

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города
Новосибирска

«Детский сад комбинированного вида № 432»

Копилка педагогических идей
по улучшению пребывания ребенка в ДОУ
в интересах развития его личности
(как итог заседаний «Педагогической лаборатории»)



г. Новосибирск, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

1. БЛОК: Воспитатель и ребенок: эффективное взаимодействие	
1.1. Детские конфликты. Как их разрешить?	3
1.2. Основные стратегии психолого-педагогической помощи «непопулярным детям».....	5
1.3. Взаимодействие с гиперактивными детьми.....	6
1.4. Специфика психоэмоционального развития детей с ОВЗ.....	8
1.5. Стратегии по коррекции агрессивного поведения дошкольников...	10
1.6. Игры на коррекцию поведения и личности.....	10
1.7. Тревожные дети. Игры с тревожными детьми.....	19
2. БЛОК: Воспитатель и родители	
2.1. Адаптация к детскому саду. Как помочь ребенку?.....	26
2.2. Памятка для родителей «Что делать вместо наказаний?».....	27
2.3. Десять правил поэтапного изменения проблемного поведения ребенка.....	27
2.4. Памятка для педагогов «Стратегии поведения при конфликтной ситуации с родителями».....	29
2.5. Рекомендации по взаимодействию с трудными психологическими типами родителей	30
2.6. Применение приёмов пассивного и активного слушания в ходе бесед (консультаций) с родителями.....	31
2.7. Реализация технологии разрешения конфликтных ситуаций в общении с родителями.....	34

1 БЛОК: ВОСПИТАТЕЛЬ И РЕБЕНОК

ДЕТСКИЕ КОНФЛИКТЫ. КАК ИХ РАЗРЕШИТЬ?

Причины возникновения конфликтов в детском коллективе

В общении детей друг с другом возникают ситуации, требующие согласованности действий и проявления доброжелательного отношения к сверстникам, умения отказаться от личных желаний ради достижения общих целей. Дошкольник еще не осознает свой внутренний мир, свои переживания, намерения, интересы, поэтому ему трудно представить, что чувствует другой. Он видит только внешнее поведение другого: толкает, кричит, мешает, отбирает игрушки и т.д., но он не понимает, что каждый сверстник – личность, со своим внутренним миром, интересами и желаниями. У сверстников вызывают раздражение те дети, с которыми трудно договориться, кто нарушает правила, не умеет играть, медлительные, несообразительные, неумелые. *Важно помочь ребенку посмотреть на себя и сверстника со стороны.*

Психологические проблемы дошкольников в сфере взаимоотношений как источник конфликтов:

Главное – знание возрастных особенностей ребенка.

Непослушание, упрямство, неорганизованность поведения, медлительность, робость, неусидчивость, леность, беззастенчивость, лживость, слабоволие – часто служат причиной недовольства взрослых, вызывая эмоциональную напряженность отношений и взаимное раздражение.

Особенности общения со сверстниками:

1. Большое разнообразие и широкий диапазон коммуникативных действий (навязывание своей воли, требования, приказы, обман, спор)
2. Чрезмерно яркая эмоциональная насыщенность общения
3. Нестандартность и нерегламентированность действий (неожиданные действия и движения – принятие причудливых поз, кривляние, передразнивание, придумывание новых слов, небылиц и дразнилок)
4. Преобладание инициативных действий над ответными (для ребенка важнее его собственное высказывание или действие – несогласованность порождает конфликт)

Эмоциональное неблагополучие, связанное с затруднениями в общении, может привести к психическому заболеванию (от агрессии до страха). В дошкольном возрасте у ребенка формируется характер и постоянная коррекция поведения со стороны взрослого (воспитателя и родителя) ему очень необходима. *Нужно научить ребенка социально приемлемым нормам поведения и общения.*

Становясь посредником в разрешении детских конфликтов, воспитатель должен учитывать их характерные особенности:

- При разрешении конфликтной ситуации воспитатель несет профессиональную ответственность за правильное разрешение ситуации конфликта;

- Взрослые и дети имеют разный социальный статус, чем и определяется их разное поведение в конфликте и при его разрешении;

- Разница в возрасте и жизненном опыте разводит позиции взрослого и ребенка, порождает разную степень ответственности за ошибки;

- Различное понимание событий и их причин участниками, конфликт глазами воспитателей и детей видится по-разному;

- Присутствие других детей при конфликте превращает их из свидетелей в участников, а конфликт приобретает воспитательный смысл;

- Профессиональная позиция воспитателя – взять на себя инициативу разрешения конфликта и на первое место поставить интересы формирующейся личности;

- Детские конфликты легче предупредить, чем успешно разрешить.

Деятельность воспитателя при разрешении детских конфликтов должна быть планомерной и включать следующие последовательно выполняемые стадии:

1. Определение и оценка сущности конфликтной ситуации, ее причин (кто участвовал в конфликте и кто знает, что произошло). Сообщение о своем неудовольствии появлением конфликта. Избавление от «зрителей».

2. Оценка целей конфликтной ситуации (открытым обсуждением, с использованием интуиции воспитателя, чтобы заглянуть в скрытый смысл происходящего)

- утверждение личных притязаний,

- умаление достоинств другой стороны,

- корыстные устремления,

Важно показать детям различия в понимании целей, который каждый из них преследовал в ссоре. Чаще всего эти цели различны.

3. Обратить внимание на эмоциональное состояние детей, вступивших в конфликт, понять причины этого состояния, урегулировать бурные реакции на конкретных примерах психологического климата детского коллектива (например, несколько раз вдохнуть и выдохнуть, развести в разные стороны, выпить воды, сесть...). Педагог должен разрядить собственные и детские отрицательные эмоции.

Воспитатель может использовать позитивное сообщение, которое включает в себя:

- описание произведенного действия

- описание возможного или неизбежного результата этого действия

- предложение альтернативного варианта поведения.

Основные стратегии психолого-педагогической помощи непопулярным детям

- Переориентация недоброжелательного отношения к нему детей, изменение социальных установок и выработка системы положительных оценок. Научить детей видеть в сверстнике достойного партнёра, радоваться успехам других, восхищаться личными качествами детей, развивать социально-перцептивные качества: рефлексии, эмпатию, идентификацию.
- Важно переориентировать самовосприятие самого ребёнка: вызвать интерес к своему внешнему виду, личным достоинствам. Поэтому первостепенное значение здесь имеет активно-положительное отношение педагога к детям, который обнаруживает и демонстрирует самому ребёнку его положительные качества.
- Внимание педагога направлять на внутренние переживания ребёнка, использование эмоционального комментария взрослым всего происходящего, что поможет ребёнку эмоционально откликнуться на происходящее. Предложить ребёнку самому стать комментатором наблюдаемых игр сверстников, их споров, конфликтов.
- Чтение художественной литературы, рассматривание картинок, где отмечаются с помощью вопросов взрослого особенности проявлений человеческих взаимоотношений, способы взаимодействия людей. Таким образом, косвенно приобретает опыт коммуникативной деятельности. Включать ребёнка в условия реального общения с наиболее доброжелательными детьми, поддерживая все попытки общаться.
- Создать ситуацию успеха для детей и сделать их заметными для сверстников.
- Обогащение представлений детей о собственно игровой деятельности: привлечение внимания к сюжетам игр, содержанию игровых действий, последовательности, к игровым умениям сверстников, их весёлому жизнерадостному настроению. Обучение детей реализации игровых замыслов, выполнению игровых действий (вначале в игре-занятии с воспитателем), формирование умения сосредотачиваться на своей роли, использовать по назначению игрушки, стимулирование ребёнка к придумыванию собственной игры. Необходимо научить детей понимать замысел товарища, рассказывать о своём, планировать совместную игру, определять последовательность действий.
- Предложить ребёнку ведущую роль в игре, но при этом он должен быть точно осведомлён взрослым о функции его роли и вытекающих правилах, о главной и промежуточной целях совместной игры.
- Расширять контакты детей, выявляя партнёров со схожими интересами.
- Включение дошкольников в различные виды социально полезной деятельности при одновременном формировании положительного отношения к ней и закреплении положительных переживаний, связанных с успехом в деле на общую

пользу. Мотивация: помощь другу, помощь своей группе, судья конфликта. Главное, чтобы ребёнок реально проявил социально значимое качество.

- Общественное мнение детской группы.
- Обеспечение ребёнку возможности зрительного восприятия непривлекательности норм поведения отрицательных персонажей литературных произведений, мультфильмов. Упражнять ребёнка в применении этических ценных норм взаимоотношений, научить его использовать приемлемые в обществе способы разрешения конфликтов.
- Приём моделирования совместной деятельности, где ребёнку предоставляется возможность быть режиссёром и строить, например, систему взаимоотношений героев сказки.
- Утешение, сочувствие помогает ребёнку избавиться от чувства вины, гнева, смущения, незащитности.

ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК

Взаимодействие с гиперактивными детьми осуществляется в двух направлениях:

Первое направление – ежедневная работа по развитию движений и самоконтроля поведения детей во время прогулок, используются двигательные упражнения в игровой форме индивидуально или с небольшой подгруппой.

Игры упражнения направлены на развитие внимания и координации у детей. Подробно объясняются правила и показывается каждое движение. В процессе усвоения правил и содержания игры дети должны действовать по инструкции взрослого и под его наблюдением.

Второе направление - работа с семьей, которая включает следующие задачи:

1. Сформировать у родителей положительную направленность на организацию эмоционально-насыщенного взаимодействия с ребенком (индивидуальные консультации, беседы и др.)

В условиях детского сада педагог должен опираться на когнитивное развитие ребенка.

Во-первых, следует изучить психологические особенности детей с СДВГ;

- строить работу с гиперактивным ребенком индивидуально. Он всегда должен находиться перед глазами воспитателя;

- изменить режим занятий с включением физкультминуток;

- предоставить ребенку возможность обращаться за помощью в случае любого затруднения;

- направлять энергию в полезное русло (вымыть доску, полить цветы и т.д.).

Во-вторых, вести знакомую систему оценивания;

- чаще хвалить;

- ввести постоянный режим дня;

- избегать завышенных или заниженных требований;

- использовать на занятиях элементы игры и соревнования;
- давать задания в соответствии с возможностями ребенка;
- большие задания разбивать на последовательные части, контролируя каждое;
- создавать ситуации, в которых гиперактивный ребенок может показать свои сильные стороны;
- игнорировать негативные поступки и поощрять позитивные;
- строить процесс воспитания на положительных эмоциях;
- помнить, что с ребенком необходимо договариваться, а не стараться сломить его!

В-третьих, способствовать элиминации (удаление, исчезновение) агрессии;

- терпеливо обучать необходимым социальным нормам и навыкам общения;
- профессионально регулировать взаимоотношения с другими детьми.

В-четвертых, объяснить родителям и окружающим, что положительные изменения наступят не так быстро; что улучшение состояния ребенка зависит не только от специального лечения и коррекции, но и от спокойного и последовательного к нему отношения. *Что следует помнить?* Гиперактивность - это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и психологический диагноз, который может быть поставлен: 1) специалистами; 2) по достижении ребенком возраста 8 лет; 3) по результатам специальной диагностики и наблюдения за ребенком в течение 6 месяцев.

Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми он самостоятельно не может. Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а скорее ухудшат его.

Эффективные результаты коррекции достигаются при оптимальном сочетании медикаментозных, психологических и педагогических методов, один из которых –упражнения, игры, и другие психотерапевтические средства.

- Целесообразно работать с ними в начале дня, а не вечером.
- Уменьшить их рабочую нагрузку, делать перерывы в работе.
- Перед началом работы (занятий, мероприятия) воспитатель может провести индивидуальную беседу, заранее оговорив правила, за выполнение которых ребенок получает вознаграждение (не обязательно материальное).

•Гиперактивного ребенка необходимо чаще поощрять. Например, каждые 15—20 минут выдавать ему жетоны, которые в течение дня он может менять на «награды»: право идти на прогулку в первой паре, дежурство во время обеда и др.

•Все инструкции, предъявляемые гиперактивному ребенку, должны быть четкими и краткими (не более 10 слов).

• Зачастую гиперактивные дети склонны к манипулированию родителями и воспитателями. Чтобы не допустить этого, взрослый должен помнить: в любой ситуации ему нужно сохранять спокойствие.

СПЕЦИФИКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ

Дети ОНР: Особенности эмоционально-волевой сферы:

1. Повышенная тревожность ведёт к замкнутости, робости, нерешительности, неуверенности, тревогам, страхам, несерьёзности, многословию, заторможенности, скованности. Болезненная реакция на замечания и на повышенный тон.

Ребёнок постоянно застрекает на чем-либо, избегает ответственности, боится выражать своё мнение и тем более его отстаивать.

2. Специфика взаимодействия (нарушения) с окружающими коммуникативные нарушения (ограниченная контактность, замедленная включаемость в ситуацию общения, неумение ориентироваться в ней, неумение поддерживать беседу); недостаточная сформированность социальных взаимоотношений (неумение соотносить свои устремления с интересами других людей; неумение продуктивно взаимодействовать с членами группы, решающей общую задачу; неумение с уважением относиться к ценностям других людей; неумение получать информацию в общении; неумение выслушать другого, и прийти к общему решению; неумение отстаивать свою точку зрения в общении).

Дети ЗНР: Особенности эмоционально-волевой сферы:

1. Поведенческие реакции (нарушения)

Инфантилизм, эйфоричность, негативизм, упрямство, манерничанье, фамильярность со взрослыми, протестные реакции, импульсивность, вспыльчивость, преобладание игровых мотивов.

Ребёнок на резкий запрет отвечает отчаянным непослушанием, постоянно противоречит взрослому и настаивает на своём, часто обижается и кричит.

Повышенная тревожность и чувствительность к различного рода препятствиям, их высказывания часто фрагментарны и не упорядочены.

Быстрая утомляемость и неспособность длительному психическому напряжению, крикливость, капризность, чрезмерная подвижность и впечатлительность, синдромы гиперактивности или гипоактивности, аутистический синдром, астенический синдром, склонность к депрессии, страхи.

2. Неустойчивость эмоционально-волевой сферы:

Нестабильность чувств, резкие перепады настроений, эмоциональная напряжённость, непредсказуемость поведения ребёнка, болезненная реакция на замечания и на повышенный тон взрослого.

Низкий эмоциональный интеллект (не слышит себя и других, не контролирует всплески своих эмоций, не умеет спокойно принимать решения в новой нестандартной ситуации).

Нескоординированность эмоциональных процессов.

Дети УО: Особенности эмоционально-волевой сферы:

1. Слабость собственных намерений и побуждений

Низкий уровень способности соблюдать правила поведения в группе, ребёнок не может заставить себя вести правильно.

Неготовность преодолевать трудности, повышенная тревожность и чувствительность к различного рода препятствиям.

Снижение волевой активности в любом виде произвольной деятельности, вследствие функциональной незрелости лобных долей головного мозга;

2. Повышенная истощаемость нервных процессов

Низкая работоспособность, длительность активного внимания ограничена, отказ от деятельности, негативное отношение ко взрослым, эмоциональные вспышки, «выключение» из пед. процесса (выпадает, уходит в себя).

3. Эмоциональные реакции неадекватны источнику, сниженная способность к эмоциональному заражению и подражанию.

Недостаточная дифференцированность эмоциональных проявлений, косность и однообразие; нестабильность чувств и бедность оттенков; значительная ограниченность диапазона переживаний; крайний характер проявления радости, огорчения и веселья.

Для формирования у детей умений минимизировать свои негативные проявления (агрессию, обидчивость), управлять желаниями и поступками необходимо обеспечить условия для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня:

1. Обеспечить рациональную организацию режимных моментов, соблюдение гигиенических требований к образовательной нагрузке (к продолжительности НОД, расписанию образовательной деятельности, чередованию разных по характеру видов деятельности и видов нагрузки в течение недели, оптимальному двигательному режиму).

2. Создать благоприятную среду для каждого воспитанника в системах отношений «ребёнок-ребёнок» и «ребёнок-взрослый», а именно:

- учитывать и принимать индивидуальные особенности детей;
- использовать в группе минимум запретов;

- применять оптимальное количество требований;
- соблюдать чёткость, единство и постоянство требований;
- обеспечить смену видов детской деятельности.

Нашим детям крайне необходим надежный заслон от психотравмирующих воздействий окружающей среды и поэтому целенаправленная, систематическая работа по формированию у детей поведенческой и эмоционально-волевой сфер способствует выработке у данной категории дошкольников социально приемлемых стилей поведения и реагирования, и, в конечном итоге, повышает успешность их полноценной социализации.

СТРАТЕГИИ ПО КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Стратегия на отреагирование агрессивного поведения:

- помогите ребёнку выражать негативные эмоциональные состояния не гневом и враждебностью, а другими эмоциями и поведением;
- учите выплёскивать гнев в приемлемой форме;
- учите агрессивного ребёнка говорить словами о том, что ему нравится или не нравится;
- учите ребёнка выражать агрессию словами, а не физической агрессией;
- стремитесь использовать чувство юмора, объяснять ребёнку, склонному к агрессии, следующее: «Если кто-то на тебя лает, то не надо лаять (реагировать) в ответ».

Стратегия на переключение состояния:

- стимулируйте положительные эмоции у ребёнка с целью переключения с агрессивного состояния на иное. Используйте новизну, необычность, неожиданность игрового и неигрового поведения и действий с предметами, чтобы переключить ребёнка на неагрессивное поведение.

Стратегия на предупреждение агрессивных состояний:

- у ребёнка: не навешивайте ярлыки на агрессивного ребёнка: злой, забияка, драчун, вредина и более обидные;
- у взрослого: помните, что у вас есть много способов изменения поведения.

ИГРЫ НА КОРРЕКЦИЮ ПОВЕДЕНИЯ И ЛИЧНОСТИ

Злые – добрые кошки (для детей с 3 лет)

Цель: снятие общей агрессии

Дети стоят в кругу, в центре на полу лежит обруч – «волшебный круг» для превращения.

Ребенок входит в обруч и по сигналу взрослого превращается в злощую кошку: шипит, выпускает когти. При этом из «волшебного круга» выходить нельзя.

Дети, стоящие вокруг, говорят: «Сильнее, сильнее...». По сигналу взрослого «превращение» заканчивается и ребенок выходит из круга.

Игра повторяется со следующим ребенком.

После детям предлагается превратиться в добрых и ласковых кошечек.

Детский футбол (для детей с 4 лет)

Цель: *снижение агрессии, ослабление негативных эмоций*

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на 2 команды. Взрослый – судья. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол. Взрослый следит за соблюдением правил: нельзя пускать в ход руки и ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

Качели (для детей с 4 лет)

Цель: *коррекция страхов, застенчивости, развитие умения чувствовать других*

Участвуют ребенок и родитель или двое детей. Один садится в позу «зародыша»: поднимает колени и наклоняет к ним голову, ступни плотно прижаты к полу, руки обхватывают колени, глаза закрыты. Второй встает сзади, кладет руки на плечи сидящему и осторожно начинает медленно покачивать его, как качели. Ритм медленный, движения плавные. Выполнять упражнение 2 – 3 минуты. Затем участники меняются местами. Сидящий не должен «цепляться» ногами за пол и открывать глаза. Можно надеть на глаза повязку.

Жмурки (для детей с 4 лет)

Цель: *коррекция страхов, застенчивости, развитие умения чувствовать других*

Водящему завязывают глаза, остальные игроки бегают по комнате, издавая веселые звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а вот и я!» Схватив попавшегося, водящий угадывает, кто это, и только после снимает повязку. Следите, чтобы ребенок долго не «жмурился» в поисках игроков, как только почувствуете, что они затаились, поддайтесь с радостью.

Мешок с капризками (для детей с 4 лет)

Цель: *снижение агрессии, упрямства, ослабление негативных эмоций*

Дети встают полукругом, психолог показывает мешок и говорит:

- Посмотрите, это не простой мешок - в нем собрались все детские капризы и упрямства. Иногда они вылезают из него и заставляют нас капризничать. Давайте прогоним капризы, чтобы они не испортили нам настроение. Для этого нужно изо всех сил постучать кулаками по мешку.

По окончании упражнения психолог выясняет у детей, не осталось ли у них «капризок» и «упрямок».

Капризуля (для детей с 4 лет)

Цель: коррекция упрямства, капризности

Выбирается Капризуля, он встает в центр круга. Его просят хныкать громче, а остальные должны его успокаивать. Детям можно подсказывать, как лучше ее успокоить. Затем выбирается другой ребенок на роль Капризули.

По окончании игры выясняют у каждого ребенка, что понравилось больше - капризничать или успокаивать, и почему.

Упражнение можно проводить в парах. Тогда один участник – Капризуля, а другой его успокаивает.

Злые мыльные пузыри(для детей с 4 лет)

Цель: учить контролировать гнев с помощью одной из дыхательных техник

Детей просят назвать ситуации, когда они злятся на кого –нибудь.

«Сейчас я научу вас, как справляться со своей злостью. Закройте глаза и представьте, что у вас в руках трубочка для мыльных пузырей. (дети поносят к губам ладони, имитируя соломинку). Медленно выдыхайте, чтобы образовался мыльный пузырь, который наполнен злостью. Сделайте большой злой пузырь. Вот он образовался и полетел вверх, выше и выше. Он становится меньше и меньше и вот совсем исчез. Теперь сделайте другой злой пузырь и подождите пока не исчезнет или лопнет. Пускайте пузыри до тех пор, пока вся злость не выйдет из вашего тела. Затем можно открыть глаза».

Дети открывают глаза: «А теперь подул прохладный ветерок и унес остатки всех злых пузырей, которые были у нас в группе».

Уходи, злость, уходи!(для детей с 4 лет)

Цель: снижение агрессии, ослабление негативных эмоций

Играющие ложатся на ковер по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силой бить ногами по полу, а руками по подушкам с громким криком «Уходи, злость, уходи!» Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раздвинув ноги и руки, и спокойно лежат, слушая музыку 3 минуты. Следите, чтобы ударяя руками по подушке, дети не попадали очень часто по рукам соседа. Отдельные попадания полезны.

Выбиваем пыль(для детей с 4 лет)

Цель: снижение агрессии, ослабление негативных эмоций

Каждому участнику достается «пыльная» подушка. Он должен, усердно колотя руками, хорошенько ее «почистить».

Подушка может быть одна и перекидываться по кругу. Кому досталась подушка, тот и колотит, затем кидает ее другому.

Взаимоотношения

Чтение и обсуждение

Стоит небольшой старинный дом

Над зеленым бугром.

У входа висит колокольчик,
Украшенный серебром.
И если ты ласково, тихо в него позвонишь,
То поверь, что в доме проснется старушка,
Седая-седая старушка,
И сразу откроет дверь.
Старушка приветливо скажет:
-Входи, не стесняйся, дружок!
На стол самовар поставит,
В печи испечет пирожок.
И будет с тобою вместе
Чаяк распивать дотемна
И старую добрую сказку
Расскажет тебе она.
Но если, но если, но если
Ты в этот уютный дом
Начнешь кулаком стучаться,
Поднимешь трезвон и гром,
То выйдет Баба-яга,
И не слышать тебе сказки,
И не видать пирога!
Вопросы детям:

- Почему во второй части стихотворения к ребенку из того же дома вышла не добрая старушка, а Баба-яга?
- А почему же тогда старушка поила ребенка чаем с пирогами и читала добрую сказку?

Данное стихотворение можно инсценировать детьми.

Поступки

Беседа по картинкам

Цель: осознание социально приемлемого поведения, расширение поведенческого репертуара, нравственное развитие личности.

Детям показывают сюжетные картинки с изображением различных поступков и предлагают:

- одному из детей - водящему - найти картинку с изображением плохого поступка и объяснить свой выбор.
- найти картинку с изображением хорошего поступка и объяснить.
- обсудить, как следует поступать в данной ситуации,
- придумать рассказ-продолжение.

Расскажи свой страх(для детей с 5 лет)

Цель: коррекция страхов

Минимальное количество участников – 2, чем больше, тем продуктивнее упражнение. В доверительном кругу взрослый рассказывает о детских страхах: «А вот когда я был таким, как ты, то...» Затем задает вопрос: «А у вас было такое?» «А кто чего боится, расскажите!» Дети, по желанию, рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Ведущий каждый раз просит поднять руку тех, у кого было похожее. Следите, чтобы сюжеты рассказов были непохожими, обговорите все возможные детские страхи: темноты, одиночества, смерти, чужих людей, животных, злых сказочных героев и т.д.

Нарисуй свой страх, победи его (для детей с 5 лет)

Цель: коррекция страхов, отреагирование через изобразительную деятельность. *Диагностика «базового страха».*

Ребенку предлагают нарисовать то, чего он боится. Необходим большой лист бумаги, карандаши или краски. После рисования еще раз поговорите, чего же он конкретно боится. Затем возьмите ножницы и попросите ребенка разрезать «страх» на мелкие кусочки, а мелкие – еще на более мелкие, помогите ребенку в этом. Когда «страх» рассыплется на крошечные кусочки, покажите ребенку, что теперь его собрать невозможно. Заверните эти мелкие кусочки в большую бумагу, подойдите к мусорному ведру и выкиньте туда, затем с ребенком сходите и выбросите весь мусор – он вам не нужен, его увезут и сожгут, а вместе с мусором сожгут и «страх», и больше его никогда не будет.

Повторите упражнение через 1– 2 недели. Посмотрите, что изменилось в изображении страха (цвет, сюжет, композиция).

Закрытая дверь (для детей с 5 лет)

Цель: снижение агрессии, упрямства, ослабление негативных эмоций

Дети делятся на пары, садятся «по-турецки» напротив друг друга, опираясь ладошками в ладошки напарника.

- Один из вас - железная, крепкая, неподвижная дверь. Держите свои ладошки очень крепко. А ваш напарник должен сильно давить на «дверь», пытаясь ее открыть. Игра начинается на счет «три», а заканчивается по сигналу «стоп». Внимание! Раз-два-три!..

Через минуту дети меняются ролями.

По окончании упражнения выясняют у детей, что понравилось больше - быть «дверью» или «открывать» ее.

Плоды одного дерева (для детей с 5 лет)

Цель: коррекция страхов, повышение уверенности в себе

Детям показывают бутафорское дерево, на котором созрели черные и желтые плоды. Плоды черного цвета - наши страхи, а желтые плоды - наши смелые поступки.

Каждому ребенку предлагается сорвать один черный плод и рассказать, чего он боится или боялся раньше, или чего когда-то испугался.

Затем сорвать желтый плод и рассказать о своем смелом поступке или о том, чего он не боится.

Психолог первым срывает «плоды»: *«Однажды я испугалась ... Зато я не боюсь ...»*

Теплый круг(для детей с 5 лет)

Дети стоят в кругу, у взрослого – мяч.

«На земле есть много интересных и необычных мест, где нам хотелось бы побывать. Но у каждого из нас есть такое место, где мы чувствуем себя комфортно и комфортно. Вспомните эти места...»

Мяч передается по кругу. Тот у кого мяч, говорит: «Я чувствую себя хорошо... (дома, у бабушки, в детском саду и т.п.)»

По окончании детям задают вопросы:

«Трудно ли было вспомнить любимое место? Почему?»

«Может ли у одного человека быть несколько любимых мест?»

Детям можно предложить найти в комнате комфортное для себя место и посидеть в нем в любой позе 1 минуту.

Несмеянки(для детей с 5 лет)

Цель: снижение застенчивости, упрямства, развитие произвольности

Детям рассказывают историю о государстве Несмеянок и о Клоуне, который решил их рассмешить.

Выбирается Клоун, ему надевают колпак и нос – он должен постараться рассмешить Несмеянок. Остальные дети – Несмеянки – должны постараться не улыбнуться и не засмеяться.

Через некоторое время водящий меняется, игра возобновляется.

По окончании игры выясняют у детей, что было труднее - рассмешить или же самим не рассмеяться.

Злые собаки(для детей с 5 лет)

Цель: коррекция агрессивности, застенчивости, формирование уверенности, смелости

Дети делятся на две группы: одни будут изображать злых собак, другие – испуганных детей. Посередине определяют границу «забора» стульями.

Детям объясняют, что за забором - злые собаки. Они громко лают, бросаются на забор, хотят напугать детей... Детям очень страшно!

Дети выполняют задание, затем меняются ролями.

По окончании игры выясняют, что чувствовал каждый ребенок, когда на него лаяли «собаки», и что он ощущал в роли «злой собаки».

Маленькое привидение(для детей с 5 лет)

Цель: снижение агрессии, научить выплескивать гнев в приемлемой форме

Дети сидят на стульях. Взрослый говорит: «Сейчас мы будем изображать маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и попугать

друг друга. По моему хлопку вы будете делать вот так (*приподнять согнутые в локтях руки, пальцы растопырены*) и произносить страшным голосом: «У-У-У»

Если я тихо хлопаю, то вы тихо говорите «У», а если я громко хлопаю – вы громко пугаете.

Но помните, вы добрые привидения и хотите только слегка пошутить»

В конце игры взрослый говорит: «Молодцы! Пошутили – и хватит. Давайте снова станем детьми»

Штурм крепости (для детей с 5 лет)

Цель: *снижение агрессии, ослабление негативных эмоций*

Из любых небьющихся предметов строится крепость (тапки, стулья, кубики, одежда, книги, одеяла и т.д. – все собирается в одну большую кучу). У играющих есть мяч – «пушечное ядро». По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся куча – «крепость» – не разлетится на куски. С каждым удачным попаданием штурмующие издают громкие победные кличи.

Король и слуги (для детей с 5 лет)

Цель: *снижение застенчивости, эгоцентризма, повышение уверенности в себе, развитие умения различать разные эмоциональные состояния*

Среди детей выбирается король (королева), который отдает приказы и распоряжения. Ему предоставляют трон и корону. Остальные дети – слуги – выполняют распоряжения короля. Если король сидит с серьезным лицом, все с серьезными лицами маршируют. Если король улыбается, все улыбаются и машут ему рукой

По окончании игры детям предлагается обсудить, что они чувствовали, будучи королем и слугой, какая роль понравилась больше, легко ли было выполнять приказы короля, кто был добрым королем, а кто злым и т.д.

В роли короля (королевы) должен побывать каждый ребенок. В зависимости от количества участников в группе, в роли короля и королевы одновременно могут выступать двое детей.

Время «правления» лучше установить с помощью песочных часов.

Два барана(для детей с 5 лет)

Цель: *снижение агрессии, упрямства, ослабление негативных эмоций*

«Рано-рано два барана повстречались на мосту». Игроки разбиваются на пары. Широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места. Кто сдвинулся - проиграл. Можно издавать звуки «Бе». Следите, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

Ругаемся овощами(для детей с 5 лет)

Цель: *снижение вербальной агрессии, ослабление негативных эмоций*

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска», «Ты – морковка», «А ты – тыква» и т.д.

По кочкам(для детей с 5 лет)

Цель: *снижение агрессии, ослабление негативных эмоций*

Подушки раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие – лягушки, живущие на болоте. Вместе на одной кочке капризным «лягушкам» тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: «Ква-ква, подвинься!» Если двум лягушкам тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в «болото» соседку, и та ищет себе новую кочку. Взрослый тоже прыгает по кочкам. Если между «лягушками» дело доходит до серьезного конфликта, он подскакивает и помогает найти выход.

Подушечные бои(для детей с 5 лет)

Цель: *снижение агрессии, ослабление негативных эмоций*

Для игры необходимы маленькие подушки. Играющие кидают друг в друга подушками, издавая победные кличи, колотят друг друга ими, стараясь попадать по различным частям тела. Сюжетом игры может быть «Сражение двух племен» или «Вот тебе за...». Игры начинает взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия, снимая запрет на агрессию.

Необычное сражение(для детей с 5 лет)

Цель: *снижение агрессии, ослабление негативных эмоций*

Количество участников – не менее 2-х человек. В просторном помещении или на улице накидывается много маленький мячей. Представив, что в «битве» обязательно надо победить, участники игры пытаются нападать и защищаться, кидая мячи. Каждый должен собрать больше трофеев, а свои запасы беречь.

Замечание: Объясните, что попадание мячом это немного больно, но таким образом можно стать отважным, сильным, смелым победителем.

Страшные маски(для детей с 6 лет)

Цель: *коррекция страхов*

Минимальное количество участников – 2, но чем больше, тем интереснее и полезнее игра. Необходимы краски и бумага, липкая лента. На бумаге рисуются страшные маски, затем каждый участник примеряет себе любую, остается в ней какое-то время, можно потанцевать «дикие» танцы, побегать, погоняться друг за другом. Затем происходит ритуал снятия масок, все берутся за руки, улыбаются друг другу, можно плавно потанцевать.

Сказка о страхе

Цель: *коррекция страхов.*

Приготовить бумагу и карандаши. Психолог рассказывает сказку: «Жил – был Страх. Все его боялись, и никто не хотел с ним играть. Грустно и скучно стало страху одному, и решил он пойти поискать себе друзей, но никого не нашел, потому что все его боялись и прятались от него...». Давайте нарисуем Страх. Какой он?

Дети рисуют Страх, показывают его друг другу и рассказывают о нем.

Рыбаки и рыбка(для детей с 6 лет)

Чем больше участников, тем игра интереснее и полезнее, но не менее 6. Два участника – рыбки. Остальные встают парами лицом друг к другу в две линии, берут друг друга за руки – это сеть. Рыбка хочет выбраться из сети, она знает, что это опасно, но впереди ее ждет свобода. Она должна проползти на животе под сцепленными руками, которые при этом усердно задевают ее по спине, слегка постукивают по ней, щекочат. Выползая из сети, рыбка ждет свою подружку, ползущую за ней, они берутся за руки и становятся сетью. Процесс смены ролей повторяется 2 – 3 раза.

Предупреждение: Движения сети должны быть в меру агрессивными.

Жужа(для детей с 6 лет)

Цель: *снижение агрессии, ослабление негативных эмоций*

«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее, щекочат. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за «обидчиками» вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам. Взрослый следит за формой выражения «дразнилок». Они не должны быть обидными и болезненными.

"Разговор с руками"(Шевцова И.В.)

Цель: *научить детей контролировать свои действия, коррекция агрессии.*

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики.

После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина.

Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение дня или 2-3 дней они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

Беседа об уверенности и неуверенности

- Что значит быть уверенным в себе? Какой он - уверенный человек? (*твердый, не колеблющийся, не сомневающийся в своих силах, преодолевающий препятствия*).
- Неуверенный человек – он какой?

- Как стать уверенным в себе человеком? *(Для этого нужно учиться и становиться умнее, сильнее, смелее, учиться защищать себя и слабого, учиться общаться, учиться понимать самого себя и других).*

Если кто-то не уверен в себе, он должен и может стать решительнее, поверить в себя, в свои силы и возможности. И еще, каждому человеку нужно научиться ценить и уважать собственное достоинство. Все в ваших руках.

- Какие сказочные герои смогли стать умнее, сильнее, добрее, смелее, трудолюбивее. *(Ребята приводят примеры из сказок.)*

Ассоциации. С чем ассоциируется смелость и трусость, уверенность и неуверенность:

- С каким цветом (выбрать из фломастеров)
- Какие на ощупь (вата, мех, бумага, дерево, пластмасса, металл)
- С каким животным

ТРЕВОЖНЫЙ РЕБЕНОК. ИГРЫ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ

На начальных этапах работы с тревожным ребенком следует руководствоваться следующими правилами:

1. Включение ребенка в любую новую игру должно проходить поэтапно. Пусть он сначала ознакомится с правилами игры, посмотрит, как в нее играют другие дети и лишь потом, когда сам захочет, станет ее участником.

2. Необходимо избегать соревновательных моментов и игр, в которых учитывается скорость выполнения задания, например, таких как "Кто быстрее?"

3. Если вы вводите новую игру, то для того чтобы тревожный ребенок не ощущал опасности от встречи с чем-то неизвестным, лучше проводить ее на материале, уже знакомом ему (картинки, карточки). Можно использовать часть инструкции или правил из игры, в которую ребенок уже играл неоднократно.

4. Игры с закрытыми глазами рекомендуется использовать только после длительной работы с ребенком, когда он сам решит, что может выполнить это условие.

Если ребенок высоко тревожен, то начинать работу с ним лучше с релаксационных и дыхательных упражнений, например: "Воздушный шарик", "Корабль и ветер", "Дудочка", "Штанга", "Винт", "Водопад" и др.

Чуть позднее, когда дети начнут осваиваться, можно к этим упражнениям добавить следующие: "Подарок под елкой", "Драка", "Сосулька", "Шалтай-Болтай", "Танцующие руки".

В коллективные игры тревожного ребенка можно включать, если он чувствует себя достаточно комфортно, а общение с другими детьми не вызывает у него особых трудностей. На этом этапе работы будут полезны игры "Дракон", "Слепой танец", "Насос и мяч", "Головомяч", "Гусеница", "Бумажные мячики".

Игры "Зайки и слоны", "Волшебный стул" и др., способствующие повышению самооценки, можно проводить на любом этапе работы. Эффект от этих игр будет лишь в том случае, если они проводятся многократно и регулярно (каждый раз можно вносить элемент новизны).

Работая с тревожными детьми, следует помнить, что состояние тревоги, как правило, сопровождается сильным зажимом различных групп мышц. Поэтому релаксационные и дыхательные упражнения для данной категории детей просто необходимы. Инструктор по лечебной гимнастике Л. В. Агеева сделала подборку таких упражнений для дошкольников. Мы несколько модифицировали их, внесли игровые моменты, не меняя содержания.

Подвижные игры.

Упражнения на релаксацию и дыхание

"Драка"

Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук. "Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь : а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!"

Это упражнение полезно проводить не только с тревожными, но и с агрессивными детьми.

"Воздушный шарик"

Цель: снять напряжение, успокоить детей. Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию: "Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу". Упражнение можно повторить 3 раза.

"Корабль и ветер"

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно, если дети устали.

•"Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать как шумит ветер!" Упражнение можно повторить 3 раза.

"Подарок под елкой"

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг глаз.

"Представьте себе, что скоро Новогодний праздник. Вы целый год мечтали о замечательном подарке. Вот вы подходите к елке, крепко-крепко зажмуриваете глаза и делаете глубокий вдох. Затаите дыхание. Что же лежит под елкой? Теперь

выдохните и откройте глаза. О, чудо! Долгожданная игрушка перед вами! Вы рады? Улыбнитесь".

После выполнения упражнения можно обсудить (если дети захотят), кто о чем мечтает.

"Дудочка"

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг губ. "Давайте поиграем на дудочке. Неглубоко вдохните воздух, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать, и на выдохе попытайтесь вытянуть губы в трубочку. Затем начните сначала. Играйте! Какой замечательный оркестр!"

Все перечисленные упражнения можно выполнять в классе, сидя или стоя за партами.

Этюды на расслабление мышц Приведенные ниже этюды рекомендованы М.И. Чистяковой в книге "Психогимнастика" и наверняка знакомы многим из вас. Эти этюды полезны для разных категорий детей: тревожных, аутичных, агрессивных. Все упражнения даны в нашей модификации.

"Штанга" Вариант 1

Цель: расслабить мышцы спины. "Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелоатлетами. Представьте, что на полу лежит тяжелая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола на вытянутых руках, приподнимите ее. Очень тяжело. Выдохните, бросьте штангу на пол, отдохните. Попробуем еще раз".

Вариант 2

Цель: расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным. "А теперь возьмем штангу полегче и будем поднимать ее над головой. Сделали вдох, подняли штангу, зафиксировали это положение, чтобы судьи засчитали вам победу. Тяжело так стоять, бросьте штангу, выдохните. Расслабьтесь. Ура! Вы все чемпионы. Можете поклониться зрителям. Вам все хлопают, поклонитесь еще раз, как чемпионы". Упражнение можно выполнить несколько раз.

"Сосулька"

Цель: расслабить мышцы рук. "Ребята, я хочу загадать вам загадку:

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет. (В. Селиверстов)

Правильно, это сосулька. Давайте представим, что мы с вами артисты и ставим спектакль для малышей. Диктор (это я) читает им эту загадку, а вы будете изображать сосульки. Когда я прочитаю первые две строчки, вы сделаете вдох и поднимете руки над головой, а на третью, четвертую — уроните расслабленные руки вниз. Итак, репетируем... А теперь выступаем. Здорово получилось!"

"Шалтай-Болтай"

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди. "Давайте поставим еще один маленький спектакль. Он называется "Шалтай-Болтай".

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. (С. Маршак)

Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова "свалился во сне" — резко наклоняем корпус тела вниз".

"Винт"

Цель: снять мышечные зажимы в области плечевого пояса. "Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде "Начали" будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали! ...Стоп!"

Этюд может сопровождаться музыкой Н. Римского-Корсакова "Пляска скоморохов" из оперы "Снегурочка".

"Косое и мяч"

Цель: расслабить максимальное количество мышц тела. "Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком "с". С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук "с", он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго "с" выпрямилось туловище, после третьего — у мяча поднимается голова, после четвертого — надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком "ш". Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение." Затем играющие меняются ролями.

Игры, способствующие расслаблению

Следующие три игры позаимствованы из книги К.Фопеля "Как научить детей сотрудничать" (1998). Они помогут создать в группе детского сада дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом.

"Водопад"

Цель: эта игра на воображение поможет детям расслабиться. "Сядьте поудобнее и закройте глаза. 2-3 раза глубоко вдохните и выдохните. Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Но это не совсем обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представьте себя под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей

голове,.. Вы чувствуете, как расслабляется ваш лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи... Белый свет течет по вашим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными. Белый свет стекает с вашей спины, и вы замечаете, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по вашей груди, по животу. Вы чувствуете, как они расслабляются и вы сами собой, без всякого усилия, можете глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет вам ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по вашим рукам, по ладоням, по пальцам. Вы замечаете, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к вашим ступням. Вы чувствуете, что и они расслабляются и становятся мягкими. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом вы все глубже расслабляетесь и наполняетесь свежими силами... (30 секунд).

Теперь поблагодарите этот водопад света за то, что он вас так чудесно расслабил... Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза". После этой игры стоит заняться чем-нибудь спокойным.

"Танцующие руки"

Цель: если дети беспокойны или расстроены, эта игра даст детям (особенно огорченным, беспокойным) возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться. "Разложите большие листы оберточной бумаги (или старые обои) на полу. Возьмите каждый по 2 мелка. Выберите для каждой руки мелок понравившегося вам цвета. Теперь ложитесь спиной на разложенную бумагу так, чтобы руки, от кисти до локтя, находились над бумагой. (Иными словами, так, чтобы у детей был простор для рисования). Закройте глаза, и, когда начнется музыка, вы можете обеими руками рисовать по бумаге. Двигайте руками в такт музыке. Потом вы можете посмотреть, что получилось" (2—3 минуты). Игра проводится под музыку.

"Слепой танец"

Цель: развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения.

"Разбейтесь на пары. Один из вас получает повязку на глаза, он будет "слепой". Другой останется "зрячим" и сможет водить "слепого". Теперь возьмитесь за руки и потанцуйте друг с другом под легкую музыку (1—2 минуты). Теперь поменяйтесь ролями. Помогите партнеру завязать повязку".

В качестве подготовительного этапа можно посадить детей попарно и попросить их взяться за руки. Тот, кто видит, двигает руками под музыку, а ребенок с завязанными глазами пытается повторить эти движения, не отпуская рук, 1-2 минуты. Потом дети меняются ролями. Если тревожный ребенок

отказывается закрыть глаза, успокойте его и не настаивайте. Пусть танцует с открытыми глазами.

По мере избавления ребенка от тревожных состояний можно начинать проводить игру не сидя, а двигаясь по помещению.

Игры, направленные на формирование у детей чувства доверия и уверенности в себе.

"Гусеница" (Корогаева Е.В., 1997)

Цель: игра учит доверию. Почти всегда партнеров не видно, хотя и слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников. "Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках.

Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту". Для наблюдающих: обратите внимание, где располагаются лидеры, кто регулирует движение "живой гусеницы".

"Смена ритмов" (программа "Сообщество")

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение. Если воспитатель хочет привлечь внимание детей, он начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать : раз, два, три, четыре,.. Дети присоединяются и тоже, все вместе хлопая в ладоши, хором считают : раз, два, три, четыре... Постепенно воспитатель, а вслед за ним и дети, хлопает все реже, считает все тише и медленнее.

"Зайки и слоники" (Лютова Е.К., Моница Г. Б.)

Цель: дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки. "Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется "Зайки и слоники". Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся" и т.д. Дети показывают. "Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека?" Дети разбегаются по группе, классу, прячутся и т.д. "А что делают зайки, если видят волка?..." Педагог играет с детьми в течение нескольких минут. "А теперь мы с вами будем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра..." Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона.

После проведения упражнения ребята садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему.

"Волшебный стул" (Шевцова И.В.)

Цель: способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми. В эту игру можно играть с группой детей на протяжении длительного времени. Предварительно взрослый должен узнать "историю" имени каждого ребенка — его происхождение, что оно означает. Кроме этого надо изготовить корону и "Волшебный стул" — он должен быть обязательно высоким. Взрослый проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы (группа не должна быть более 5—6 человек), причем имена тревожных детей лучше называть в середине игры. Тот, про чье имя рассказывают, становится королем. На протяжении всего рассказа об его имени он сидит на троне в короне.

В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные). Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о короле.

Игры за партами.

Дыхательные упражнения ("Корабль и ветер", "Дудочка", "Воздушный шарик", "Подарок под елкой", "Драка") можно проводить на перемене, а также за партами во время урока или занятия в детском саду.

Для снятия нервного напряжения, которое может возникнуть у детей, например, после трудной контрольной работы, подойдет упражнение "Театр масок".

"Театр масок" (Лютова Е.К., Моница Г. Б.)

Цель: расслабить мышцы лица, снять мышечное напряжение, усталость.

"Ребята! Мы с вами посетим "Театр Масок". Вы все будете артистами, а я - фотографом. Я буду просить вас изобразить выражение лица различных героев. Например: покажите, как выглядит злая Баба Яга". Дети с помощью мимики и несложных жестов или только с помощью мимики изображают Бабу Ягу. "Хорошо! Здорово! А теперь замрите, фотографирую. Молодцы! Некоторым даже смешно стало. Смеяться можно, но только после того, как кадр отснят.

А теперь изобразите Ворону (из басни "Ворона и Лисица") в тот момент, когда она сжимает в клюве сыр". Дети плотно сжимают челюсти, одновременно вытягивая губы, изображают клюв. "Внимание! Замрите! Снимаю! Спасибо! Молодцы!

А теперь покажите, как испугалась бабушка из сказки "Красная шапочка", когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с Серым Волком". Дети могут широко раскрыть глаза, поднять брови, приоткрыть рот. "Замрите! Спасибо!

А как хитро улыбалась Лиса, когда хотела понравиться Колобку? Замрите! Снимаю! Молодцы! Замечательно! Хорошо потрудились!" Далее учитель или

воспитатель, на свое усмотрение, могут похвалить особо тревожных детей, например так:

"Все работали хорошо, особенно страшной была маска Вити, когда я посмотрела на Сашу, то сама испугалась, а Машенька была очень похожа на хитрую лисицу. Все постарались, молодцы!"

"Рабочий день актера закончен. Мы с вами устали. Давайте отдохнем. Положите руки на парту, а голову на руки, закройте глаза. Давайте посидим так молча, расслабимся и отдохнем. Всем спасибо!"

2 БЛОК: ВОСПИТАТЕЛЬ И РОДИТЕЛИ

АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ. КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ?

Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад:

- Настроить ребенка на мажорный лад. Внушить ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
- Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
- Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- Щадить его ослабленную нервную систему.
- На время прекратить походы в цирк, театр, гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
- Как можно раньше сообщить врачам и воспитателям о личностных особенностях малыша.
- Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо, в соответствии с температурой в группе.
- Создать в воскресные дни дома для него такой же режим, как и в детском учреждении.
- Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать за детские капризы.
- При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу.
- При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания врача.
- Расставаясь с ребенком в детском саду с довольной улыбкой, без длительных объятий и поцелуев. Поцелуйте ребенка, скажите, что Вы зайдете за ним после, и, улыбаясь, уходите, независимо от того, кричит он или умоляет Вас остаться.
- Уходите всегда открыто. Всегда следует сказать, что Вы уходите, но вернетесь позже.

- Дайте ребенку свои фотографии. Особенно хороши будут те, где Вы сфотографированы на рабочем месте. Они будут напоминать малышу, что Вы тоже сейчас работаете.
- Пусть возьмет с собой маленькую любимую игрушку. Это часто действует успокаивающе.
- Неожиданным, но действенным средством может оказаться след Вашей губной помады на руке ребенка. Это будет напоминать ему о вас, и ребенок не почувствует себя одиноким.

Как не надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад:

- В присутствии ребенка говорить плохо о детском саде.
- «Наказывать» ребенка детским садом и поздно забирать домой.
- Мешать его контактам с детьми в группе.
- Не уменьшать, а увеличивать нагрузку на нервную систему.
- Водить ребенка в многолюдные и шумные места. Все время купать, одевать не по сезону.
- Конфликтовать с ним дома.
- Наказывать за детские капризы.
- В воскресные дни резко менять режим ребенка.
- Все время обсуждать в его присутствии проблемы, связанные с детским садом.
- Не обращать внимания на отклонения в обычном поведении ребенка.
- Не выполнять все предписания врача.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЧТО ДЕЛАТЬ ВМЕСТО НАКАЗАНИЙ?

1. Определить то проблемное поведение, которое надо изменить (например, сын дерется с младшей сестрой из-за того, чья очередь играть в компьютерную игру).

2. Определить для проблемного поведения положительное противоположное (сын через определенное время уступает сестре очередь, или они играют вместе). Озвучить его для ребенка. Если у него не получается, потренировать — показать точно, что от него хотят увидеть.

3. Сконцентрировать внимание на положительном противоположном! Хвалить, использовать материальные поощрения, наклейки, жетоны, очки и проч.

При поощрении ребенка важно быть искренне воодушевленным; точно указывать, что именно понравилось («Милый мой, ты такой молодец! Ты уже

целых пять минут спокойно играешь с сестрой! Это так по-взрослому! Дай пять!»); прикосаться к нему.

4. Хвалить и поощрять вначале как можно чаще — каждый раз, когда ребенок демонстрирует желаемое поведение, постепенно увеличивая временной интервал между похвалами.

ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ ПОЭТАПНОГО ИЗМЕНЕНИЯ ПРОБЛЕМНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА

Вы заметите перечисленные ниже основные правила практически во всех рекомендациях по вмешательству в поведение. Они важны для обеспечения успеха каждого поэтапного изменения проблемного поведения ребенка, поэтому не забывайте их использовать.

1. Установите контакт с ребенком. Любое преобразование поведения должно начинаться со спокойного обращения к ребенку. Ограничьте количество того, что может отвлекать внимание, глубоко вдохните для сохранения самообладания, установите зрительный контакт и убедитесь, что ребенок готов внимательно вас слушать. После этого можно начинать.

2. Проясните ваши тревоги. Не стройте предположений по поводу того, понял ли ребенок, что он сделал не так. Кратко опишите проблему, почему вас это тревожит и какое поведение вы от него ожидаете, например: "Когда ты разговаривал таким тоном, это звучало неуважительно. Я хотел бы, чтобы ты говорил с уважением".

3. Пообещайте друг другу решить проблему вместе. Сделайте акцент на том, что вы обязуетесь поработать с ребенком, чтобы помочь ему измениться. В идеале, вы должны быть членами одной команды, чтобы достичь успеха.

4. Потренируйте с ним новое поведение, которое призвано заменить проблемное, чтобы он знал, как правильно его использовать. Например, не рассчитывайте, что ваш ребенок знает, как он должен разговаривать.

Нытье порой настолько входит в привычку, что ребенок может уже не помнить, как разговаривать по-другому. "Я не буду слушать нытье. Прислушайся к моему голосу. Я хочу, чтобы ты точно так же просил меня о чем-то. А теперь попробуй ты!"

5. Исправляйте проблемное поведение, как только оно проявляется. Не ждите. В тот момент, когда ребенок перестает слушаться, самое время вмешаться. Будьте кратки; объясните ребенку, что он сделал не так, и приведите пример правильного поведения: "Я понимаю, что ты был зол, но ты не имел права ударить. В следующий раз скажи человеку, что ты зол, и объясни, чего ты хочешь".

6. Постоянно проверяйте успехи своего ребенка на протяжении поэтапного изменения. При необходимости модифицируйте свой план.

7. Сообщите ребенку об установлении штрафных санкций. Они должны быть взвешенными, соответствовать возрасту ребенка и проступку и, что немаловажно, о них следует объявить заранее: "Если ты снова начнешь кусаться, тебе придется стать в угол на пять минут".

8. Применяйте штрафные санкции в случае продолжающегося проблемного поведения. В случае отсутствия изменений или сопротивления ребенка изменениям, направленным на его поведение, следуйте своим обещаниям применить штрафные санкции. И будьте последовательны!

9. Поощряйте попытки вашего ребенка вести себя хорошо. Не пренебрегайте самым простым и зачастую самым эффективным способом изменения поведения: "Ты говорил уважительно. Я хотела бы, чтобы так было и дальше. Молодец!"

10. Поздравляйте вашего ребенка с успехом каждый раз, когда видите положительный результат. Меняться трудно — особенно детям, — так что отпразднуйте его усилия. И не забудьте поздравить себя!

Памятка для педагогов

«Стратегии поведения при конфликтной ситуации с родителями»

1. При взаимодействии с родителями не допускать, чтобы преобладали отрицательные эмоции.
2. Признать, как минимум половину своей вины за возникновение конфликтной ситуации, а не перекладывать всю вину на родителей.
3. Помнить, что стереотипы общения могут мешать как педагогу, так и родителям (если папа – «большой начальник», он и с педагогами может начать разговор как с подчиненными).
4. После конфликта дать возможность успокоиться себе и родителям.
5. Не избегать общения после конфликта. Через некоторое время обсудить случившееся, разобрать причины эмоциональных реакций как родителей, так и педагога.
6. Выбрать общую точку зрения на причины случившегося и наметить общую стратегию, чтобы подобное не повторялось.

Рекомендации по взаимодействию с трудными психологическими типами родителей

1. «Паровой каток». Идет напролом, агрессивен, бесцеремонен и временами даже груб. Часто не видит и не слышит ни себя, ни собеседника. Взаимодействие рассматривает как игру-соревнование, боится оказаться неправым и, чтобы не проиграть, нападает первым.

Рекомендации: Лично к вам агрессия не имеет отношение – он ведет себя так со всеми. Говорить необходимо кратко, ясно, спокойно, уверенно, так, чтобы чувствовалась ваша сила. Не говорите, что он не прав. Излагайте свою точку зрения как иную, отличную от его точки зрения. Оставляйте последнюю реплику за собой.

2. «Скрытый агрессор». Склонен к скрытой агрессии, прямое нападение не характерно. Нападает исподтишка.

Рекомендации: Никогда не пропускайте подобные нападки, тактично дайте понять, что заметили нападение. Например, можно спросить: «Что вы имеете в виду?» В открытом поединке проигрывает, поэтому помогите достойно выйти из положения, например, при помощи шутки.

3. «Разгневанный ребенок». Как обиженный ребенок может неожиданно взорваться. Не в состоянии простить ни себе, ни другим потерю над ситуацией. Постоянно недоволен самим собой.

Рекомендации: Дайте разрядиться, проявите сочувствие.

4. «Жалобщик». Всегда всем недоволен, не верит ни себе, ни другим и во всем разочарован.

Рекомендации: Покажите, что вы понимаете проблему, это поможет такому родителю вернуть уважение к себе. Ему важно, чтобы его услышали и поняли. Переключите его энергию на поиск выхода из проблемы.

5. «Всезнайка». Все знает лучше других и не терпит компетентности других. Хочет управлять событиями, соперников буквально парализует острыми замечаниями и бестактностью.

Рекомендации: Не воспринимайте его бестактность как личное оскорбление, он ведет себя так со всеми. Излагайте свою позицию в разговоре с ним: «может быть», «мне кажется». Используйте местоимения «мы», «у нас». Этот подход может превратить такого родителя в союзника.

6. «Молчун». Сильно переживает по любому поводу и ни с кем не делится своими переживаниями. Ощущает безысходность и заряжает всех окружающих этим ощущением. Постоянно стремиться к совершенству и не может его достичь.

Рекомендации: Не критикуйте и не торопите. Эффективна позиция «Да, это все ужасно!». Эта позиция может развернуть такого родителя на 180 градусов. Найдите и подчеркните в оценках все то, что является полезным и конструктивным.

7. «Сверхпокладистый». Очень хочет понравиться другим и пытается сделать это любой ценой. Готов делать все, что угодно, лишь бы понравиться, и, как правило, подводит в трудную минуту.

Рекомендации: Необходима четкая договоренность: что, где, когда. Подчеркните, что вам важна правдивость высказываний.

8. «Скрытный». Находится в тени, не проявляет себя, боится ответственности. Не тщеславен, не стремится к самоутверждению.

Рекомендации: Такого родителя при разговоре необходимо подбадривать шутками. Показать, что позиция «в тени» не только вредит самому родителю, но и может иметь отрицательные последствия для ребенка.

Применение приёмов пассивного и активного слушания в ходе бесед (консультаций) с родителями

Вечером, когда за Ксюшей (2 г. 3 мес.) пришла бабушка, я поспешила похвалить девочку за то, как она рассказала детям новое стихотворение, выученное дома. Но бабушка отреагировала как-то не очень радостно. Тогда я решила продолжить:

Воспитатель: «У меня такое ощущение, Ольга Васильевна, что Вы чем-то расстроены». **(активное слушание, приём отражения чувств)**

Бабушка: «Да, стихов-то она много знает, а вот цвета путает. Мама с ней занимается, но Ксюша не всегда правильно называет».

Воспитатель: «То есть Вы расстраиваетесь из-за того, что Ваша внучка не может запомнить цвета?» **(активное слушание, приём перефразирования)**

Бабушка: «Да, я маме говорю, что она слишком многого хочет от ребёнка. Ксюша же ещё маленькая. А она её ругает и говорит, что если бы Ксюша была глупая, тогда не приставала бы к ней».

Воспитатель: «Если я Вас правильно поняла, Вам не нравится, что Ксюшина мама слишком требовательна к ней?» **(активное слушание, приём перефразирования)**

Бабушка: «Да, она вбила себе в голову, что Ксюша должна уже чётко знать цвета и требует это от неё. Меня не слушает, считает, что балую её. Я уже не знаю, может она права. Ксюша так легко стихи и песни запоминает, а с цветами не получается».

Воспитатель: «Если подытожить сказанное, то Вам бы хотелось, чтобы Ксюша знала цвета, но чтобы мама, занимаясь с ней, была не слишком строга». **(приём резюмирования)**

Бабушка: «Может Вы с мамой поговорите?»

Воспитатель: «Хорошо. Давайте сделаем так: я побеседую с мамой, поговорим с ней о возможностях Ксюши, обсудим наши методики постепенного ознакомления детей с разнообразием цветов».

Бабушка: «Спасибо, надеюсь, что это даст положительный результат».

Применение приёмов пассивного и активного слушания в ходе бесед (консультаций) с родителями

Воспитатель: «Добрый день! Я вижу, Вы хотите со мной о чем-то поговорить. Я Вас внимательно слушаю». (**пассивное слушание**)

Мама: «Светлана Игоревна, это просто безобразие! Почему нашу группу закрыли на карантин? Из-за какого-то ОРВИ мой ребенок должен целую неделю сидеть дома, а Настенька, между прочим, абсолютно здорова. Пусть дома сидят, те, которые болеют».

Воспитатель: «Я вижу, Вы огорчены тем, что в группе карантин. (**приём отражения чувств**) Если я Вас правильно поняла, Вы считаете, что группу закрыли на карантин без веских на то причин, и делать это было совсем необязательно?» (**активное слушание, приём перефразирования**)

Мама: «Ну, не совсем так, дело в том, что сейчас мне опять придётся идти на поклон к свекрови, чтобы она посидела с Настей. А я не хочу быть ей обязанной, но другого выхода у меня нет. Кто мне даст больничный лист со здоровым ребёнком?».

Воспитатель: «Я понимаю: Вам не хотелось бы лишний раз обращаться за помощью к бывшей свекрови. (**активное слушание, приём отражения чувств**) Тем более, что есть другой выход. Скажите, пожалуйста, Вы, видимо, не знаете о том, что по действующему законодательству, Вы можете взять больничный лист?» (**приём выяснения**)

Мама: «Я первый раз об этом слышу».

Воспитатель: «На основании справки, которую Вам выдадут у нас в детском саду, Вы сможете получить больничный на весь период карантина».

Мама: «Это меняет дело, но, всё-таки, я не совсем понимаю, на каком основании закрыли группу на карантин?».

Воспитатель: «Будьте добры, скажите, Вы знакомы с Приказом Главного управления образования мэрии города Новосибирска № 1198-од от 06.10.2011 «О мерах по организации профилактических мероприятий и вакцинопрофилактике гриппа и ОРВИ в образовательных учреждениях города Новосибирска в эпидсезон 2011-2012 учебного года?»». (**приём выяснения**)

Мама: «Если честно, я так торопилась, разнервничалась, что не дослушала медсестру, да и объявление до конца не дочитала, решила выяснить всё у Вас. На меня в последнее время столько проблем навалилось, Вы же знаете?».

Воспитатель: «Да-да». (**пассивное слушание**)

Мама: «С мужем мы разводимся, старшая дочь замуж выходит, все дела на мне. Столько проблем надо решить ...».

Воспитатель: «Другими словами, Вам сейчас даже присесть некогда»
(приём перефразирования)

Мама: «Вот-вот».

Воспитатель: «Если теперь подытожить сказанное вами, то любые проблемы, даже самые незначительные, Вас сейчас сильно пугают.
(резюмирование) А теперь представьте, если вдруг Настенька заразится от кого-нибудь в группе и заболеет, это усложнит и без того непростую ситуацию в Вашей семье».

Мама: «Да, Вы правы».

Воспитатель: «Мы тоже не хотим, чтобы заболели остальные дети. У нас в группе уже болеют ОРВИ 8 человек, а это более 20% ребят. Именно поэтому и согласно Приказу Главного управления образования мэрии города Новосибирска, чтобы избежать эпидемии медсестра была вынуждена закрыть нашу группу на карантин».

Мама: «Да, я погорячилась, лучше мне взять больничный лист и пересидеть этот период дома, чем подвергать Настю риску заболеть. Спасибо, Вам, что все мне подробно объяснили».

Подготовительную к школе группу посещает мальчик Егор. Мальчик очень активный, непоседа. Знаю, что ему разрешают дома играть в любые компьютерные игры. Было проведено несколько бесед, но родители считают это нормой. Несколько дней замечаю, что мама Егора чем-то расстроена. Начинаю с ней разговор.

Воспитатель: «Ирина Александровна, я заметила, что последнее время Вы чем-то расстроены». **(активное слушание , приём отражения чувств)**

Мама Егора: «Да, уже несколько дней хочу поговорить с Вами».

Воспитатель: «Расскажите, пожалуйста, что Вас беспокоит?» **(приём выяснения)**

Мама Егора: «Меня беспокоит поведение ребенка: он стал агрессивным, а еще стал бояться темноты, ночью прячется под одеяло».

Воспитатель: «Да, да. Я Вас слушаю». **(пассивное слушание)**

Мама Егора: «Я думаю, может, это как-то связано с тем, что Егор много времени проводит за компьютерными играми?»

Воспитатель: «Не могли бы Вы уточнить, почему Вы считаете, что именно компьютерные игры послужили причиной изменений в поведении Егора?»
(приём выяснения)

Мама Егора: «Вы знаете, когда я запрещаю играть сыну в компьютерные игры, он начинает кричать, плакать, не слушает мои замечания и доводы, грубит мне».

Воспитатель: «Если я правильно поняла, Егор ведет себя агрессивно именно тогда, когда Вы запрещаете ему играть в компьютерные игры?» (**приём перефразирования**)

Мама Егора: «Считаю, что это так».

Воспитатель: «Вы чувствуете растерянность в этой ситуации?» (**приём отражения чувств**)

Мама Егора: «Конечно, я не знаю, как правильно вести себя с сыном в данной ситуации».

Воспитатель: «Если обобщить сказанное Вами, Вы не хотите разрешать сыну много времени проводить у компьютера, но в то же время вы не хотите разрушить доверительные отношения между вами. И поэтому обращаетесь ко мне за советом». (**резюмирование**)

Мама Егора: «Да я нуждаюсь в вашей помощи».

Воспитатель: «Хорошо я помогу Вам, надеюсь, общими усилиями мы исправим ситуацию».

Реализация технологии разрешения конфликтных ситуаций в общении с родителями

***Описание конфликтной ситуации:** Тимур был расстроен с утра: не играл, на лепку сел с неохотой. Воспитатель несколько раз подходила, объясняла, как делать, но казалось, что Тимур не слышит, думает о чём-то своём. Поделка не получилась. После занятия воспитатель подошла к Тимуру: «Что тебя беспокоит?». Оказалось, мама обещала забрать до обеда. Воспитатель начала успокаивать ребенка: «Что-то могло случиться, мама придёт и всё объяснит». Вскоре пришла мама и, увидев, что сын ничего не делал, осталась недовольна: «Ольга Викторовна, почему мой ребенок не сделал поделку? Трудно было проследить за этим? Можно было найти время и для Тимура?»».*

Шаги по разрешения конфликта	
1. Внимательное, без комментариев, выслушивание собеседника.	Упражнение «Дерево».
2. Признание чувств, которые собеседник испытывает.	- Я вижу, что Вы недовольны тем, что Тимур не сделал поделку.
3. Установление границ допустимого.	- Я готова поговорить, но мне неприятен повышенный тон.
4. Демонстрация понимания роли родителя в воспитании ребенка.	- Я понимаю, что Вы заботитесь о развитии и воспитании своего ребенка.
5. Выяснение того, как родитель воспринимает конфликт.	- Пожалуйста, расскажите мне, как, по моему мнению, стоит поступить в этой

	ситуации
6. Чёткая формулировка предмета суждения, т.е. то, из-за чего возник конфликт.	- Правильно я Вас поняла, что Вы предлагаете, не выяснив, чем расстроен ребёнок, что его беспокоит, заставить Тимура сделать поделку?
7. Установление вопросов, по которым Вы с родителем имеете различные взгляды, а по каким - ваши мнения расходятся.	- Я с Вами согласна, что ребёнку нужно заниматься. Бывают причины, которые и взрослым мешают делать то, что они запланировали, верно? - Кроме того, причиной невыполненной работы может быть не только самочувствие ребенка, но и отношение взрослых, их поступки, не так ли?
8. Описание содержания конфликта, избавленное от эмоциональных характеристик.	- Поэтому мы с Вами должны подумать, как сделать так, чтобы обещания, данные взрослыми, выполнялись, это влияет на настроение ребенка в течение дня.
9. Поиск общего решения проблемы.	Что мы с Вами можем сделать для этого? - Посадить Тимура за стол, пусть делает сам. Хорошо, я не против, но если он снова не захочет делать? - Тогда я не знаю. - Может Вам сначала поговорить с Тимуром, почему Вы не смогли прийти, извиниться, потом попробовать вместе сделать эту поделку? - Хорошо, это меня устраивает.
10. Принятие совместного «коммунике», в котором устно или письменно будет зафиксировано, что обе стороны, участвующие в конфликте, признают решение приемлемым и обязуются его выполнять.	- Таким образом, что мы решили? - Я думаю, что поговорю с Тимуром о случившемся, объясню причину, почему не забрала его, как обещала, и мы вместе сделаем поделку. - Я согласна с Вами! Значит, проблема решена? - Да. - До свидания.

Описание конфликтной ситуации: Воспитатели накануне утренника позвонили родителям девочки, которая почти не ходит в детский сад (много

болеет, и ещё проходит период адаптации), посоветовали, чтобы они не водили ребёнка на праздник.

Мама девочки пришла накануне Нового года в группу с требованиями: Пусть моя дочь участвует в утреннике? А ничего, что она ждет его? Вы же не для себя делаете, а для детей. Я что по вашему должна говорить ребёнку?».

Шаги по разрешению конфликта	
1. Внимательное, без комментариев, выслушивание собеседника.	Упражнение «Перед сложным разговором».
2. Признание чувств, которые собеседник испытывает.	- Я вижу, что вы не довольны нашим предложением повременить с посещением утренников. - Мы уже костюм купили, стихотворение выучили! У вас же праздник, а не отчетный концерт Дома Культуры! Ей интересно будет!
3. Установление границ допустимого.	- Я готова Вас выслушать, но я так устроена, что не могу общаться на повышенных тонах.
4. Демонстрация понимания роли родителя в воспитании ребенка.	- Я вижу, как Вы заботитесь об эмоциональном настрое дочери и поддерживаете любое начинание в общении ребёнка с детьми. Да, возможно, Вы правы в том, что мы довольно требовательны к проведению утренников в детском саду. Понимаю, у нас есть недопонимание и нерешенность в этом вопросе.
5. Выяснение того, как родитель воспринимает конфликт.	- Поэтому я готова Вас выслушать. Чтобы Вы посоветовали?
6. Чёткая формулировка предмета обсуждения, т.е. то, из-за чего возник конфликт.	- Итак, Вы предлагаете, не смотря на трудный адаптационный период дочери, без репетиций и знания песен, дать возможность участвовать в утреннике со всеми детьми?
7. Установление вопросов, по которым Вы с родителем имеете одинаковые взгляды, а по каким - ваши мнения расходятся.	- Я с Вами абсолютно согласна, каждый ребёнок ждет этого светлого праздника, но если этот праздник омрачают страх большой компании и слезы, то эффект может оказаться обратным. Вы со мной согласны?

8. Описание содержания конфликта, избавленное от эмоциональных характеристик.	- Поэтому, надо подумать, как сделать так, чтобы утренник принёс всем детям радость, а Ваша дочь чувствовала себя на нем комфортно и защищено. Нужно согласовать наши действия.
9. Поиск общего решения проблемы.	- Что мы с Вами можем сделать для этого? - Попробовать её завести вместе с группой. - Я не против, но если она станет капризничать, Вы должны оказаться рядом, взять к себе. Во время утренника не уговаривайте вернуться к детям, она, если захочет сама встанет к детям.
10. Принятие совместного «коммюнике», в котором устно или письменно будет зафиксировано, что обе стороны, участвующие в конфликте, признают решение приемлемым и обязуются его выполнять.	- Хорошо, я постараюсь выполнить Ваши рекомендации, но мне бы хотелось больше узнать про период адаптации к детскому саду. - После утренника мы с Вами подробно рассмотрим этот вопрос.

Описание конфликтной ситуации: Вечером мама Ванюши обратила внимание воспитателя на то, что одежда ребёнка недостаточно просохла. Она недовольно спросила: «Почему у Вани не высохли штаны и варежки? Как я его поведу домой?».

Шаги по разрешению конфликта	
1. Внимательное, без комментариев, выслушивание собеседника.	Упражнение «Перед сложным разговором»
2. Признание чувств, которые собеседник испытывает.	- Я понимаю, что Вы очень расстроены тем, что одежда Вани не просохла.
3. Установление границ допустимого.	- Мне тоже неприятна ситуация, я готова поговорить с Вами, но только спокойным тоном.
4. Демонстрация понимания роли родителя в воспитании ребенка.	- Я согласна, что Вам дорого здоровье Вашего ребёнка.
5. Выяснение того, как родитель воспринимает конфликт.	- Пожалуйста, говорите, мне очень важно знать Ваше мнение этому по поводу.
6. Чёткая формулировка предмета обсуждения, т.е. то, из-за чего возник конфликт.	- Если теперь подытожить сказанное Вами, то главное, чтобы вечером одежда ребёнка была сухая.

<p>7. Установление вопросов, по которым Вы с родителем имеете одинаковые взгляды, а по каким - ваши мнения расходятся.</p>	<p>- Вы согласны, что вещи развешены на отопительных приборах? - Однако их объём достаточно велик, ведь так? - А отопительные приборы работают не настолько хорошо и не могут просушить такой большой объём вещей, не правда ли? - Кроме того, согласитесь, что некоторые ткани могут сохнуть медленно.</p>
<p>8. Описание содержания конфликта, избавленное от эмоциональных характеристик.</p>	<p>- Итак, мы пришли к выводу, что одежда Ванюши не просохла, потому что детских вещей много, а отопительные приборы не настолько хорошо работают, чтобы просушить всю одежду.</p>
<p>9. Поиск общего решения проблемы.</p>	<p>- Как Вы считаете, что можно сделать, чтобы в дальнейшем не было подобных ситуаций? Я предлагаю Вам принести для прогулок запасную одежду для ребёнка. Или заменить теплые джинсовые штаны, которые требуют длительного времени для просушки на болоньевые брюки.</p>
<p>10. Принятие совместного «коммюнике», в котором устно или письменно будет зафиксировано, что обе стороны, участвующие в конфликте, признают решение приемлемым и обязуются его выполнять.</p>	<p>- Таким образом, я предложила Вам выход из этой ситуации, а Вы, пожалуйста, пообещайте решить проблему с прогулочными вещами для Вашего ребёнка.</p>

