Развитие и коррекция с использованием цвета эмоционального мира детей старшего дошкольного возраста

*Сапоненко Ксения Михайловна*

*Педагог-психолог МБДОУ № 26*

*г. Углегорск, Сахалинская область*

Ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребенка – это телевизор или компьютер, а любимое занятие – просмотр мультиков или компьютерные игры. Дети стали мало общаться не только со взрослыми, но и с друг другом. А ведь живое человеческое общение существенно обогащает жизнь детей, раскрашивает яркими красками сферу их ощущений. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения.

В основе формирования и развития психики ребенка лежат разнообразная деятельность, взаимодействие с внешним миром, прежде всего с окружающими взрослыми.

Ребенок нуждается в многообразии информации, но ее нужно вводить постепенно и гармонично, она должна соответствовать возрасту ребенка и его индивидуальности.

Если учесть, что ребенок активно воспринимает цвет и свет с младенчества, то необходимо помнить, что приобщение малыша к определенным цветам влияет на его самочувствие и здоровье. Например, если младенец все время видит голубые стены, у него ухудшается настроение, а вот желтый или салатный цвет его улучшают.

Склонность к цветам у ребенка непостоянна, она меняется на протяжении жизни.

Жизнь, свет и цвет взаимосвязаны. Каждый из составляющих радугу цветов по-своему влияет на рост и жизнедеятельность растений и животных, каждый цвет оказывает определенное физиологическое и психологическое воздействие на человека. Свойства каждого цвета можно рассматривать на трех уровнях: универсальном, культурном и личностном. Универсальные свойства связаны с тем, что цвет является частью видимого спектра и воздействует на живые организмы. Культурные факторы, включая место жительства человека и социально-экономические условия его существования, определяют избирательное отношение к цветам. Личностный уровень цветовосприятия заключает в себе определенную систему ассоциаций, которую человек формирует с каждым цветом, а также с различной степенью предпочтения разных цветов.

Цвета вызывают у разных людей различный реакции. Так, например, красный является цветом драматическим, он стимулирует двигательные реакции и эмоциональную экспрессию. Красные пигменты могут ассоциироваться с чувствами радости и любви. Более темный оттенок красного цвета ассоциируется с глубокими переживаниями и чувством гнева. Синий цвет оказывает успокаивающий эффект и ассоциируется с эмоциональной отстраненностью.

С детьми необходимо проводить специальную работу по развитию и коррекции эмоционального мира.

Система занятий по цветоощущению направлена прежде всего на развитие и коррекцию эмоционального мира ребенка. Игры и задания подбираются с учетом индивидуальных особенностей детей. Упражнения на мышечную релаксацию снижают уровень возбуждения, снимают напряжение. Дыхательная гимнастика успокаивающе действует на нервную систему. Мимическая гимнастика направлена на снятие общего напряжения, она играет большую роль в формировании выразительной речи детей. Двигательные упражнения, включающие попеременное или одновременное выполнение движений разными руками под любую текстовку, способствует межполушарному взаимодействию. Чтение детских стихотворений, потешек с чередованием движений, темпа и громкости речи способствует развитию произвольности. Особенно важно, что ребенок активно участвует в этом процессе и это доставляет ему удовольствие.

От занятия к занятию происходит постепенное развитие эмоционального мира ребенка. Пространство вокруг него начинает расширяться. Окружающий мир окрашивается цветами радуги: ребенок учится определять настроения, владеть своими чувствами и эмоциями.

Знакомство и погружение в цвет помогают детям полнее и тоньше воспринимать предметы и явления окружающего мира, развивают наблюдательность, мышление, обогащают речь, помогают детям понять свой внутренний мир, развивают способности ребенка чутко воспринимать свою сущность и мир.