

- расширение репертуара способов решения проблемных ситуаций, оказания помощи;
- формирование умения контролировать свое поведение и эмоции;
- формирование способности к волевым усилиям и произвольной саморегуляции.

Игры, упражнения по формированию эмпатических способностей

- **«Войди в круг — выйди из круга»** (авт. — К. Фопель)

Дети выбирают водящего и становятся в круг, обхватывая друг друга за талию. Водящий остается за кругом. Он пытается пробраться в круг — уговаривает, старается разорвать цепь. Если водящему удастся пробиться в центр круга, все его поздравляют, а пропустивший становится водящим.

Комментарий: в такой игре ребенок получает бесценный опыт общения с разными людьми, когда нужно в одной ситуации проявить уступчивость, попытаться уговорить человека, а в другой — наоборот, проявить твердость и настоять на своем.

- **«Зоопарк»** (авт. — Н. Кряжева)

Интереснее играть командами. Одна команда изображает разных животных, копируя их повадки, позы, походку. Вторая команда — зрители, они гуляют по «зверинцу», «фотографируют» животных, хвалят их и угадывают название. Когда все животные будут угаданы, команды меняются ролями.

Комментарий: нужно стимулировать детей к тому, чтобы они передавали повадки того или иного животного.

- **«Старенькая бабушка»** (авт. — Н. Кряжева)

Дети разбиваются на две команды — бабушки (дедушки) и внуки (внучки). «Старичкам» завязывают глаза — они очень старенькие, поэтому ничего не видят и не слышат, их надо непременно отвести к врачу. Идти придется через улицу с сильным движением. Проводить бабушек и дедушек должны их внуки (внучки), стараясь, чтобы их не сбила машина.

Затем мелом рисуют улицу, а несколько детей становятся «машинами», бегая по «улице» туда-сюда. Задача внуков — не только перевести «старичков» через дорогу, но и показать

В работе по формированию эмпатии должны соблюдаться следующие принципы:

- комплексный подход (система психолого-педагогических мероприятий тесно переплетается с клиническими формами коррекции);
- одновременная коррекция эмоциональной и интеллектуальной сфер на всех этапах учебно-воспитательного процесса;
- направленность системы воздействий на ребенка и на его ближайшее окружение (родителей);
- применение различных форм работы;
- прямая тренировка навыков поведения, способствующих торможению избыточных двигательных и эмоциональных импульсов.

Основные направления коррекционно-развивающей работы:

- формирование потребности участвовать в совместной деятельности, совершать социально-значимую деятельность, следовать нравственному эталону;
- формирование умения относиться к сверстнику как к равноценной себе личности;
- формирование умения объективно оценивать себя и окружающих;
- формирование умений и навыков осуществления эмоциональной идентификации с состоянием партнера по общению;
- формирование умения выражать свое настроение, отношение к другим людям адекватными способами;
- формирование умения ориентироваться на эмоциональное состояние партнера по общению, его интересы, положительные качества;
- формирование способности оценивать настроение и состояние человека по внешним проявлениям;
- формирование знаний о возможных внутренних причинах поступков и отношений людей;
- формирование умения использовать разные виды оценок по отношению к себе и сверстнику (оценки-правила, оценки эмоционального состояния, личностных свойств, оценки-предвосхищения результатов своей деятельности);
- формирование умения устанавливать связь между переживаниями и поступками людей;
- формирование умения адекватно относиться к оценкам со стороны окружающих;

доктору (его роль играет кто-то из детей), купить лекарство в аптеке, а затем привести домой.

Комментарий: перед началом игры можно побеседовать с детьми о необходимости оказания помощи пожилым людям, бабушкам и дедушкам. Нужно потренироваться в принятии характерной позы.

В процессе игры взрослый регулирует взаимоотношения между играющими. «Бабушки (дедушки)» должны довериться внукам, «машины» должны соблюдать правила.

- **«До свидания — здравствуй»**

Взрослый спрашивает, как можно попрощаться движением руки. Если ребенок затрудняется ответить, взрослый показывает жест: подняв руку вверх, машет кистью. Затем со словом «до свидания» он удаляется от ребенка, прощально помахивая рукой, а со словом «здравствуйте» приближается, протягивая к нему руки с повернутыми вверх раскрытыми ладонями. Пусть ребенок включится в игру, повторяя движения (и слова) вместе со взрослым.

- **«Ласка»**

Взрослый просит малыша ласково погладить игрушку, выражая свою любовь к ней, приговаривая нежно: «Хорошая, хорошая». Подсказывает: «Загляни ей в глазки ласково, поглаживай мягко, неторопливо, чтобы ей было приятно». Сам может показать движение, исполняя его выразительно, с участием.

- **«Проснись»**

Ребенок будит спящую игрушку нежными, мягкими прикосновениями кисти и тихо, ласково приговаривает: «Проснись, мое солнышко!» и т.п.

Взрослый. Давай поиграем. Я как будто дочка (сынок) — и сплю. А ты — мама (папа) — меня будишь. Только постарайся будить ласковыми словами, нежным голосом и мягкими прикосновениями, чтобы меня со сна не испугать.

Ситуация разыгрывается по ролям. При этом «просыпающийся» может потянуться, протереть глаза, улыбнуться утру и «маме». При повторе участники игры меняются ролями.

- **«Прошу — не надо»**

Взрослый предлагает ребенку сначала попросить жестом то, что ему нравится. В случае затруднения помогает найти нужные движения (с ласковым произнесением слова «прошу», «пожалуйста» рука выводится вперед раскрытой ладонью вверх).

- **«Давай дружить»**

Взрослый. Встретились однажды зайчонок и бельчонок, и захотелось им подружиться. Бельчонок был посмелее и первым предложил дружить. Зайчонок согласился.

Взрослый предлагает ребенку быть бельчком и попытаться найти жест, выражающий предложение дружить: рука с повернутой вверх раскрытой ладонью протягивается партнеру. Сам взрослый — «зайчонок» — отвечает на это жестом согласия: кладет свою руку поверх руки партнера, ладонь в ладонь. Друзья гуляют по лесу, взявшись за руки, а потом прощаются, помахав друг другу руками: «До свидания».

Участники игры меняются ролями и повторяют ее, стараясь выразительно исполнять жесты и произносить слова: «Давай дружить».

- **«Назови себя»**

Упражнение проводится в кругу. Каждый участник называет себя по имени (если хочет, может что-то рассказать о себе).

- **«Снежный ком»**

Первый участник называет свое имя. Следующий повторяет его, затем называет свое. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовет по именам всю группу.

- **«Ласковое имя»**

Взрослый. Вспомните, как вас ласково зовут дома, в группе. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадет, называет одно из своих ласковых имен. Когда все назовут свои ласковые имена, мячик пойдет в обратную сторону. Теперь нужно постараться произнести ласковое имя вашего друга и бросить ему мяч.

- **«Давайте поздороваемся»**

В начале упражнения ведущий рассказывает о разных способах приветствия, принятых и шуточных. Затем детям предлагается поздороваться, прикоснувшись плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться посредством его.

- **«Встаньте те, кто...»**

Взрослый. Встаньте те, кто... любит рисовать; радуется хорошей погоде; любит дарить цветы и т.д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети. По завершении всем задаются вопросы, подводющие итоги игры: «Сейчас мы посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным». Затем вопросы усложняются (включают в себя

две переменные): «Кто у нас в группе любит сладкое и любит лепить?» Каждый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам, ему помогает группа.

- **«Представь свое имя в движении»**

Дети сидят в кругу. Поочередно, по часовой стрелке, дети называют себя и делают телодвижения. Остальные повторяют его имя и движение.

- **«Переходы»**

1. Взрослый просит детей внимательно посмотреть друг на друга: «У всех у вас волосы отличаются по цвету. Теперь поменяйтесь местами так, чтобы крайним справа, вот на этом стуле, сидел тот, у кого самые светлые волосы, рядом с ним — у кого они потемнее, а крайним справа, на этом стуле, был тот, у кого самые темные волосы. Начали...» Взрослый помогает детям, подходит к каждому, прикасается к волосам, советуется с остальными, куда его посадить, и т.д.

2. Задание то же, что и в предыдущем варианте, только дети должны поменяться местами по цвету глаз.

- **«Опиши друга»**

Упражнение выполняется в парах (одновременно всеми участниками). Дети стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо своего партнера. Потом описание сравнивается с оригиналом и делается вывод, насколько ребенок точен.

- **«Что изменилось?»**

Каждый ребенок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты. За это время производится несколько изменений в одежде, прическе детей, можно пересесть на другое место (но не больше одного-двух изменений; все произведенные изменения должны быть видимы). Задача водящего — подметить произошедшие изменения.

- **«Мое настроение»**

Детям предлагается поведать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, физическим состоянием, показать его в движении. Все зависит от фантазии и желания ребенка.

- **«Передача чувств»**

Ребенку дается задание — передать «по цепочке» определенное чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Когда дети передали его по кругу, можно обсудить, какое именно на-