

Игры на развитие умения сопереживать другому

"Это я, узнай меня"

Цель: Развитие эмпатии, снятие агрессивности.

Проведение: Один ребенок поворачивается спиной к остальным сидящим. Дети по очереди подходят к нему, гладят его по спинке и называют ласковым именем. Водящий пробует угадать, кто его погладил и назвал.

Танцевальный этюд "Подари движение"

Цель: Укрепление эмоциональных контактов, взаимопонимания и доверия.

Материал: Аудиокассета с веселой танцевальной музыкой.

Проведение: Участники встают в круг. Звучит веселая музыка. Ведущий начинает танец, выполняя какие-то однотипные движения в течение 15-20 с. Остальные повторяют эти движения. Затем кивком головы ведущий дает знак кому-то из детей продолжить движения в такт музыке, тот в свою очередь передает это право следующему - и так по кругу.

"Глаза в глаза"

Цель: Развивать в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад.

Материал: Не требуется.

Проведение: "Ребята, возьмитесь за руки со своим соседом. Смотрите друг другу только в глаза и, чувствуя руки, попробуйте молча передавать разные состояния: "я грущу", "мне весело, давай играть", "я рассержен", "не хочу ни с кем разговаривать" и т.д. После игры обсудите с детьми, какие состояния передавались, какие из них было легко отгадывать, а какие трудно.

"Узнай по голосу"

Цель: Развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

Материал: Не требуется.

Проведение: Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встает в центр круга и старается узнать детей по голосу.

"Прогулка с компасом"

Цель: Формирование у детей чувства доверия к окружающим.

Материал: Повязка на глаза.

Группа разбивается на пары, где есть ведомый ("турист") и ведущий ("компас"). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом "турист" не может общаться с "компасом" на вербальном уровне (не может разговаривать с ним). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий - других туристов с компасами. После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.

"Связующая нить"

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми.

Материал: Клубок ниток.

Дети, сидя в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим. При затруднении психолог помогает ребенку - бросает клубок ему еще раз. Этот прием диагностичен: можно увидеть детей, испытывающих трудности в общении, - у ведущего с ними будут двойные, тройные связи. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

"Щепки плывут по реке"

Цель: Развитие эмпатии, снятие агрессивности, развитие навыков невербального общения.

Материал: Аудиозапись со спокойной музыкой.

Проведение: Дети встают в две шеренги на расстоянии вытянутой руки друг от друга - они берега. Один ребенок - щепка. Он медленно "проплывает" между "берегами". "Берега" мягкими прикосновениями помогают "щепке". Говорят ей ласковые слова, называют по имени. "Щепка" сама выбирает, с какой скоростью ей двигаться. Упражнение можно проводить с открытыми или закрытыми глазами.

"Сюжетные картинки"

Цель: Умение определять эмоциональные состояния других людей, развитие эмпатии.

Материал: Картинки с разными сюжетами (мальчик упал, девочка с воздушным шаром, мальчик с мороженым и т.д.). Сюжеты носят позитивный и негативный характер.

Проведение: С детьми обсуждается каждая картинка и каждое эмоциональное состояние. Способы доставить другому человеку радость, способы взаимопомощи и т.д.

"Массаж"

Цель: Развитие эмпатии, доверия, невербальных способов общения.

Проведение: Потрем ладошки друг о друга. Погладим лицо. Слегка пощиплем его: лоб, брови, носик и т.д. Теперь ушки. Шейку. Слегка похлопаем по ним. Ладочки прыг - и прыгнули на туловище. Погладим правую руку, "поклюем" ее, левую руку и т.д.

Повернемся друг за другом. Положим свои ладошки на спину впереди стоящего и погладим его, слегка "поклюем", ласково похлопаем и т.д.

"Угадай эмоции"

Цель: Развитие эмпатии, умению сопереживать.

Материал: Картинки с нарисованными зайчиками (радостными и грустными). Проведение: Дети пытаются определить настроение зайчиков, объяснить, как они это определили (по выражению мордочки, позе и т.д.) и раскрашивают веселых зайчиков. Проводится беседа о том, что может сделать человека грустным, веселым, счастливым и пр.

«Радость и грусть» (И.Климина)

Цель: развитие эмоциональной сферы, умения дифференцировать эмоции и чувства других людей.

Нарушение: СДВГ, застенчивость/тревожность, РДА, ЗПР.

Возраст: 4—5 лет.

Количество играющих: любое.

Необходимые приспособления: рисунки.

Описание игры: дети внимательно рассматривают рисунки, а потом раскладывают их в два ряда — радость и грусть — в зависимости от цветовой гаммы.

Комментарий: основная задача взрослого — помочь детям рассказать о своих чувствах, возникших по поводу того или иного рисунка, объяснить, почему один рисунок они считают веселым, а другой — грустным.