**«Погружение во внутренний мир дошкольников»**

План проведения

1. Информационная часть.

1.1. Взгляд психолога на мир дошкольника.

1.2. Особенности современных детей.

1.3. Принципы воспитания современных детей.

2. Практический инструментарий.

2.1. Упражнение «Мечта детства».

2.2. Упражнение «Портрет современного ребенка».

2.3. Деловая игра.

2.4. Практическое упражнение «Руки».

3. Медитация «Встреча с ребенком внутри себя».

4. Обмен мнениями. Завершение.

**1. Информационная часть.**

1.1. Взгляд психолога на мир дошкольника.

Детство – всем хорошо известное, но (как это ни странно звучит) мало понятное явление мира личности. Специального определения нет в психологических и педагогических словарях, однако сам термин используется широко, многопланово и многозначно.

Но маленький ребенок мало похож на взрослого. И дело не только в том, что его знания не выдерживают сравнения со знаниями взрослого. Из простых житейских наблюдений мы знаем: ребенок чувствует и мыслит не так, как взрослый. Приобретая все новые черты в поведении, обнаруживая все большее совершенство внутренних психических качеств, ребенок все-таки остается ребенком. Общий психологический облик малыша сохраняет своеобразие, отличающее его от взрослого, да и от школьника (даже младшего).

Каковы же приметы этого психологического облика? Прежде всего, непосредственность, импульсивность поведения, более или менее резко выраженная на всех ступенях раннего и дошкольного детства. Чаще всего малыш действует, не особенно задумываясь, под влиянием именно тех чувств и желаний, которые возникли у него вот сейчас, в данный момент. Конечно, сами эти чувства и желания не берутся неизвестно откуда, они основаны на общих потребностях и интересах ребенка.

В раннем детстве они вызываются главным образом тем, что непосредственно окружает малыша, что попадается ему на глаза. Взрослый может все очень хорошо объяснить, а ребенок все поймет и даже соберется делать именно то, что у него просят, но… в решающий момент непосредственная ситуация и то, что он видит, окажут на его поведение бесповоротное влияние.

Другая психологическая особенность маленького ребенка – его повышенная эмоциональность.

Трехлетняя девочка спрашивает, обращаясь к отцу: «Когда ты что-нибудь теряешь, ну, галстук, книгу, ты плачешь?» – «Нет, – ответил отец, – я ищу и стараюсь найти». – «А я плачу». – «Разве это помогает найти?» – «Нет, но слезы сами выскакивают».

Чувства малыша менее осознанны, чем чувства взрослого. Они вспыхивают быстро и ярко, столь же быстро могут они и гаснуть. Переход от одного состояния к другому часто молниеносен – бурное веселье, а через минуту – слезы. Управлять своими переживаниями ребенок не умеет, почти всегда он оказывается в плену у чувства, которое его охватило. Не умеет он «таиться», как взрослый человек, – у малыша все на виду, все выражается.

Источником переживаний малыша оказывается все, к чему он прикасается, все, что имеет для него интерес и значение. Это взаимоотношения с другими людьми – взрослыми (сначала близкими) и детьми: остро чувствует ребенок и ласку, и несправедливость, добром отвечает на добро и гневом на обиду. Сказки, в которые он вживается как в реально происходящее: герои, попавшие в беду, воспринимаются малышом, будто близкие и знакомые, и сочувствие им заставляет его порой «вмешиваться» в то, что он видит, например, на сцене театра. Мир природы, который ребенок не склонен до поры до времени отделять четкой границей от мира людей: он жалеет сломанный цветок и сердится на дождь, из-за которого не пускают гулять.

Разумеется, на протяжении раннего и дошкольного детства происходит «воспитание чувств» – и они со временем становятся и более глубокими, и более устойчивыми, и более разумными, да и вовне изливаются не с такой легкостью. Но любой взрослый, наблюдавший дошкольников, согласится, что, тем не менее, именно чувства придают их поведению особую окраску и выразительность. Искренность, отзывчивость и непосредственность малыша – бесспорный психологический факт.

И, наконец, еще одна примета ребенка «от нуля до семи» – он познает мир, прежде всего, в образах, наглядно, конкретно. Образы эти чрезвычайно ярки. Многие свойства вещей, которые нам, взрослым, давно примелькались, стали для нас привычными, на малышей производят неожиданное и неизгладимое впечатление. Краски, звуки, формы наполняют детское сознание гораздо «плотнее», чем наше.

Узнавая от взрослых что-то неизвестное для себя, малыш пытается опираться на те образы, которые у него уже сложились. Отвлеченные словесные рассуждения ребенок понимает с большим трудом, а то и не понимает вовсе. Но если те же знания выразить наглядно, он усвоит их легко.

Непосредственность поведения, живая игра чувств, яркость образов – составляют ли они силу или, напротив, слабость дошкольника? Любой однозначный ответ на этот вопрос (пусть и подкрепленный вескими соображениями) привел бы нас к неправильным выводам.

Допустим, что в этих психологических чертах сила малыша они наилучшим образом «обслуживают» его жизнь, помогают ему решать именно его, детские задачи, соответствуют кругу его опыта, его возможностям. Что ж, это так. Но тогда зачем мы стремимся к замене этих черт поведения малыша другими? Зачем воспитываем умение управлять своим поведением и чувствами? Зачем пытаемся научить его более глубоко и правильно понимать окружающую действительность? Не лучше ли позволить «золотому детству» быть «золотым детством» – придет еще школьная пора в жизни ребенка… Следствие в таком случае будет одно – мы задержим развитие малыша, потому что будем оставаться рабами уже сложившихся черт его психики, вместо того, чтобы вызывать к жизни новые.

Если в этих психологических чертах слабость ребенка, он должен преодолеть их с нашей помощью. Ясно ведь, что управляемое поведение лучше, чем неуправляемое; логическое мышление стоит ступенькой выше образного, потому что способно решать задачи, руководствуясь не видимостью, а сутью дела. И это так. Тогда почему же не бросить все силы на то, чтобы как можно раньше «организовать» поведение ребенка, чтобы всячески поощрять его к управлению своими чувствами, чтобы побыстрее перевести его на логические рельсы»? Но в таком случае, можно поручиться, что мы вырастим к семи годам «маленьких старичков».

Истина не в крайностях. Она в понимании того, что названные психические черты действительно преодолеваются в последующем развитии, они не просто «отменяются», а входят тем или иным образом и во взрослую жизнь.

Итак, надо способствовать развитию более сложных и совершенных черт поведения ребенка, но не пытаться преодолеть «детское» искусственно – вот задача взрослых.

1.2. Особенности современных детей.

Сейчас наши дети отличаются от нас больше, чем когда-либо: за весь известный нам отрезок истории ничего подобного еще не случалось.

Современные дети не восприимчивы к тактике внушения чувства вины, к которой обычно прибегают на ранних этапах в семье и общественных учреждениях. Плохо реагируют на принуждение, нотации, наказания и другие общепринятые методы воспитания и дисциплины, которыми пользуются педагоги и родители. На этих детей не действуют даже телесные наказания. Существует весьма немного мер, на которые они не огрызаются и с помощью которых их можно «поставить на место».

На что они откликаются, так это на уважение – уважение к ним как к разумным личностям, уважение к их проблемам, которые для них не менее сложны, чем наши взрослые трудности для нас.

Они не всегда ведут себя хорошо. Среди них есть неблагополучные дети. Но каждому из них нужно предоставить шанс получить от нас те советы, которые будут поощрять лучшее, что есть в этих детях.

Они приходят в этот мир совершенными – и попадают в наш безумно несовершенный мир. «Внутри» они интуитивно знают, что хорошо и правильно. «Извне» они замечают все, что только есть в нашем мире ошибочного и дурного.

Дети инстинктивно чувствуют, кто они и что им нужно. Они ожидают от всех вокруг взаимного уважения и любви. Они ни при каких обстоятельствах не одобряют лжи, манипулирования и насилия. Дети требуют пояснений и почти никогда не довольствуются отговорками на уровне: «Потому что я так сказал». Кроме того, они лучше всего реагируют, когда к ним обращаются как ко взрослым. Честность, доверие, откровенность и искренность воспитываются простыми шагами по изменению поведения – но только если мы хотим начать с себя. Серьезное отношение к точке зрения ребенка может оказаться для многих непривычным, но, изменив свое мышление и ожидания относительно поведения детей, мы сможем достигнуть того, что их воспитание будет осуществляться с позиции мира и согласия.

1.3. Принципы воспитания современных детей.

1. Определяя для детей границы дозволенного поведения, сохраняйте при этом творческий подход к их воспитанию.

Давайте выход их чрезмерной физической энергии. Учитывайте эту необходимость в любой ситуации: например, во время занятия, приучая к правилам поведения, при выполнении задания.

Позвольте ребенку самому устанавливать границы, а не наоборот. Вы будете приятно удивлены, когда узнаете, на что способен ребенок.

2. Обращайтесь с детьми как со взрослыми и равными, но не возлагайте на них взрослые обязанности.

Давайте этим детям подробные объяснения, а также предоставляйте им право высказывать свое мнение при принятии решений по разным вопросам и, более того, предоставляйте им несколько возможностей для выбора!

Не говорите с ними свысока.

Проявляйте к ним уважение ничуть не меньше, чем к своим родителям или близкому, нежно любимому другу.

3. Если вы говорите, что вы их любите, но относитесь к ним неуважительно, они вам не поверят. Никакие слова в мире не заменят проявлений искренней любви.

4. Общение с ребенком – это одновременно тяжелый труд и привилегия.

Он заметит любую хитрость. Даже не пытайтесь с ним хитрить!

Не забывайте наблюдать за общением детей – у них многому можно поучиться!

Как привить ребенку дисциплину

Постоянно информируйте ребенка и поддерживайте его вовлеченность в события.

Предотвращайте малейшее непонимание простыми объяснениями.

Избегайте приказного тона, обращайтесь с детьми уважительно.

Выполняйте свои обещания.

Реагируйте на любую ситуацию без проволочек.

Физические меры воздействия и оскорбления категорически запрещены. Никогда не унижайте детей – никогда!

Если все-таки необходимо сделать «внушение», сделайте это наедине.

Обсудите с ребенком его поведение, вызвавшее необходимость «внушения».

А потом побудьте вместе и убедитесь, что он правильно все понял.

Помогайте детям принимать самостоятельные решения в том, что касается их дисциплины.

Всегда объясняйте им, почему вы даете им какие-то инструкции.

Сделайте детей своими партнерами в их собственном воспитании. Хорошенько подумайте об этом аспекте!

Ваша поддержка их действий должна выражаться, прежде всего, в формировании у них чувства безопасности. Избегайте порицания и криков по отношению к ним. Всегда давайте им понять, что вы поддерживаете их начинания.

Вы не должны говорить свысока с детьми. Они не уважают людей, чувствующих свое превосходство только потому, что они гораздо старше, у них седые волосы и морщины на лице. Имея дело с детьми, вы должны заработать их уважение. Развивайте в себе выдержку и не пытайтесь воздействовать на них авторитетными методами. Дайте детям возможность говорить о своих желаниях. А затем объясните им, почему вы не можете их удовлетворить. Главное, что от вас требуется, – это слушать детей.

Взрослые нередко чувствуют, действуют и разговаривают с детьми так, как будто не рады им и уверены в том, что они плохие, что они тяжкое бремя и источник сплошных неприятностей. Неприветливые, унылые (а порой и резкие) слова наносят огромный ущерб детям в процессе их роста, развития творческих способностей и психологических навыков общения. Ведь дети смотрят на взрослых как на образец для подражания и ждут от них поддержки. В противном случае дети воспринимают подобные обращения буквально так: «Я плохой, и меня здесь не ждали». Надо ли говорить о том, что это воспринимается детьми очень болезненно, способствует формированию неадекватных реакций, а может даже серьезно затормозить их развитие. И наоборот, поток радостных, приветливых слов интерпретируется ребенком следующим образом: «Я хороший, вокруг меня прекрасный мир, наполненный любовью». Такой взгляд поддерживает в ребенке веру в себя, подстегивает интерес к учебе и стимулирует развитие творческих способностей.

Когда вы отдаете распоряжения, вы можете формулировать их следующим образом: «Мне нужна твоя помощь. Пожалуйста, убери свою обувь от двери». Ключевым моментом в данной ситуации является просьба о помощи.

Сообщайте детям заранее, что они должны подготовиться к какому-то занятию (например, к обеду) через пять минут.

Предоставляйте детям как можно больше возможности для выбора. Если они обычно не идут к столу обедать, скажите им, что у них есть выбор, когда им прийти: через одну минуту или через две. Если они специально испытывают ваше терпение и провоцируют вас, не соглашайтесь на то, чтобы изменять уже предоставленные возможности. Если же они предлагают альтернативу, что вполне допустимо, тогда на вопрос, могут ли они прийти обедать после того, как уберут игрушки, соглашайтесь.

Давайте им только одно задание на определенный период времени, чтобы они не были перегружены слишком большим количеством распоряжений.

Посидите с детьми и вместе обсудите, каковы будут их ответные меры на их плохое поведение. Например, скажите: «У тебя есть привычка разбрасывать игрушки, и я должна перешагивать через них. Что мы будем делать с этим? Может, ты сам поможешь мне решить, что будет, если ты не уберешь свои игрушки?». И в дальнейшем придерживайтесь достигнутого уговора.

Выделите стул или тихий уголок для «тайм-аутов», куда ребенок будет отправляться в случае наказания. Вы не должны отсылать детей просто в их комнату, где полно игрушек и всяких интересных вещей, с которыми можно поиграть во время наказания.

Если ребенок расшалился, вы можете попросить его успокоиться на счет «три». Если вы досчитали до трех, а он не прекратил безобразничать, его следует наказать.

Постарайтесь исключить эмоции, когда призываете своего ребенка к порядку, не читайте ему нотаций и не спорьте с ним. Делайте то, что считаете нужным: «Таня, я не собираюсь спорить с тобой. Бить других людей нехорошо, я хочу, чтобы ты сейчас подумала о своем поведении. Отправляйся сейчас же в тихое кресло». Дети должны твердо знать, что любое действие имеет последствия. Если ребенок кричит или ведет себя плохо, вы должны продлить время наказания. Когда время наказания закончится, не забудьте спросить ребенка, понял ли он, почему был наказан.

Вы можете завести карту со звездочками или график, где в течение определенного времени будут делаться заметки о хорошем поведении ребенка. Когда наберется достаточное количество этих заметок, ребенок может получить дополнительное поощрение. Это хороший метод для контроля за поведением.

Не забывайте подмечать, когда дети хорошо себя ведут, и хвалите их за то, что они отвечают вашим ожиданиям: «Я рада, что ты…» или «Это здорово, что ты…».

Попросите ребенка воспроизвести ту модель поведения, которую вы от него ожидаете: «Ваня, нехорошо ходить по комнате в уличной обуви. Ты можешь показать мне, как нужно вести себя в таком случае?». Ваня снимает ботинки. «Спасибо, я знала, что ты можешь это сделать. Так лучше».

Дети чувствуют себя в большей безопасности, если имеют дело с многократно повторяющимися действиями, они более восприимчивы и лучше реагируют, когда регулярно едят, спят, играют.

Не забывайте быть последовательным, даже если вы чувствуете, что вам не хватает сил претворять в жизнь ваши планы относительно дисциплины. В противном случае дети поймут, что им совершенно не требуется следовать правилам, потому что эти правила все время меняются.

Вместо запрета лучше скажите ребенку: «Объясни мне, почему ты хочешь это сделать. Как ты думаешь, что из этого получится? Давай проиграем ситуацию. Как ты думаешь, что случится, если ты поступишь так?». Когда ребенок расскажет вам, что, по его мнению, произойдет, спросите: «Хорошо, что ты будешь делать в таком случае?». И он поведает вам о своих действиях.

**2. Практический инструментарий.**

2.1. Упражнение «Мечта детства».

Участники семинара по очереди рассказывают, о чем они мечтали, когда были детьми. Затем проводится обсуждение того, о чем мечтают современные дошкольники.

2.2. Упражнение «Портрет современного ребенка».

Участники делятся на две (несколько) подгрупп. Каждая подгруппа составляет список качеств, присущих современным детям. Затем списки зачитываются, обсуждаются.

2.3. Деловая игра.

Проводится с целью предоставления педагогам возможности практического применения теоретических знаний, получения обратной связи.

Участники делятся на микро-группы. Каждой группе предлагается ситуация и время на ее обсуждение (5 мин), по окончании которого необходимо озвучить свой вариант разрешения ситуации. Остальные участники присоединяются к обсуждению предложенного варианта.

**Ситуации:**

Ребенок несется и врезается в грязь. Он радостно бежит к вам навстречу, норовя обнять.

Ребенок отказывается есть или ест слишком медленно.

Ребенок направляется к вам в самый неподходящий момент: вы чем-то очень заняты.

Вы нарушили данное ребенку обещание.

Ребенок открыто не повинуется правилам и взрослым авторитетам или манипулирует вами. Он врет или хитрит, увиливая от своих обязанностей.

Ребенок, придя к вам в кабинет, хватает и изучает каждую мелочь, не делая исключение даже для выдвижных ящиков. Неоднократные замечания игнорирует.

До прихода гостей остается совсем мало времени. Ребенок своими активными играми мешает вашим приготовлениям.

Ребенок отказывается убирать игрушки.

2.4. Практическое упражнение «Руки».

Ведущий просит соединить ладони рук на уровне груди, а затем надавить правой ладонью на левую. По опыту проведения этого упражнения известно, что левая рука бессознательно начинает оказывать сопротивление, хотя такой инструкции или демонстрации таковых действий ведущим не производится. Вывод – в ответ на агрессию мы подсознательно начинаем сопротивляться, то есть агрессия рождает агрессию. Если педагог настроен недружелюбно по отношению к детям, они это почувствуют и неосознанно примут меры защиты.

**3. Медитация «Встреча с ребенком внутри себя».**

Начинаем с расслабления. Примите удобную позу. Ваше тело расслаблено. Глаза закрыты. Сделайте несколько глубоких вдохов и медленных выдохов.

Представьте себя в каком-нибудь тихом и уютном месте. Может быть, это будет светлая роща ранним солнечным утром: слышите, как звонко поют птицы? Может быть, это будет маленький песчаный пляж на берегу ласкового теплого моря, мягко освещенного закатным солнцем. Волны плавно накатываются одна за другой, тихо шуршат по песку… Попытайтесь вспомнить самое приятное место из своего детства, место, где вы чувствовали себя комфортно.

Теперь вспомните себя таким, каким вы были в детстве, – в три, четыре, пять лет…

Представьте, что этот малыш стоит перед вами. Попытайтесь понять, что он чувствует. Выглядит ли он радостным или печальным? Может быть, он рассержен или обижен на кого-то? Может быть, он чего-то боится?

Погладьте малыша по голове, улыбнитесь ему, обнимите его. Скажите, что любите его, что теперь всегда будете рядом с ним, будете поддерживать его и помогать ему. Скажите: «Я люблю тебя. Я принимаю тебя таким, какой ты есть. Ты прекрасен! Я хочу, чтобы ты был счастлив».

После этих слов представьте, что малыш улыбается вам в ответ и обнимает вас крепкокрепко. Поцелуйте его, скажите, что ваша любовь неизменна и всегда остается с ним: «Я всегда с тобой. Я люблю тебя!». Теперь отпустите малыша, помашите ему на прощание рукой.

Постепенно выйдите из релаксации, сделайте глубокий вдох-выдох, откройте глаза. Скажите себе: «Я совершенна. Я принимаю и люблю себя полностью. Я создаю свой прекрасный мир, наполненный радостью и любовью».

**4. Обмен мнениями. Завершение**

**Список литературы:**

1. [**https://psylist.net/pedagogika/00246.htm**](https://psylist.net/pedagogika/00246.htm)

**https://nsportal.ru/video/2018/06/seminar-dya-pedagogov-mdou-vnutrenniy-mir-doshkolnika-korrektsiya-**