

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

Маслова Елена Игоревна,

педагог-психолог,

МДОУ «Детский сад №95 «Сказка»,

г. Вологда, Россия;

Пепелова Елена Васильевна,

старший воспитатель,

МДОУ «Детский сад №95 «Сказка»,

г. Вологда, Россия

**КАРТЫ МАК В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА:
РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ У ДЕТЕЙ ОВЗ**

Аннотация. Метафорические ассоциативные карты (МАК) становятся все более популярным инструментом в работе с детьми дошкольного возраста, особенно в контексте развития их эмоционально-волевой сферы. Эти карты позволяют детям свободно выражать свои чувства, мысли и переживания, создавая пространство для самовыражения и понимания. Дети в этом возрасте мыслят образами, ведущей деятельностью является игра. Поэтому занятия с картами погружает их в эту волшебную сказочную игру.

Ключевые слова: карты (МАК), эмоционально-волевая сфера, дети ОВЗ.

Выделяем несколько преимуществ использования карт МАК:

1. **Безопасность и комфорт:** МАК создают непринужденную атмосферу, где дети могут открыто говорить о своих эмоциях. Играя с картами, они не чувствуют давления и могут свободно делиться своими мыслями. Ребята могут сопереживать или радоваться героям с карт и параллельно вспоминать похожие истории из своей жизни.
2. **Развитие воображения:** Использование метафорических образов помогает развивать творческое мышление и воображение. Дети учатся ассоциировать картинки

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

с личным опытом, что способствует более глубокому пониманию своих эмоций. Плюс дополнительно с картами я использую игры в песочнице или арттерапевтические рисуночные техники.

3. Улучшение самоосознания: Работая с МАК, дети начинают лучше понимать свои чувства и желания. Это способствует формированию навыков саморегуляции и эмоциональной грамотности. И в целом способствуют развитию эмоционального интеллекта.

4. Коммуникативные навыки: Занятия с картами способствуют развитию навыков общения. Дети учатся выражать свои мысли и чувства словами, что улучшает их способность взаимодействовать с окружающими. Дополнительно развивается речь.

5. Дополняет диагностическую работу, что помогает углубить индивидуальную развивающую программу.

Результаты применения карт МАК, которые отметили:

- улучшение эмоционального интеллекта: Дети становятся более чувствительными к своим эмоциям и эмоциям других, что способствует формированию эмпатии;
- снижение уровня тревожности: Работа с картами помогает детям справляться с негативными эмоциями и стрессами, что способствует общему улучшению психоэмоционального состояния;
- развитие волевых качеств: Занятия помогают детям учиться принимать решения и осознанно подходить к выбору, что способствует развитию их волевой сферы;
- формирование устойчивости к стрессам: Дети учатся справляться с трудными эмоциями, что делает их более устойчивыми к жизненным трудностям;
- повышение самооценки: Успешное взаимодействие с картами и понимание своих эмоций повышает уверенность ребенка в себе;
- развитие социальной адаптации: Дети, которые умеют распознавать и выражать свои чувства, легче находят общий язык с окружающими.

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

Область применения.

Карты МАК могут быть использованы в различных формах деятельности с детьми:

- индивидуальные занятия: Можно проводить индивидуальные сессии с детьми для работы над конкретными эмоциональными проблемами;
- групповые занятия: В группах дети могут обмениваться мнениями, обсуждать свои ощущения и учиться понимать друг друга;
- семейные консультации: МАК можно использовать в семейной терапии, чтобы помочь родителям и детям лучше понять друг друга.

В нашем детском саду в основном дети ТНР. У детей наблюдаются: различные нарушения звукопроизношения, нарушение связности речи и последовательности изложения рассказа, смысловые пропуски, низкий уровень фразовой речи. Через карты МАК мы учимся составлять рассказы.

Например, дети могут описывать детали на картинках или загадывать её для других участников. Описывают героев с точки зрения, какой он, что делает. Сочиняют коллективные истории. Придумывают названия картам.



МАК «Дружок» МАК «Я и все-все-все-все»

Расскажу вам о некоторых техниках, которые я использую в работе.

Техника «Мир эмоций» (МАК «Дружок»)

Цель: развитие эмоциональной сферы, снижение тревожности, развитие воображения.

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

Можно провести цикл занятий по этой технике. На каждом занятии знакомим ребят с одной из эмоций (радость, страх, обида, злость, удивление). Сначала рассказывается сказка, где главный герой испытывает одну из эмоций. Потом ребенок в картах МАК ищет ситуации, где герой Дружок испытывает такие же эмоции. Ребенок составляет рассказ по карте, а также приводит свои примеры из жизни похожих ситуаций. Можно сделать завершающую технику при работе с негативными эмоциями, например, разукрасить облачко, чтобы оно унесло страхи, убрать обиды в кувшин.

Техника «Что он боится?» (МАК «Дружок»)

Цель: диагностика и коррекция страхов.

Ребенок выбирает из колоды ситуации, где Дружок испытывает страх. Рассказывает историю по карте.

Варианты коррекции:

1. Пожалеть страх. Все мы абсолютно все чего-то боимся и страх тоже (работа с принятием себя в страхе, снятие чувства вины).

Вариант 1: Чего или кого боится страх? Можно выбрать карту, чего боится страх. Что чувствует страх, когда это появляется? Каким он становится (маленьким, смешным, двигается или нет и др.) Когда он такой, его жалко? Что чувствуешь ты, когда страху плохо? Что тебе хочется, чтобы со страхом случилось? Что можно сделать?

Вариант 2. Высмеять страх. Страх боится, когда над ним смеются. Здесь ребенок становится сам волшебником (рисует волшебный предмет или находит волшебный предмет среди предметной среды в юнгианской песочнице) для того, что бы превратить страх во что-то смешное. Можно выбрать карту волшебного предмета. Можно придумать заклинание.

Вариант 3. Поиск союзников (защитников) в борьбе со страхом. Ребенок может нарисовать помощников, найти их на карте или найти в песочнице.

Педагогический практикум: проекты, модели, методики, технологии актуального образования

Вопрос: Кто может выступить твоим помощником в борьбе со страхом? (Это тоже диагностично, ребенок выберет того, кому большее доверия, это могут быть родные или друзья из группы). Им тоже можно найти волшебный предмет, который они будут использовать в борьбе или высмеивании страха.

В конце ребенок может найти предмет (камушек, ракушку), который будет символизировать награду за победу. Важно спросить, как себя сейчас чувствует ребенок? Можно использовать цветочные часы, на них ребенок показывает цвет, который соответствует настроению сейчас. Радостно ли ему, чувствует ли он, что он стал смелее, какого цвета его смелость, где она проснулась в теле, можно закорить это состояние.

Техника «Трансформация» (МАК «Дружок»)

Цель: предлагаются способы переориентирования с негативного поведения на позитивное.

Материалы: Карты со сценами агрессии, грусти, обиды, страха.

Из колоды карт «Дружок» заранее вытаскиваются карты, где изображена агрессия и т.п. Ребенок, вытянувший картинку, получает от психолога задание, в ходе выполнения которого, должен так изменить ситуацию, чтобы негативное событие было исключено из контекста. Например, ребенок вытянул картинку, изображающую драку. Психолог предлагает ребятам придумать варианты, при которых участники драки бы помирились.

Техника «Я, Ты, Мы» (МАК «Я и все-все-все»)

Цель: развитие рефлексии по отношению к «Я - образу», улучшение навыков коммуникации и взаимодействия.

Задачи: осознать свои ценности, индивидуальные особенности, черты характера, учиться эффективно, выстраивать коммуникации с окружающими.

Сначала ребята выбирают карту, где герой, по их мнению, похож на них. Лишние карты убираются. Дальше ребята объединяются в пары. В паре по очереди дети

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

рассказывают друг другу о себе, и о тех их чертах, которые отражает выбранный ими персонаж. Это могут быть черты внешности, характер, привычки, любимые занятия, симпатии или антипатии, мечты. Пока говорит один, второй его внимательно слушает. Потом каждая пара придумывает, что их персонажи могут делать вместе, какие задачи могут вдвоем выполнить, чем увлекаются, во что играют и т.д. Каждая пара презентует свою историю.

Техника позволяет глубже познать свою индивидуальность. Развивает эффективное взаимодействие с окружающими, развивает навыки конструктивного самовыражения, умение слушать и слышать. Ребенок углубляет знание о себе, становится более уверенным, толерантным к другим. Учится конструктивному общению.

Техника «Две колоды» (МАК «Дружок»)

Цель: коррекции эмоционального состояния, развитие самопонимания ребенка, формирования его отношения к миру.

Ребенку предлагается разложить карты на 2 колоды, по следующим признакам, можно выбрать по одной паре признаков для каждого занятия:

- нравится – не нравится
- страшно – не страшно
- приятно – не приятно
- согласен – не согласен
- радостно – грустно
- хорошо - плохо

Для коррекции эмоционального состояния ребенка предлагаем ему рассказать о том, что переживает Дружок в каждой из двух колод. Можно выбрать одну карту, которая ассоциируется у ребенка с похожей ситуацией.

**Педагогический практикум:
проекты, модели, методики, технологии актуального образования**

Заключение: метафорические ассоциативные карты становятся мощным инструментом в развитии эмоционально-волевой сферы дошкольников, помогая им, расти и развиваться в гармоничной и поддерживающей среде.