|  |  |
| --- | --- |
| Консультация "Сохранение и укрепление психологического здоровья детей посредством создания благоприятного микроклимата в группе ДОУ" |  |
|  |
|  |
| Наверное, все без исключения родители хотят видеть своего ребёнка счастливым, улыбающимся, умеющим общаться с окружающими людьми. Не всегда это получается, и задача взрослых – помочь ребёнку разобраться в сложном мире взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.Общество начинает всё больше и больше понимать, что основы воспитания закладываются в детстве и сохранение психологического здоровья ребёнка – одно из наиболее важных направлений.В общении между детьми всё чаще приходится наблюдать проявление таких качеств, как жестокость, нежелание и неумение помочь сверстнику посочувствовать, порадоваться вместе с ним, неумение уступать. Дети проявляют нетерпимость к индивидуальным особенностям друг друга.Поэтому немаловажные задачи в работе педагога-психолога – формирование гуманных межличностных отношений между старшими дошкольниками и установление позитивного микроклимата в группе. Ведь именно здесь дети проводят большую часть времени, а сверстники в группе являются их основным кругом общения.В связи с этим каждый новый учебный год у нас начинается с диагностики межличностных отношений детей в группе, чтобы определить какое положение в ней занимает каждый ребёнок, насколько ему комфортно в группе, удовлетворена ли его потребность в общении со сверстниками. Для этого проводятся наблюдения и социометрическое исследование: графическая методика « Я в детском саду» и в комплексе с ней методика «Два домика». На основе полученных данных планируется дальнейшая коррекционно-развивающая работа по данной проблеме.Наибольший эффект в развитии коммуникативной сферы детей достигается поэтапным включением игр и игровых упражнений в непосредственно образовательную деятельность:1-й этап - общение без слов2-й этап внимание к другому3-й этап согласованность действий4-й этап общение переживания5-й этап взаимопомощь в игре6-й этап добрые слова и пожелания7-й этап помощь в совместной деятельностиГлавной целью первого этапа является переход к непосредственному общению, что предполагает отказ от привычных для детей вербальных и предметных способов взаимодействия. Общее правило для всех игр — запрещение разговоров между детьми. Таким образом, можно исключить возникновение ссор, споров, договоров. В каждой игре вводится особый язык условных сигналов, которыми участники могут обмениваться при общении. В основном эти сигналы выражаются в физическом контакте. Такие игры как: «Птенцы», «Волны», «Ожившие игрушки», «Жизнь в лесу». Так, например, в игре «Жизнь в лесу» в качестве приветствия дети должны тереться друг о друга носами, спрашивая о том, как дела, дети хлопают своей ладонью по ладони другого ребенка, сообщая партнеру, что все хорошо, дети кладут голову ему на плечо. Кроме того, в игры не вводится никаких предметных атрибутов (посуды, игрушек, костюмов).Целью второго этапа является формирование способности видеть сверстника, обращать на него внимание и уподобляться ему. Многие дети настолько сосредоточены на себе и своем Я, что другие дети становятся лишь фоном их собственной жизни: их интересует не столько сверстник сам по себе, сколько его отношение к ним. Для формирования способности видеть сверстника, можно предложить детям задания, успешное выполнение которых требует пристального внимания к другим детям: их действиям, внешности, мимике, голосу, жестам. В процессе игр ребенок должен максимально сосредоточиться на сверстнике. Все игры направлены на развитие способности увидеть другого, почувствовать единство с ним. На этом этапе, наряду с широко известными и традиционными играми, такими, как «Зеркало», «Эхо», «Испорченный телефон», можно использовать новые игры: «Общий круг», «Переходы», «Передай настроение», «Найди своего брата или сестру». Так, например, в игре «Найди своего брата или сестру» дети превращаются в детёнышей животных (котята, щенки, телята). С завязанными или закрытыми глазами по звукам, которые издают детёныши (мяукают, скулят, мычат), дети находят свою пару, брата или сестру.Правила игр третьего этапа задавались таким образом, что для достижения определенной цели дети должны действовать с максимальной согласованностью. Это требует от них, во-первых, большого внимания к сверстникам и, во-вторых, умения действовать с учетом потребностей, интересов и поведения других детей. Используют такие игры, как: «Сороконожка», «Заводные игрушки», «Составные фигуры». В игре «Составные фигуры» используется образ любого животного с которым знаком ребёнок (слон, собака, кошка). Затем выбираются дети, каждый из которых будет изображать какую-нибудь часть тела животного. Когда животное составлено, ему предлагается пройтись по комнате: каждая часть должна соблюдать очерёдность движений. Такая согласованность способствует ориентации на другого, сплочённости действий и возникновению чувства общности.Четвёртый этап состоит из игр, направленных на переживание общих эмоций. Во многих играх, приведенных выше, детей объединяют не только одинаковые движения, но и общее настроение, общий игровой образ. Совместное переживание каких-либо эмоциональных состояний (как положительных, так и отрицательных) объединяет детей, порождая чувство близости, общности и желание поддержать друг друга. Используются такие игры, как: «Заблудившиеся дети», «Курица с цыплятами», «Две страны». В игре «Две страны» дети делятся на две подгруппы. Одни – жители грустной страны, другие – жители весёлой страны. Жители весёлого государства должны «заразить» грустных жителей своим весельем и смехом, дети, которые заразятся смехом весёлых жителей, переходят на их сторону и начинают заражать своей радостью тех, кто всё ещё грустит.На пятом этапе становится возможным использование игр, требующих от детей взаимопомощи, проявления сопереживания. Причем в некоторых ситуациях ребенок может проявить помощь не только в игре, но и в реальной жизни: дети помогают воспитателям покормить обедом младшую группу, одеть маленьких на прогулку. Используют такие игры, как: «Старенькая бабушка», «Живые куклы», «День помощника».Шестой этап состоит из игр, направленных на словесное выражение своего отношения к другому. Задача данного этапа - научить детей видеть и подчеркивать положительные качества и достоинства других детей. Делая сверстнику комплименты, говоря ему свои пожелания, дети не только доставляют ему удовольствие, но и радуются вместе с ним. Используют такие игры, как: «Пожелания», «Комплименты», «Связующая нить», «Конкурс хвастунов». В игре «Конкурс хвастунов» проводится соревнование, кто лучше всего похвастается, но хвастаться нужно не собой, а своим соседом, найти в нём как можно больше достоинств.На седьмом этапе проводятся игры-занятия, предполагающие различные формы взаимопомощи: дети должны делиться со сверстником, помогать ему в процессе совместной деятельности. Занятия на совместную деятельность проводятся только, когда между детьми уже установлены доброжелательные и неконфликтные отношения. Кроме того, на этом этапе впервые вводится соревновательный момент, причем дети соревнуются не за собственный успех, а за успех другого. Так, например, широко используется игра «Мастер и подмастерья», где, для того чтобы один мастер выиграл у другого, подмастерья должны всячески помогать ему (при аппликации — вырезать необходимые детали, при лепке — разминать пластилин, лепить отдельные детали, при мозаике — подыскивать элементы нужного размера и цвета). Такие формы совместной деятельности способствуют развитию взаимопомощи, способности принимать планы и замыслы другого и радоваться его успеху. Все это смещает соревновательный момент на второй план. Используются такие игры, как «Общая картина», «Рукавички», «Закончи рисунки».Кроме игр, в своей работе я использую некоторые эффективные инновационные методы, приёмы и пособия изготовленные мной.Так, например, мною была изготовлена «Подушка настроения». Она представляет собой сшитую из ткани разных цветов (40х50 см.) подушку. С одной стороны тёмные цвета (серый и чёрный) и вышита грустная пиктограмма. С другой стороны светлые цвета (голубой и розовый) и весёлое изображение. Если у ребёнка, пришедшего ко мне грустное настроение, и он хочет поделиться этим с другими, рассказать, в чём причина или просто хочет, чтоб на него обратили внимание и пожалели, он берёт эту подушку и переворачивает грустным изображением. Тогда, совместно с другими детьми мы в ходе беседы с ним, обсуждаем возникшие проблемы, узнаём причину и пытаемся оказать посильную помощь, чтоб вернуть ребёнку весёлое настроение. Когда к нему возвращается весёлое настроение, ребёнок переворачивает подушку весёлым изображением, и мы вместе со всеми детьми радуемся этому волшебству: водим хороводы, хлопаем в ладоши, кричим «Ура!», поем песни, танцуем.Так же были изготовлены «Варежки мирилки» (две варежки соединённые между собой длинной полосой). Если я замечаю, что у меня на занятии дети поругались или что-то не поделили, мы одеваем одну перчатку на руку одному ребёнку, а вторую на руку другому, а лента делает их одним целым. Дети рассказывают, из-за чего возник конфликт, и мы все вместе пытаемся его урегулировать. В конце ребята произносят «мирилку» и обнимаются.Это что за чудеса!Раз рука и два рука!Хватит нам уже сердиться,Веселятся все вокруг!Поскорей давай мириться:Ты мой друг!И я твой друг!Мы обиды все забудемИ дружить как прежде будем!Для знакомства с эмоциональной сферой, для сплочения и умения взаимодействовать в паре поможет «Чудо-кубик». Мягкий кубик (20х20 см.) белого цвета с липучками, пуговицами, кнопками, шнуровкой и замками. К нему прилагаются ткани разных цветов, пиктограммы и картинки. С его помощью можно выявить особенности эмоционального развития детей, наличие тревожности и агрессивности при помощи игры «Разложи цвета» на основе цветового теста М. Люшер.Познакомить с основными эмоциями: радость, удивление, грусть, гнев, страх поможет игра «Угадай эмоцию». С её помощью дети учатся распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимика, пантомимика, интонация). А также при помощи игры в паре «Нарядим кубик» происходит сплочение детей.Ещё одна удачная находка, это создание в группе «Уголка настроения», для отслеживания причин плохого настроения у детей и его дальнейшей коррекции. Для этого на ковролине, в групповой комнате на липучках прикреплены фотографии всех детей группы, а внизу условные обозначения: солнышко (настроение весёлое), голубое небо (настроение спокойное, ровное), чёрная туча (сердитое настроение), дождик (грустное). Приходя утром в детский сад, дети отмечают своё настроение (прикрепляют свою фотографию рядом с условным обозначением). В течение дня, если настроение у ребёнка меняется, то и фотографию он может переставить к другому условному обозначению, то есть изменить свой выбор. В начале этой работы дети были сосредоточены только на своих условных обозначениях, на своём состоянии. Но при проведении систематических бесед, анализа настроения детей, при изучении мимических проявлений, оказании поддержки и сочувствия со стороны воспитателя и детей друг другу дошкольники сами стали обращать внимание на настроение других детей («Почему у тебя плохое настроение?», «Что у тебя случилось?», «Давай вместе поиграем!»).Очень важно создать в группе позитивный настрой и сделать её как можно более сплочённой.Ещё один удобный и эффективный способ создание благоприятного микроклимата в группах это использование мультимедийных презентаций.Мультимедийные презентации используются на диагностических и коррекционно-развивающих занятиях. Индивидуальные и подгрупповые медиазанятия проводятся в кабинете педагога-психолога, а групповые в музыкальном зале, оснащённом мультимедийным проектором и экраном. Используются такие презентации, как «Классификации чувств», «Тренируем эмоции», «В гостях у сказки». Практика показала, что при условии систематического использования мультимедийных презентаций в сочетании с традиционными методами достигается наибольшая эффективность на диагностических и коррекционно-развивающих занятиях.И, конечно, в работе по сохранению и укреплению психологического здоровья не обойтись без взаимодействия с родителями. С ними проводятся индивидуальные беседы и консультации: «Что делать, если ребёнок говорит грубые слова?», родительские собрания: «Ох уж эти ссоры, или немного о детской конфликтности», совместные досуги: «Вместе с мамой, вместе с папой».Такая система работы даёт хорошие результаты, способствует развитию взаимопомощи, социальных чувств, формированию положительного отношения детей друг к другу.Подводя итоги, можно сделать вывод, что создание общего эмоционально-позитивного микроклимата в группе оказывает влияние на формирование нравственных качеств личности ребёнка, тем самым сохраняется и укрепляется психологическое здоровье детей. |