

## «Мирилка для друзей», или Как научить ребенка не обижаться

Когда обидчивость становится чертой характера, она способствует формированию соответствующего типа личности ребенка, нарушает его адаптационные возможности. При этом работы педагогов-психологов о негативных проявлениях эмоциональной сферы дошкольников освещают проблемы детской агрессивности, тревожности, негативизма, упрямства, но почти не затрагивают тему детской обидчивости. На основании 13-летнего опыта работы автор статьи составила свою модель работы по профилактике детской обидчивости. В статье – авторская методика по диагностике обидчивости, а также три конспекта занятий с детьми.

---

Чтобы провести диагностику обидчивости, воспользуйтесь авторским бланком и выявите детей группы повышенного психологического внимания. Выстраивайте работу по профилактике обидчивости последовательно, по четырем блокам. Фокусируйтесь на задачах снять эмоциональное напряжение, сформировать самоуважение у детей и их устойчивость к стрессовым ситуациям, учить решать ситуации, которые связаны с состоянием обидчивости, другим способом. Воспользуйтесь готовыми сценариями занятий → 61.



**Людмила Иохим,**  
педагог-психолог  
МАДОУ «Детский  
сад № 127», высшая  
квалификационная  
категория, Воло-  
годская область,  
г. Череповец

### **Проведите диагностику обидчивости у воспитанников**

Перед работой по профилактике обидчивости проведите диагностику по авторской разработке → 59. В ее основе – метод наблюдения, с помощью которого вы сможете оценить у воспитанников уровень обидчивости

и устойчивости к стрессовым ситуациям. Определите показатели в баллах: «0» – признак не выражен, «1» – признак выражен средне, «2» – признак выражен.

Оцените устойчивость ребенка к стрессовым ситуациям на основе его чувствительности к оценке взрослого, трудностям контакта с детьми и взрослыми в ситуации стресса, отсутствию самокритичности. Проанализируйте уровень обидчивости ребенка. Оцените, умеет ли он устанавливать дружеские отношения, прекращает ли контакты с окружающими на длительный срок. Понаблюдайте, как ребенок относится к успехам других – например, он может осуждать одних и оправдывать других детей, чаще всего – себя. Также потенциально обидчивый ребенок может напрямую демонстрировать, что он недоволен, считать, что окружающие относятся к нему плохо и постоянно требовать, чтобы другие люди оценивали его поступки и действия положительно. По результатам диагностики выявите группу повышенного психологического внимания – детей, которые склонны к обидчивости.

Определите типы темперамента у воспитанников из группы повышенного психологического внимания. Обидчивость свойственна детям со слабой нервной системой. Такие дети, как правило, обладают меланхолическим темпераментом: они легкоранимы, застенчивы, неуверенные в себе, мнительны, замкнуты. Чтобы определить тип темперамента ребенка, используйте анкету «Выявление темперамента ребенка» О. Анисимович для воспитателей и анкету «Какой тип темперамента преобладает у вашего ребенка» для родителей.

Определите стиль воспитания ребенка в семье с помощью опросника «Взаимодействие родителя с ребенком» И. Марковской и выявите детей из сверхопекающих семей. Для таких воспитанников становится шоком то, что в детском саду их недостаточно хвалят или сравнивают с другими детьми не в их пользу, ведь дома они постоянно слышат слова поддержки и поощрения.

### **Проводите работу по профилактике обидчивости по четырем блокам**

Разделите вашу работу по профилактике обидчивости у детей на четыре блока. Проводите ее с детьми из группы повышенного психологического внимания вместе с остальными воспитанниками. В первом блоке на занятиях снимайте у детей состояние эмоционального дискомфорта и развивайте социальные эмоции. Создавайте у детей положительный настрой и атмосферу принятия каждого, развивайте способность понимать чужое эмоциональное состояние и выражать свое. Занятия второго блока направьте на повышение самоуважения ребенка и развивайте спонтанность. Для этого развивайте рефлексия эмоциональных состояний и учите детей самовыражаться.

На занятиях третьего блока → 61 проводите работу по повышению уровня устойчивости к стрессовым ситуациям у детей. Ваши задачи здесь – выработать у детей адекватные реакции на возможные затруднения, которые возникают при общении со сверстниками, и отработать варианты поведения в возможных стрессовых ситуациях. Моделируйте варианты поведения в рассказах, обсуждайте и отрабатывайте их в игровых упражнениях и этюдах.

В четвертом блоке учите воспитанников решать ситуации, которые провоцируют состояние обидчивости. Чтобы этого добиться, показывайте детям разные варианты, как можно выйти из этого состояния, и демонстрируйте преимущества позитивных вариантов выхода – например, с помощью беседы.

Включайте в занятия каждого блока ритуал приветствия, основную часть, рефлексия и ритуал прощания. В основной части занятия моделируйте ситуации обиды в этюдах, проводите их в форме игровых тренингов, игрупутешествий и квестов. Эти формы работы позволяют детям преодолеть негативные эмоции и найти нестандартные варианты выхода из состояния обидчивости.

# Бланк диагностики обидчивости и устойчивости к стрессовым ситуациям у детей

Группа 1 средняя Воспитатель Алехина И. Дата 02.03.2020 Заполнить до 11.03.2020

Фамилия, имя ребенка	Обидчивость: фактор 1*										Устойчивость к стрессовым ситуациям: фактор 2*				Примечание			
	Кислое выражение лица	Испытывает нехватку внимания	Общается настороженно	Прекрашает контакты с окружающими	Терпит неважительное отношение других детей (дразнят)	Приписывает другим детям неважительное отношение к себе, чего на самом деле нет	Тяжело переносит успех других	Постоянно нуждается в похвалах	Источник отрицательного отношения к себе	Рассказы ребенка носят фантастический характер	Имеет неадекватную самооценку	Иницирует ситуации, в которых чувствует себя отверженным	Демонстрирует свою обидчивость	Осуждает одних и оправдывает других (чаще себя)		Испытывает трудности контакта с детьми и взрослыми в ситуации стресса	Повышенная чувствительность к оценке взрослого	В конфликтной ситуации «застревает» в споре
<i>Борисова Катя</i>	1	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	1	1	0	0	0	
<i>Васильева Лена</i>	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	
<i>Дьяконов Женя</i>	1	0	1	1	2	1	0	1	1	0	1	2	1	1	0	2	2	<i>Болеет 2 недели</i>

**0 баллов**

«никогда»; признак не выражен

**1 балл**

«иногда»; признак выражен средне

**2 балла**

«часто»; признак выражен

## Бланк выявления детей группы повышенного психологического внимания

Группа 1-я средняя      Дата 11.03.2020

Фамилия, имя ребенка	Пол	Обидчивость, фактор 1		Стрессовые ситуации, фактор 2		Примечания, дети группы внимания
		Всего	По 10-балльной шкале	Всего	По 10-балльной шкале	
<i>Борисова Катя</i>	<i>ж</i>	<i>5</i>	<i>4</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>Нет</i>
<i>Васильева Лена</i>	<i>ж</i>	<i>8</i>	<i>6</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>По фактору 1</i>
<i>Дьяконов Женя</i>	<i>м</i>	<i>13</i>	<i>10</i>	<i>5</i>	<i>10</i>	<i>По факторам 1 и 2</i>
<i>Средний балл по группе</i>		<i>9</i>		<i>3</i>		

**Как обработать результаты.** Разделите 10 баллов на максимальное значение по фактору в группе и умножьте на результат ребенка по фактору. Включите детей с результатами выше 5 баллов по одному или двум факторам в группу внимания. Например, если в группе по фактору обидчивости максимальное значение – 28, а ребенок набрал 9 баллов, его результат по этому фактору равен 3,2 балла ( $10/28 \times 9$ ), и он не входит в группу внимания.

### Результат по фактору 1

Результат Лены в примере высчитываем из расчета:

$$(10/13) \times 8$$

### Результат по фактору 2

Результат Лены в примере высчитываем из расчета:

$$(10/5) \times 3$$

### Примечания

Результаты выше среднего значения в группе только по первому фактору

## Конспект занятия из третьего блока по профилактике детской обидчивости для средней группы на март

### Занятие «Путешествие на летающей тарелке» по профилактике детской обидчивости – на повышение уровня устойчивости к стрессовым ситуациям

**Цель:** учить детей решать проблемные ситуации, которые провоцируют состояние обидчивости.

**Задачи:** создавать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого; снижать эмоциональное напряжение; формировать позитивное отношение к сверстникам; развивать способности понимать эмоциональное состояние другого; развивать ощущения свободы и творческой активности, умения фантазировать, действовать сообща; закреплять умение находить различные решения выхода из проблемной ситуации, в частности, состояния обиды.

**Оборудование:** куклы Хрюша и Филя; коробка «Мирилка»; стол, мольберт, магниты; цветные картинки с изображением сказочных персонажей и героев мультфильмов для коллажа, клей, лист бумаги А3 в форме круга; музыка для релаксации; сундуки; грецкие орехи, обернутые фольгой.

**Предварительная работа:** беседы с показом мультимедийной презентации «Что такое дружба?» и «Что такое “Мирилка”?»; творческая мастерская по созданию «Мирилки»; разучивание «стихов-мирилок».

### Ритуал приветствия «Доброе утро»

Дети вместе с педагогом-психологом сидят в кругу. Педагог-психолог предлагает всем поприветствовать друг друга по принципу: «Доброе утро, Саша» – все улыбаются и кивают головой Саше; «Доброе утро, Маша» – педагог-психолог и дети называют имена детей по кругу; «Доброе утро, Людмила Сергеевна»; «Доброе утро всем нам!» – все разводят руки в стороны и хлопают в ладоши.

**Педагог-психолог:** Ребята, я очень рада вас видеть! Хотите отправиться в путешествие? (Дети отвечают.) А давайте мы полетим в путешествие. А на чем можно полететь? Дети отвечают – на самолете, вертолете, ра-


кете и т. д.) А я тут слышала, что можно полететь на летающей тарелке. Как вам такая идея? (Дети отвечают.): Тогда нам надо пересечь в «летающую тарелку».

### Ритуал входа в путешествие «Полетели!»

Дети вместе с педагогом встают в круг, руки сцепляют в замок.

Педагог-психолог: Всем пристегнуться. Обратный отсчет: три, два, один... пуск! Полетели!

### Остановка «Остров Примирения»

Допматериалы:  куклы Хрюша, Филя; коробка «Мирилка».

В игровом уголке куклы Хрюша и Филя сидят на диване спинами друг к другу.


Педагог-психолог: Ребята, как вы думаете, что произошло? (Дети отвечают.) Да, Хрюша и Филя сидят спинами друг к другу. Почему? (Дети отвечают.) Наверное, они поссорились. Давайте подумаем, как мы можем им помочь? (Дети отвечают, предположительно - «помирить кукол».) А как это можно сделать с помощью «Мирилки», которую находят в разбросанных игрушках?

Педагог-психолог просит кого-то из детей на своем примере показать куклам, как пользоваться «мирилкой». Далее дети сообща помогают куклам Маше и Коле помириться с помощью «мирилки».

Педагог-психолог: Отлично, куклам мы помогли. А сами отправляемся дальше. Все садимся в «летающую тарелку». Всем

пристегнуться. Обратный отсчет: три, два, один... пуск! Полетели!

### Остановка «Потеряшки»

**Допматериалы:**  цветные картинки с изображением сказочных персонажей и героев мультфильмов, мольберт, магниты.


Педагог-психолог показывает на картинки и объясняет детям, что герои из сказок и мультфильмов потеряли друг друга.

**Педагог-психолог:** Ребята, видите, как у нас много цветных картинок, на которых изображены герои. Что это за герои? Из каких сказок или мультфильмов? Как вы думаете, почему они не рядом друг с другом? (Дети отвечают.) Наверное, они потерялись. Давайте подумаем, как мы можем им помочь.

Дети отвечают, предположительно – «подобрать картинки с изображением героев и соединить их вместе». Далее дети выполняют задание.

**Педагог-психолог:** Как хорошо, когда друзья находят друг друга. Вы помогли героям найти друг друга, и при этом сами поступили, как настоящие друзья. Отправляемся дальше. Все садимся в «летающую тарелку». Всем пристегнуться. Обратный отсчет: три, два, один... пуск! Полетели!

### Остановка «Творческая»

**Допматериалы:**  цветные картинки с изображением мальчиков и девочек, сказочных персонажей и героев мультфильмов, клей-карандаши по количеству детей, листы бумаги А3.


Педагог-психолог предлагает детям создать дружественный коллаж из цветных картинок с изображением детей и сказочных персонажей.

**Педагог-психолог:** Ребята, рассмотрите внимательно картинки. Что на них изображено? (Дети отвечают.) Здесь очень много картинок и все они разные. Где-то мальчики и девочки грустят, где-то радуются, где-то игрушки сломаны, а где-то ребята играют в них очень бережно и делятся ими с друзьями. Я предлагаю выбрать вам картинки, с изображением детей или героев, с которыми вам хотелось бы дружить. А потом – наклеить их рядом друг с другом на большой лист бумаги. У нас получится очень веселый коллаж про дружбу. А как мы его назовем? (Дети отвечают.) Очень интересные названия. Можно назвать, например, «Давайте жить дружно!».

Дети делают коллаж.

**Педагог-психолог:** Как вы думаете, мы помогли героям подружиться? А что вы чувствовали, когда выполняли это задание? (Дети отвечают.) Что больше всего вам понравилось? (Дети отвечают.) Отправляемся дальше. Все садимся в «летающую тарелку». Всем пристегнуться. Обратный отсчет: три, два, один... пуск! Полетели!

### Остановка «Волшебная»

**Допматериалы:**  три сундука, грецкие орехи.

**Педагог-психолог:** Какой большой сундук! Что же там? Давайте посмотрим?

Дети заглядывают в сундук, внутри которого – сундук поменьше. Дети открывают второй сундук, а там – третий.

**Педагог-психолог:** Ребята, третий сундучок у нас не простой, а волшебный. В нем хранятся «орешки пожеланий». Сейчас каждый возьмет из волшебного сундучка по одному орешку и прошепчет хорошее, доброе пожелание для своего друга. Например: «Я очень хочу пожелать своей подруге хорошего настроения».

Дети нашептывают на орешки пожелания для своих друзей.

**Педагог-психолог:** Чтобы орешки не терялись, а желания исполнялись, мы орешки положим обратно в волшебный сундучок и скажем заклинание: «Орешки не теряйтесь, а желанья – исполняйтесь!».

Дети все вместе произносят заклинание и помогают педагогу-психологу сложить орешки в сундук, а маленький сундук – в сундук побольше.


**Педагог-психолог:** Ребята, а что вы чувствовали, когда загадывали пожелание своим друзьям? Вам это понравилось? (Дети отвечают.) Отправляемся дальше, садимся в «летающую тарелку». Всем пристегнуться. Обратный отсчет: три, два, один... пуск! Полетели!

### **Ритуал выхода из путешествия «Приземление»**

**Педагог-психолог:** Ну, вот мы и вернулись в детский сад. Наша «летающая тарелка» приземлилась, мы выходим из нее.

Дети и педагог-психолог делают шаг назад, как бы выходят из круга – «летающей тарелки», разъединяют руки.

### Релаксация «Цветочный букет»

Допматериалы:  музыка для релаксации.

Педагог-психолог: Мы с вами сейчас окажемся на цветочной поляне. Каждый превратится в цветок, какой захочет. Мы цветочки разные (дети поворачиваются влево, вправо), синие и красные (дети постукивают ладонями по ногам), желтые и голубые (дети выполняют поглаживающие движения руками), все красивые такие! Мы на солнышко взглянули (дети имитируют взгляд вдаль), к нему листочки потянули (дети тянут руки вверх), превращаемся в букет (каждый берет своего соседа за талию), дружней цветочков в мире нет (дети «соединяются» в букет).

### Рефлексия «Где мы побывали»

Дети присаживаются на ковер, но остаются в кругу. Педагог-психолог просит их ответить на вопросы.

Педагог-психолог: Ребята, где мы сегодня побывали? (Дети отвечают.) Кому сумели помочь? Это было трудно? Вам понравилось? А что понравилось и запомнилось больше всего? Вам хотелось бы, чтобы пожелание, которое вы загадали для своего друга, исполнилось? (Дети отвечают.)

### Ритуал прощания «Обижаться не могу»

Дети и педагог-психолог сидят в кругу, держат друг друга за руки, улыбаются и произносят: «Обижаться не могу – очень дружным быть хочу!».

Педагог-психолог: До свидания!

### Конспект занятия из первого блока по профилактике детской обидчивости для средней группы на март

**Занятие «Путешествие капельки» по профилактике детской обидчивости – на снятие состояния эмоционального дискомфорта и развитие социальных эмоций**

**Цели:** снять психоэмоциональное напряжение; закрепить знания об основных эмоциональных состояниях – радости, удивлении, злости; формировать способность понимать свое эмоциональное состояние и умение адекватно его выражать; создать положительный эмоциональный фон; развивать чувство уверенности в себе.

**Оборудование:** экран настроения, зонты с пиктограммами эмоций, капельки из цветной бумаги, металлофон, пиктограммы эмоций на каждого ребенка, шары.

#### Ритуал приветствия

Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Как вы себя сегодня чувствуете? Я рада нашей встрече. (Зачитывает текст.) Станем вместе в тесный круг. Я твой друг и ты мой друг. Руку другу протяну, ссору с другом не начну. Будем вместе мы играть, никого не обижать.

#### Работа с экраном настроения

Педагог-психолог: Ребята, сегодня мы с вами побываем в разных интересных местах – отправимся в путешествие по миру эмоций. Это очень важное путешествие – ведь тот, кто умеет узнавать эмоции, может увидеть, что кому-то плохо, и посочувствовать ему или же, наоборот, разделить радость с кем-то. Давайте займем свои места в паровозиках.

Дети ставят небольшие игрушки в паровозики с определенным настроением и по желанию комментируют его.

### Упражнение «Зонты настроения»

Педагог-психолог: Ребята, а вы знаете, что мы можем сами управлять своим настроением? (Дети отвечают.) Если у нас грустное настроение, мы можем сделать его радостным и веселым, для этого, нужно, например, вспомнить что-то хорошее. (Зачитывает фрагмент стихотворения О. Дубравы.) Научись владеть собой / Будут все горды тобой! / Можно просто усмехнуться, / Можно даже отвернуться, / И немножко пошутить, / Можно сразу все забыть, / Подойти поговорить, / Все проблемы обсудить.

Педагог-психолог показывает детям три зонта с пиктограммами эмоций. На желтом зонте – эмоция радости, на зеленом – спокойствия, на красном – злости.

Педагог-психолог: Ребята, посмотрите, какие у нас есть красивые зонты, и у каждого зонта есть свое настроение, как у нас с вами. Зонтики помогут нам узнать, какое у нас всех настроение – вдруг у кого-то оно уже изменилось. Пока будет играть музыка, делайте все, что вам захочется. Бегайте, прыгайте, пойте, пицтите как цыплята, смейтесь или даже стойте на месте – выбирайте сами. А когда музыка утихнет, каждый спрячется под зонт с его настроением. Например, у меня веселое настроение, а значит, я спрячусь под желтый зонт.

Дети выполняют упражнение.

### Упражнение «Соберем капельки»

Педагог-психолог рассыпает капельки из цветной бумаги по всему ковру, под аудиозапись «Шум дождя».

**Педагог-психолог:** Дети, посмотрите, пока мы с вами играли с зонтами, к нам в гости пришел дождик. Посмотрите, какая большая лужа! Давайте ее уберем.

Дети собирают капельки пальцами ног и рукой складывают их в ведерко.

**Педагог-психолог:** Ой, ребята, мне послышалось, что кто-то плачет. (Раздается звон металлофона.) Кто же может у нас плакать? Давайте поищем. (Дети находят принцессу Капельку.) Посмотрите, какое настроение у нашей Капельки? (Дети отвечают.) Как вы догадались? Как вы думаете, почему у нее такое настроение? (Дети отвечают.) А у вас бывает такое настроение, когда вам плохо, когда вы злитесь, обижаетесь или скучаете? Я предлагаю сейчас собрать в кулачки все плохое, что с нами случается: всю нашу злость, обиды, грусть – и выбросить.

### Психологический этюд «Мусорное ведро»

**Педагог-психолог:** Давайте мы с вами нахмуримся. Сожмем кулачки, потопаем ножками и выбросим с силой, вот так! (Педагог-психолог показывает, дети выполняют.) Ребята, вы заметили, как легко и приятно сразу стало на душе, когда все плохое ушло от нас?

### Работа с пиктограммами за столами

Перед каждым ребенком – по четыре пиктограммы: радость, злость, удивление, спокойствие.

**Педагог-психолог:** Ребята, нам с вами легко и радостно, а капелька до сих пор грустная. Я предлагаю сесть за столы

и показать ей, какие мы молодцы, что мы умеем делать. Ребята, сейчас я буду рассказывать вам стишок. А вы внимательно слушайте и показывайте Капельке ту пиктограмму, о которой в нем говорится. Вам в этом поможет музыка. (Зачитывает стихи и параллельно включает под каждое стихотворение музыку на тему эмоции в этом стихотворении.)

Ветер на море гуляет. / И кораблик подгоняет; / Он бежит себе в волнах. / На раздутых парусах. (Эмоция покоя.) Сидит колдунья, дуется / На целый белый свет, / Колдунье не колдуется, / И настроенья нет. (Эмоция злости.) Наколдовала к завтраку / Из Африки банан, / А появился – здрасьте вам! – / Из Арктики буран. (Эмоция удивления.) Смотрит солнышко в окошко. / Светит в нашу комнатку, / Мы захлопаем в ладошки, / Очень рады солнышку! (Эмоция радости.)\*

Ребята, посмотрите на нашу Капельку. Она так и не улыбается. Что же нам делать, чтобы развеселить ее? Мне кажется, нужно нарисовать ей друзей – ведь когда рядом есть друзья, всегда весело. Вы согласны со мной? Давайте нарисуем веселых, улыбающихся друзей Капельки. А чтобы вспомнить, как мы рисуем веселое лицо, возьмите зеркала у вас на столах, посмотрите в них и улыбнитесь.

Педагог-психолог обращает внимание детей на то, как поднимаются уголки губ, меняется выражение глаз при улыбке.

### Игра с шарами «Паровозик»

Педагог-психолог раздает детям шары с изображением веселых лиц.

---

\* Фрагменты стихотворений А. Пушкина, М. Бородинской, А. Барто.

**Педагог-психолог:** Ребята, посмотрите, что случилось с нашей Капелькой? (Дети отвечают, предположительно – «она улыбается».) Ребята, нашей Капельке так радостно, что она приглашает вас на коврик поиграть с ее веселыми друзьями. Посмотрите, это друзья нашей Капельки. Видите, какие они веселые? (Дети отвечают.) Сегодня мы с вами путешествовали на паровозиках, а сейчас нам пора возвращаться в детский сад. И мы отправляемся в путь на паровозике вместе с друзьями Капельки.

Дети встают друг за другом, между ними – шары. Дети вместе «проезжают на паровозе» так, чтобы не использовать руки и чтобы не упал ни один шар.

**Педагог-психолог:** А сейчас давайте мы с вами сделаем «салют» из шариков!

Дети подбрасывают шары вверх под музыку из песни «Облака, белогривые лошадки».

### **Прощание** «Я совершенно особенный».

**Педагог-психолог:** Ребята, давайте вспомним, чем мы сегодня занимались? Что вам понравилось больше всего? Были какие-то сложные задания? О чем вы расскажете своим родителям?

Дети отвечают. После этого педагог-психолог предлагает им всем вместе произнести фразы: «Я – совершенно особенный. Ты – совершенно особенный. Мы все – совершенно особенные. Мы ребята – ничего, мы ребята – во!».

**Педагог-психолог:** Ребята, спасибо вам за работу! До свидания. Хорошего вам дня!

## Конспект занятия из второго блока по профилактике детской обидчивости для средней группы на март

**Занятие «Обидке хочется дружить» по профилактике детской обидчивости – на формирование самоуважения, развитие спонтанности**

**Цель:** формировать у детей самоуважение.

**Задачи:** побуждать детей к активному взаимодействию; формировать ощущение комфортной и безопасной атмосферы взаимодействия триады «специалист – воспитатель – дети»; расширять спектр социальных эмоций у детей; развивать умение уважать других через повышение уровня уважения к себе самому.

**Оборудование:** музыкальное сопровождение, костюм героя «Обидки», бумага, мусорное ведро.

**Примечание:** на роль «Обидки» можно пригласить ребенка из старшей или подготовительной группы.

### Игра «Дружно отвечайте»

Педагог-психолог: Всем, всем добрый день! Я рада вас видеть сегодня. Ребята, а вы любите смеяться? (Дети отвечают.) А на роликах кататься? (Дети отвечают.) А вы любите кусаться? (Дети отвечают.) А вам нравится подраться? (Дети отвечают.) Будем вместе развлекаться? (Дети отвечают.)

### Появление героя «Обидка»

Педагог-психолог: Дети, вы слышите? Кто-то плачет за дверью. Я сейчас посмотрю. Кто ты такая?

Обидка: Вы что, меня не узнали? Я Обидка. Я очень люблю обижаться, дуться. Все ребята меня любят. Правда? (Дети отвечают, предположительно – «нет».) А мне так хочется с вами подружиться! Я очень люблю играть с ребятами.

Педагог-психолог: Дети, давайте поиграем с Обидкой в игру «Обиженный кустик»? (Дети отвечают.)

### Игра «Обиженный кустик»

Дети, Обидка и педагог-психолог встают в круг. Педагог-психолог выбирает ведущего. Ведущий играет роль обиженного кустика, которому сломали несколько веточек. Он садится в центр круга и грустит. Дети по очереди пытаются утешить, пожалеть его. Педагог-психолог меняет ведущего 2-3 раза за игру.

Обидка: Ребята, мне очень понравилось с вами играть. Вы добрые, отзывчивые, дружелюбные. А давайте еще поиграем? (Дети отвечают.)

### Игра «Обманка»

Педагог-психолог: Ребята, сейчас я буду говорить вам, что делать, но сама показывать другое. Вы должны делать только то, что я говорю, а не то, что показываю. Например, если я говорю «Руки к ушам», а сама хватаю себя за нос, вы должны поднять руки к ушам. Поняли? (Дети отвечают.)

Педагог-психолог проводит упражнение. Дети и Обидка повторяют движения, которые он озвучивает. Обидка нарочно ошибается, дети и педагог-психолог поправляют ее.

### Игра «Тренируем эмоции»

Педагог-психолог: Молодцы, ребята, вы отлично справились! А ты знаешь, Обидка, что наши ребята очень хорошо умеют показывать самые разные эмоции? Сейчас ты в этом убедишься.

Педагог-психолог предлагает детям нахмуриться сначала, как осенняя туча, потом, как рассерженный человек; обрадоваться, как будто «ты увидел чудо», «Дед Мороз подарил тебе подарок», «в небе неожиданно появилась радуга»; испугаться, как заяц, который увидел волка, птенец, который упал из гнезда, котенок, на которого лает злая собака; обидеться сначала, «как будто тебе не дали конфету», потом, как маленькая «ляля»; улыбнуться, как кот на солнышке, хитрая лиса, «как будто ты улыбаешься лучшему другу».

Педагог-психолог: Молодцы, ребята! И ты, Обидка, молодец! А хочешь с нами еще поиграть?

Обидка: Конечно!

### Игра «Разрывание бумаги»

Педагог-психолог: Ребята, сейчас я вам предлагаю избавиться от всех обид, если они у вас, конечно, есть. И сделаем мы это при помощи бумаги. Обидка, давай играть вместе с нами.

Мы с вами все вместе дружно будем рвать бумагу, тем самым будем избавляться от всех ненужных обид. Разорванную бумагу мы будем выбрасывать в мусорное ведро.

Педагог-психолог, Обидка и дети рвут бумагу и выбрасывают ее в мусорное ведро. При этом они кричат, смеются, выражают свои эмоции словами, например, «ну ее!», «уходи!».

Педагог-психолог: Видишь, Обидка, какие наши дети веселые и добрые. Они очень хотят с тобой подружиться!

Обидка: Да, я вижу, что дети вашей группы самые лучшие, добрые, веселые, отзывчивые и очень дружелюб-

ные. И мне очень хочется с вами общаться. Будете дружить со мной? (Дети отвечают.) Ну, тогда давайте сыграем еще в одну игру.

### Игра «Дружелюбное прикосновение»

Педагог-психолог: Ребята, сейчас вы будете свободно передвигаться по комнате и по моей команде выполнять задания. Все нужно делать очень быстро. Как только я произнесу команду, например, «Рука к руке», вы тут же должны найти себе пару и взяться за руки.

Дети по парам передвигаются по комнате. Педагог-психолог озвучивает задания и дети выполняют их в паре. Примеры заданий: «нос к носу», «спина к спине», «пятка к пятке», «голова к голове», «рука к руке», «ухо к уху».

Педагог-психолог: Ребята, нам нужно прощаться с Обидкой. Вам понравилось играть с Обидкой? Давайте еще позовем Обидку к нам в гости и поиграем с ней?

Дети отвечают. Обидка уходит.

Педагог-психолог: До свидания!

*Скачайте сценарии занятий  
на [e.psihologsad.ru](http://e.psihologsad.ru)*