**Методика «Эмоциональный дневник» (с 5 лет) А.О.Прохоров**

**Цель:** Исследование психического состояния детей дошкольного возраста в детском саду в течение длительного времени (более 1 месяца).

**Подготовка:** На каждого ребенка подготовить бланки (или использовать тетради), в верхней части которых — пиктограммы, изображающие психическое состояние (веселость, страх, удивление, спокойствие, злость, печаль, агрессивность, умиление, мечтание, хитрость, обида, стресс, скепсис). Ниже, горизонтально, располагаются рисунки — модели, обозначающие: дату заполнения, приход ребенка в детский сад, завтрак, познавательную, музыкальную,продуктивные виды деятельности, прогулку, обед, подготовку ко сну, подъем, полдник, игры со сверстниками, общение с педагогом, ужин, уход из детского сада. Между рисунками проводятся вертикальные линии. Всего 15 колонок, 16-я — «баллы». По вертикали: обозначается дата заполнения, предлагается ребенку выбрать то психическое состояние, которое он отмечает у себя (из предло-женных пиктограмм) в течение дня в каждой из колонок. Подготовка детей: совместно с детьми смоделировать и обсудить изображения пиктограмм, характеризующих определенные психические состояния; составить обозначения, отражающие режимные моменты, деятельность, общение. Первую неделю необходимо оказывать помощь ребенку при заполнении («вместе, но не вместо!»).

**Инструкция:** «Заполните пустые клеточки, выбрав то лицо, какое бывает при выполнении этой деятельности (называется колонка, которую требуется заполнить)».

Дополнительно проводится индивидуальная беседа с каждым ребенком с целью выявить причины, мотивацию, научить распознавать собственное состояние и обозначать его при помощи пиктограммы.

Можно использовать и другой вариант методики: порекомендовать родителям и дома вести такой дневник. По горизонтали расположить такие разделы:

1) Общение с каждым членом семьи.

2) Сон, отдых.

3) Любимые занятия ребенка.

4) Совместная деятельность с взрослым.

5) Гигиенические процедуры.

6) Принятие пищи.

7) Труд и т.д.

Можно предложить родителям вести свой дневник, параллельно с ребенком. Его оформляют так же, как и предыдущий, и отмечают психическое состояние своего ребенка. А затем сравнивают с результатом заполнения ребенка. Это поможет установить адекватную оценку родителями психического состояния своего ребенка.

**Обработка данных проводится по горизонтали и вертикали дневника.**

**Горизонтально:**

1. Анализируется каждый день, прожитый ребенком, подсчитывается количество позитивных психических состояний и ставится балл. Он может быть от 0 до 14. Сравнивается с ключом:

0 — 3 балла — НПС высокой степени;

4 — 6 6. — НПС средней степени;

7—1 0 6. — НПС низкой степени;

11 — 14 6. — П ПС (позитивное психическое состояние).

2. В целом по методике анализируется количество используемых пиктограмм, отмечается, какие пиктограммы, отражающие позитивное психическое состояние, не применял ребенок, выясняется причина.

В норме используется 5—7 пиктограмм. Анализ дает информацию для:

• руководителей ДОУ — об обеспечении педагогом эмоционального комфорта каждого ребенка в группе детского сада;

• педагогу — о проблемах ребенка, его реакции на определенный вид деятельности, взаимоотношениях со сверстниками, педагогами, об отношении к посещению детского сада, режимным моментам;

• психологу — о наличии удошкольников конфликтов, страхов, нарушениях поведения и взаимоотношениях с окружающими.

**Каждые два месяца проводится вертикальный анализ.**

1. Рассматривается каждый режимный момент, вид деятельности, общение и т.д., отдельно. Присваивается по 1 баллу за количество негативных выборов. Их может быть от 0 до 40, также учитывают, какую пиктограмму чаще всего выбирает ребенок для оценки своего П.С. Полученные данные сравнивают с ключом методики.

2. Прослеживается периодичность появления того или иного состояния: «каждый день», «определенный период», «несколько раз в месяц», «не наблюдается системы». Выявляются причины.

Количество негативных выборов от 10 и выше могут свидетельствовать:

• об устойчивом негативном отношении к определенному виду деятельности, педагогу, связанному с этой деятельностью;

• низком социальном статусе ребенка в группе;

• роли ребенка как объекта или субъекта агрессии (уточняется с помощью бесед, наблюдений);

• депрессивном состоянии (грусть, склонность к слезам, нарушение аппетита, раздражимость — продолжаются в течение 2-х и более недель);

• о тяжелой степени адаптации ребенка, вновь поступившего в детский сад (при 35—40 выборов по вертикали и при соответствии НПС степени горизонтального анализа);

• об отсутствии взаимопонимания, помощи и поддержки со стороны педагога группы и т.д.

**Ключ к методике при вертикальном анализе результатов**

