**ПСИХОТЕХНИЧЕСКИЕ ИГРЫ**

**НА РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ**

**Автор:** Аганина Екатерина Николаевна, воспитатель ГБДОУ №92 Красносельского района г.Санкт-Петербург

 Федеральный государственный образовательный стандарт направлен на построение образовательного процесса на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей. Нравственные, эстетические и интеллектуальные чувства возникают и формируются, согласно теории культурно-исторического развития психики Л.С. Выготского, под влиянием воспитания, в процессе присвоения достижений предшествующих поколений, в процессе активности личности. По мнению многих исследователей, наиболее важным и значимым в воспитании ребенка, развитии его эмоциональной сферы является формирование социальных эмоций и чувств, которые способствуют процессу социализации человека, становлению его отношений с окружающими.
 Эмпатия является ведущей социальной эмоцией и, в самом общем виде определяется, как способность индивида эмоционально отзываться на переживание других людей. Она предполагает субъективное восприятие другого человека, проникновение в его внутренний мир, понимание его переживаний, мыслей и чувств. С помощью эмпатии происходит приобщение ребенка к миру переживаний других людей, формируется представление о ценности другого, развивается и закрепляется потребность в благополучии других людей. По мере психического развития ребенка и структурирования его личности эмпатия становится источником нравственного развития.

 Представленные игры помогают педагогу вызвать чувство эмпатии, научиться доверять друг другу, чувствовать настроение другого человека.

**«Назови себя»**

Цель: позволяет участникам познакомиться друг с другом, привыкнуть, адаптироваться к новой среде.

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

**«Снежный ком»**

Цель: позволяет детям скорее запомнить имена друг друга, установить контакт.

Ход игры: Первый участник (например, слева от веду­щего) 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»**

Цель: упражнение так же позволяет детям запомнить имена друг друга, способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

**Инструкция:**«Вспомните, как вас ласково зовут дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадет, называет одно или несколько своих ласковых имен. Кроме того, важно запомнить, кто каждому из вас бросил мячик. Когда все дети назовут свои ласковые име­на, мячик пойдет в обратную сторону. Теперь нужно по­стараться не перепутать и бросить мяч тому, кто в первый раз бросил его вам, а кроме того, произнести его ласко­вое имя».

**«Давайте поздороваемся»**

Цель: развитие воображения, создание психологичес­ки непринужденной атмосферы.

Ход игры: 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.,,»**

Цель; развивает наблюдательность, позволяет детям лучше узнать друг друга.

Ход игры: Ведущий дает задание: «Встаньте те, кто…

* любит бегать;
* радуется хорошей погоде;
* имеет младшую сестру;
* любит дарить цветы и т. д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети. После завершения всем задаются вопросы, подводящие итоги игры: «Сейчас мы посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным. Кто у нас в группе любит сладкое? У кого есть младшая сестра?» Затем вопросы ус­ложняются (включают в себя две переменные): «Кто у нас в группе любит сладкое и имеет младшую сестру?». Каж­дый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам — ему помогает группа.

**«Представься с помощью куклы» (с 5 лет)**

Цель: помогает снять напряжение и неуверенность, позволяет детям лучше узнать друг друга.

Материал: две куклы разного пола, желательно в рост ребенка, или перчаточные куклы.

Ход игры: Ребенку предлагают представиться с помо­щью куклы и рассказать о себе. Ведущий и дети могут задавать вопросы, уточнять. Например: Твоя любимая игра? Как в нее играть? Любимое животное? Почему? Самая вкусная еда на свете? О чем ты мечтаешь? и т. д.

**«Переходы»**

Цель: игра переводит внимание на внешность детей, позволяет осознать внешние сходства и отличия.

Ход игры:

А) Воспитатель 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.

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

**«Опиши друга»**

Цель: развитие наблюдательности и умения описы­вать внешние детали.

Ход игры: 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 о том, насколько ребёнок точен.

**«Что изменилось?»**

Цель: развитие внимания и наблюдательности, необ­ходимых для эффективного общения.

Ход игры: 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 двух-трех изменений; все произведенные изменения должны быть видимы). Задача водящего подметить происшедшие изменения.

**«Мое настроение»**

Цель: развитие умения описывать свое настроение, рас­познавать настроение других, стимулирование эмпатии.

Ход игры: 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»**

Цель: научить детей передавать различные эмоцио­нальные состояния невербальным способом.

Ход игры: Ребенку дается задание передать «по цепоч­ке» определенное чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Когда дети передали его по кругу, мож­но обсудить, какое именно настроение было загадано. Затем ведущим становится любой желающий. Если кто-то из детей хочет побыть ведущим, но не знает, какое настроение загадать, воспитатель может помочь ему, подой­дя и подсказав ему на ушко какое-нибудь настроение.

**«Цвета эмоций»**

Цель: развитие воображения, выразительных движений.

Ход игры: Выбирается водящий, по сигналу он зак­рывает глаза, а остальные участники задумывают между собой один из основных цветов. Когда водящий откро­ет глаза, все участники своим поведением, главным об­разом эмоциональным, пытаются изобразить этот цвет, не называя, а водящий должен его отгадать. Можно раз­делиться на две команды, при этом одна команда будет изображать цвет (поочередно или одновременно), а вто­рая — отгадывать.

**«Тихий разговор»**

Цель: формирование умения передавать определен­ное смысловое содержание невербальным способом.

Ход игры: Участники садятся в круг. Задание — невер­бально сказать выбранному партнеру фразу (которую взрослый предварительно шепнул ребенку на ушко). Каж­дый по очереди выполняет задание без слов. Остальные наблюдают и определяют «произнесенную» фразу.

**«Собери пиктограмму»**

Цель: развивает умение дифференцировать различные эмоциональные состояния по мимическим проявлениям.

Ход игры: Каждому ребенку дается пиктограмма оп­ределенного эмоционального состояния,**разрезанная**несколько частей. Задача участников — как можно быст­рее и правильно собрать пиктограмму. Как вариант, мож­но самому пантомимически изобразить это состояние.

**«Подарок другу»**

Цель: развивать умение невербально «описывать» предметы.

Ход игры: Один ребенок становится «именинником», остальные дарят ему «подарки», передавая движениями и мимикой свое отношение к «имениннику».

**Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся**

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Ход игры: Упражнение выполняется в парах, с закры­тыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый дает задания (каждое задание выполняется 2-3 минуты):

* Закройте глаза, протяните навстречу друг другу руки, познакомьтесь одними руками. Постарайтесь получше узнать своего соседа. Опустите руки.
* Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки ссорятся. Опустите руки.
* Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят поми­риться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы снова друзья.

Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?

**«Передай улыбку по кругу»**

Цель: выполнение группового правила, обмен пере­живаниями.

Ход игры: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, улыбнуться соседу.

**«Сижу, сижу на камушке»**

Цель: развитие эмпатии, умения выражать поддерж­ку другому человеку (сверстнику).

Ход игры: Игроки становятся в хоровод и поют, а один (или несколько) садятся на корточки в круг, накрыв голо­ву платочком.

*Сижу, сижу на камушке,*

*Сижу на горючем,*

*А кто ж меня верно любит,*

*А кто ж меня сменит,*

*Меня сменит—переменит,*

*Еще приголубит?*

После этих слов любой желающий может подойти и погладить сидящего в кругу по голове, обнять, сказать ласковые слова (приголубить). Затем он уже сам садится в круг и накрывает голову платочком. Его «голубит» сле­дующий желающий.

**«Эмоции героев»**

Цель: способствовать развитию эмпатии, умения оце­нить ситуацию и поведение окружающих.

Ход игры: Взрослый читает детям сказку. Ребенку за­ранее выдаются маленькие карточки с символическими изображениями различных эмоциональных состояний. В процессе чтения ребенок откладывает на стол не­сколько карточек, которые, на его взгляд, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения каждый ребенок объясняет, в ка­кой ситуации и почему ему кажется, что герой был ве­сел, грустен и т. д.

В эту игру лучше играть или индивидуально или в малой подгруппе. Текст сказки должен быть невелик и соответствовать объему внимания и памяти детей опреде­ленной возрастной группы.

**Этюд на различные позиции в общении**

Цель: прочувствование различных позиций в общении.

Ход игры: Дети разбиваются на пары. Общение в па­рах проходит в диалоговом режиме. Для общения предла­гаются интересные и актуальные для детей темы: «Мое любимое животное», «Мой самый радостный день в про­шлом месяце» и пр. Сначала ситуация общения органи­зуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около свое­го стула (дети меняются местами), затем партнеры, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор. В зак­лючение, у детей спрашивают о впечатлении, настрое­нии, возникшем в процессе общения: как больше понра­вилось общаться, почему?

**«Интонация»**

Цель: развитие у детей понимания и чувствования друг друга, дифференцировка слухового восприятия, раз­витие эмпатии.

Ход игры: Ведущий вводит понятие интонации. Затем детям предлагается по очереди повторить с различными чувствами, с различной интонацией различные фразы (зло, радостно, задумчиво, с обидой). Как вариант, мож­но интонационно проиграть и обсудить диалог сказочных героев.

**«Рисование»**

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Ход игры: Детям дается задание — «Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите ка­ким-нибудь волшебным средством понимания». Рисова­ние проводится под тихую, спокойную музыку, красками или яркими мелками, фломастерами. Затем устраивается конкурс на самое доброе животное. В качестве жюри можно пригласить детей из другой группы. Победителю вручается картонная медаль-смайлик.

Литература:

1. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1960.
2. Гаврилова Т.П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста: Дис. канд. псих. наук. – М., 1977.
3. Иган Дж. Базисная эмпатия как коммуникативный навык // Журнал практической психологии и психоанализа/Пер. Исаковой О., Глущенко М., 2000. №1.
4. Лазаревич С. Эмоционально-ценностное развитие дошкольника //Дошкольное воспитание. -2009
5. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольника. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 2003