

Инновационные формы методической работы – фактор повышения профессионального мастерства педагогов.

## Круглый стол с элементами практикума «Роль ДОУ в сохранении психофизического здоровья детей»

### Задачи:

- раскрыть суть понятий «психологическое здоровье», «эмоциональная сфера», «эмоциональное благополучие»;
- акцентировать внимание педагогов на взаимосвязи педагогической (родительской) установки с эмоциональным благополучием и личностным развитием ребенка;
- стимулировать рефлекссию педагогов над собственными воспитательными установками;
- организовать обмен опытом в области взаимодействия с детьми;
- способствовать выработке новых навыков общения с ребенком;
- повышать уровень психолого-педагогических знаний у педагогов



## **Вступительное слово**

### **Актуальность:**

Психологическая безопасность и защищенность, осознание того, что ребенка любят в любых жизненных ситуациях – одно из основных условий полноценного развития ребенка. В диалоге между взрослым и ребенком рождается доверие и взаимопонимание, умение видеть и понимать свои чувства и чувства окружающих. Но не всегда просто для родителей и педагогов слышать и чувствовать ребенка.

### **Значимость:**

Именно когда взрослые окружающие ребенка доброжелательно относятся к нему, признают его права, уделяют ему внимание, он испытывает чувство уверенности и защищенности. Только в этих условиях у ребенка будет преобладать спокойное, уверенное, жизнерадостное состояние, которое способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к людям.

От недостатка общения дети становятся тревожными и замкнутыми. Не всегда со стороны взрослых встречается необходимое внимание к настроениям и переживаниям ребенка. Зачастую взрослые бывают слишком заняты своими проблемами и переживаниями, чтобы тратить время на детские вопросы и тревоги.

Таким образом, в настоящее время, особенно важно объединить усилия педагогов и других специалистов ДОУ, а также родителей и направить всех участников образовательного процесса на сохранении психофизического здоровья детей.

### **1. Мини-лекция «Собственный пример или нотация?»**

Наши дети каждый день слышат от нас: «Ты обязан вести себя как следует», «Ты не должен открывать дверь незнакомцам», «Ты должен переходить улицу на зеленый свет».

Как правило, ничего нового дети из таких фраз не узнают. Ничего не меняется оттого, что они слышат эти фразы в сотый или миллионный раз. В результате таких многократных повторений дети начинают чувствовать давление внешнего авторитета, иногда вину, иногда лишь скуку, а чаще всего все вместе взятое.

Дело в том, что безопасное поведение и моральные устои воспитываются в детях не только словами, сколько атмосферой в доме, через подражание

поведению взрослых, прежде всего родителей. Если в семье все соблюдают правила дорожного движения, разыгрывают ситуацию «один дома», воздерживаются от грубых слов, делят домашнюю работу – будьте уверены, ребенок знает, как надо себя правильно вести.

Если же он нарушает «нормы поведения», то стоит посмотреть, не ведет ли себя кто-то в семье так же или похожим образом. Помните, словесные поручения типа «Пора бы знать, что перед едой надо мыть руки», «Без конца повторяю, к собакам на улице не подходи», «Сколько раз тебе говорила. Не послушался – пеняй на себя» — самый неудачный способ помочь ребенку. Дети в таких случаях отвечают или думают: «Отстань», «Надоело», «Хватит», «Ну-ууу, началось». В лучшем случае они перестают нас слышать, возникает то, что психологи называют «Смысловым барьером» или «Психологической глухотой».

## 2. Упражнения «Тонкая бумага»

### Каждому участнику раздается по листу бумаги.

- Сложите листок пополам, оторвите верхний правый угол, снова сложите пополам, оторвите верхний правый угол и т. д. (до пяти раз). Упражнение выполняйте так, как вы его поняли.

- У всех ли одинаковые листки? Чем они отличаются? В чем они похожи? Каков смысл задания?

- Каждый понимает инструкцию по-своему, все мы разные. Читая нотации, правила детям, можно ли быть уверенным, что они нас правильно поняли и все уяснили?

Был бы пример – у всех было бы одинаково.

Должен быть пример родительского поведения для детей. Можно сколько угодно говорить, как правильно переходить дорогу, но если вы сами не соблюдаете эти правила, можете быть уверены, что и ваш ребенок их нарушит.

### Упражнение «Диктат»

- Для этого упражнения возьмем куклу, которая будет играть роль ребенка. А мы сейчас вспомним, как мы иногда общаемся с детьми.

\* Если ребенок капризничает, мы ему говорим: «**Не плачь, прекрати!**». Значит, мы не позволяем ему свободно проявлять свои чувства. (обвязываем кукле область сердца)

\* Если ребенок без разрешения берет вещи, которые ему не положено брать, мы говорим: «**Не трогай!**» (Связываем бинтом руки.)

\* Если ребенок разбежался, мешая нам, мы говорим: «**Не бегай!**» (Связываем ноги.)

\* Если взрослые разговаривают, а ребенок слушает их разговор, мы реагируем: «**Не слушай!**» (Завязываем уши.)

\* Если ребенок кричит, оглушая нас, мы говорим ему: «**Не кричи!**» (Завязываем рот.)

- Как вы думаете, ребенку хорошо? Как он себя чувствует? Как вы думаете, что нужно освободить в первую очередь? Если мы его спросим? Как вы думаете, может ли ребенок развиваться в таком состоянии? Что же делать?

## Контрольные вопросы:

- Вследствие нарушения психологической безопасности ребенок может оказаться в стрессовом состоянии. Чтобы вовремя помочь ему, каждый педагог (родитель) должен знать признаки такого состояния.

- Как может проявляться стрессовое состояние у ребенка?

- трудности с засыпанием, беспокойный сон;
- частая усталость;
- учатившаяся беспричинная обидчивость, слезливость или, наоборот, проявление агрессии (жалобы, обзывания, драки и т. д.);
- учатившиеся случаи невнимательности, рассеянности;
- беспокойство, непоседливость;
- частое проявление упрямства, капризов;
- Навязчивые привычки – сосание пальца, грызение ногтей, накручивание волос на палец;
- стойкое нарушение аппетита или, наоборот, переедание;
- стремление к уединению;
- невротические проявления – моргание глазами, подергивание плеч, т. д.
- дневное или ночное недержание мочи.

Все перечисленные признаки могут говорить о том, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения. Во взаимоотношениях взрослый должен тонко подбирать эмоциональные формы воздействия. Одной из таких форм являются родительские установки, т.е. система эмоционального отношения к ребенку, восприятие ребенка родителями и способов поведения с ним.

Давайте вспомним реплики взрослых, высказывания, оценки, услышанные или сказанные лично вами, и попробуем определить, какое влияние они оказывают или могут оказать на ребенка.

1. Например, часто можно слышать раздраженные высказывания взрослых в адрес расшалившегося малыша: «Хватит капризничать, а то оставлю тебя здесь». Какое воздействие оказывает эта реплика?

*(Негативное воздействие, ребенок может почувствовать свою ненужность, предательство со стороны родителей).*

2. Нередко встречается ситуация, когда ребенок отказывается убирать свои игрушки. Что порой говорят взрослые в этом случае? «Убери свои игрушки, ты же взрослая девочка». Это позитивная или негативная установка? *(Позитивная, т. к. подчеркивается самостоятельность ребенка.)* А негативной в этом случае будет какая установка? *(Угроза выкинуть игрушки или отдать другим детям.)*

Что в этом случае можно предложить ребенку? *(Поиграть в игру: «Кто быстрее уберет свои вещи/игрушки»).*

Перед вами на столе лежит материал с примерами родительских установок, какие последствия они могут иметь для ребенка и как изменить негативные установки на позитивные.

<b>НЕГАТИВНЫЕ УСТАНОВКИ</b>		<b>ПОЗИТИВНЫЕ УСТАНОВКИ</b>
<b>СКАЗАВ ТАК:</b>	<b>ПОДУМАЙТЕ О ПОСЛЕДСТВИЯХ</b>	<b>И ВОВРЕМЯ ИСПРАВЬТЕ</b>
«Горе ты мое!»	Чувство вины, низкая самооценка, враждебное отношение к окружающим, отчуждение, конфликты с родителями.	«Счастье мое, радость моя!»
«Ты плохой, обижаешь маму, я от тебя уйду к другому ребенку!..»	Чувство вины, страхи, тревожность, ощущение одиночества, нарушения сна, отчуждение от родителей, «уход» в себя или «уход» от родителей.	«Я люблю тебя всегда и любим! Но твой поступок меня расстроил»
«Плакса-вакса, нытик!»	Сдерживание эмоций, внутренняя озлобленность, тревожность, глубокое переживание даже незначительных проблем, повышенное эмоциональное напряжение, страхи.	«Поплачь, будет легче...»
«Никого не бойся, никому не уступай, всем давай сдачу!»	Отсутствие самоконтроля, агрессивность, отсутствие поведенческой гибкости, сложности в общении, проблемы со сверстниками, ощущение вседозволенности.	«Держи себя в руках, уважай людей!»
«Не твоего ума дело!..»	Низкая самооценка, задержки в психическом развитии, отсутствие своего мнения, робость, отчужденность, конфликты с родителями.	«А ты как думаешь?..»
«Одевайся теплее, заболеешь!»	Повышенное внимание к своему здоровью, тревожность, страхи, частые простудные заболевания.	«Будь здоров, закаляйся!»
«Не кричи так, оглохнуть можно!»	Скрытая агрессивность, повышенное психоэмоциональное напряжение, конфликтность	«Скажи мне на ушко, давай пошепчемся!..»
«Ничего не умеешь делать, неумейка!»	Неуверенность в своих силах, низкая самооценка, страхи, задержки психического развития, безынициативность, низкая мотивация к достижению.	«Попробуй еще, у тебя обязательно получится!»
«Противная девчонка, все они капризули!» (мальчику о девочке) «Негодник, все мальчики забияки и драчуны!» (девочке о мальчике)	Нарушения в психосексуальном развитии, осложнения в будущем межполовом общении, трудности в выборе друга противоположного пола.	«Все люди равны, но все мы разные». «Наверное, он (она) еще не научился себя правильно вести»
«Неряха, грязнуля!»	Чувство вины, страхи, рассеянность, невнимание к себе и своей внешности, неразборчивость в выборе друзей.	«Как приятно на тебя смотреть, когда ты чист и аккуратен!»
«Уйди с глаз моих, встань в угол!»	Нарушения взаимоотношений с родителями, «уход» от них, скрытность, недоверие; озлобленность, агрессивность.	«Иди ко мне, давай во всем разберемся вместе!»
«Ах ты, гадкий утенок! И в кого ты такой некрасивый!»	Недовольство своей внешностью, застенчивость, нарушения в общении, чувство незащитности, проблемы с родителями, низкая самооценка, неуверенность в своих силах и возможностях.	«Как ты мне нравишься!»
«Нельзя ничего самому делать, спрашивай разрешения у старших! Поранишься еще»	Робость, страхи, неуверенность в себе, безынициативность, боязнь старших, несамостоятельность, нерешительность, зависимость от чужого мнения, тревожность.	«Смелее, ты все можешь сам!» «У тебя все получится!»
«Всегда ты не вовремя, подожди...»	Отчужденность, скрытность, излишняя самостоятельность, ощущение незащитности, ненужности, «уход» в себя.	«Давай я тебе помогу!»

### **3. Заключительная часть. Обыгрывание проблемных ситуаций**

Воспитание детей и работа над собой – это сложные процессы, поэтому для закрепления услышанного сегодня материала, предлагаю рассмотреть некоторые жизненные ситуации и постараться найти правильное педагогическое решение.

**Задание:** найдите выход из проблемной ситуации, используя позитивные установки. Работа выполняется в парах.

1. Ребенок шалил за столом и, несмотря на ваше предупреждение, пролил молоко.  
/Педагогически правильное решение ситуации: «Ничего, бывает. Ничего страшного. Иди принеси тряпку и убери за собой./

2. У вас важный разговор с приятельницей. Ребенок постоянно вас перебивает.  
/ «Понимаю, тебе хочется поиграть со мной. Этот разговор для меня очень важен»/

3. Вы торопитесь на работу. Ваш ребенок медленно одевается и отказывается надевать приготовленные вещи.

/«Я тороплюсь, мне бы не хотелось опаздывать. Тебе нужна моя помощь?»/

4. Ребенок пришел с прогулки в промокшей обуви – он ходил по лужам.

/Ты очень огорчил меня, но я еще больше огорчусь, если ты заболеешь./

5. Вы пообещали купить ребенку игрушку, но пока нет возможности сделать это.

/Мне тоже нравится эта игрушка, и мне бы очень хотелось порадовать тебя, но нужно подождать еще немного./