

---

# ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ С СЕМЬЕЙ

## Программа развития эмоционального интеллекта «Развиваемся вместе» (Опыт работы с группами развития для детей от 1 года до 3 лет)

*Авт. программы — Котович Т.Т.*

Тема эмоционального интеллекта, его развития у детей и взрослых сегодня очень популярна в науке, образовании, общении и повседневной жизни. Эмоциональный интеллект — это способность человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания как других людей, так и свои собственные, а также способность управлять эмоциями. Давно замечено, что люди, имеющие развитый эмоциональный интеллект, быстрее адаптируются к новым условиям жизни, общительнее и успешнее как в карьере, так и в личной жизни.

Когда же он появляется, в каком возрасте? Эмоциональная сфера активизируется и развивается еще до рождения ребенка. Находясь еще в утробе матери, младенец реагирует на звуки и внешние раздражители, ощущает материнское эмоциональное состояние.

Начало активного формирования эмоциональной сферы у здоровых детей приходится на первый год жизни. В этом возрасте так важны для развития контакт глаз, насыщенная, но не перегруженная разнообразными стимулами среда, массаж, гимнастика, ритмичные движения, позитивное общение. В этот период активизируются телесное и зрительное восприятие, слуховая память, дифференцируются ощущения вкуса и обоняния.

Разнообразное сочетание внешних факторов среды создает благоприятные условия для формирования эмоционального интеллекта и у здоровых детей, и у детей, имеющих особенности развития эмоциональной и интеллектуальной сферы.

Дальнейшее эмоциональное развитие имеет огромное значение для формирования психики ребенка — это фундамент для активизации воображения, эмпатии, эмоциональной и интеллектуальной сфер, активного мышления и личности ребенка в целом.

*Учим общаться.* Интересно, что в первые годы после рождения малыша развивается и эмоциональный интеллект молодых родите-

лей. Мама и папа начинают лучше понимать потребности ребенка, выражать свои чувства и эмоции так, чтобы это было понятно малышу. Наша программа направлена на совершенствование эмоциональной сферы у детей до 3 лет, развитие умения общаться и взаимодействовать со сверстниками и взрослыми.

У 95% наших воспитанников (по результатам опроса родителей) процесс адаптации в детском саду проходит быстрее, чем у тех, кто наши занятия не посещал. А дети, которым все еще сложно адаптироваться в саду, на протяжении года продолжают посещать и детский сад, и наши группы, и такое сопровождение помогает постепенно включить малышей в детский коллектив и режим дошкольного образования.

На занятиях через игры, песни, танцы, сказки, совместные с мамой физические упражнения ребенок совершенствует двигательные навыки, активизирует эмоциональную сферу, учится ориентироваться в пространстве. Дети координируют свои движения: ползают, встают, ходят по различным поверхностям, перешагивают и перепрыгивают через разные препятствия, бросают в цель предметы, балансируют.

Малыши играют с родителями и другими детьми и взрослыми в разнообразные игры. На занятии мы предлагаем задания на развитие моторики, воображения, внимания, памяти, мышления. Форма выполнения таких заданий может быть парная, групповая, совместно-распределенная.

Такая организация занятия помогает ребенку активно общаться со сверстниками и взрослыми в деятельности и свободной игре, что существенно облегчает его социальную адаптацию при посещении детского сада.

*Родители тоже учатся.* Развивающий курс позволяет взрослым лучше понять индивидуальные потребности ребенка. На занятиях родители получают индивидуальные и общие рекомендации по воспитанию и развитию малышей.

Под руководством психолога родители осваивают детские развивающие игры, знакомятся с новейшими игровыми пособиями для формирования эмоционального интеллекта ребенка. На занятиях используется множество народных потешек и песенок, что хорошо развивает слух, речь, память, внимание и воображение ребенка. Мы учим родителей, как делать ребенку активизирующий массаж.

Занятие состоит из трех частей. В первой части дети и взрослые осваивают активизирующий массаж, учат стихи и песенки. Во второй — детям предлагаются «активная дорожка» с различными сенсорными поверхностями и тренажеры на координацию движений и

развитие баланса. На дорожке мы используем двигательные игры для улучшения взаимодействия «глаз — рука», «глаз — нога», формируя предпосылки для произвольного действия.

В третьей, игровой, части занятия ребенок может вместе со сверстниками манипулировать неструктурированными материалами: песком, водой, тестом, красками — или вместе с мамой, психологом и другими детьми освоить новую развивающую игру или игрушку. В конце малыши обязательно смотрят мини-спектакль по изучаемой теме. На каждом занятии ребенок с мамой создают развивающую динамическую игрушку-поделку из простых подручных материалов и получают домашнее задание на активизацию сенсорного восприятия и ощущений. Родители в этой части занятия могут прослушать мини-лекцию на 3—5 мин, задать вопросы и получить необходимую информацию по взаимодействию со своим ребенком. Особенность данной программы в том, что каждое занятие имеет единую тематическую линию: от потешки до поделки и сказки, завершающей занятие. Ниже приведем пример практического занятия.

### **Осень. Осенние краски, запахи, звуки**

(для детей от 1 года до 1,5 лет)

*«Житель леса ежик и яблоко»*

*Цель занятия:* познакомить участников между собой. Следует обратить внимание детей на осеннее время года и активизировать эмоциональную сферу чрез сенсорные каналы восприятия. Основной персонаж занятия — ежик. Он встречает ребят, когда они входят в зал для занятий, здоровается с ними, делает зарядку. Активизирует детей на дорожке, играет с ними, проверяет, какие игрушки дети сделали своими руками. Участвует в сказке.

#### **Первая часть занятия**

##### ***Зарядка***

Топал ежик озорной,  
Гриб огромный за спиной.

По опушке он прошел

И всего один нашел.  
Но зато смотри какой:

Очень вкусный и большой.

*Дети идут по залу.*

*Поднимают руки над головой и разводят их в стороны (3 раза).  
Руки переводят в стороны, затем соединяют вместе перед собой (3 раза).*

*Садятся на корточки или на пол.  
Встают, вытягивают руки вперед и хлопают в ладоши.*

*Гладят себя по животу.*

Массаж рук и ног.

Под песню «Катится колючий ежик» (авт. — Е. Железнова) катают по рукам и ногам мячик-ежик.

### ***Серия игр «Меткий стрелок»***

**Цель:** развитие тактильных ощущений, формирование навыка целенаправленного действия.

**Оборудование:** по 2 утяжеленных мешочка (на каждого участника), корзина.

1. Ребенок и взрослый сидят на коврике. Мешочек положить на голову. Затем наклонить ее так, чтобы мешочек упал в руки.

2. Ребенок сидит на коврике, вытянув ноги вперед. Положить ребенку по одному мешочку на каждую ногу. Ребенок ногами подкидывает мешочки вверх.

3. Ребенок на руках у мамы, сидящей на коврике. Малышу дать по одному мешочку в руку. Важно удерживать тело ребенка, оставив свободными руки. Дошкольник кидает в корзину ведущего мешочки.

### ***Игра «Стучалка»***

**Цель:** развитие чувства ритма, дыхания, памяти и речи.

**Оборудование:** по 2 деревянные палочки круглой формы длиной 15 см (на каждого ребенка).

Стучать палочками, отбивая ритм стихотворения. Темп постепенно меняем от медленного к быстрому и обратно.

Дождик закапал,

*Дети стучат то медленно, то быстро.*

Ежик промок,

*Стучат медленно.*

Бросил дела

*Стучат быстро.*

И свернулся в клубок.

*Стучать очень медленно.*

### ***Игра «Попрыгушки»***

**Цель:** активизация произвольного поведения и эмоциональной сферы ребенка. Ребенок сидит на подушке на коленях у взрослого. Ведущий читает стишок, одновременно взрослый поднимает и опускает колени. В конце стиха малыш вместе с подушкой проваливается на пол между коленями.

Тушки-тутушки

Сидели на подушке.

Пришли подружки, столкнули с подушки.

Мы с подушки — ух!

На подушки — плюх!