**Программа коррекционно-развивающих занятий с использование техники маскотерапии.**

**Цели программы:**

Развитие навыков эмпатии и рефлексии у дошкольников. Формирование позитивного внутреннего образа у дошкольников. Развитие навыков общения.

**Задачи программы:**

Обучение дошкольников умению распознавать эмоции других людей, свои собственные эмоции. Обучение дошкольников умению видеть свои сильные стороны, принимать их и развивать. Обучение дошкольников навыкам эффективного, искреннего общения.

Целевая аудитория:

Программа расчитана на занятия с детьми старшей и подготовительной группы.

Актуальность программы.

Одной из основных и самых ранних возрастных задач при созревании психики дошкольника является появление и развитие навыков эмоционального общения с окружением. Что подразумевается под этим термином? Во-первых, это навык распознавания эмоций окружающих его людей, а во-вторых навык понимания, восприятия собственных эмоций и переживаний. На основе этого закладывается важнейшее человеческое качество эмпатия – умение понимать и сопереживать другим людям.

Данная задача на сегодняшний момент развития современного общества нисколько не потеряла своей актуальности, а, может быть, ее актуальность только возросла. Современные дети, как это ни грустно, разучились общаться и друг с другом, и с родителями – зачастую общение, непосредственное общение с человеком, им заменяют «гаджеты». Сейчас абсолютно не является редкостью увидеть картину, когда ребенок, который еще толком не научился говорить, уже уверенно пользуется «гаджетами», но при этом у него возникают огромные проблемы в установлении позитивных контактов с окружением. Данная картина вызывает беспокойство не только у родителей, которые не знают, как отучить ребенка от зависимости к «гаджетам», но и у специалистов, которые наблюдают рост аутоподобных проявлений в поведении современных детей.

В связи с этим встает актуальная проблема научить ребенка эмоциональным взаимодействиям, умению распознавать эмоции и внутренние состояния как свои, так и окружающих людей. На первый взгляд это может звучать парадоксально – ведь эмоциональные взаимодействия в онтогенезе человека проявляются и начинают развиваться еще на первом году жизни. Но факт остается фактом – эмоциональная жизнь современного человека все более обедняется, что приводит к необходимости именно обучать детей эмоциям!

Опыт работы психолога в детском саду естественно подсказывает, что наиболее плодотворными методами для решения этой задачи могут быть методы арт-терапии. На сегодняшний день методов и методик арт-терапии существует достаточно много.

В арт-терапии очень много разновидностей подходов. Например, музыкотерапия, сказкотерапия, телесно-ориентированная терапия (танцевальная терапия), песочная терапия, фототерапия, изотерапия, метафорические ассоциативные карты, маскотерапия.

Для указанных целей программы весьма эффективна техника маскотерапии. В работе с этой техникой за теоритическую основу был взят портретный метод Г. Назлояна. В нем устанавливаются ряд постулатов, которые могут быть успешно применены в работе по развитию и коррекции эмоциональности дошкольников. Г. Назлоян указывает, что одним из значимых симптомов большинства психических заболеваний является аутизация больного, проявляющаяся в нарушении контактов, как с окружением, так и с самим собой (нарушение внутреннего диалога). Таким образом, для сохранения психического здоровья человека, прежде всего, необходимо развивать навыки общения, а эта задача весьма актуальна в дошкольном возрасте. Автор также указывает на еще один симптом психических заболеваний, нарушение процессов самоидентефикации у больных, когда человек перестает понимать свои состояния и самого себя. И опять встает задача по развитию эмпатии и рефлекии у детей для сохранения их психического здоровья. Для решения поставленных проблем и задач Г. Назлоян использует портретный метод: терапевт лепит портрет клиента, а затем и клиент сам начинает лепить собственный портрет. Все это действо происходит в зеркальной комнате. Таким образом, создается ситуация, когда клиент, пациент, переносит свои болезненные переживания на свой портрет, как бы освобождаясь от них. Проводя подобные занятия многократно, клиент освобождается от болезненных переживаний, начинает лучше себя понимать, самоидентефицироваться (причем в буквальном смысле, через работу с портретом и зеркалом). Кроме этого, в занятиях с пациентами используется техника ритмопластики, когда клиент, повторяя движения танца за тренером, танцуя вместе с тренером, выходит из своего замкнутого «кокона», начинает продуктивно общаться.

Данная методика, будучи переработана под условия детского сада, может помочь решить достаточно много проблем как по развитию эмоциональной сферы детей, так и по ее коррекции.

**Ход осуществления программы.**

Программа представляет из себя серию из 10 занятий.

**Первое занятие.**Игра «Маскарад (маска для себя)».

Дети изготавливают маски для себя («сегодня я такой»).Шаблоны масок заготавливаются детям заранее, а в игре они их раскрашивают и надевают. Но только этим игра не заканчивается, детям предлагается угадывать настроение той или иной маски, а также они пытаются объяснить, почему маска, по их мнению, изображает именно это настроение. С целью коррекции эмоционального состояния, детям дается возможность позитивно скорректировать, сделанные ими маски (дети как бы сами себе создают маски «силы»). После игры все маски дети уносят с собой.

**Второе-четвертое занятие.** Игра «Маскарад».

Игра «Маскарад», в которой дети изготавливают маски для своих друзей («я вижу тебя таким»). Игра позволяет научить детей более тонко распознавать чужие эмоции. Шаблоны масок заготавливаются детям заранее, а в игре они их раскрашивают и дарят друзьям. Детям предлагается угадывать настроение той или иной маски, а также объяснить, почему маска, по их мнению, изображает именно это настроение. С целью коррекции эмоционального состояния, а также с целью избежать взаимных обид, детям дается возможность позитивно скорректировать, подаренные им маски (дети как бы сами себе создают маски «силы»). После игры все маски дети уносят с собой.

**Пятое-седьмое занятие.** Игра «Угадай маску».

В начале занятия участники готовят маски для всех участников (на обратной стороне маски подписывается, кому именно предназначена маска). Их выкладывают в круг. А затем каждый из участников по очереди пытается найти именно свою маску, объясняя, почему он делает именно этот выбор. Выигрывает тот, кто делает меньше всего попыток.

**Восьмое-девятое занятие.** Игра «Боди-арт».

Данная игра проводится только с разрешения родителей, и после того, как группа детей, участвующих на занятиях, стала сплоченной. В этой игре дети рисуют маски на лицах друг другу. Все это делается в «зеркальной» комнате, чтобы участникам игры было хорошо видно собственные маски. После того как все маски нарисованы, участники рассказывают что они чувствуют в своей маске, помогает она им или мешает, что хотелось бы изменить в ней (при желании, в конце игры они имеют возможность подкорректировать маску). Также создатели маски рассказывают, почему им захотелось нарисовать для этого человека именно эту маску. Одним из вариантов завершения игры может являться фотосессия.

**Десятое занятие.** Игра «Маска силы».

Дети делают для себя маски, которые бы символизировали для них те качества, которых им, по их мнению, не достает. Маски после занятий дети уносят с собой.

По окончанию всех этапов работы проводится мониторинг эффективности реализации программы.

мониторинг навыков общения – методики Урунтаевой, Афонькиной «ИЗУЧЕНИЕ НАВЫКОВ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕНИЯ».

# мониторинг самооценки…. «Лесенка». автор В.Г.Щур

# мониторинг навыков рефлексии…«Лесенка». автор В.Г.Щур

мониторинг навыков эмпатии…«Незаконченные предложения».