

ИСТОЧНИК НАШЕЙ ЖИЗНИ. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И УСЛОВИЯ УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Этапы и принципы работы с детьми

Сохранение и укрепление психологического здоровья детей – особо важная забота взрослых – как родителей, так и педагогов. И не случайно задачи, с ней связанные, в центре программы дошкольного образования «Пралеска». Вот некоторые из них:

- сохранение и укрепление эмоционального благополучия, душевного комфорта воспитанников;
- содействие возникновению и сохранению у воспитанников преимущественно позитивного мироощущения, чувства защищенности, принятия взрослыми и сверстниками;
- содействие укреплению психологического здоровья детей *посредством*:
 - ✓ предупреждения отклонений в их эмоционально-личностном развитии;
 - ✓ повышения представления ребенка о собственном «Я», формирования уверенности в своих силах;
 - ✓ приобщения воспитанников к основам психологической культуры;
- обеспечение безопасности психологическому здоровью ребенка (недопущение бестактного, травмирующего детскую психику общения взрослого в системах: «педагог – ребенок», «помощник воспитателя – ребенок»; предупреждение агрессивного поведения детей; содействие в повышении уровня психологической культуры педагогов и родителей и др.).

Решение этих задач – не простой процесс, он предполагает систему работы, которая осуществляется поэтапно. *Диагностика психологического здоровья – первый этап*, особо ответственный. Знание составляющих

психологического здоровья, внешних и внутренних факторов его риска обуславливает обращение особого внимания на следующие аспекты:

- система межличностных отношений ребенка с окружающими, его личностная микросреда;
- самооценка, «Я-концепция» воспитанников;
- удовлетворенность основных социальных потребностей (их депривированность);
- тревожность и агрессивность дошкольников;
- адаптация детей к условиям дошкольного учреждения;
- владение коммуникативными умениями.

Применяя методы наблюдения, психологической диагностики на этом этапе, важно опереться на такие принципы, как принцип генетического подхода к изучению психики, принцип детерминизма, принцип единства сознания, деятельности и общения, принцип стереоскопичности, принцип ненанесения ущерба испытуемому («не навреди!»), принцип единства диагностики и коррекции [3; 5 и др.].

На основе полученных на первом (диагностическом) этапе данных конкретизируется «место боли», вид отклонения, *определяется уровень психологического здоровья воспитанников.*

Не менее ответственны *последующие этапы:*

- продумывание системы и методов работы, отбор ее содержания с учетом группы психологического здоровья ребенка, конкретизации вида отклонения, причины нарушения психологического здоровья;
- реализация, воплощение намеченного пути психо-профилактической либо коррекционной работы (осуществляемой с группой, либо индивидуально);
- заключительная диагностика (выявление эффективности психолого-педагогических воздействий, нацеленных на сохранение и укрепление психологического здоровья детей).

На какие *принципы опереться при определении стратегии, содержания, тактики формирования психологического здоровья детей?* Анализ специальной

литературы, опыта работы в этом направлении с дошкольниками дает основание к числу важных, целесообразных для психолого-педагогической деятельности по укреплению психологического здоровья детей отнести такие принципы, как:

- принцип субъектности, опоры на внутренние ресурсы ребенка;
- принцип индивидуализации и дифференциации;
- принцип природосообразности и амплификации развития;
- принцип системности и целостности;
- принцип жизненного оптимизма;
- принцип оптимального педагогического взаимодействия,

сотрудничества.

Принцип субъектности, опоры на внутренние ресурсы ребенка предполагает отношение к воспитаннику как субъекту его собственной деятельности и общения, побуждение к самостоятельному поиску решений, подчеркивание ответственности за собственный выбор (прежде всего – в работе со старшими дошкольниками); опору на личный опыт жизнедеятельности ребенка; проявление уважения к плодам детского творчества; создание благоприятных условий не только для деятельности, осуществляемой под руководством педагога, но и для самостоятельной, в которой проявились бы внутренние ресурсы ребенка, усиливалась бы вера его в себя, свои возможности, крепло бы его психологическое здоровье.

Принцип индивидуализации и дифференциации, проявляется в ориентации на ценность индивидуальных особенностей и возможностей каждого воспитанника. Реализуя его, педагог (родитель), опирающийся на понимание индивидуальности как целостности, системы [1; 7 и др.], будет учитывать такие крупные, взаимосвязанные между собой свойства, как:

- свойства человека как индивида (телосложение, работа полушарий головного мозга, деятельность анализаторов, свойства нервной системы и др.);
- свойства человека как субъекта деятельности (знания, умения, навыки, функционирование познавательных процессов и др.);
- свойства человека как личности (самооценка, характер и др.).

Так, сохранению и укреплению психологического здоровья детей будут способствовать знание и *учет свойств их нервной системы* (1 подструктура). В первую очередь, это знание и учет такого свойства нервной системы, как *сила – слабость*. Сила – способность нервной системы выдерживать продолжительное возбуждение без перехода в состояние запредельного торможения. Дети с сильной нервной системой могут продолжительно без перерыва работать над чем-либо, в то время как их сверстники со слабой нервной системой нуждаются в частых перерывах для отдыха, так как быстро переутомляются; кроме того, дошкольники со слабой нервной системой наиболее эмоциональны, чувствительны. Опираясь на принцип индивидуализации и дифференциации, педагог с особым вниманием отнесется к воспитанникам со слабой нервной системой, которых в определенной степени можно отнести к группе риска в вопросе психологического здоровья. Он постарается создать для них щадящий режим, включающий в себя максимум перерывов на отдых и минимум отвлекающих раздражителей во время выполнения какой-либо деятельности. При этом он будет приучать таких детей к выполнению ответственной работы с ограничением во времени. Однако необходимо делать это постепенно, позитивно оценивая даже минимальный успех ребенка, поскольку дети со слабой нервной системой в наибольшей степени нуждаются в том, чтобы педагогическая оценка выполняла стимулирующую функцию.

Реализация данного принципа в воспитательно-образовательном процессе предполагает учет и такого свойства нервной системы дошкольников, как *подвижность* – способность нервных клеток к быстрой смене процесса возбуждения торможением, и наоборот – торможения возбуждением. Дети с подвижной нервной системой легко переключают внимание с одного объекта на другой, с одной деятельности на другую. Они могут относительно быстро одновременно выполнять несколько различных действий. Дошкольники с малоподвижной (инертной) нервной системой нуждаются в большем периоде времени для выполнения какого-либо задания, особенно заданий различных типов. Педагогу следует помнить об этом и предоставить ребенку с инертной

нервной системой несколько дополнительных минут для того, чтобы он собрался на прогулку, завершил рисунок и т.д.

Реализуя данный принцип, важно дать позитивную оценку тому, что обычно получается очень хорошо у дошкольников с инертной нервной системой – однообразная продолжительная деятельность без ограничения по времени, требующая тщательности, аккуратности выполнения (например, уход за комнатными растениями).

Следует учитывать и такое свойство нервной системы детей, как *уравновешенность* (баланс) – соотношение процессов возбуждения и торможения. Опора на данный принцип предполагает особый подход и к детям с неуравновешенной нервной системой с преобладанием возбуждения над торможением. Таким дошкольникам важно предлагать различные спокойные виды деятельности (особенно перед сном или учебными занятиями): дидактические игры, изобразительную деятельность, рассматривание иллюстраций к сказкам и др. Для них полезны занятия, помогающие развитию сообразительности, сосредоточенности, способные увлечь, требующие усидчивости. Перед сном взрослый может рассказать или прочитать детям медитативную сказку для засыпания, включить аудиозапись успокаивающей музыки. Нельзя наказывать воспитанников ограничением в двигательной активности. Важно обогащать содержание их деятельности, повышать культуру движений.

Не ущемляя потребности в двигательной активности таких детей, целесообразно учить их регулировать её интенсивность, предлагать движения, требующие сосредоточенности, точности, ловкости (метание в цель, прокатывание мяча по «дорожке» из шнуров, гимнастической скамейке и т.д.), бег между булавами (не зацепи!) и т.д.

Реализация принципа индивидуализации и дифференциации предполагает *оказание педагогом помощи детям разного темперамента в выработке ими индивидуального стиля деятельности*, с помощью которого каждый мог бы

скорее добиться успеха, идя к нему своей «тропой», проявляя при этом свою индивидуальность, её ценные качества.

Учет данного принципа означает и дифференцированный подход к обучению мальчиков и девочек, детей, обладающими разными способностями в области художественной, интеллектуальной и другим видам деятельности, в общении: к дошкольникам с разными стилями обучения (зрительный, аудиторный, кинестетический, комбинированный) к «правшам» и «левшам» [6; 11; 12 и др.]. Тем самым он поможет каждому самоутвердиться, обрести веру в себя, добиться успеха, скорее получить признание сверстников – увеличить возможности для укрепления психологического здоровья своих воспитанников.

Принцип амплификации (обогащения) **развития** предполагает отношение взрослых к детству как самоценности; учет возрастных физических, психофизических и психологических особенностей в работе по охране и укреплению психологического здоровья воспитанников. Реализация данного принципа проявляется и в *создании педагогом благоприятных условий для «специфически детских видов деятельности»* (А.В.Запорожец), успешное овладение которыми чрезвычайно значимо для психического и психологического здоровья дошкольника. В числе таковых – рисование, пение, музыкально-ритмическая деятельность, слушание сказок, драматизация их, но прежде всего – игровая деятельность, приобретающая статус ведущей, в этот период в наибольшей степени определяющая развитие ребенка, формирование его новообразований (воображение, просоциальные чувства, зачатки произвольности и др.). Опираясь на этот принцип, воспитатель широко использует для коррекции психологического здоровья *игротерапию, сказкотерапию, арттерапию, музотерапию*. В целях профилактики и коррекции здоровья детей педагог широко опирается не только на игровую мотивацию детей, он *использует и врожденную мотивацию двигательной активности* малышей (кинезофилию), которая обеспечивает в значительной степени естественную организацию двигательной активности детей, имеющей важную значение не только для укрепления физического здоровья, но и психологического.

Так, например, эффективным средством укрепления психологического здоровья детей являются *танцы*. Можно предлагать воспитанникам различные задания, стимулирующие их образное мышление, творческое воображение, эмоции. Это позволяет детям отыграть подавленные негативные эмоции, более целостно прожить положительные состояния. И самое важное, танцы с различными эмоциональными и образными установками помогают детям находить адекватное телесное выражение эмоциям, чувствам, состояниям. Ребенок овладевает

своим телом, становится более свободным и уверенным в себе.

- Сейчас мы танцуем, потому что нам очень весело, мы веселимся.
- А сейчас мы танцуем, как будто мы грустим.
- А теперь мы на что-то сильно рассердились и танцуем, как будто мы очень сердитые, мы злимся, топаем ногами и машем руками.
- Злость наша прошла, и мы танцуем радостно.
- А теперь нам дали волшебный воздушный шарик, и мы тянемся и взлетаем вслед за ним.
- А теперь мы танцуем свободно и легко.
- А сейчас мы танцуем, как солнечные лучики на лесной поляне.
- А теперь мы танцуем, как легкий ветерок.
- Сейчас мы танцуем, как осенний листок, летящий с ветки дерева.
- А теперь мы танцуем, как первый подснежник, распускающийся в лесу.
- Вот мы превращаемся в ручеек и танцуем, как маленькие ручейки.

Принцип системности и целостности предполагает содействие взрослых, воспитывающих ребенка, сохранению и укреплению всех основных компонентов психологического здоровья: ценностного (аксиологического), инструментального, потребностно-мотивационного. Придерживаясь этого принципа, педагог (психолог, родители), оказывая психолого-педагогическую помощь, например, неуверенному в себе, малообщительному ребенку, позаботится не только о его коммуникативных умениях, рефлексивных (инструментальный компонент), но и о развитии у него позитивной Я-концепции, ценностного отношения к себе. Он проявит внимание и к мотивационно-потребностной сфере своих воспитанников (не ущемлены ли потребности ребенка в общении, в признании сверстниками? почему его игры носят разрушительный характер? и т.п.). Осуществляя заботу о психологическом здоровье агрессивного дошкольника, опирающийся на данный принцип взрослый не ограничится вниманием к развитию у него умения произвольно регулировать своё поведение, обогащением знаниями о правилах поведения людей, детей в группе сверстников в детском саду. Он позаботится и о формировании у такого ребенка интереса, уважения к окружающим людям, эмпатии. Не оставит такой педагог без внимания и, по всей вероятности, депривированную потребность малыша во внимании, ласке.

Принцип жизненного оптимизма основывается на утверждении, подкрепленном жизненными фактами, о стремлении и способности человека развиваться в направлении личностной зрелости даже в неблагоприятных условиях (порой – вопреки им). Он опирается и на подмеченные в народе (а в последующем экспериментально подтвержденные) факты благотворного влияния оптимизма, жизнерадостности, мажорности на здоровье. Данный принцип значим не только во врачебной деятельности, но и в педагогической. Еще великий чешский педагог Я.А.Коменский подметил: «Веселое настроение – это половина здоровья». А известный отечественный детский врач и педагог Е.А.Аркин предостерегал: «Если воспитательница входит в круг детей с грустью на челе и с меланхолией в движениях – это плохое физическое воспитание, хотя бы зарядка и физкультурные упражнения добросовестно выполнялись. Не надо, - писал он, - требовать от воспитателя шумного веселья, раскатистого смеха, но успех всей его работы ... связан с радостным восприятием жизни во всех её многообразных проявлениях и твердой, спокойной уверенностью в своих силах. Педагог должен осознавать огромное плодотворное значение жизненного оптимизма для воспитательной работы и культивировать его в себе» [2, с.270-271]. Для опирающегося на данный принцип педагога характерны вера и в ребенка, и в себя, широкое использование юмора, шутки во взаимодействии с окружающими. Своим оптимизмом, бодростью он «заряжает» энергией воспитанников, способен снять с них напряжение, снизить тревожность.

Принцип жизненного оптимизма находится в тесной связи с необходимостью радости как важнейшим условием и критерием эффективности процесса укрепления психологического здоровья.

Принцип недирективности формирования психологического здоровья предполагает, что взрослые не программируют конкретные изменения в определенные сроки, а предоставляют возможность изменений посредством организации вокруг них феноменального поля [13]. Реализация данного принципа обеспечивается прежде всего включением воспитанников в преимущественно «специфически детскую» деятельность, развивающие занятия,

которые предоставляют им возможность позитивных изменений при отсутствии требований обязательных изменений. Ведь не исключено, что «тропа» укрепления здоровья, предложенная педагогом ребенку, не приведет к желаемому результату, и надо искать другие пути достижения данной цели. Возможно, коррекционная работа в отношении одного ребенка требует значительно больших временных затрат, нежели в отношении другого – ведь многое зависит от уровня психологического здоровья, степени и характера выраженности нарушений в нем.

Принцип оптимального профессионального взаимодействия педагога предполагает проявление в общении сопричастности по отношению к воспитанникам, активно-положительного отношения к ним, гибкость в общении, широкое использование диадного общения. Реализация данного принципа означает создание в группе благоприятного психологического климата, способствующего самовыражению каждого, позитивной Я-концепции, стимулирующего детское творчество, содействующего укреплению психологического здоровья воспитанников. Кроме того, он означает и высокий уровень взаимопонимания с родителями, коллегами, единение их позиций, усилий в отношении ребенка как самобытной, неповторимой индивидуальности, требующей охраны и поддержки. Воплощение принципа оптимального профессионального общения предполагает также проявление педагогом творчества, индивидуального стиля общения, обладание психологическим здоровьем и высоким уровнем психолого-педагогической культуры

Об укреплении психологического здоровья воспитанников детского дома

Сохранение и укрепление психологического здоровья – важная и сложная проблема. Применительно же к воспитанникам детского дома она приобретает еще большую остроту, актуальность. При решении этой проблемы здесь, в условиях детского дома, используются наряду с общими подходами, стратегиями, и специфические. Остановимся на некоторых особенностях

укрепления психологического здоровья детей, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа.

Поскольку у воспитанников детского дома многие важные социальные потребности ущемлены, особое внимание в работе по укреплению их психологического здоровья следует *уделить мотивационно-потребностной сферы этих детей, снижению психической депривации* в широком смысле – социальной и культурной.

Особо важное значение здесь приобретает *принцип оптимального педагогического взаимодействия*. Мы уже писали о том, сколь пагубное влияние на психическое и психологическое здоровье таких детей оказывает отсутствие индивидуализированного, личностного общения с ребенком, когда последний фактически выступает своеобразной куклой в руках взрослого. Как предотвратить негативные последствия (пассивность, безличностное отношение ко взрослым, безинициативность и т.п.), «институциализации» общения? Прислушаемся вначале к советам по данному вопросу врача и психолога Э.Пиклер, которая первой обратила внимание и описала этот новый синдром госпитализации. Самая большая трудность, по её мнению, заключается в том, что «нужно ликвидировать демонстративные формы безличностного шаблонного, поверхностного подхода и дрессуры для того, чтобы достичь здорового развития личности детей» [8, с. 191]. Вместо этого предлагается установление с детьми глубоких, человеческих отношений, базирующихся на сотрудничестве, близких, похожих на те, которые складываются у воспитываемого в семье ребенка. Позитивные последствия такого взаимодействия, по мнению прогрессивной венгерской исследовательницы, выходят за рамки «сегодняшнего» дня воспитанников учреждения интернатного типа. В результате этого они будут следовать просьбе или указанию взрослого не потому, что у них нет своей воли, а потому, что «вследствие хорошего взаимного глубокого контакта и общения создается такая форма социального приспособления, с помощью которой дети найдут и в более поздней жизни свое место, соответствующее индивидуальным собственным интересам. Внутри

коллектива они смогут действовать так, что их личные и общественные интересы будут скоординированы и тем самым сформируется их последующая жизнь» [8, с. 191-192]. Для возникновения такой взаимосвязи, взаимодействия, о которых здесь говорит Э.Пиклер, не обойтись без проявления сопричастности взрослого ко внутреннему миру ребенка, его жизнедеятельности, без психологического такта, общения с воспитанниками с позиции любви. Конечно, дети не только детского дома рады такому воспитателю. Но здесь, в условиях, ограничивающих возможность удовлетворения потребности ребенка в общении, ласке, внимании, защищенности, увеличивающих риск психологического здоровья, в таком педагоге особенно нуждаются.

Важно, чтобы в группе работали постоянные педагоги, помощники воспитателя, что будет способствовать установлению близких, доверительных взаимоотношений в системе «взрослый – ребенок», осуществлению личностного общения. Необходимо найти время для игр и бесед индивидуально с каждым воспитанником. Конечно, вряд ли педагог может одинаково (хорошо ли, плохо ли) относиться ко всем детям. У каждого есть свои симпатии и антипатии. Однако важно осознавать и регулировать проявления своей избирательности в общении с дошкольниками, помнить, что вне зависимости от наших симпатий каждый ребенок нуждается в личностном общении со взрослым. Попробуем найти «ключик» к сердцу каждого воспитанника, подарим ему частичку нашего душевного тепла.

Расширение сферы общения также будет способствовать не только социализации воспитанников, но и возрастанию вероятностей, возможностей укрепления их психологического здоровья.

Для нормального развития и психологического здоровья необходимо обеспечить каждому воспитывающемуся тут ребенку возможность личностного общения, включающего не только слово, но и тактильный контакт со взрослым. Важно осуществлять контакт глаз и тактильный, лично направленный контакт с ребенком. Авторитет воспитателя в глазах детей нисколько не снизится, а, наоборот, возрастет, если он погладит ребенка, нежно прикоснется к

его плечу, руке, похлопает по плечу, обнимет, прижмет к груди, ласково назовет его по имени или же позволит воспитанникам сделать себе прическу, массаж ладони и т.д. Отношение детей к педагогу будет строиться на любви, уважении, доверии, а не на страхе. Ласковый взгляд и нежное прикосновение помогут детям избавиться от многих страхов и тревог, придадут уверенность в себе, будут способствовать формированию чувства защищенности. В общении с дошкольниками важно помнить о том, что дети данного возраста психологически обостреннее реагируют на жесты, мимику, эмоциональный тон речи, чем на смысловое её содержание. Как утверждает известный американский психолог Р.Кэмпбелл, одним из главных источников эмоционального питания для детей является именно любящий взгляд.

Целесообразно использовать и специально подобранный комплекс игр и упражнений для осуществления тактильного контакта между взрослым и ребенком. Приведем в качестве примера одно из них.

Игра-массаж «Собираемся на бал» (направлена на реализацию потребности в тактильном контакте воспитанников детского дома). Возможный вариант для мальчиков – «Собираемся на турнир рыцарей» («На охоту», «На битву»).

Педагог предлагает ребенку представить, что он отправляется на бал. Для этого необходимо сделать сложную «прическу» (легкий массаж головы). Затем будто бы украшается прическа лентами, цветами, надеваются серьги (конечно, на мочки ушей при этом приходится многократно нажимать). Шея «украшается бриллиантами» (легкий массаж шеи в процессе примерки воображаемых бус и колье). На пальцы «надеваются кольца», на запястье – «браслет» (массаж рук). Грудь и спина «украшаются бантами», при «застегивании платья» взрослый «пытается совладать с неподдающейся застежкой» - она как раз приходится на позвоночник. На ноги ребенок «примеряет хрустальные туфельки», а для этого необходимо и пяточки пощипать, и пальчики ног помассировать, и ступню. За одеваниями-прикосновениями возникает самое нежное общение, утоляется «тактильный голод».

Есть и другие «тропинки» к укреплению психологического здоровья воспитанников детского дома.

Организация жизни в нем, совместное проживание разновозрастных детей, имеющих родственные связи, содействуют частичной компенсации

дефицита и деформации общения со взрослыми, формированию эмпатийных взаимоотношений между взрослыми и детьми.

Идентификация со своей любимой куклой или зверюшкой. Мягкие игрушки могут стать для ребенка объектом эмоционального общения, выступить в качестве заместителя идеального друга, который все понимает и не помнит зла. Необходимо, чтобы каждый ребенок в детском доме имел свою игрушку, как это бывает у детей в семье. Важно научить каждого воспитанника индивидуально проявлять заботу о своей игрушке, покровительствовать ей, сопереживать во всех её игрушечно-кукольных перипетиях, которые специально изобретаются для этого ребенка. Педагог содействует эмоциональному отождествлению ребенка с тем духовным началом, которое вкладывается в данную игрушку и которое индивидуализирует ее. Благодаря воле и воображению ребенка, игрушка «ведет себя» исключительно таким образом, как это нужно в данный момент самому ребенку (она может быть умной и послушной, ласковой и веселой, строптивой и упрямой, лгуней и неисправимой неряхой). Малыш переживает вместе с куклой события собственной и чужой жизни во всех эмоциональных и нравственных проявлениях, доступных его пониманию. Фактура и пропорции частей тела игрушки оказывают эмоциональное воздействие на ребенка. Любовь и покровительственное отношение ребенка к себе вызовет в первую очередь мягкая игрушка, пушистая зверюшка, имеющая пропорции частей тела, соответствующие детенышам животных: большая относительно туловища голова, большие глаза, маленький нос, рот и т.д.

Назовем еще одну «тропу», ведущую к укреплению психологического здоровья – *формирование у детей коммуникативных умений* – готовности вступать в контакт с социальным окружением; знаний элементарных норм и правил при установлении контакта с окружающими; овладение процессуальными компонентами коммуникации, умением слушать собеседника, эмоционально сопереживать, проявлять активность и самостоятельность в процессе коммуникации. Необходимо содействовать овладению дошкольниками способами решения адекватных возрасту коммуникативных задач вербальными

и невербальными средствами, что будет способствовать адаптации и социализации детей к миру, развитию у них быстрой ориентации в разнообразных коммуникативных ситуациях со взрослыми и сверстниками.

«Пройти» по этой «тропе» полезно не только детям, воспитывающимся в учреждении интернатного типа, но и многим из тех, кто посещает детский сад, растёт в семье. И всё же о ней мы решили поговорить именно здесь, при обсуждении психологического здоровья дошкольников детского дома, поскольку они в развитии коммуникативных умений особенно нуждаются. Как добиться успеха в этом? Обратимся к исследованию М.А.Симоновой, в котором как раз этот вопрос специально изучался [10]]. Формирование коммуникативных умений у детей-сирот 5-7 лет рассматривается ею как поэтапный процесс включения их в учебно-игровые ситуации на основе принципов *свободного выбора, проблемности, объединяющей деятельности и коррекции*:

- *на первом этапе* осуществляется формирование потребности в коммуникативной деятельности со сверстниками и взрослыми на основе интереса к партнеру, своим возможностям и переживаемым чувствам;

- *на втором этапе* происходит становление у воспитанников навыков совместного взаимодействия на основе освоения вербальных и невербальных средств общения;

- *на третьем этапе* осуществляется обучение детей-сирот осмыслению получаемой информации, самостоятельному вычленению и разрешению коммуникативных проблем, адаптации норм и правил общения к конкретным ситуациям, освоение приемов оценки и самооценки;

- *на четвертом этапе* обеспечивается формирование автономности в действиях и суждениях, способности различать и принимать разные точки зрения, выражать своё отношение к партнеру.

Педагог при этом выступает как носитель социальных образцов в системе поддержки; он ориентирован на достоинства детей – их положительные качества, успешность в выполнении предлагаемых задач, независимо от сделанного ребенком выбора варианта решения ситуации. Успех в работе по

формированию коммуникативных умений детей-сирот достигается в значительной степени благодаря активизации таких функций, как *развивающая* (направлена на реализацию способности включения ребенка в систему социальных связей), *корректирующая* (ориентирована на преодоление затруднений в общении детей), *регулирующая* (предопределяет соблюдение «правовых» отношений исходя из норм, правил между участниками взаимодействия) и *предупредительно-профилактическая* (обращена на предупреждение вторичных отклонений у детей-сирот, девиантного, социально неуверенного поведения и др.).

Выявлены М.А.Симоновой и условия, обеспечивающие эффективность применения учебно-игровых ситуаций для формирования коммуникативных умений:

- ✓ ведущая роль педагога, реализующего возможности развивающей среды и направляющего её воздействия на развитие ребенка;
- ✓ поддерживаемая педагогом активная познавательная позиция ребенка при освоении им предметного мира в игровой и учебно-игровой деятельности;
- ✓ «вхождение» обретаемого ребенком опыта в контекст жизненной сферы ребенка;
- ✓ диалог как способ освоения личностного опыта;
- ✓ игровая форма создания ситуации, т.е. личность развивается, творя свой собственный мир, особое пространство, «проигрывая» свои роли и модели реальности.

Коррекция самосознания детей, воспитывающихся в условиях интернатного типа, формирование у них ценностного отношения к себе – еще одно важное направление в работе по укреплению их психологического здоровья. «Поле» для психолого-педагогической работы здесь может быть широким - как и разнообразие приемов работы, используемых с этой целью. Мы остановимся здесь на формировании у дошкольников, лишенных родительского попечительства, образа тела, играющего чрезвычайно важную роль в развитии

самосознания (Б.Г.Ананьев, Р.Бернс, А.Валлон, В.С.Мухина, С.Л.Рубинштейн и др.).

Ранее мы уже отмечали печальные последствия депривации основных социальных потребностей у детей детского дома на развитие их личности. Они проявляются и в деформации образа тела ребенка, приводящей к отсутствию стабильного, ценностного отношения к себе. В числе средств, использование которых может помочь в таких ситуациях – метод психологической коррекции – психомассаж, разработанный В.С.Мухиной. Его важное достоинство прежде всего в том, что здесь в полной мере используется мощный потенциал физического контакта, направленного на «работу» с психикой посредством телесного чувствования ребенка. В ходе использования данного метода взрослый активно воздействует на тело и психику ребенка, создает специальные условия для позитивных изменений в развитии образа тела и самосознания в целом; концентрирует внимание на тех аспектах психики, которые так или иначе связаны с телесными чувствованиями и переживаниями малыша. Несколько важных и непростых задач решаются в процессе такого психомассажа: снятие у детей психического напряжения; изучение структуры тела, его актуальных и потенциальных возможностей; формирование установки на позитивное отношение к своему телу и к себе как личности; осознание собственной телесной конституции, определяющей принадлежность к определенному полу; формирование представлений о собственном теле, изменяющемся во времени: прошлом, настоящем и будущем; освоение способов выражения эмоций при помощи мимики жестов и осознание выражаемых таким образом эмоций; формирование представлений о разнообразии содержания общения между людьми; повышение жизненного тонуса; общее оздоровление организма.

Данная телесноориентированная психологическая коррекция включает в себя технику идентификации, непрямого внушения и приемы классического массажа. Процесс коррекции отклонений психомассажа условно делят на 3 этапа. Суть их в следующем:

▪ *на первом*, состоящем, как правило, из 2-3 сеансов, применяется техника идентификационной коррекции, сочетающая в себе диагностику отклонений в развитии личности и коррекционные приемы. Физический контакт применяется лишь эпизодически. На основе полученной информации разрабатывается стратегия курса психомассажа и его отдельных сеансов. Важным итогом данного этапа работы – установление доверительных, доброжелательных взаимоотношений между психологом и ребенком, зарождение интереса, желание взаимодействовать;

▪ *на втором этапе* проводится основная, углубленная коррекционная работа, направленная на формирование у ребенка адекватного образа тела, а также положительно эмоционального отношения к своему телу и к себе как личности. В случае необходимости оперативно вносятся изменения в действие. Средняя продолжительность данного этапа – 5-7 занятий;

▪ *на третьем этапе*, заключительном, происходит закрепление достигнутых результатов. Особое внимание уделяется вопросам формирования у ребенка представления об особенностях интимно-личностного и делового общения, предполагающего учет ролей, социального статуса, возраста партнеров. На данном этапе, включающем в себя 2-3 занятия, осуществляется также подготовка ребенка к продолжению работы над дальнейшим развитием своей телесной идентичности, поддержке положительного отношения к своему телу [9].

Данная система коррекционной работы не только способствует снижению уровня деформации развития самосознания ребенка, но и оказывает позитивное влияние на общее эмоциональное состояние личности, психологическое здоровье воспитанников детского дома.

Еще на одну «тропу» укрепления психологического здоровья нам здесь хотелось бы обратить внимание. Она предложена педагогами, врачами, физиологами, психологами, обнаружившими, доказавшими тесную взаимосвязь между физическим и психологическим развитием ребенка, его самосознанием. Так, известный детский врач и педагог Е.А.Аркин по этому поводу отмечал:

«...овладевая двигательным аппаратом и пользуясь им всё с большим совершенством, ребенок не только завоевывает пространство; он приобретает нечто более важное для развития его личности: двигательная деятельность на заре жизни является важнейшим орудием познания мира и познания себя... *Та яркая эмоциональность, которая присуща ребенку на ранних стадиях развития, в значительной мере питается моторной деятельностью. В движениях ребенок находит источник живой радости...*»[2, с.43-44].

Возможности испытания такой радости (с которой, кстати, тесно связано психологическое здоровье) у детей, воспитывающихся в условиях интернатного типа, ограничены. Их крайне недостаточно, мало, поскольку двигательные потребности детей-сирот, как правило, депривированы, ущемлены. Двигательная депривация, с характерными для неё низкой двигательной активностью, обедненностью содержанием двигательной деятельности, неспособностью гибко использовать освоенные движения в новой ситуации, самостоятельной деятельности, негативно сказывается не только на физическом развитии и физическом здоровье воспитанников детского дома, но и психическом и психологическом здоровье. Возможны ли здесь изменения? Если «да», то каким образом они могут быть осуществлены?

В числе тех, кто ведет поиски ответов на эти непростые вопросы, белорусский педагог М.Н.Дедулевич. Результаты проведенного ею исследования на базе Могилевского детского дома дали положительный ответ на первый вопрос – последствия двигательной депривации можно «смягчить», скорректировать.

Найдены и некоторые конкретные пути, формы работы, средства для этого. Психологическому комфорту в процессе двигательной активности способствует личностно-значимое, эмоционально насыщенное содержание физкультурно-оздоровительной работы в детском доме, разновозрастное межличностное общение, создание «ситуаций успеха» с учетом индивидуальных возможностей детей. Эффективны при этом такие формы организации физического воспитания, как прогулки-походы за пределы детского дома, совместные

физические упражнения детей и взрослых, самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, коррекционно-развивающие занятия.

Для снижения двигательной депривации (и укрепления психологического здоровья) важно, чтобы физическое воспитание в детском доме выполняло не только оздоровительную, но и коррекционно-развивающую, а также «антидепривационную» функцию [4]. Последняя, «антидепривационная», теснейшим образом связана с формированием психологического здоровья посредством физической культуры (становлением позитивного «образа-Я», Я-концепции, высокой самооценки, чувства радости от процесса движения, успехов в психомоторной деятельности и др.).

Таким образом, с целью укрепления психологического здоровья детей педагог содействует реализации ими своих ведущих социальных потребностей. Необходимо включение ребенка в доброжелательное, эмоционально насыщенное личностное общение со взрослыми и сверстниками, в «специфически детские» виды деятельности, что будет способствовать формированию у него позитивной «Я-концепции», уверенности в себе, своих силах.

Литература

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. М. 1997.
2. Аркин Е.А. Ребенок в дошкольные годы. М. 1968.
3. Белановская О.В. Диагностика и коррекция самосознания дошкольников. Мн. 2004.
4. Дедулевич М.Н. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в интернатных учреждениях. - Автореф. дис... канд. пед. наук. – Мн., 2004.
5. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников /Под ред. Я.Л.Коломинского, Е.А.Панько. Мн. 1997.
6. Еремеева В.Д., Хризман Т.П. Мальчики и девочки: два разных мира. СПб., 2003.

7. Мерлин В.С. Отличительные признаки темперамента //Психология индивидуальных различий. Тексты. М., 1986.
8. Пиклер Э. Современные формы проявления госпитализации //Лишенные родительского попечительства. Хрестоматия. Ред. и сост. В.С.Мухина. - М., 1991.
9. Поставнев В.М. Коррекция самосознания личности ребенка //Развитие личности ребенка в условиях депривации. Сб. науч. трудов. М., 1994. С.14-25.
10. Симонова М.А. Формирование коммуникативных умений у детей-сирот 5-7 лет в условиях интернатного учреждения. Автореф. дис.... канд. пед. наук. Волгоград, 2006.
11. Социальная одаренность и коммуникативные способности: выявление и развитие в дошкольном возрасте /Под ред. Я.Л.Коломинского, Е.А.Панько. Мозырь, 2005.
12. Фуллер Ч. Подберите ключ к обучению своего ребенка. Мн. ,1998.
13. Хухлаева О.В. Формирование психологического здоровья младших школьников. Дис...докт. пед. наук. – М., 2001.