

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №68  
компенсирующего вида  
Невского района г.Санкт-Петербурга

Принята:  
На Педагогическом совете  
ГБДОУ детский сад №68  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 3 от 30.05.2024

Утверждена:  
Заведующим  
ГБДОУ детского сада №68  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
/А.О.Смирнова/  
Приказ № 374 от 30.05.2024

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Сенсорная комната»**

Срок освоения: 12 дней

Возраст обучающихся: 5-8 лет

Разработчик:

Савко Светлана Викторовна

Педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

**Направленность программы**- социально-педагогическая (социально-гуманитарная).

**Адресат программы:** обучающие воспитанники возрасте 5-8 лет с ОВЗ,

### Актуальность программы

Поступление в дошкольное учреждение всегда сопровождается для ребёнка определенными психологическими трудностями. Перед ним впервые встаёт необходимость изменить сформировавшийся поведенческий стереотип из-за изменения привычных условий жизни, и устанавливать новые социальные связи.

Изменение социальной среды сказывается как на физическом, так и на психическом здоровье детей. В этот период у ребенка происходит интенсивное физическое развитие, созревание всех психических процессов. Находясь на этапе становления, они в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам.

Вышеуказанные актуальные проблемы ограничивают возможности успешного вхождения ребёнка в среду детского сада, искажают процесс социально-личностного развития и адаптации.

Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). Необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Программа «Волшебная комната» была разработана для решения проблем адаптации у детей, посещающих детский сад впервые.

**Ограничения и противопоказания к занятиям в сенсорной комнате:** учитывая значительную интенсивность воздействия интерактивного оборудования на психику человека, использовать его в общеразвивающей, коррекционно-развивающей и психотерапевтической практике необходимо, выполняя все требования по охране безопасности жизнедеятельности и здоровья тех, кто в ней занимается.

Необходимо изучить анамнез, выявить заболевания, связанные со зрительной и слуховой патологией.

Во-первых, определить те стимуляторы, которые вызывают наибольшее утомление, определить максимальную степень использования и вводить их в занятие в последнюю очередь.

Во-вторых, особого внимания требуют зрительные раздражители, так как активное их использование может у детей вызвать двигательную расторможенность и агрессивность.

Ограничения по использованию сенсорной комнаты: осторожно следует подходить к занятиям с детьми, имеющими следующие проблемы:

1. Астенические проявления: активная стимуляция детей с астеническим синдромом к разнообразной деятельности часто приводит к быстрому их утомлению, поэтому занятия с ними нужно заканчивать до того, как наступил спад активности.

Индивидуальная продолжительность занятий в данном случае меньше, чем для детей с нормальной работоспособностью.

Время наращивается от 7 до 15-20 минут.

2. Коммуникативные нарушения: рекомендуется выявить наиболее «приятные» раздражители, создающие эмоциональный комфорт, и постараться ограничиться только ими.

3. Синдром гиперактивности (СДВГ): для занятий с такими детьми в сенсорной комнате необходимо регламентировано использовать аудиовизуальные и тактильные раздражители.
4. Эпилептический синдром или готовность к эпилепсии: занятия с детьми страдающими данными заболеваниями, проводятся только после консультации с врачом - психоневрологом. Если врач допускает возможность ее применения, то время пребывания в ней строго ограничено. Звуковые и световые сигналы при этом не должны быть ритмичными. Необходимо отказаться от мелькающих эффектов и не использовать проекторы с мерцающим светом, например, такие как проектор «Жар-птица», «Бесконечность». Больные эпилепсией приходят в помещение, когда один из осветительных приборов уже включен.
5. Психоневрологические заболевания: нежелательно проводить занятия с теми, кто проходит лечение различными психотропными препаратами.
6. Нарушения зрения: занятия с такими детьми требуют особого подхода. В этом случае опора делается на более сохраненные слуховые анализаторы. Занятия в темной комнате с людьми с нарушением зрения требуют комплексного взаимодействия педагога-психолога и тифлопедагога.
7. Нарушение слуха: поскольку система работы ориентирована на тактильное, зрительное и слуховое восприятие, людям с нарушением слуха трудно понимать без звукового сопровождения или словесного пояснения те или иные зрительные или тактильные эффекты. Музыкальное сопровождение занятий становится для глухих людей недоступно.

Следует обратить внимание на принцип системности, последовательности введения сенсорных стимулов в работе с тревожными детьми.

Противопоказаниями для занятий с детьми в сенсорной комнате являются инфекционные заболевания.

**Отличительная особенность программы:** состоит в сочетании традиционных методов психокоррекционных занятий и инновационных технологий сенсорной комнаты, которые обеспечивают более глубокое и успешное решение проблем дошкольников. Занятия с использованием среды сенсорной комнаты являются одним из наиболее эффективных психологических аспектов в процессе адаптации детей в дошкольном учреждении. Используя оборудование «волшебной» комнаты занятие легко превратить в игру или сказку.

Программа предполагает тесный контакт педагога-психолога с родителями в форме консультаций и бесед по актуальным вопросам развития детей дошкольного возраста в период адаптации к условиям ДОУ.

Концептуальными основаниями программы выступают:

- идея амплификации детского развития;
- идея психологической безопасности образовательной среды;
- принцип ведущей деятельности;
- принцип личностно - деятельностного подхода;
- принцип личностно- ориентированного взаимодействия взрослого с ребенком.

Принцип личностно-ориентированного подхода (Г.А. Цукерман, Ш.А. Амонашвили) предлагает выбор и построение материала исходя из индивидуальности каждого ребёнка, ориентируясь на его потребности и потенциальные возможности.

**Уровень освоения:** общекультурный

**Объем ДОП:** 12 часов

**Срок освоения:** 12 дней

**Цель программы:** Сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья детей дошкольного возраста с помощью мультисенсорной среды.

**Задачи программы:**

**Воспитательные:**

Воспитывать адекватную самооценку, преодоление страхов и агрессии;

Воспитывать положительный эмоциональный настрой;

**Развивающие:**

Развить внимание, наблюдение, воображение, память, мышление

Развивать систему знаний, умений и навыков по облегчению состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло.

**Обучающие:**

Обучить приемам само расслабления для сбора психоэмоционального напряжения; обучение приемам релаксации.

Способность формированию восприятию цвета, звука, ритма, согласованию движений собственного тела;

**Планируемые результаты**

**Предметные**

Ускоряются процессы развития восприятия и познания окружающего мира.

**Метапредметные**

Адекватные формы поведения

Появления активности и самостоятельности у пассивных детей

Создание позитивного настроения

**Личностные**

Позитивная самооценка, уверенность в себе.

Снижение психоэмоционального напряжения

Снижение тревожности

Принятие себя, формирования самооценки.

Уменьшение агрессии в межличностных отношениях

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Язык реализации программы:** русский

**Форма обучения:** очная

**Особенности реализации программы:** краткосрочная

Учитывая предметно-развивающую среду, в которой проводятся занятия (помещение «разбито» не несколько зон, в том числе развивающую), допускается время пребывания

детей в кабинете психолога до 30 минут при условии регламентированного соблюдения смены видов деятельности (игры с песком).

**Особенности реализации образовательного процесса:** Предусмотрен индивидуальный подход к обучающемуся. Для детей 5-8 лет продолжительность образовательной непрерывной непосредственно деятельности составляет 20 минут.

**Условия набора в коллектив:** все желающие (при отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья)

**Условия формирования групп:** одновозрастные

**Количество учащихся в группе:** 4-5 человек

**Формы организации занятий:** групповые и индивидуальные.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие, игра.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:** групповая, индивидуальная

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования, педагог-психолог, учитель-дефектолог.

### **Материально-техническое обеспечение**

*Требования к помещению для занятий:* в соответствии с правилами и нормативами СанПиН 2.4.4.3172-14 занятия должны проводиться в помещении с хорошим освещением, вентиляцией.

Площадь помещения сенсорной комнаты должна быть не менее 10 кв. м. Важно наличие окна, т. к. помещение нужно регулярно проветривать, при этом окно должно иметь светонепроницаемые шторы, так же необходимы электрические розетки. Проводка должна выдерживать суммарную мощность всех приборов в сенсорной комнате.

Затемненные окна в темной сенсорной комнате максимально усиливают влияние световых приборов на восприятие. Светонепроницаемый занавес может представлять собой жалюзи, рулонные или обычные шторы из плотной ткани. Главное, чтобы он блокировал дневной свет, сохраняя в комнате темноту или полутьму.

Мягкие модули на полу позволят создать ощущение уюта, будут способствовать безопасности детей. Ими также можно воспользоваться для разделения пространства на зоны.

Для размещения основного светового оборудования может понадобиться мебель. Она должна быть новой, современной, оригинальной и безопасной формы (углы закругленные, размер минимальный), соответствовать цвету стен.

Монтаж светового оборудования должны осуществлять опытные специалисты, имеющие необходимую квалификацию. Материалы для проводки кабеля должны соответствовать нормам противопожарной безопасности и Правилам устройства электроустановок (ПУЭ).

Сенсорная комната по предметно-развивающей среде условно можно разделить на среду темной сенсорной комнаты, среду светлой сенсорной комнаты.

*Требования к оборудованию:* ноутбук, колонки (акустическая система).

#### **Оборудование сенсорной комнаты**

1. Прозрачная колонна со световым эффектом (1)
2. Воздушно-пузырьковая колонна с мягким основанием (1)
3. Пуфик-кресло с гранулами «Груша» (1), трапеция с гранулами (2), кресла (2);
4. Детское панно "Кривое зеркало" (1)
5. Сухой бассейн угловой с комплектом шариков (1)
6. Световой стол для песочной анимации (1)
7. Настенное панно «Звездное небо» (1)
8. Фонотека классической музыки, звуки природы
9. Массажные мячики (15)

10. Солёная лампа (1)

11. Проектор «Звездное небо» (1)

Учебный план

№п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	всего	
1	Вводное занятие. Знакомство. «Секреты волшебной комнаты». Упражнение «Бассейн». Релаксация «Летняя ночь»	1	1	2	текущий
2	<b>«Морское путешествие»</b> Игровые упражнения «Золотая рыбка», Игровое упражнение «Поймай пальчиком», «Золотая рыбка-2», «Море шариков» Релаксация «Отдых на море»	1		1	текущий
3	<b>«Путешествие в волшебный лес»</b> Игровое задание «Волшебный мостик» Игровое задание «Найди ёжика» Релаксация «Отдых в волшебном лесу»	1		1	текущий
4	<b>«Ненастье в волшебном лесу»</b> Игровое задание «Сжимаем в кулачке», «Шарфики для медвежат», игровое упражнение «Солнышко и тучка» Релаксация «Тучка»	1	1	2	текущий
5	<b>«Радужная страна»</b> Игровое упражнение «Волшебный дождь», сказкотерапия: сказочная история «Цвета радуги». Игровое упражнение «Радужные цвета» Релаксация «Радуга»	1	1	2	текущий
6	<b>«Путешествие в космос»</b> Игровое упражнение «На космическом корабле», игровое упражнение «Полёт к звёздам», игровое упражнение «Поймай взглядом» Релаксация «Ковёр-самолёт»	1		1	текущий
7	<b>«В стране кривых зеркал»</b> Игровое упражнение «Обезьянки», «Клоуны», «Хитрый котёнок», релаксация «Воздушный шарик»	1		1	текущий
8	<b>«Песочная страна»</b> Игровое упражнение «Знакомство с песком», игровое упражнение «Ёжик на прогулке»	1	1	2	текущий
	Итого:	8	4	12	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №68 компенсирующего вида  
Невского района г.Санкт-Петербурга

Принята:  
На Педагогическом совете  
ГБДОУ детский сад №68 компенсирующего  
Вида Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Петербурга

Утверждена:  
Заведующим  
ГБДОУ детского сада №68  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-  
Петербурга  
\_\_\_\_\_/А.О.Смирнова/  
Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

**«СЕНСОРНАЯ КОМНАТА»**

Год обучения 2025-2026

Разработчик:  
САВКО СВЕТЛАНА ВИКТОРОВНА  
ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество о учебных недель	Количество о учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
12 дней				12	12	1-2 занятия в неделю

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №68 компенсирующего вида  
Невского района г.Санкт-Петербурга

Принята:  
На Педагогическом совете  
ГБДОУ детский сад №68 компенсирующего  
Вида Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Петербурга

\_\_\_\_\_

Утверждена:  
Заведующим  
ГБДОУ детского сада №68  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-  
\_\_\_\_\_ /А.О.Смирнова/  
Приказ № \_\_\_\_ от

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ  
«Сенсорная комната»**

Разработчик:  
Савко Светлана Викторовна,  
Педагог дополнительного образования

## **Задачи программы:**

### **Воспитательные:**

- Воспитывать адекватную самооценку, преодоление страхов и агрессии;
- Воспитывать положительный эмоциональный настрой;

### **Развивающие:**

- Развить внимание, наблюдение, воображение, память, мышление
- Развивать систему знаний, умений и навыков по облегчению состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло.

### **Обучающие:**

- Обучить приемам само расслабления для сброса психоэмоционального напряжения; обучение приемам релаксации.
- Способствовать формированию восприятию цвета, звука, ритма, согласованию движений собственного тела;

## **Планируемые результаты**

### **Предметные**

- ускоряются процессы развития восприятия и познания окружающего мира.

### **Метапредметные**

- адекватные формы поведения;
- появление активности и самостоятельности у пассивных детей;
- создание позитивного настроения;

### **Личностные**

- позитивная самооценка, уверенность в себе;
- снижение психоэмоционального напряжения;
- снижение тревожности;
- принятие себя, формирование самооценки;
- уменьшение агрессии в межличностных отношениях;

## **Содержание программы**

### **Вводное занятие**

*Знакомство.*

**Теория.** Познакомить с оборудованием сенсорной комнаты сухим бассейном, воздушно-пузырьковой колонной, панелью, фиброоптическим волокном «Весёлое облако» и т.д. Ознакомить с правилами использования данного оборудования. Продемонстрировать приёмы работы.

**Практика.** Упражнение «Бассейн»

Цель: знакомство с понятием настроения, умение выбирать разные способы общения, умения контролировать себя, массажное воздействие, повышение настроения.

**Форма контроля:** текущий

## ***Тема 2. «Морское путешествие»***

**Теория:** Зарядка положительными эмоциями; стимуляция зрительных и тактильных анализаторов; развитие цветового восприятия; релаксационный эффект..

**Практика:** активизация зрительного восприятия; формирование фиксации взора, концентрации внимания, плавного прослеживания, зрительно-моторной координации.

**Форма контроля:** текущий

## ***Тема 3. «Путешествие в волшебный лес»***

**Теория:** развитие внимания, умения передавать свои ощущения в словесной форме; стимуляция анализаторов подошв ног, профилактика плоскостопия.

**Практика:** Прислушайтесь к звукам. Вы слышите пение птиц, шорохи трав.

Почувствуйте запахи: пахнет влажная земля, ветер доносит запах сосен. Запомните свои ощущения, чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путешествия. Пусть они будут с вами целый день.

**Форма контроля:** текущий

## ***Тема 4. «Ненасъе в волшебном лесу»***

**Теория:** развитие восприятия свойств и признаков предмета, развитие тактильных ощущений, мелкой моторики.

Педагог обращает внимание детей на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.), показывает, как можно собрать волокна в ладошке.

**Практика:** Игровое упражнение «Шарфики для медвежат»

Игровое упражнение «Солнышко и тучка» Релаксация «Тучка»

**Форма контроля:** текущий

## ***Тема 5. «Радужная страна»***

**Теория:** развитие восприятия свойств и признаков предмета, развитие тактильных ощущений, развитие мелкой моторики.

**Практика:** активизация зрительного восприятия; формирование фиксации взора, концентрации внимания, стимулировать и развивать умение ребенка соотносить цвет с настроением.

**Форма контроля:** текущий

## ***Тема 6. «Путешествие в космос»***

**Теория:** Предлагается представить себя на космическом корабле, посмотреть в иллюминатор и представить, что там, где-то далеко, видна наша планета. Обязательное условие: смотрим на ближайший квадрат, а затем на отдаленный. Ведется разговор о том, что же удалось увидеть.

**Практика:** Игровое упражнение «Полёт к звёздам»

Игровое упражнение «Поймай взглядом»

**Форма контроля:** текущий

## ***Тема 7. «В стране кривых зеркал»***

**Теория:** создание бодрого настроения; развитие мимики и пантомимики.

Психолог (ведущий)-«клоун» старается развеселить ребёнка с помощью мимики и жестов.

**Практика:** Игровое упражнение «Хитрый котёнок»

Релаксация «Воздушный шарик»

**Форма контроля:** текущий

## ***Тема 8. «Песочная страна»***

**Теория:** развитие тактильных ощущений, зрительного восприятия, мелкой моторики, памяти; обогащение сенсорного опыта.

**Практика:** Релаксация «Игры с песком»

**Форма контроля:** текущий

Календарно-тематический план

Наименование тем, занятий	Количество часов		Дата занятий	
	теория	практика	план	факт
<i>Тема 1.</i> Вводное занятие. Знакомство. «Секреты волшебной комнаты». Упражнение «Бассейн». Релаксация «Летняя ночь»	1	1		
<i>Тема 2.</i> <b>«Морское путешествие»</b> Игровые упражнения «Золотая рыбка», Игровое упражнение «Поймай пальчиком», «Золотая рыбка-2», «Море шариков» Релаксация «Отдых на море»	1			
<i>Тема 3.</i> <b>«Путешествие в волшебный лес»</b> Игровое задание «Волшебный мостик» Игровое задание «Найди ёжика» Релаксация «Отдых в волшебном лесу»	1			
<i>Тема 4.</i> <b>«Ненастье в волшебном лесу»</b> Игровое задание «Сжимаем в кулачке», «Шарфики для медвежат», игровое упражнение «Солнышко и тучка» Релаксация «Тучка»	1	1		
<i>Тема 5.</i> <b>«Радужная страна»</b> Игровое упражнение «Волшебный дождь», сказкотерапия: сказочная история «Цвета радуги». Игровое упражнение «Радужные цвета» Релаксация «Радуга»	1	1		
<i>Тема 6.</i> <b>«Путешествие в космос»</b> Игровое упражнение «На космическом корабле», игровое упражнение «Полёт к звёздам», игровое упражнение «Поймай взглядом» Релаксация «Ковёр-самолёт»	1			
<i>Тема 7.</i> <b>«В стране кривых зеркал»</b> Игровое упражнение «Обезьянки», «Клоуны», «Хитрый котёнок», релаксация «Воздушный шарик»	1			
<i>Тема 8.</i>	1	1		

<b>«Песочная страна»</b>				
Игровое упражнение «Знакомство с песком», игровое упражнение «Ёжик на прогулке»				
<b>Итого:</b>	8	4		

### Методические и оценочные материалы

Работа по данной программе не требует строгого соблюдения алгоритма занятий: по собственному желанию и с учетом специфики работы в сенсорной комнате педагог-психолог может заменять упражнения, что позволит более творчески использовать интерактивное оборудование.

*Основной метод работы: релаксация.*

Следует отметить, что при организации занятий в сенсорной комнате осуществляется комплексное использование сенсорного оборудования с проведением различных психологических приемов и техник:

- Sand-Art;
- музыкальная терапия;
- сказкотерапия;
- игры, направленные на коррекцию и развитие психомоторной сферы (мимика, моторика рук, общая координация);
- психогимнастика;
- методики развития памяти, внимания, восприятия, воображения;
- цвето-, светотерапия (релаксация с помощью цвета и света).

Световой модуль для рисования песком (метод Sand-Art) предназначен для релаксации, тактильной и зрительной стимуляции, развития воображения, игровой терапии.

Психологические проблемы, при которых полезно применять песочное рисование в сочетании с другими методами:

- проблемы поведения детей: агрессивность, непослушание, гиперактивность;
- эмоциональные проблемы: неуверенность в себе, низкая самооценка, застенчивость, тревожность, страхи, ночные кошмары;
- семейные проблемы: развод, появление младшего ребенка, стрессовая ситуация, смена места жительства;
- коммуникативные проблемы: поступление или смена детского сада, трудности в общении с другими детьми и взрослыми.

Цвето-, светотерапия (релаксация с помощью цвета и света):

зрению принадлежит наиболее ответственная роль в процессе познания внешнего мира. Посредством глаз мы получаем до 90% информации. Помимо этого, “красивая пища для глаз” - лучшее средство для снятия нервного и мышечного напряжения. Свето- и цветотерапия основаны на воздействии на организм человека через орган зрения – глаза. Цветотерапия используется для влияния на настроение и общее состояние ребёнка-дошкольника. Примеры воздействия на организм некоторых цветов:

**КРАСНЫЙ** - активизирует, стимулирует;

**ОРАНЖЕВЫЙ** - восстанавливает, согревает, стимулирует;

**ЖЕЛТЫЙ** - укрепляет, тонизирует;

**ЗЕЛЕНый** - компенсирует энергетические потери, ослабляет напряжение, успокаивает;

**СИНИЙ** - успокаивает, сдерживает, охлаждает эмоции;

**ФИОЛЕТОВЫЙ** - вдохновляет, успокаивает, снимает напряжение.

Сказкотерапия позволяет ребенку осознать свои проблемы и увидеть пути их решения.

Музыкотерапия (релаксация с помощью звуков и музыки)-

психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние. Положительные эмоциональные переживания во время звучания приятных слуху музыкальных произведений усиливают внимание, тонизируют центральную нервную систему.

Музыкальные этюды действуют на определенные нервные клетки и вызывают соответствующий эффект: расслабляют, успокаивают и т.д.

Реализация содержания программы «Волшебная комната» будет эффективной при соблюдении требований к структуре игровых релаксационных занятий, их наполняемости различными процедурами, а также условиями проведения.

Структура занятия:

- 1 Ритуал приветствия (начало занятия).
- 2 Комплекс игровых упражнений, направленных на мышечное расслабление. Формирование положительной эмоционально-волевой стабильности; активизация познавательной деятельности (игры и упражнения с использованием оборудования сенсорной комнаты. Релаксация (цветотерапия, музыкотерапия, светотерапия, мышечная релаксация).
- 3 Ритуал прощания (окончание занятия).

### **Формы контроля и оценочные материалы**

Результативность работы по программе «Волшебная комната» по определению уровня адаптированности ребёнка в ДОУ и снижению психоэмоционального напряжения, отсутствие показателей дезадаптации определяется путём проведения текущего психодиагностического обследования «Наблюдение в период адаптации» (Приложение I).

Форма проведения – метод наблюдения по следующим психолого-педагогическим критериям:

- эмоциональное состояние;
- аппетит;
- сон;
- познавательная/игровая активность;
- взаимоотношения с детьми;
- взаимоотношения со взрослыми.

В процессе наблюдения вместе с воспитателем фиксируются и оцениваются также отдельные возможные индивидуальные показатели дезадаптации:

- беспричинный плач;
- двигательное возбуждение;
- отсутствие самостоятельной активности;
- навязчивые движения или действия;
- вредные привычки;
- нарушения тактильных контактов со взрослым.

**Формами и методами** отслеживания также являются: психолого-педагогическое наблюдение, беседы с детьми, воспитателями, отзывы родителей.

### **Психодиагностические методики:** (Приложение 2-4)

1. Проективный тест детской тревожности Тэмпл, Дорки, Амен
2. Графический тест «Рисунок семьи»,
3. Графический тест «Кактус»

## Информационные источники

### Список литературы:

1. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. -4 изд., испр. и доп.- М.: АРКТИ, 2010. -80с.: ил. (Развитие и воспитание)
2. Коррекционно-развивающие занятия с детьми 5-7 лет. Полифункциональная интерактивная среда тёмной сенсорной комнаты. Сказкотерапия. Игротерапия/ сост. Т.В. Селищева. - Волгоград: Учитель. -192 с.
3. Сенсорная комната — волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. Л. Б. Баряевой. — СПб.: НОУ «СОЮЗ», 2006-с.
4. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. — М.: АРКТИ, 2008. — 88 с.: ил. (Развитие и воспитание)

### Интернет-ресурсы

1. Богданов О.В. «Методические рекомендации по проведению комплекса лечебно-восстановительных и реабилитационных мероприятий в сенсорной комнате»(Дата обращения 16.09.2018)  
[http://ocri.ru/upload/userfile/metod\\_spr/9\\_Sensornaya\\_komnata.pdf](http://ocri.ru/upload/userfile/metod_spr/9_Sensornaya_komnata.pdf)
2. Методические рекомендации по организации работы сенсорной комнаты в общеобразовательных учреждениях (Дата обращения 16.09.2018)  
[http://udonobr.ru/doc/РМРК/metodicheskie\\_rekomendacii\\_dlja\\_raboty\\_v\\_sensornoj.pdf](http://udonobr.ru/doc/РМРК/metodicheskie_rekomendacii_dlja_raboty_v_sensornoj.pdf)
3. Сборник методических пособий для работы в Сенсорной комнате (Дата обращения 13.09.2018)  
[http://maruschkaschool.3dn.ru/Psiholog/metodicheskoe\\_posobie\\_dlja\\_raboty\\_v\\_sensornoj\\_komn.pdf](http://maruschkaschool.3dn.ru/Psiholog/metodicheskoe_posobie_dlja_raboty_v_sensornoj_komn.pdf)
- 4.[https://studwood.ru/2547481/psihologiya/usloviya\\_ushpeshnoy\\_adaptatsii\\_detey\\_detskomu\\_sadu](https://studwood.ru/2547481/psihologiya/usloviya_ushpeshnoy_adaptatsii_detey_detskomu_sadu) (Дата обращения 22.09.2018)
5. <https://medical-group.ru/primery-zanyatij-v-sensornoj-komnate/> (Дата обращения 21.09.2018)
6. [http://detpsy.net/index/ispolzovanie\\_sensornoj\\_komnaty\\_dlja\\_adaptacii\\_detey/0-108](http://detpsy.net/index/ispolzovanie_sensornoj_komnaty_dlja_adaptacii_detey/0-108) (Дата обращения 06.09.2018)

**НАБЛЮДЕНИЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ**

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Дата поступления в ДОУ \_\_\_\_\_

	дата	Дни наблюдений													
1	<b>Эмоциональное состояние</b>														
	положительное (3)														
	неустойчивое (2)														
	отрицательное (1)														
2	<b>Аппетит</b>														
	хороший (3)														
	избирательный (2)														
	плохой/ отказ от еды (1)														
3	<b>Сон:</b>														
	спокойный (3)														
	неустойчивый (2)														
	беспокойный/ не спит (1)														
4	<b>Познавательная/игровая активность</b>														
	активен (3)														
	активен при поддержке взр. (2)														
	пассивен/ протест (1)														
5	<b>Взаимоотношения с детьми</b>														
	инициативен (3)														
	при поддержке взрослого (2)														
	уход от контакта/ протест (1)														
6	<b>Взаимоотношения со взрослыми</b>														
	инициативен (3)														
	принимает инициативу взр. (2)														
	уход от контакта/ протест (1)														

**РЕКОМЕНДАЦИИ**

по заполнению листа адаптации

**Выводы о степени адаптации:** легкая / средняя / тяжелая

Подсчитывается средний балл по каждому критерию (сумма баллов «Эмоциональное состояние»  $2 + 3 + 2 + 2 = 9$  и делится на их количество  $9 : 4 = 2,25$ ).

Затем высчитывается общий средний балл. Набранные баллы по каждому критерию суммируются ( $2,25 + 2,1 + 1,7 + 2,1 + 2,4 + 2,9 = 11,05$ ). Данная сумма делится на 6 (количество критериев) –  $11,05 : 6 = 1,8$ . Это число соотносят с уровнем адаптированности ребенка к ДОУ.

**2,6 – 3 балла – высокий уровень адаптированности.** Преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Ребенок активно контактирует с детьми, взрослыми. Проявляет познавательную и игровую активность.

**1,6 – 2,5 баллов – средний уровень адаптированности.** Эмоциональное состояние нестабильно, новый раздражитель возвращает ребенка в отрицательное эмоциональное состояние. При поддержке взрослого проявляет познавательную и поведенческую активность.

**1 – 1,5 балла – низкий уровень адаптированности.** Преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия, отказ от еды). Активность либо деструктивная, либо отсутствует. Эмоциональный фон пониженный (хныкание, тихий плач, отказ от активных движений, подавленность, напряженность) или отрицательный (крик, бунт-протест, агрессивные реакции)

## Приложение 2

### Проективная рисуночная методика «Кактус»

Педагог-психолог часто анализирует личностные особенности и значимые отношения детей, в том числе детско-родительские. Дошкольники не способны к самоотчету и длительному диалогу с диагностом, если он не носит игрового характера. Они еще не могут принимать и соблюдать формализованные требования, что делает невозможной стандартизованную психодиагностику. Поэтому основное значение в диагностической работе с дошкольниками имеют направленные на качественный анализ личностной сферы методы наблюдения и расспроса, а также проективные методики с простой инструкцией, например

«Кактус» М.А. Панфиловой.

### Процедура диагностики

Предложите ребенку лист А4, стандартный 12-цветный набор карандашей и дайте инструкцию: «Нарисуй кактус». Если ребенок будет задавать уточняющие вопросы: «Какой?», «Где нарисовать?», «Можно ли раскрасить?», «Надо ли рисовать колючки?», «Можно ли нарисовать что-то еще?», ответьте: «Как хочешь». Во время рисования не делайте никаких критических замечаний и не подсказывайте.

После того, как ребенок завершит рисунок, попросите его ответить на **вопросы**:

- Он сильно колется?
- Его можно потрогать?
- Кактус растет один или с каким-то растением по соседству?
- Если растет с соседом, то какое это растение?
- Когда кактус подрастет, то как он изменится?
- Этот кактус домашний или дикий?
- Кактусу нравится, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?

Можно задать и другие любые вопросы, относящиеся к рисунку. Ответы ребенка имеют такое же диагностическое значение, как и рисунок.

## Критерии интерпретации рисунка

Интерпретации подлежат:

- ключевые объекты;
- пространственное расположение и цветовая гамма;
- словесное описание рисунка.

Кактус символизирует автора рисунка: степень колючести и будущие изменения – агрессивность ребенка и его представления о своем будущем; горшок, местонахождение кактуса и уход за ним – характер опеки и отношений в семье.

**Если ребенок выполнил несколько рисунков, изображающих кактус, интерпретируйте все, но особенное внимание уделите первому. Повторное рисование, исправления, перерисовывания указывают на переживание ребенком интенсивной тревоги.**

### Ключевые объекты

При анализе **кактуса** обратите внимание на его расположение, размер и отдельные детали.

**Размер кактуса** указывает на представление ребенка о собственной значимости, его самооценку. Изображение крупного кактуса **от 1/2 до 2/3 листа** свойственно уверенным детям с благополучным самоотношением и является нормальным. Кактусы **более 2/3 листа, во весь лист** и даже **не поместившиеся целиком на листе** указывают на стремление ребенка доминировать. Также они характерны для агрессивных детей и детей, которые находятся в отношениях острой сиблинговой конкуренции. Это общая закономерность анализа детского рисунка: чем крупнее рисунок, тем сильнее выражено у испытуемого стремление к лидерству и доминированию.

Рисунки **менее 1/2 листа**, особенно в сочетании со смещением рисунка в нижнюю часть листа, слабым нажимом и тонкой линией рисунка, указывают на неуверенность, робость, переживаемую низкую самооценку. Скрытные, осторожные, робкие испытуемые используют в изображении кактуса **зигзаги**. Многочисленные исправления, перерисовывания, паузы перед рисованием, обведения, штриховки указывают на тревожность.

**Колючки кактуса** – символ агрессивности. Чем **крупнее, чаще и острее изображенные иголки**, тем выше уровень агрессивности испытуемого. Об этом свидетельствует описание кактуса как очень колючего, который не допускает прикосновений. Если иголки на кактусе **неострые** – слишком тоненькие, короткие, напоминающие скорее пух, чем защитные иголки, то можно предполагать наличие у испытуемого трудностей с прямым проявлением агрессии. То есть ребенок испытывает агрессию, но выражать ее не умеет.

**Цветы и отростки на кактусе, декорированный узором горшок** указывают на демонстративность.

**Интерпретируя рисунок, представьте изображенный кактус ожившим: какие эмоции он вызывает, приятен ли он, ухожен ли, какое общее впечатление создает.**

### **Пространственное расположение и цветовая гамма**

Пространственное расположение рисунка и его цветовую гамму анализируйте традиционным образом.

**Смещение рисунка от центра влево** – указатель ориентации на прошлое; **вправо** – на будущее. **Верхняя и нижняя части листа** символизируют соответственно осознанные и бессознательные переживания. Верхняя часть листа также показывает переживания испытуемого, связанные с широким социумом, нижняя – с семьей.

Интерпретируя рисунок, обратите внимание, есть ли различия в технике и деталях изображения правой и левой, нижней и верхней частей рисунка. **Более детализированные фрагменты** рисунка указывают на большую насыщенность переживаний (например, в прошлом). Проанализируйте, не концентрируются ли признаки переживаний негативных эмоций в какой-либо части рисунка – на это указывают штриховки, перерисовывания, определенные цвета.

**Цвета**, использованные ребенком, дают некоторые сведения о его эмоциональности:

- красный – напор, страстность, демонстративность, агрессия;
- оранжевый – чувство небезопасности;
- желтый – оптимизм, инфантильность (один из предпочитаемых цветов, что для дошкольного возраста естественно);
- зеленый – уравновешенность;
- синий – «мужские» черты характера: независимость, самоконтроль, рациональность;
- фиолетовый – тревога, тяга к мистике;
- черный – протест, пессимизм, усталость.

**Одноцветные рисунки** – показатель «страха самопредъявления», т. е. ребенок не хочет показывать истинные мысли и чувства.

**Невозможное в реальности использование цвета**, например черный кактус, кактус в клеточку, указывает на неадекватность эмоциональных реакций.

**Чтобы вынести окончательное суждение об эмоциональном состоянии ребенка, недостаточно опираться только на использованные в рисунке цвета. Обследование должно носить комплексный характер, сочетать несколько видов методик.**

### **Словесное описание кактуса**

Дополнит диагностические сведения беседа с ребенком, в которой вы получите описание кактуса, задав следующие вопросы.

**«Сильно ли колется кактус и можно ли его потрогать?»** Ответы на эти вопросы показывают, насколько ребенок доступен для контакта. Чем сложнее прикоснуться к кактусу, тем труднее доступ к взаимодействию с ребенком, тем более естественным и безопасным для себя он считает дистанцирование от окружающих.

Бывают такие **варианты ответов**: «потрогать кактус может только мама» – т. е. ребенок готов к доверительному контакту только с мамой; «кактус никто не трогает» – это может указывать на то, что ребенок переживает отсутствие интереса окружающих к его жизни, испытывает чувство заброшенности.

**«Один ли растет кактус или у него есть соседи?»** Соседи кактуса – значимые близкие люди, чаще всего – сиблинги. Описание соседей может дать информацию об отношении ребенка к членам семьи:

- чувствует ли он сходство с ними – кактус и соседи похожи;
- дают ли они ему что-то положительное – общаются, не дают скучать, защищают от чего-то;
- наносят ли они ему вред – отвлекают от него внимание ухаживающего человека, загораживают от солнца, обижают.

**«Как кактус изменится, когда вырастет?»** Ответ на этот вопрос отражает представления ребенка о своем будущем. Нормальным, благополучным вариантом считается представление о прогрессе: кактус станет больше, сильнее, расцветет; у него могут появиться друзья или детеныши, улучшится среда обитания и т. п. Это естественные детские представления о развитии, сопровождающемся увеличением радости, компетентности, счастья.

**Ответ, который содержит частично или полностью негативный прогноз – кактус погибнет, заболеет, останется один и т. п., – говорит о более или менее выраженном катастрофическом видении собственных жизненных обстоятельств и предстоящих изменений. С таким ребенком необходимо провести дополнительную работу.**

Настораживающим является и ответ «не знаю» – он может указывать на переживание тревоги в отношении будущего, но может быть и формой отказа ребенка от задания.

**«Дикий или домашний кактус? Есть ли кто-то ухаживающий за ним? Как кактус относится к уходу за собой?»** Ответы на эти вопросы дают информацию о том, как ребенок воспринимает детско-родительские отношения.

**Домашний кактус** изображают дети, осознающие свою включенность в семью и заботу взрослых о себе. **Дикие кактусы** рисуют те, кто не чувствует достаточной адекватной возрасту опеки и заботы.

Чем более реалистично и конкретно описано существо, которое заботится о кактусе, тем понятнее и очевиднее для ребенка семейные роли. В благополучном варианте ребенок описывает некоторого хозяина (любое существо), который оказывает необходимую кактусу заботу постоянно и внимательно, а кактус рад этой заботе и не испытывает никаких негативных ответных чувств. Это означает, что ребенок твердо убежден

в наличии и естественности постоянного ухода родителя за собой. Если в рассказе о кактусе нет кого-то, кто дает такую заботу, или уход за кактусом происходит время от времени то одним, то другим существом, то он ее не чувствует или считает непостоянной и недостаточной. Отследите данный момент в изображении горшка.

Горшок, в котором растет кактус, символизирует опеку в детско-родительских отношениях. Кактус, изображенный **без горшка, растущим в дикой природе**, свидетельствует о переживании одиночества в отношениях с близкими, нехватке опеки и домашнего тепла. Кактусы **в огромных горшках** – гиперопекаемые дети. Адекватное, приближенное к бытовому **соотношение размеров горшка и кактуса** указывает на соответствующий потребностям и особенностям ребенка уровень родительской опеки.

**Множество деталей на горшке** выдает тревожность, связанную со способами проявления заботы в семье. **Цвет горшка** сигнализирует о детских чувствах, испытываемых в отношениях с родителями.

### Приложение 3

## «Рисунок семьи» (Л. Корман)

**Цель:** исследование межличностных отношений ребенка с родителями.

Данная методика отражает, в первую очередь, переживания и восприятие ребенком своего места в семье, отношение ребенка к семье в целом и отдельным ее членам.

Наиболее продуктивно применение теста «Рисунок семьи» в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте.

**Материалы:** для исследования необходимы лист белой бумаги размером 15х20 см или 21х29 см, шесть цветных карандашей (черный, красный, синий, зеленый, желтый, коричневый), ластик.

### *Ход исследования*

Ребенку дается **инструкция:** «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Ни в коем случае нельзя объяснять, что обозначает слово «семья». Если ребенок спрашивает, что ему рисовать, психолог должен просто повторить инструкцию. Даже если он задаст вопрос типа: «А бабушку рисовать надо?» - не отвечайте на вопрос прямо, а лучше скажите: «Рисуй так, как тебе хочется». Время выполнения задания не ограничивается (в большинстве случаев оно длится не более 35 минут).

При выполнении задания следует отмечать в протоколе: *а) последовательность рисования деталей; б) паузы более 15 сек.; в) стирание деталей; г) спонтанные комментарии ребенка; д) эмоциональные реакции и их связь с изображаемым содержанием.*

После выполнения задания надо стремиться получить максимум информации вербальным путем. Обычно задаются следующие вопросы:

1. Скажи, кто тут нарисован?
2. Где они находятся?
3. Что они делают? Кто это придумал?
4. Им весело или скучно? Почему?
5. Кто из нарисованных людей самый счастливый? Почему?
6. Кто из них самый несчастный? Почему?

Последние два вопроса провоцирую ребенка на открытое обсуждение чувств, что не каждый ребенок склонен делать. Поэтому, если ребенок не отвечает на них или отвечает формально, не следует настаивать на ответе. При опросе психолог должен пытаться выяснить смысл нарисованного: чувства к отдельным членам семьи, почему ребенок не нарисовал кого-нибудь из членов (если так произошло); что значат для ребенка определенные детали рисунка (птицы, зверушки и т.д.). При этом, по возможности, следует избегать прямых вопросов, настаивать на ответе, так как это может вызвать тревогу, защитные реакции. Часто продуктивными оказываются проективные вопросы (например: «Если бы вместо птички был бы нарисован человек, то кто бы это был?», «Кто бы выиграл между братом и тобой?», «Кого мама позовет идти с собой?» и т.п.).

После опроса ребенку предлагается решить 6 ситуаций: три из них должны выявить негативные чувства к членам семьи, три – позитивные.

1. Представь себе, что ты имеешь два билета в цирк. Кого бы ты позвал идти с собой?
2. Представь, что вся твоя семья идет в гости, но один из вас заболел и должен остаться дома. Кто он?
3. Ты строишь из конструктора дом (вырезаешь бумажное платье для куклы) и тебе не везет. Кого ты позовешь на помощь?
4. Ты имеешь «N» билетов (на один меньше, чем членов семьи) на интересную кинокартину. Кто останется дома?
5. Представь себе, что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там жить?
6. Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья села играть, но вас одним человеком больше, чем надо. Кто не будет играть?

Для интерпретации также надо знать: а) возраст исследуемого ребенка; б) состав его семьи, возраст братьев и сестер; в) если возможно, иметь сведения о поведении ребенка в семье, детском саду или школе.

***Интерпретацию рисунка условно можно разделить на три части:***

1) анализ структуры «Рисунка семьи»; 2) интерпретацию особенностей графических презентаций членов семьи; 3) анализ процесса рисования.

### *Анализ структуры рисунка семьи и сравнение составанарисованной и реальной семьи*

Ребенок, переживающий эмоциональное благополучие в семье, как правило, рисует полную семью. Искажение реального состава семьи всегда заслуживает пристального внимания, так как за этим почти всегда стоят эмоциональный конфликт, недовольство семейной ситуацией. Крайние варианты представляют собой рисунки, в которых: а) вообще не изображены люди; б) изображены только не связанные с семьей люди. Такое защитное избегание задания встречается у детей крайне редко. За такими реакциями чаще всего кроются: а) травматические переживания, связанные с семьей; б) чувство отверженности, покинутости (поэтому такие рисунки относительно часты у детей, недавно пришедших в интернат из семей); в) аутизм; г) чувство небезопасности, большой уровень тревожности; д) плохой контакт психолога с исследуемым ребенком.

На практике приходится сталкиваться с менее выраженными отступлениями от реального состава семьи. Дети уменьшают состав семьи, «забывая» нарисовать тех ее членов, которые им менее эмоционально привлекательны, с которыми сложились конфликтные отношения. Не рисуя их, ребенок как бы разряжает неприемлемую эмоциональную атмосферу в семье, избегает негативных эмоций, связанных с определенными людьми. Наиболее часто в рисунке отсутствуют братья или сестры, таким образом ребенок «монополизировать» недостающую любовь и внимание родителей. На вопрос, почему не нарисован тот или иной член семьи, ответы бывают, как правило, защитными: «Не нарисовал потому, что не осталось места», «Он пошел гулять» и т.д., а иногда и прямыми: «Не хотел – он дерется», «Не хочу, чтобы он с нами жил» и т.д.

Большой интерес представляют те рисунки, в которых ребенок не рисует себя или вместо семьи рисует только себя. В обоих случаях это говорит о несформированности у ребенка чувства общности. Отсутствие в рисунке «Я» более характерно детям, чувствующим отвержение, неприятие. Изображение в рисунке только «Я» может быть истолковано по-разному, в зависимости от контекста других характеристик рисунка. Если презентации только «Я» свойственна позитивная концентрация на рисовании самого себя (большое количество деталей тела, цветов, декорирование одежды, большая величина фигуры), то это наряду с отсутствием чувства общности указывает и на определенную эгоцентричность, истероидные черты характера. Если же рисунку себя характерна маленькая величина, схематичность, если в рисунке другими деталями и цветовой гаммой создан негативный эмоциональный фон, то можно предположить наличие чувства отверженности, покинутости, иногда – аутистических тенденций.

Информативным является и увеличение состава семьи. Это связано с неудовлетворенными психологическими потребностями в семье. Примерами могут служить рисунки единственных детей – они относительно чаще включают в рисунок семьи посторонних людей. Если дополнительно к членам семьи нарисован ребенок того же возраста (двоюродный брат, дочь соседа и т.п.), - это отражение потребности в равноправных, кооперативных связях; если младше – желание занять охраняющую, родительскую, руководящую позицию по отношению к другим детям (такую же информацию могут дать и дополнительно к членам семьи нарисованные собачки, кошки и т.п.).

### *Расположение членов семьи*

Оно указывает на некоторые психологические особенности взаимоотношений в семье.

Сплоченность семьи, рисование членов семьи с соединенными руками, объединенность их в общей деятельности являются показателями психологического благополучия, восприятия интегративности семьи, включенности в семью за исключением тех случаев, когда близкое расположение фигур – это попытка ребенка объединить, сплотить семью. Рисунки с противоположными характеристиками (разобщенность членов семьи) могут указывать на низкий уровень эмоциональных связей.

Психологически интересны те рисунки, в которых часть семьи расположена в одной группе, а одно или несколько лиц – отдаленно. Если отдалено ребенок рисует себя, это указывает на чувство невключенности, отчужденности. В случае отделения другого члена семьи можно предполагать негативное отношение ребенка к нему, иногда судить об угрозе, исходящей от него, или малой значимости его для ребенка.

Группировка членов семьи в рисунке иногда помогает выделить психологические микроструктуры семьи, коалиции.

На слабость позитивных межперсональных связей указывает также отделение членов семьи объектами, деление рисунка на ячейки, по которым распределены члены семьи.

Считается, что наиболее высоко на рисунке расположен персонаж, обладающий, по мнению ребенка, наибольшей властью в семье, хотя он может быть и самым маленьким по линейному размеру. Ниже всех расположен тот, чья власть в семье минимальна. Принцип вертикальной иерархии распространяется также и на мир предметов.

#### *Анализ особенностей нарисованных фигур*

Особенности графического изображения отдельных членов семьи дают ценную информацию об эмоциональном отношении ребенка к отдельному члену семьи, о том, каким ребенок его воспринимает, об «Я-образе» ребенка, его полной идентификации и т.д.

При оценке эмоционального отношения ребенка к членам семьи следует обращать внимание на следующие моменты:

1) *количество деталей тела*. Присутствуют ли: голова, волосы, уши, глаза, зрачки, ресницы, брови, нос, щеки, рот, шея, плечи, руки, ладони, пальцы, ноги, ступни;

2) *декорирование* (детали одежды и украшения): шапка, воротник, галстук, банты, карманы, ремень, пуговицы, элементы прически, сложности одежды, украшения, узоры на одежде и т.п.;

3) *количество использованных цветов для рисования фигуры*.

Как правило, хорошие эмоциональные отношения с человеком сопровождаются позитивной концентрацией на его рисовании, что в результате отражается в большем количестве деталей тела, декорировании, использовании разнообразных цветов. И наоборот, негативное отношение к человеку ведет к большей схематичности, неоконченности изображения. Иногда пропуск в рисунке существенных частей тела (головы, рук, ног) может указывать, наряду с негативным отношением к нему, также на агрессивные побуждения относительно этого человека.

О восприятии других членов семьи и «Я-образе» рисующего можно судить на основе сравнения величин фигур. Дети обычно самыми большими рисуют мать или отца, что соответствует реальности. Однако иногда соотношение величин нарисованных фигур явно не соответствует реальному соотношению величин членов семьи, так как величина изображенного персонажа или предмета выражает его субъективную значимость для ребенка, т.е. какое место занимают отношения с этим персонажем или предметом на данный момент в душе ребенка. Некоторые дети самыми большими или равными по величине с родителями рисуют себя, что связано с: а) *эгоцентричностью ребенка*; б) *соревнованием за родительскую любовь с другим родителем*, при котором ребенок приравнивает себя к родителю противоположного пола, исключая или уменьшая при этом «конкурента». Значительно меньшими, чем других членов семьи, рисуют себя дети, которые: а) *чувствуют свою незначительность, ненужность и т.п.*; б) *требующие опеки, заботы со стороны родителей*. Вообще при интерпретации величин фигур психолог должен обращать внимание только на значительные искажения фигур.

Информативной может быть и абсолютная величина фигур. Большие, через весь лист, фигуры рисуют импульсивные, уверенные в себе, склонные к доминированию дети. Очень маленькие фигуры связаны с тревожностью, чувством небезопасности. Если группа маленьких фигур изображена наверху листа, а большая нижняя часть листа пустая, то это говорит о том, что низкая самооценка сочетается с высоким уровнем притязаний.

Следует обращать внимание и на рисование отдельных частей тела, поскольку отдельные части тела связаны с определенными сферами активности, являются средствами общения, контроля, передвижения и т.д. Проанализируем самые информативные части тела.

*Руки* являются основным средством воздействия на мир, физического контроля поведения других людей. Если ребенок рисует себя с поднятыми вверх руками, с длинными пальцами, то это часто связано с его агрессивными желаниями. Иногда такие рисунки рисуют и внешне спокойные, покладистые дети. Можно предположить, что ребенок чувствует враждебность по отношению к окружающим, но его агрессивные побуждения подавлены, или он стремится компенсировать свою слабость, желая быть сильным, властвовать над другими. Последнее будет более достоверным, если ребенок в дополнение к «агрессивным» рукам еще нарисует и широкие плечи или другие атрибуты, символы «мужественности» и силы. Иногда ребенок рисует всех членов семьи с руками, но «забывает» нарисовать их себе. Если при этом ребенок рисует себя еще и непропорционально маленьким, то это может быть связано с чувством бессилия, собственной незначительности в семье, с ощущением, что окружающие подавляют его активность, чрезмерно его контролируют. Интересны рисунки, в которых один из членов семьи нарисован с длинными руками, большими пальцами. Чаще всего это указывает на восприятие ребенком агрессивности этого члена семьи. Чем более могущественным воспринимается данный персонаж, тем больше у него руки. То же значение может иметь и изображение члена семьи вообще без рук – таким образом ребенок символическими средствами ограничивает его активность.

Если пальцев на руке больше, чем пять, то ребенок чувствует себя (или соответствующего персонажа) более оснащенным, сильным, могущественным (если на левой руке, то в сфере семейных отношений, если на правой, то в мире за пределами семьи: в школе, саду, во дворе и др.), если меньше, то более слабым, чем окружающие.

*Ноги* выполняют функцию опоры в реальности и свободу передвижения. Чем больше площадь опоры у ног, тем более данный персонаж воспринимается твердо стоящим на земле.

*Голова* – центр локализации «Я», интеллектуальной и перцептивной деятельности; лицо – самая важная часть тела в процессе общения. Уже дети с 3-х лет в рисунке обязательно рисуют голову, некоторые части тела. Если дети старше пятилетнего возраста (нормального интеллекта) в рисунке пропускают части тела (глаза, рот), это может указывать на серьезные нарушения в сфере общения, отгороженность, аутизм. Если при рисовании пропускают голову, черты лица или штрихуют все лицо, то это часто связано с конфликтными отношениями с данным лицом, враждебным отношением к нему. Предполагается, что самым «умным» членом своей семьи ребенок считает того человека, которого он наделил самой большой головой. Выражение лиц нарисованных людей также может быть индикатором чувств ребенка к ним. Однако следует помнить, что дети склонны рисовать улыбающихся людей. Поэтому выражения лиц значимы только в тех случаях, когда они отличаются друг от друга. Девочки больше, чем мальчики, уделяют внимание рисованию лица, изображают больше деталей. Поэтому концентрация на рисовании лица может указывать на хорошую половую идентификацию у девочек и на озабоченность физической красотой, стремление компенсировать свои физические недостатки, формирование стереотипов женского поведения – у мальчика.

Следует знать, что с возрастом рисунок человека обогащается все новыми деталями. Каждому возрасту характерны определенные детали, и их пропуск в рисунке связан с отрицанием каких-то функций, с конфликтом.

Персонажи с большими расширенными глазами воспринимаются ребенком как тревожные, беспокойные, нуждающиеся в том, чтобы их спасали. Персонажи с глазами «точечками» или «щелочками» несут в себе внутренний запрет на плач, выражение потребности в зависимости, боятся попросить о помощи. Персонаж с самыми большими ушами больше, чем все остальные, должен слушаться окружающих. Персонаж, изображенный вообще без ушей, может игнорировать то, что о нем говорят другие люди.

*Шея* символизирует способность к рациональному самоконтролю, контролю разума («головой») над чувствами («телом»). Тот персонаж, у которого на рисунке шея есть, способен управлять своими чувствами в восприятии автора рисунка, у кого же шеи нет – не способен. Если шея на рисунке длинная и тонкая, то в сознании рисующего конфликт между разумом и чувствами решается через самоустранение от мира собственных сильных эмоций. Наоборот, если шея короткая и толстая, то у данного персонажа наблюдается гармония между разумом и чувствами.

*Искажения* ребенком изображения человека, идущие по правой стороне нарисованного персонажа, отражают проблемы взаимоотношений с миром социальных норм и тех людей, которые их выражают для ребенка. Искажения по левой стороне тела отражают проблемы отношений с наиболее близкими людьми в сфере эмоциональных привязанностей. Разрыв контура буквально означает проницаемость соответствующего локуса тела для внешнего влияния, особенно если контуры других частей тела нарисованы без разрыва.

#### *Анализ процесса рисования*

При анализе процесса рисования следует обращать внимание на:

- А) последовательность рисования членов семьи;
- Б) последовательность рисования деталей;
- В) стирание;
- Г) возвращение к уже нарисованным объектам, деталям, фигурам;
- Д) паузы;
- Е) спонтанные комментарии.

Интерпретация процесса рисования требует практического опыта психолога, его интуиции. Часто именно этот уровень анализа дает наиболее содержательную, глубокую, значимую информацию, так как за динамическими характеристиками рисования кроются изменения мысли, актуализация чувств, напряжение, конфликты.

Изображение зубов и выделение рта – признак оральной агрессии. Если ребенок так рисует не себя, а другого члена семьи, то это часто связано с чувством страха, воспринимаемой враждебностью этого человека к ребенку.

Ребенок первым изображает главного или наиболее значимого, эмоционально близкого человека. Как правило, это мать. То, что дети первыми рисуют себя, указывает на их эгоцентризм как возрастную характеристику. Исходя из этого, последовательность рисования более информативна в тех случаях, когда ребенок рисует первым не себя и не мать, а другого члена семьи. Когда ребенок рисует мать последней, это связано с негативным отношением к ней.

Последовательность рисования членов семьи может быть более достоверно интерпретирована в контексте анализа особенностей графического изображения фигур. Если первая нарисованная фигура является самой большой, но нарисована схематично, не декорирована, то такое изображение указывает на воспринимаемую ребенком значимость этого лица, силу, доминирование в семье, но не указывает на положительные чувства ребенка в его отношении. Однако, если первая фигура нарисована тщательно, декорирована, то можно думать, что это наиболее любимый член семьи, которого ребенок почитает и на которого хочет быть похожим.

Обычно дети, получив задание нарисовать семью, начинают рисовать членов семьи. Некоторые же дети сначала рисуют различные объекты, линию основания, солнце, мебель и т.д. и лишь в последнюю очередь приступают к изображению людей. Считается, что такая последовательность выполнения задания является своеобразной защитной реакцией, при помощи которой ребенок отодвигает неприятное для него задание во времени. Чаще всего это наблюдается у детей с неблагополучной семейной ситуацией, но это также может быть результатом плохого контакта ребенка с психологом. Есть другое мнение, что если на рисунке ребенка изображено много неодушевленных предметов и мало людей, то это говорит не об эмоционально бедных отношениях в семье, а о том, на что эти эмоции направлены. Изображения большого количества предметов, относящихся к одной и той же деятельности, подчеркивает особую значимость этой деятельности для членов семьи. Например, обилие мягкой мебели и нахождение на ней взрослых персонажей означает особую ценность для данной семьи отдыха и расслабления.

Возвращение к рисованию тех же членов семьи, объектов, деталей указывает на их значимость для ребенка.

Паузы перед рисованием определенных деталей, членов семьи чаще всего связаны с конфликтными отношениями и являются внешним проявлением внутреннего противоречия. На бессознательном уровне ребенок как бы решает, рисовать ему или нет человека или деталь, связанных с негативными эмоциями.

Стирание нарисованного, перерисованного может быть связано как с негативными эмоциями по отношению к рисуемому члену семьи, так и с позитивными. Решающее значение имеет конечный результат рисования. Если стирание и перерисовывание не привели к заметно лучшему графическому изображению – можно судить о конфликтном отношении ребенка к этому человеку.

Спонтанные комментарии ребенка часто проясняют смысл рисуемого содержания, выдают наиболее эмоционально «заряженные» места рисунка. Поэтому к ним надо внимательно прислушиваться. Не исключено, что они могут помочь направить и вопросы после рисования, и сам процесс интерпретации.

#### Приложение 4

### Тест тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)

*Цель методики:* Определить уровень тревожности ребенка. Методика предназначена для детей 4-7 лет. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье и в коллективе.

**Экспериментальный материал :** 14 рисунков (8,5х11 см) выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

*Проведение исследования :* Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, исследователь дает инструкцию.

#### *Инструкция.*

1. Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами»
2. Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»
3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

4. Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое? Он (она) одевается»
5. Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми»
6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать»
7. Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной»
8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
10. Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
11. Собираение игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки»
12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
13. Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»
14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест».

Во избежание навязывания выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются.

Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

Рисунок	Высказывание	Выбор	
		Веселое лицо	Печальное лицо
1. Игра с младшими детьми	Ему надоело играть		
2. Ребенок и мать с младенцем	Гуляет с мамой, люблю гулять с мамой		
3. Объект агрессии	Хочется ударить его стулом. У него грустное лицо		
4. Одевание	Он пойдет гулять. Надо одеваться		
5. Игра со старшими детьми	Потому что у него дети		
6. Укладывание спать в одиночестве	Я всегда беру спать игрушку		
7. Умывание	Потому что он умывается		
8. Выговор	Мама хочет уйти от него		
9. Игнорирование	Потому что тут малыш		
10. Агрессивность	Потому что кто-то отбирает игрушку		
11. Собираение игрушек	Мама заставляет его, а он не		

	хочет		
12. Изоляция	Они не хотят играть с ним		
13. Ребенок с родителями	Мама и папа гуляют с ним		
14. Еда в одиночестве	Пьет молоко, и я люблю нить молоко		

*Анализ результатов:* Протоколы каждого ребенка подвергаются количественному и качественному анализу.

### **Количественный анализ**

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Число эмоциональных негативных выборов}}{14} \times 100\%$$

В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

- а) высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- б) средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
- в) низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

### **Качественный анализ**

Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают рис. 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего, будут обладать высоким ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рис. 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок - взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»).