**Цель:** вызвать интерес к себе, к осознанию собственного настроения и его влияния на окружающих; диагностика эмоционального состояния участников образовательного процесса.

**Участники акции**: родители, воспитанники и сотрудники ДОУ.

**Оборудование и материалы**: плакаты с нераскрашенной радугой; инструкция; жетоны из цветной бумаги (цвета по М. Люшеру: серый, черный, фиолетовый, коричневый, синий, красный, зеленый, желтый); клей карандаш; ручка, фломастер.

**Предварительная работа**: накануне проведения акции, в группах разместить объявления и объяснить родителям суть акции; изготовить плакаты и жетоны, и разместить их в доступном для детей и родителей месте в раздевалках групп; составить короткие инструкции по участию в акции для размещения в месте ее начала.

**Место и время проведения**: групповые раздевалки, в любое время (согласно рабочего графика ДОУ).

**Описание акции:** в начале недели в групповых раздевалках размещаются плакаты, жетоны (8 цветов по М. Люшеру), клей-карандаш, ручка, маркер. в основе акции лежит методика цветовых выборов М.Люшера, детям и родителям предлагается выбрать жетон того цвета, на который больше всего похоже их настроение в данный момент (здесь и сейчас). По итогам акции педагог-психолог анализирует цветовыбор по количественным и качественным характеристикам, делая вывод о общем эмоциональном фоне в учреждении.

Участникам акции дается **инструкция**: Дорогие друзья! Предлагаем Вам принять участие в акции: заглянуть в свой внутренний мир, прислушаться к себе, понять эмоции, которые наполняют Вас в данный момент. Подумайте, на какой цвет похоже Ваше настроение. Возьмите жетон соответствующего цвета и прикрепите его к Радуге. Попросите своего Малыша сделать то же самое.

Данная акция рассчитана на всю неделю: первый плакат вывешивается в начале недели, 2й – в конце недели (если педагог-психолог преследует цель отследить динамику изменения настроения), либо на всю неделю вывешивается один плакат и снимается по окончанию акции.

**Краткая характеристика цветов по М.Люшеру**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Цвет** | **Психологическое значения цвета** | **Нравится** | **Не нравится** |
| **Синий** | Общение, отношения с людьми | Стремление к покою, потребность в приятном общении, стремление к гармонии, чувствительность, удовлетворенность своей деятельностью | Беспокойство, суетливость, отсутствие глубоких «сердечных» связей, неудовлетворенность отношениями и своей деятельностью |
| **Зеленый** | Положение в социуме, амбиции | Напряжение воли, самоутверждение, тщеславие, желание играть определенную роль | Низкий уровень притязаний, пассивное отношение к социальному порядку. Окружающие воспринимаются как оказывающие давление, принуждающее делать нежелаемое |
| **Красный** | Энергия,  активность,  власть | Стремление к эмоциям, активное участие, энергичность, нетерпеливость | Раздражительность, потребность в покое и бережном отношении, ощущение слабости, беспомощности, упадок сил, утомление, обиды |
| **Желтый** | Эмоции и отношения с людьми | Возбужденность, готовность к контактам, ожидание встреч, эмоциональная открытость, суетливость, бегство от проблем, иллюзии и фантазии | Беспокойное ожидание, критическое отношение к выбору контактов и увлечений, замкнутость, скованность, переутомление |
| **Серый** | Отношение к коллективу, интеграция | Отгораживание от людей, осторожность в общении, сдержанность, замкнутость, скрытность, социальная изоляция | Готовность к общению, заинтересованность в отношениях, стремление к социальному успеху, эмоциональная возбудимость |
| **Фиолетовый** | Чувствительность,  подсознание,  эротика | Стремление очаровывать, чувственность, ориентация на эмоции, внушаемость, интуиция и мистицизм | Контроль чувств, сдержанность, черствость, рациональность, упор на мышление и логику, стремление к порядку |
| **Коричневый** | Физические  потребности  организма | Регрессия к физическим потребностям, бегство от проблем, потребность в комфорте и физическом удовлетворении | Подавление, вытеснение или торможение физических потребностей |
| **Черный** | Отношения с миром, самоощущение своего места в мире | Выражение протеста, негативизм, импульсивно-агрессивное поведение, протест, бегство от действительности, склонность сгущать краски и преувеличивать проблемы | Способность терпеть ограничения, идти на компромиссы, соглашаться с условиями, конформизм, приспособленчество, беспечность и игнорирование угроз |

**Варианты плакатов «Радуга настроения»:**

