины, а также действия, которые могут быть с ними связаны.
- Расширить представления детей о последствиях защитной реакции – перекладывания своей вины на других.
- Продолжить обучение способам снятия напряжения.

«Детские жалобы»

- Способствовать осознанию ребёнком сути проблемы.
- Формировать стремление к самостоятельному выходу из затруднительных ситуаций, в которых ребёнок испытывает дискомфорт.
- Корректировать механизмы подсознательной защиты за счёт повышения самооценки.
- Воспитывать уважительное отношение к собственным переживаниям и чувствам окружающих людей.

«Учимся справляться с чувством протеста»

- Формировать у детей осознание протеста как механизма собственной защиты.
- Корректировать подсознательную защиту детей за счёт снижения значимости неудачных поступков и действий: «Не очень-то и хотелось».
- Познакомить со способами управления негативными эмоциями.
- Развивать волевую регуляцию собственного поведения.
- Воспитывать уважительное отношение к окружающим людям.

«Учимся справляться с чувством обиды»

- Помочь детям осознать чувство обиды и действия, связанные с ним.
- Формировать адекватную оценку негативных поступков, связанных с проявлением чувства обиды.

– Продолжить знакомство со способами управления негативными эмоциями.

– Учить выражать негативные чувства в безопасной, символической форме.

«Мама – надёжный защитник»

– Учить детей открыто сообщать близким людям о своих переживаниях.

– Побуждать использовать для решения конфликтных ситуаций с родными людьми социально приемлемые способы поведения: «прошу прощения», «говорю правду», «обнимаю», «сплю», «рисую».

– Упражнять в выражении негативных чувств в безопасной, символической форме.

– Воспитывать любовь к матери.

«Когда опасен гнев?»

– Помочь детям в осознании функций гнева и способов его выражения.

– Учить детей конструктивным замещающим реакциям.

– Упражнять детей в выражении негативных чувств в безопасной, символической форме.

– Развивать осмысление последствий проявления неконтролируемого гнева.

– Воспитывать уважительное отношение к себе и людям.

«Всегда ли мы поступаем правильно?»

– Развивать осмысленное отношение к соблюдению общепринятых норм и правил поведения.

– Формировать осознание последствий реакции замещения в конфликтных или напряжённых ситуациях на примере нейтрализации подсознательной защиты с помощью снижения значимости травмирующего фактора: «Теперь я смотрю на это по-другому».

– Воспитывать культуру взаимоотношений с окружающими людьми.

«Можно ли справиться со злом?»

– Формировать осознание последствий агрессивных способов защиты.

– Закрепить способы снятия эмоционального напряжения.

– Воспитывать внимательное и доброжелательное отношение к окружающим людям.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Ниже представлены методические рекомендации по реализации программы.

РАЗДЕЛ 1. Учимся доброжелательному поведению (5–6 лет)

Содержание программы данного раздела направлено на решение ряда важных задач:

– раскрыть сущность полярных понятий – «добро» и «зло» – и эмоций, которые им соответствуют;

– познакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку;

– учить видеть эмоциональное состояние другого и собственный эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;

– развивать эмоциональную произвольность;

– учить конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности, уметь разрешать конфликтные ситуации и др.).

В соответствии с поставленными задачами занятия строятся в интересной, занимательной для детей *форме*. В *содержании* занятий используются игры, упражнения, разработки, имеющиеся на сегодняшний день

в отечественной и зарубежной литературе, а также авторские находки. В качестве основных *методов и приёмов* используются:

- разрешение проблемных ситуаций;
- имитационные игры;
- социально-поведенческий тренинг;
- психогимнастика;
- чтение и обсуждение художественных произведений;
- просмотр и анализ фрагментов мультипликационных фильмов с последующим моделированием новых версий;
- обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них, выражение своего эмоционального состояния в рисунке, музыке;
- диагностика эмоционального состояния, отношения ребёнка к обсуждаемой проблеме.

Отработка необходимых социальных, поведенческих навыков осуществляется через активное участие каждого ребёнка в тренинговых упражнениях, под которыми мы понимаем систему методов, приёмов, форм, позволяющих осуществлять коррекционно-развивающее воздействие в отношении детей, имеющих признаки отклонений в поведении (агрессивности).

Рекомендуемая продолжительность занятий – 30 минут, один раз в неделю в течение восьми месяцев. Все занятия можно условно разделить на три группы.

Первая группа занятий предусматривает формирование у детей знаний об эмоциональном мире человека и способах управления им. Взрослый создаёт ситуации для применения полученных знаний, побуждает детей к оказанию помощи сказочным персонажам, близким, сверстникам.

Вторая группа занятий направлена на формирование доброжелательного поведения у детей. Взрослый создаёт на занятиях различные проблемные ситуации, участвуя в которых дети приобретают необходимые умения управления негативными эмоциями. Большое внимание уделяется обучению детей конструктивным способам решения конфликтных ситуаций, а также развитию способности сопереживать, сочувствовать.

В третьей группе занятий акцент сделан на формировании осознанного отношения детей к социальным нормам поведения. Взрослый побуждает детей проявлять доброжелательность в повседневной жизни. В решении этой задачи поможет применение на занятии Волшебной книги, в которую взрослый после обсуждения записывает добрые поступки детей, совершаемые ими как на занятии, так и в повседневной жизни.

Поддержанию интереса к занятиям способствует использование сказочных сюжетов. В гости к детям приходят волшебники – добрый и злой, в которого вселились драконы (гнев, злость, обида). Детям волшебники дарят сказочную тарелочку и волшебное яблоко, с помощью которых организуется неожиданное появление разнообразных объектов; дети знакомятся с мальчиком Антошей, которому стремятся помочь.

Поведенческие навыки отрабатываются с помощью разнообразных приёмов, указанных ранее. Ребёнок имеет право высказать своё мнение, отношение к той или иной ситуации, поэтому отрицательные оценки взрослым детского мнения на занятиях не допускаются. Каждое занятие строится на уважении, доверии, взаимопонимании, взаимопомощи.

Для самовыражения ребёнка каждое занятие предусматривает использование рисуночных методик, в основе которых лежит создание ситуации успеха и ощущения удовольствия. Решению этой задачи способствует использование доступных ребёнку приёмов – например, дорисовывание пиктограмм, рисование по контуру, кляксография и др. Каждое занятие

рекомендуется заканчивать слушанием приятной музыки или исполнением весёлых детских песен, что, в свою очередь, способствует фиксации положительных эмоций и поддержанию интереса к занятиям.

Закрепление и отработка навыка доброжелательного поведения продолжается и вне непосредственно организованной познавательной деятельности. Большая роль в решении данной задачи отводится взаимодействию с родителями.

Критерием эффективности проводимой работы с детьми могут служить:

- исчезновение в поведении агрессивных тенденций и появление доброжелательности;
- преобладание положительных эмоций;
- способность детей сдерживать нежелательные эмоции или применение приемлемых способов их выхода (не причиняя вред другим);
- изменение характера детских рисунков (преобладание ярких, светлых красок; уверенный контур рисунка; выражение положительных эмоций через рисунок).

Тематика занятий данного раздела может быть расширена и дополнена в зависимости от проблем конкретных детей. Для этой цели в приложении подобраны разнообразный дидактический материал: стихи, сказки, высказывания о добре; игры для снятия эмоционального напряжения и выхода негативных эмоций; диагностический материал, позволяющий своевременно выявлять признаки агрессивного поведения у детей.

РАЗДЕЛ 2. Учимся сочувствовать, сопереживать (7–8 лет)

Развитие эмпатии представляет собой неотъемлемую часть формирования личности, воспитания у индивида культуры межличностных отношений. В психологии под эмпатией понимается способность индивида эмоционально отзываться на переживания другого; мысленно или эмоционально встать на место другого человека, переживающего какие-либо чувства. Основы эмоционально-нравственной культуры личности закладываются уже в дошкольном возрасте. Ребёнок, понимающий чувства другого, активно откликающийся на переживания окружающих людей, стремящийся оказать помощь человеку, попавшему в трудную ситуацию, не будет проявлять враждебность и агрессивность.

В связи с часто демонстрируемыми в средствах массовой информации сценами насилия дети становятся нечувствительными к боли другого человека. Учитывая эмоциональную впечатлительность детей 5–8 лет, усилия дошкольных образовательных учреждений (организаций) и школы должны быть направлены на формирование осознанного противостояния злу и проявления радости за другого.

Кратко остановимся на возрастных особенностях проявления и формирования эмпатии у детей дошкольного и младшего школьного возраста, знание которых позволит педагогам правильно осуществлять отбор средств педагогического воздействия.

С возрастом развивается способность ребёнка переживать за другого, что связано с возрастными изменениями у него темперамента, эмоциональной возбудимости, а также с влиянием социального окружения. На ранних стадиях психического развития ребёнка закладывается первый компонент эмпатийного процесса – сопереживание, проявляющееся на основе таких механизмов, как эмоциональное заражение и идентификация. Сопереживание – это переживание сходной эмоции с объектом. По мере становления второго компонента эмпатийного процесса (сочувствия) доминирующую роль начинают играть когнитивные компоненты – моральные знания и

социальные ориентации ребёнка. Сочувствие связано со стремлением оказать помощь другому. Подлинная эмпатия предполагает:

- высокую эмоциональную чувствительность;
- высокий уровень понимания.

В старшем дошкольном возрасте наряду с развивающимся чувством «Я» у ребёнка складывается представление о «Я» других людей, отличным от его собственного. В этот период важно научить ребёнка учитывать интересы других, их потребности, представленные в переживаниях. Для формирования эмпатийного поведения ребёнку необходимо зрительно воспринять или осознать эмоциональную ценность последствий своих поступков. К факторам, мешающим формированию и проявлению эмпатии, учёные относят эгоцентризм, тревожность, агрессивность, невротизацию.

Для развития эмпатии важно учитывать, что в возрасте 5–8 лет ребёнок особенно восприимчив к воздействиям взрослого. В связи с этим немаловажное значение имеет и то, насколько воспитатель, учитель, родители сами обладают эмоциональной отзывчивостью на переживания ребёнка, умеют вовремя прийти ему на помощь.

С учётом актуальности проблемы формирования эмпатии у детей и профилактики агрессивности в детском возрасте разработан цикл коррекционно-развивающих занятий «Учимся сочувствовать, сопереживать» (для детей 5–7(8) лет).

Программное содержание второго раздела является логическим продолжением изучения первого раздела и направлено на решение следующих задач:

- расширять представления о понятиях «добро» и «зло»;
- развивать способности к эмоциональному сопереживанию;
- развивать стремление к проявлению сочувствия и сопереживания всем тем, кто в них нуждается;
- формировать ценностное отношение к моральной стороне поступков;
- воспитывать гуманное отношение к родным, близким, сверстникам, животным.

При реализации педагогом задач данного раздела программы необходимо учитывать факторы, влияющие на эмпатийность детей: степень близости с объектом; частота общения с ним; интенсивность стимула, вызывающего эмпатию (боль, слёзы); предыдущий опыт эмпатии.

С учётом данных факторов содержание занятий условно распределено по трём подразделам: «Я и мои родные», «Учимся сочувствовать и сопереживать друзьям», «Мы и наши друзья – животные».

Каждое занятие данного раздела имеет следующую примерную структуру:

1. Создание игровой ситуации, с помощью которой обеспечивается мотивация оказания помощи тем, кто в ней нуждается, или проявление сопереживания героям в трудных ситуациях.
2. Моральная оценка поступков героев художественных произведений.
3. Разрешение проблемных ситуаций, позволяющих закреплять в сознании детей значимость проявления эмпатии.
4. Игровые упражнения в проявлении сочувствия, сопереживания.
5. Советы сказочного персонажа Светлячка, расширяющие представления детей о культуре взаимоотношений с родными, близкими, друзьями, животными.
6. Игры, в которых дети упражняются в проявлении радости, характеризующей общий настрой группы.
7. В содержание отдельных занятий включено проведение диагностических упражнений, позволяющих оценить отношение отдельных детей к окружающим их людям.

Для реализации содержания каждого занятия в качестве ведущих *методов и приёмов работы* предлагается использовать:

- беседы на моральные темы;
- обсуждение и проигрывание проблемной ситуации;
- чтение и последующий анализ художественных произведений;
- просмотр и обсуждение фрагментов знакомых мультфильмов;
- упражнения в выражении эмоционального состояния другого человека или животного с помощью ролевой гимнастики;
- слушание или пение детских песен;
- рисование на заданную тему.

Задача взрослого на каждом занятии заключается в том, чтобы направлять внимание детей на нравственную сторону поступков людей; помочь увидеть и выделить отношение человека к другим людям, животным и дать ему моральную оценку. Важно побуждать детей задумываться над мотивами поступка, устанавливать взаимосвязь мотива и результата поступка.

Эффективным способом вызвать активное отношение ребёнка к обсуждаемой нравственной проблеме является обращение к уже имеющемуся у него опыту; сравнение пережитых им самим чувств с чувствами тех людей, сверстников, о которых он узнал из проблемной ситуации или содержания художественного произведения. Ситуации, требующие от человека поставить себя на место другого, способствуют осмыслению переживаний других людей, животных. Большое значение в развитии эмпатии у детей имеет и постановка вопроса, побуждающего, например, по внешним признакам определять и понимать состояние человека. Вопрос типа «Как бы ты поступил...» помогает ребёнку связать услышанное или прочитанное с собственным нравственным опытом, переживаниями.

В отдельных занятиях предусмотрено выполнение домашних заданий, связанных с проявлением сопереживания и сочувствия родителям, братьям и сестрам или животным. При их выполнении нужно позаботиться о том, чтобы ребёнок испытывал чувство удовлетворения от совершённого поступка (помог уставшей маме; пожалел плачущую маленькую сестрёнку; сделал кормушку, покормил зимующих птиц или голодного котёнка и т.п.).

Автором подобрана серия разнообразных диагностических методик по изучению проявления эмпатии у детей, которые отличаются доступностью в применении и помогут педагогам определять особенности эмпатийных переживаний у воспитанников.

Вниманию воспитателей, учителей предлагаются авторские варианты проблемных ситуаций, отдельных игровых упражнений, содержание которых носит вариативный характер и может быть наполнено другими проблемами, с которыми педагоги сталкиваются при решении задач нравственного воспитания, и в частности воспитания эмпатии (см. список публикаций автора).

РАЗДЕЛ 3. Социально-психологическая адаптация детей в обществе (7–8 лет)

Методическое обеспечение данного раздела представлено разработанной серией коррекционно-развивающих занятий и игр, способствующих осознанию детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста защитных реакций, последствий своих поступков, а также формированию социально-корректного поведения в кризисных ситуациях дома, в детском саду, в школе.

Проходя сложный путь социализации, ребёнок подвергается частым воздействиям окружающей действительности, которая выступает как стрессор длительного действия, истощающий запас адаптационной энергии.

гии. Это дезорганизует психику и поведение. Для снятия напряжения, выхода из конфликтной ситуации ребёнок так же, как и взрослый, вынужден применять различные способы психологической защиты. При этом основная функция последней – сохранение положительного образа «Я»; ограждение сферы сознания от негативных, травмирующих личность переживаний; снижение тревоги и повышение самооценки.

Психологическая защита – специальная регулятивная система стабилизации личности, направленная на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием конфликта. Образование механизмов психологической защиты положительного образа «Я» связано с первым отрицательным опытом свободного самовыражения. Свободное выражение желаний с самого раннего возраста подвергается различным ограничениям, которых при всех минусах избежать полностью невозможно. Важным моментом является то, что именно в раннем детстве ребёнок особенно интенсивно подвергается ограничениям со стороны взрослых. Он вынужден приспосабливаться к воздействиям, препятствующим его естественному развитию, прибегая к психологическим механизмам защиты.

Возникнув в детстве, соответствующие механизмы защиты в дальнейшем определяют всю гамму отношений человека к другим людям, в том числе и к собственным детям (т.е. когда уже сам ребёнок становится родителем). Например, живущий под гнётом отца-тирана ребёнок может защитить себя, разлив систему таких эмоциональных реакций, в которых беспрекословное, выстраданное долгими усилиями повиновение (представляющее само по себе защитный механизм «Я») становится источником уничижительного удовлетворения или даже мазохистского удовольствия. Или ситуация может сложиться иначе. Ребёнок при отце того же типа может построить защиту «Я» в противоположном направлении. Он может восставать против отцовской власти, находить удовлетворение или даже садистское удовольствие в нанесении ущерба, в разрушении, – как в детском, так и зрелом возрасте. У такого человека создаётся позиция «над», позиция власти. Подобная структура отношений к отцу способна вызвать у ребёнка эмоциональные реакции воинственно-анархистского типа. Став родителем, такой человек может проявить тот же самый механизм, но уже по отношению к собственному ребёнку. Крайне важным для понимания механизмов психологической защиты является и то, что дети, которые дома подвергались физическим наказаниям, проявляют усиленную агрессию не только в игровых сюжетах, но и в реальном взаимодействии с другими детьми.

Детская незащищённость требует организации психологической защиты, помощи в её укреплении со стороны взрослых.

Существуют разные точки зрения на проблему психологической защиты личности и проявление механизмов такой защиты у детей. В современных исследованиях говорится о необходимости развития у детей *навыков стратегии психологической защиты, но практические разработки занятий с детьми старшего дошкольного возраста на сегодняшний момент отсутствуют*. Решению этой задачи посвящена авторская серия коррекционно-развивающих занятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Предлагаемая серия занятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста направлена на формирование у детей осознания защитных реакций. Цели и содержание занятий определены с учётом характеристики способов нейтрализации защитных механизмов, описанных в исследовании Р.М. Грановской и И.М. Никольской:

- снижение значимости травмирующего фактора;
- повышение самооценки;
- снижение значимости неудачных поступков и действий.

Примерная структура занятий:

1. Создание и обсуждение проблемной ситуации.
2. Доверительная беседа с детьми на волнующие темы.
3. Рисование своих проблем (снятие напряжения, диагностика детских тревог).
4. Обучение навыкам самопомощи в напряжённых ситуациях, формирование волевой регуляции поведения: подвижные игры, релаксационные упражнения, активные действия.

Содержание занятий носит вариативный характер и может быть изменено в зависимости от конкретных проблем детей и их возраста.

Длительность занятий: 30 минут в дошкольных группах и 45 минут в начальной школе.

Отработке способов снятия напряжения у детей можно посвятить 2–3 занятия, во время которых рекомендуется провести подвижные, релаксационные игры, разобрать проблемные ситуации, что позволит разнообразить и варьировать задания.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Более подробно методика проведения занятий представлена в следующих публикациях автора:

1. Семенова С.И. Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5–7 лет. – М.: АРКТИ, 2005. – 80 с.
2. Семенова С.И., Тупичкина Е.А. Игровые методы коррекции агрессивного поведения детей. Практическое пособие. – Армавир: Армавирское полиграфпредприятие, 2003. – 60 с.
3. Семенова С.И. Учим детей доброжелательному поведению. – М.: АРКТИ, 2010. – 86 с.
4. Семенова С.И. Учим детей сочувствовать, сопереживать. – М.: АРКТИ, 2010. – 77 с.
5. Семенова С.И. Социально-психологическая адаптация ребёнка в обществе. – М.: АРКТИ, 2011. – 71 с.
6. Семенова С.И. Агрессивное поведение детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Учебно-методическое пособие. – Армавир: РИЦ АГПА, 2010. – 224 с.

Список литературы

1. Алябьева, Е.А. Нравственно-этические беседы и игры с дошкольниками / Е.А. Алябьева. – М. : Сфера, 2003.
2. Алябьева, Е.А. Психогимнастика в детском саду / Е.А. Алябьева. – М. : Сфера, 2003.
3. Бубнова, Э.Ш. Особенности проявлений агрессивного поведения старших дошкольников в группе детского сада : Автореф. дисс. ... канд. психол. наук / Э.Ш. Бубнова. – М., 1998.
4. Васильева-Гангнус, Л.П. Весёлый этикет/ Л.П. Васильева-Гангнус. – М. : Вагриус, 1999.
5. Паренс, Г. Агрессия наших детей / Г. Паренс. – М. : Издательский дом «Форум», 1997.
6. Карабанова, О.А. Игра в коррекции психического развития ребёнка : Учебное пособие / О.А. Карабанова. – М., 1997.

7. *Кащенко, В.П.* Педагогическая коррекция: Исправление недостатков характера у детей и подростков : Кн. для учителя / В.П. Кащенко. – М. : Просвещение, 1994.
8. *Князева, С.А.* Я–ты–мы. Программа социально-эмоционального развития / С.А. Князева. – М. : Мозаика-Синтез, 2003.
9. *Козлова, С.А.* Я – человек. Программа социального развития дошкольника / С.А. Козлова. – М. : Школьная пресса, 2004.
10. *Крюкова, С.В.* Давайте жить дружно / С.В. Крюкова. – М. : Генезис, 2003.
11. *Крюкова, С.В.* Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь / С.В. Крюкова, Н.П. Слободяник. – М. : Генезис, 2003.
12. *Кряжева, Н.Л.* Развитие эмоционального мира детей / Н.Л. Кряжева. – Ярославль : Академия развития, 1998.
13. *Кряжева, Н.Л.* Кот и пёс спешат на помощь... / Н.Л. Кряжева. – Ярославль : Академия развития, Академия и К, 2000.
14. *Купина, Н.А.* Весёлый этикет / Н.А. Купина, Н.Е. Богуславская. – Екатеринбург : АРД ЛТД, 1999.
15. *Лютлова, Е.К.* Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Комплексная программа / Е.К. Лютлова, Г.Б. Моница. – СПб. : Речь, 2000.
16. *Максакова, В.* Учимся договариваться (Я–Ты–Мы) : Методическое пособие для учителей начальной школы / В. Максакова, С. Полякова. – М. : Магистр, 1998.
17. *Минаева, В.М.* Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений / В.М. Минаева. – М. : АРКТИ, 1999.
18. *Мухина, В.С.* Психологический статус личности в различных социальных условиях : развитие, диагностика и коррекция / В.С. Мухина. – М., 1992.
19. *Пазухина, И.А.* Давай познакомимся. Практическое пособие для работников детских садов / И.А. Пазухина. – СПб. : Детство-пресс, 2004.
20. *Панфилова, М.А.* Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей / М.А. Панфилова. – М. : Гном и Д, 2001.
21. *Романов, А.А.* Игровые задачи коррекции нарушений поведения у детей дошкольного и младшего школьного возраста : альбом коррекционных методик / А.А. Романов. – М. : Принт, 1998.
22. *Слободяник, Н.П.* Я учусь владеть собой / Н.П. Слободяник. – М. : Генезис, 2002.
23. *Смирнова, Т.П.* Психологическая коррекция агрессивного поведения детей / Т.П. Смирнова. – Ростов н/Д. : Феникс, 2004.
24. *Фесюкова, Л.Б.* Воспитание сказкой / Л.Б. Фесюкова. – Харьков : ФОЛИО, 1996.
25. *Фоппель, К.* Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения : Практическое пособие. В 4-х томах / К. Фоппель. – М. : Генезис, 1998.
26. *Чижова, С.Ю.* Детская агрессивность / С.Ю. Чижова, О.В. Калинина. – Ярославль : Академия развития, 2001.
27. *Чистякова, М.И.* Психогимнастика / М.И. Чистякова; под ред. М.И. Буянова. – М. : Просвещение, 1990.
28. *Щипицина, Л.М.* Азбука общения / Л.М. Щипицина, О.В. Защиринская. – СПб. : Детство-пресс, 2001.