

Елизавета
ПАНЬКО,
профессор БГПУ
им. Максима
Танка

Елена
ЧЕСНОВА,
преподаватель
БГПУ им. Максима Танка,
магистр психологических
наук

Татьяна
НЕДВЕЦКАЯ,
аспирант Национального
института образования,
магистр психологических
наук

Психологическое здоровье дошкольника

(Продолжение. Начало в № 2, 3, 4 за 2012 г.)

Статья 3.

«ПОМОЖЕМ РЕБЁНКУ ОБРЕСТИ КОМПЕТЕНТНОСТЬ»

Что такое компетентность?

ЕСТЬ и другие, кроме приведенных в предыдущих статьях, пути содействия обретению ребёнком чувства самоценности, позитивного образа «Я». В числе таковых — **повышение уровня его компетентности**. Это слово всё чаще используется педагогами и психологами, работающими в области образования; сегодня его нередко применяют и в повседневной жизни. При этом, как правило, компетентность связывают прежде всего со знаниями, высоким их уровнем. И не случайно: в ряде словарей прошлого века под компетентностью понималось обладание знаниями, позволяющими о чём-то судить, высказывать авторитетное, весомое мнение. В настоящий период эту важную характеристику человека рассматривают шире и придают ей всё большую роль в становлении личности. В состав, структуру компетентности наряду со знаниями включают и психические качества, способности, умения, дающие возможность человеку самостоятельно и ответственно выполнять определённую деятельность.

Основы компетентности формируются уже в детстве. И не только в стенах дошкольного учреждения. Многие в этом направлении может сделать (и делает) семья — как прямым, так и косвенным путём. Прежде всего — посредством обогащения среды, в которой живёт ребёнок (внесением в неё, например, физкультурного оборудования, мячей, обруча, скакалки, самоката, велосипеда, конструктора, красок, шашек, шахмат, персонажей кукольного театра и др.). Ознакомить с развивающей предметной средой (и не только дома), пробудить интерес к ней, стимулировать к овладению ею, помочь обрести навыки и умения, значимые для этого — ещё одна немаловажная забота родителей. Разделить её могут бабушка, дедушка, другие взрослые члены семьи, родственники ребёнка. И это важно. Содействуя повышению уровня компетентности малыша, взрослые тем самым могут «расширить» и «полюс» для самовыражения ребёнка, для становления у него позитивного представления о своём «Я» — значимого составляющего психологического здоровья. Не упустим при этом и такую сферу для самовыражения (и повышения компетентности в ней), как труд (посильный, конечно).

Маленькая Маша очень хотела вырасти. Очень. А как это сделать, она не знала. Всё перепробовала. И в маминых туфлях ходила. И в бабушкином капоте сидела. И причёску, как у тётки Кати делала. И бусы примеряла. И часы на руку надевала.

Ничего не получалось. Только смеялись над ней да подшучивали.

Один раз как-то вздумала Маша пол подметать. И подмела. Да так хорошо подмела, что даже мама удивилась:

— Машенька! Да неужели ты у нас большая становишься?

А когда Маша чисто-начисто вымыла посуду да сухо-насухо вытерла её, тогда не только мама, но и отец удивился. Удивился и при всех за столом сказал:

— Мы и не заметили, как у нас Мария выросла. Не только пол метёт, но и посуду моет.

Теперь все маленькую Машу называют большой. И она себя взрослой чувствует, хотя и ходит в своих крошечных туфельках и в коротеньком платьице. Без причёски. Без бус. Без часов.

Не они, видно, маленьких большими делают.

Е. Пермяк. «Как Маша стала большой»

СЕМЬЯ может многое. Сегодня родители имеют возможность дать своему ребёнку и дополнительное образование (в студиях, кружках при центрах детского развития, домах культуры, детских спортивных школах и т.д.), а тем самым и повысить уровень его компетентности. Важно, однако, учесть при этом не только возрастные особенности дошкольника, но и индивидуально-психологические его качества — интересы, способности, темперамент.

Будем двигаться при этом не против природы малыша, а вслед за ней. Флегматики, как правило, предпочитают спокойные игры и занятия. В дидактических играх, конструировании и других малоподвижных и, вместе с тем, привлекательных для них видах деятельности особенно заметными становятся такие значимые для успеха в этих занятиях качества флегматиков, как уравновешенность, терпение, способность к относительно длительному сосредоточению, аккуратность. Детям же меланхолического темперамента, для которых характерны повышенная чувствительность к образным воздействиям, эмоциональная отзывчивость, способность к сопереживанию, обычно легче себя проявить, самоутвердиться, достичь успеха в художественной деятельности (музыкальной, изобразительной и др.).

Знакомим с правилами и нормами поведения, общения

ПРОЯВЛЯЯ заботу об укреплении психологического здоровья сына, дочери, важно *особое внимание уделить их коммуникативной компетентности.*

Это психологическое системное образование во многом определяет успех во взаимодействии человека (и маленького в том числе) с окружающими людьми. Далеко не всегда все признаки коммуникативной компетентности проявляются с одинаковой интенсивностью у конкретного ребёнка. Знания же об этом виде компетентности, значимом для каждого человека, могут помочь в её развитии и саморазвитии.

Весомая составляющая коммуникативной компетентности — знание норм, правил общения, опора на них в процессе взаимодействия. Многие из этих правил ребёнок познаёт в кругу семьи, наблюдая за поведением близких, дорогих ему людей: с какой теплотой, доброжелательностью они встречают гостей; как заботливо бабушка и мама собирают в дорогу папу, старшего брата; как бережно родители берут на руки младшую, недавно родившуюся сестричку; с каким уважением, теплом относятся они к бабушке и дедушке; как нежны и внимательны их родители друг к другу...

Некоторые правила, нормы общения дети постигают при непосредственном взаимодействии со старшими членами семьи, их друзьями.

Родители содействуют тому, чтобы их ребёнок знал, если:

Дедушка твой ремонтирует что-то,
Требуется помощи эта работа:
Гвоздь принести, молоточек подать...
Должен во всём ты помощником стать.

* * *

Если есть у вас умения,
Если гости любят пение,
То не бойтесь, не стесняйтесь,
Не кривляйтесь, не ломайтесь,
Пойте весело и тем
Доставляйте радость всем.

* * *

Чтоб со всеми жить в ладу,
Не ругай в гостях еду.
А за всё благодари
И «спасибо» говори! [13]

Именно в семье ребёнок прежде всего познаёт «что такое хорошо» и «что такое плохо» в области человеческих отношений. Немало о нормах, правилах общения между людьми, ценностях в этой сфере ребёнок может узнать и с помощью художественных произведений.

...Откроем с сыном книгу с рассказами К.Д. Ушинского. Вместе с их героями пусть он подумает...

СИЛА НЕ ПРАВО

Прибежал Митя в сад, выхватил у своей маленькой сестры Тани куклу и поскакал с куклой по саду верхом на палочке. Таня стояла и плакала.

Выбежал из дома старший брат Мити Серёжа. Серёже показалось весело возить куклу по саду, и он отнял у Мити куклу и лошадь.

Митя побежал жаловаться отцу, а отец сидел у окна и всё видел.

— Что сказал Мите отец?

ВМЕСТЕ ТЕСНО, А ВРОЗЬ СКУЧНО

Говорит брат сестре:

— Не тронь моего волчка. Отвечает сестра брату:

— Не тронь моих кукол.

Дети расселись по разным углам, но скоро им обоим стало скучно.

Отчего детям стало скучно?

В художественной литературе есть и ответы на эти вопросы, варианты более приемлемых, социально одобряемых форм поведения в подобных, близких ситуациях.

На верёвочке у Вари
Красный шарик с петушком.
Ой, какой красивый шарик!
Все мечтают о таком.
Но поднялся ветер вдруг —
Шарик выхватил из рук!
Улетает красный шарик
Высоко под облака.
Чуть не плачет наша Варя:
Очень жаль ей петушка.
Подошла к подружке Таня,
Стала Варю утешать.
— Шарик твой мы не достанем,
Так давай с моим играть!
Зайчик беленький на нём,
Будем с ним играть вдвоём.

3. Александрова. «Шарик»

О некоторых из правил, секретах общения, которые «как ключики открывают дверь» к успеху в межличностном взаимодействии, ребёнок может узнать и из сказок («Гуси-лебеди», «Як курочка пеўніка ратавала»; «Снежная королева» Г.-Х. Андерсена; «Приключения Незнайки» Н. Носова; рассказов В. Осеевой («Волшебное слово», «Сыновья», «Три товарища», «Синие листья»), Е. Пермяка («Самое страшное» и др.). В них (сказках, рассказах) говорится и о тех последствиях, которые бывают, когда нормы, правила общения нарушаются, как это было, например, в случае с Хомкой.

ИЗ СКАЗКИ

Шутить все любят. Но не все умеют. Хома умел. Уметь — от слова «ум». И умение шутить — это как ум: либо он есть, либо нет. И не будет.

Шутки бывают всякие. Прежде всего физические и словесные.

Если кому-то сливой в лоб угодить — шутка, ясно, физическая. Сразу заметно действие. Шишка вскочит! А вот умного балбесом назвать — шутка словесная, если тебе физической шуткой не ответят.

Шутки делятся на удачные и пустые, смешные и злые, тонкие и глупые. И ещё охотничьи. Про охотников.

Самая сильная шутка — правдивая. Без вранья. Скажешь иногда о ком-то правду, все обхохочутся. Особенно в дружной компании. Подумают, шутишь.

Хома, тот не очень словесные шутки любил. Он обожал действенные, физические. Те, от которых с ног падают. Или с табуретки. Надо только постараться.

Смешно ещё выходит, когда подножку кому-то поставишь. А то и в воду толкнёшь. В холодную. Но не в колодец. Иначе сам и вытаскивай. А это уже не смешно.

И золотое правило: никогда при других над самим собой не шути. Не поймут.

Весело с шутками жить. Но, как ни странно, шутки порой до добра не доводят. Даже очень смешные. Хома в этом лишний раз убедился.

Подкараулил он Суслика. Тёмным вечером.

— У! — рывкнул у него над ухом.

Суслик — в обморок.

— Шучу, — засмеялся Хома, когда тот очнулся.

— У! — выскочил он ночью из кустов на Зайца.

Заяц без чувств повалился. Плашмя.

— Шучу, — засмеялся Хома, когда Заяц пришёл в себя.
— У! — выпалил во тьме старине Ежу. Во всю глотку.
У Ежа чуть иголки не осыпались.
— Шучу, — рассмеялся Хома. — Шучу.
— В следующий раз тебе Медведь «У!» скажет, — пообещал Ёж, не понимавший шуток.

Но не пожаловался Медведю. Среди друзей не принято. <...> А тайно встретился с Зайцем и Сусликом. И решили они Хому проучить.

Шёл как-то Хома, озираясь, с Дальнего поля ночью. Горох за щеками нёс.

— У!!! — гаркнули втроем Суслик, Заяц и Ёж, выскочив из-за дерева.

Что там Хома, если даже Лиса, сидевшая в засаде поблизости, сознание потеряла!

Отнесли друзья Хому в нору.

Говорить он не мог: с перепугу весь горох враз проглотил. А у него в защёчных кладовочках ой сколько было! Пуд не пуд, а много!

Горох горохом, а Хома ещё и глазами бессмысленно вращал. Пришлось ему ковшик холодной воды на голову вылить. Испытанное Ежиное средство.

— Что... это... было? — наконец-то пришёл в себя Хома. — Шутили, да? — жалобно спросил он. Догадался. Умный.

— Нет, не шутили, — ответили друзья. — Мы всерьёз, чтобы больше так не шутил.

— Не буду, — ошалело заверил Хома.

А они как расхохотались! До слёз. Шутки не понимает!

Так что, когда шутить вздумаешь, сначала подумать надо. Вдруг и сам смешным окажешься.

А вообще-то неплохая шутка была. «У!» И словесная, и физическая. Одновременно.

А. Иванов. «Как Хома шутил»

Содействуем развитию коммуникативных умений и способностей

ДОШКОЛЬНИК, обладающий высоким уровнем коммуникативной компетентности, как правило, с лёгкостью вступает в общение с окружающими, успешно завоёвывает их симпатии. Такому ребёнку удаётся «мирным путём» предотвратить назревающий конфликт, снять напряжённость в отношениях между людьми. Его взаимодействие с ними характеризуется гибкостью, дифференцированностью, чувствительностью к проявлениям собеседника. Порой поражает, насколько в общении, поведении такого дошкольника «пробиваются» тонко и точно подмеченная индивидуальность, интерес, потребность, боль и предмет особой радости дорогих, близких ему людей.

Макар (5 лет) придумывает оригинальные поздравления для своих близких. Папе, заядлому рыбаку, на день рождения пожелал поймать золотую рыбку, которая «исполнит все его желания и мечты». На праздник 8 Марта маме нарисовал «волшебную» вазу, в которой «всегда будут цвести её любимые розы». А вот бабушке, которая живёт в деревне, на юбилей пожелал ковёр-самолёт, чтобы она чаще к ним в гости прилетала, и прочитал стихотворение, которое сам сочинил:

Миленькая бабушка!

С праздником тебя поздравляю я!

Часто-часто улыбайся

И болеть ты не пытайся!

Во многом успешность во взаимодействии таких детей (и вместе с тем притягательность для окружающих) обусловлена их коммуникативными способностями, высоким уровнем сформированности умений, значимых для общения. Будем содействовать и мы развитию этих качеств и умений у своего ребёнка, а

тем самым — повышению возможности обретения им психологического здоровья, способности дарить радость другим.

Уделим внимание мотивам общения ребёнка со взрослыми и детьми, развитию инициативности, активности взаимодействия в разных формах общения (ситуативной, эмоционально-личностной, ситуативно-деловой, внеситуативной-познавательной и личностной также). Будем способствовать овладению детьми культурой общения; обогащению словаря, разнообразию построения речевых высказываний в диалоге и монологе, их связности, логичности; саморегуляции общения; адекватности содержания, формы, интонационной выразительности речи партнёру по общению, ситуации взаимодействия; творчеству в общении. Разные средства можно использовать для этого, в том числе игры, упражнения [3; 12]. Вот некоторые из них.

«ЗДРАВСТВУЙ, Я КОТИК» (для детей 3–4-х лет)

Взрослый надевает на руку куклу-котёнка (можно использовать обычную игрушку) и предлагает ребёнку поздороваться с котёнком (пообщаться с ним). Ребёнок жмёт котёнку лапку и представляется, называя себя ласковым именем, например: «Здравствуй, я котёночек!» — «Здравствуй, я Сашенька».

Далее взрослый «подталкивает» малыша на диалог с котёнком, просит его поласкать, пожалеть и т.д.

«ПОПРОСИСЬ НА НОЧЛЕГ» (для детей с 5-ти лет) (модификация Т.М. Недвецкой)

Эта игра пройдёт более оживлённо и интересно, если в ней будет задействовано несколько членов семьи. Пусть ребёнок представит, что он заблудился в лесу. Наступает вечер, и ему нужно где-то переночевать. В лесу стоят домики гномов. Они могут выпустить его в свой дом, а могут и прогнать со двора, если у них будут на то причины. Стало смеркаться. Накрапывает дождь. Впереди показались огоньки домов — это домики гномов. Как хочется оказаться в сухом уютном доме, выпить горячего чая и сладко уснуть! Но гномы очень осторожны, они боятся пускать в дом посторонних. Что ж, выбора у тебя нет. Либо ты ночуешь в лесу под дождём, либо просишься на ночлег — может быть, кого-то тебе удастся упросить, убедить, уговорить или каким-то другим образом сделать так, чтобы тебя пустили переночевать. Остальные члены семьи представят себя гномами, живущими в отдельных домах. Они опасаются разбойников или просто не хотят нарушать свой покой. Дальше ребёнок поочерёдно стучится в дверь каждому из «гномиков» и пытается уговорить хозяина пустить его в дом.

Ребёнок может пробовать самые разные варианты — просить о помощи, предлагать что-то взамен, угрожать и т.д. Но человек, играющий роль хозяина дома, только тогда «идёт навстречу», уступает просьбам, когда у него действительно возникнет такое желание. Если же слова и действия ребёнка вызвали у него недовольство, то он может не открыть дверь. Тогда ребёнок идёт к следующему дому. После того, как он обошёл все дома (успешно или безуспешно), можно продолжить игру.

Наутро гномы собрались все вместе и стали обсуждать произошедшее вчера событие — заблудившегося в их лесу ребёнка. Они рассказывали, как он пытался их убедить взять его на ночлег, что они чувствовали и думали, когда слушали его и наблюдали за действиями путника. Они откровенно рассказывают, когда они были почти готовы пойти ему навстречу, а когда им хотелось проучить «чужака».

После этого совместно с ребёнком делается вывод о том, какое его поведение было наиболее приемлемым.

«ГЕРОЕВ СКАЗКИ — С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ!» (для детей 5–7-ми лет) (модификация Е.П. Чесноковой)

Предложите ребёнку представить, что он приглашён на день рождения Буратино (Мальвины, Чипполино, Красной Шапочки, Незнайки и др.). Что бы он подарил этому сказочному герою? Как поздравит его? О чём он будет беседовать с ним? Какие три самых важных вопроса он хотел бы задать ему?

СОДЕЙСТВУЯ развитию коммуникативных способностей ребёнка, позаботимся не только об обогащении, совершенствовании средств его речевого общения, но и невербальных (жесты, мимика, пантомимика). Это позволит как с большей точностью, полнотой воспринимать партнёра по общению, собеседника, так и передать ребёнку в процессе взаимодействия свои чувства, намерения, скорее добиться взаимопонимания. Помощником в этом могут стать театрально-художественная изобразительная, деятельность, восприятие портретной живописи, скульптуры... И, конечно, специальные игры, упражнения. Вот одно из числа таковых.

«ЧЕРЕЗ СТЕКЛО» (для детей 5–7-ми лет)

Взрослый предлагает ребёнку с помощью мимики и жестов передать следующие ситуации:

- У меня болит горло.
- Ты забыл надеть шарф, а на улице холодно.
- Я хочу пить, принеси мне стакан воды.
- Ты хочешь со мной порисовать? И т.д.

Ребёнок сам может придумать ситуации для передачи их жестами и мимикой. Заранее обсудив ситуацию со взрослым, ребёнок может изобразить её сверстникам, а те попытаются определить, что же это за ситуация. Целесообразно сначала привлекать к изображению ситуации детей с наиболее выразительными движениями, мимикой, а затем важно постепенно активизировать и малообщительных, замкнутых дошкольников.

Особо отметим такую составляющую коммуникативной компетентности, как владение «детской субкультурой», прежде всего — её коммуникативной составляющей. Далеко не случайно некоторые детские и социальные психологи (В.В. Абраменкова, Я.Л. Коломинский, О.В. Стрелкова и др.) придают ей особо важное значение во влиянии на статус, положение ребёнка в «детском обществе», его эмоциональное благополучие. Обладание этим кладом (считалками, мирилками и т.п.), приобщение к нему усиливает ребёнка, его возможности противостоять негативным воздействиям со стороны сверстников, а порой и братьев, сестёр, защитить своё «Я» при возникновении конфликтных ситуаций, столкновении желаний, интересов в сфере взаимодействия:

Хватит нам уже сердиться,
Веселятся все вокруг!
Поскорей давай мириться:
— Ты мне друг!
— И ты мне друг!
Мы обиды все забудем
И дружить как прежде будем!

Пальчик за пальчик
Крепко возьмём,
Раньше дрались,
А теперь нипочём.

Раз, два, три, четыре, пять,
Мы собрались поиграть.
К нам сорока прилетела
И тебе водить велела.

Учтём индивидуальность ребёнка

ПРОЯВЛЯЯ заботу о формировании коммуникативной компетентности, учтём не только возрастные особенности детей, но и их индивидуальность, специфические факторы риска психологического здоровья конкретного ребёнка, затрудняющие его взаимодействие с окружающими, нередко приводящие к конфликтам с ними. Некоторые из них, к сожалению, хорошо знакомы родителям; об отдельных мы уже вели разговор. Здесь же позволим лишь вспомнить о них.

Замечено, в частности, *проявляющие повышенную агрессию дети* отличаются от сверстников незнанием иных (кроме агрессивных) способов поведения в спорных, конфликтных ситуациях. Взаимодействуя с агрессивным ребёнком, важно познакомить его с социально приемлемыми способами поведения, показать их «плюсы», убедить: они привлекательнее, эффективнее, вызвать желание использовать их в своей деятельности, поведении. Хорошими помощниками в этом могут стать игра, сказка, детский театр, с помощью которых ребёнку можно показать непривлекательность поведения у отрицательных персонажей литературных произведений. Полезно упражнять ребёнка в применении этически ценных норм взаимоотношений в игре, научить его находить оптимальные способы разрешения конфликтных ситуаций, возникающих в процессе совместной деятельности. И, конечно же, следует позаботиться о том, чтобы ребёнок не наблюдал сцен агрессии как в реальном окружении, так и в теле- и видеофильмах (свести их к минимуму), компьютерных играх и т.п.

Полагаем, приведённая ниже игра также будет содействовать снижению агрессивности ребёнка.

«БУМАЖНЫЙ БОЙ» (для детей с 3-х лет) (модификация Т.М. Недвецкой)

Перед началом игры ребёнок вместе с другими членами семьи делает бумажные мячики. Для этого необходимо скомкать лист бумаги или газеты в мячик.

Затем члены семьи делятся на две команды. Расстояние между командами разделяется баррикадой — это могут быть, например, стулья, поставленные в ряд. По команде ведущего игроки начинают бросать бумажные мячи в сторону противника. Играющие от каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на её стороне, на сторону противника. По команде «Стоп!» перебрасывание мячей прекращается. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Бумажные мячики можно будет использовать ещё неоднократно.

Проявление обидчивости у ребёнка связано с остро переживаемым чувством ущемлённости своего «Я», своей непризнанности, незамеченности. С одной стороны, его поведение носит явно демонстративный характер и направлено на привлечение внимания к себе. С другой стороны, он отказывается от общения с обидчиком — молчит, отворачивается, уходит в сторону. Отказ от общения используется как средство привлечения внимания к себе, вызывания чувства вины и раскаяния у того, кто обидел. Характерной особенностью обидчивых детей является яркая установка на оценочное отношение к себе и постоянное ожидание положительной оценки, отсутствие которой воспринимается как отрицание себя (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова и др.). В связи с этим игры и занятия соревновательного характера часто провоцируют проявление острой обиды у таких детей. Поэтому отсутствие оценок и сравнения детей (кто лучше, а кто хуже) со стороны родителей должно стать одним из первых условий преодоления обидчивости.

Для укрепления психологического здоровья ребёнка усилия взрослых в этом случае должны быть направлены на повышение и формирование его устойчивой положительной самооценки, развитие чувства самоценности, содействие в осознании собственных чувств, эмоциональных состояний. Целесообразно переориентировать интересы ребёнка на творчество, созидание и полноценное общение посредством включения в «специфически детские» виды деятельности (игра, рисование, лепка и пр.). Важно, чтобы он испытал удовольствие от самого процесса рисования или игры не потому, что он делает это лучше всех и его за это похвалят, а потому, что это интересно, особенно если всё делать вместе с другими. Подобные занятия дают возможность обидчивому ребёнку видеть в сверстниках друзей и партнёров. Именно такие отношения порождают сочувствие, сопереживание, умение радоваться чужим успехам и помогают избежать обиды.

Трудности во взаимодействии в отношениях с окружающими испытывают и *застенчивые дети*, в поведении которых обычно отражается борьба двух противоположных сторон: желание общаться и невозможность сближения с другим ребёнком. Такое поведение называют амбивалентным. Как правило, застенчивых детей отличает повышенная чувствительность к оценке взрослого (как реальной, так и ожидаемой). Застенчивый ребёнок, с одной стороны, доброжелательно относится к другим людям, стремится к общению с ними, а, с другой стороны, не решается проявлять себя и свои потребности. По мнению психологов, причина таких нарушений кроется в особом характере отношения застенчивого ребёнка к самому себе. С одной стороны, ребёнок имеет высокую самооценку, считает себя самым лучшим, с другой — сомневается в положительном отношении к себе других людей, особенно незнакомых. Неуверенность застенчивого ребёнка — далеко не безобидная его особенность. Она «блокирует» инициативу, не позволяет дошкольнику в полной мере удовлетворять имеющиеся у него способности, потребности в совместной деятельности и в полноценном общении, пережить доставляемую ими радость. В общении с таким ребёнком родителям особо важно формировать устойчивую позитивную самооценку своего малыша, оказывать помощь в преодолении «коммуникативной робости».

Алина (4 года) в общении с окружающими очень застенчива. Часто девочка предпочитала играть одна; ей трудно было пригласить к себе в игру сверстника или попросить, чтобы её приняли в понравившуюся игру. Инициативности, коммуникативной активности в общении она не проявляла. На праздниках и утренниках в детском саду воспитатели перестали давать Алине стихотворения для выступления, так как девочка не могла рассказать их перед зрителями, выходила и молчала, тогда как накануне рассказывала стихотворение маме и папе без единой запинки. Как-то раз мама наблюдала, как Алина играет в своей комнате. Девочка рассадит игрушки на стульчики по кругу, а сама начала показывать им сказку «Маша и медведь». И так хорошо у неё это получалось! Алина говорила от лица игрушки медведя и куклы Машеньки разными голосами, интонацией, старалась передать их настроение, разные эмоции. В следующий раз, когда Алина снова начала играть в театр, мама взяла игрушку — зайчика Пика — и пришла к ней «на спектакль» в роли зрителя. Алина сначала засмущалась, а затем с воодушевлением показывала сказку про колобка. На «спектакли» Алины вскоре стали приходить и папа, бабушка, дедушка. Девочка не только показывала знакомые сказки, но и некоторые придумывала сама, изменяла их содержание. Мама помогла Алине организовать праздничное выступление в кругу семьи на Новый год. Не только Алина выступала со своим номером, но и папа, мама готовили свои выступления. Посте-

пенно девочка становилась более уверенной в себе, в детском саду Алина всё чаще организовывала игры-драматизации, показывала кукольные представления, помогала детям исполнить лучше взятую роль. Накануне утренника 8 Марта мама Алины попросила воспитательницу дать её дочке стихотворение, которое можно прочитать с какой-нибудь игрушкой. Дома девочка читала стихотворение своим друзьям-игрушкам. И вот на утреннике Алина впервые уверенно прочла стихотворение перед настоящими зрителями. Выступление девочки понравилось и взрослым и детям. Алина была счастлива...

НЕРЕДКО сложные взаимоотношения с окружающими складываются и у *демонстративного ребёнка*, а также у детей, в поведении которых доминируют авторитарные эгоистические тенденции. Основным мотивом действий демонстративного ребёнка становится положительная оценка окружающих, с помощью которой он удовлетворяет собственную потребность в самоутверждении. Демонстративных детей выделяет стремление привлечь к себе внимание любыми возможными способами. Такие дети, как правило, достаточно активны в общении. Однако в большинстве случаев, обращаясь к партнёру, они не испытывают к нему реального интереса. Отношения с другими для таких детей являются средством самоутверждения и привлечения внимания. Внимание родителей в таком случае должно быть направлено на развитие чувства эмпатии к героям сказок, сверстникам. Для этого целесообразно приобщать ребёнка к разным видам социально полезной деятельности при одновременном формировании положительного отношения к ней и закреплении позитивных переживаний, связанных с успехом в деле на общую пользу. При этом важно мотивировать ребёнка на оказание помощи другу, маме (папе), создавать игровые ситуации, где он будет судьёй конфликта.

Эмоциональный дискомфорт в общении, трудности в установлении отношений со сверстниками и взрослыми испытывают и *гиперактивные дети* в силу проявления их индивидуальных особенностей: невнимательности, отвлекаемости, импульсивности, повышенной двигательной активности. Таким детям трудно дослушать собеседника до конца, они легко отвлекаются, часто задают множество вопросов, но редко дожидаются ответов. Частые окрики, замечания, угрозы, наказания, на которые так щедры взрослые в общении с гиперактивным ребёнком, не улучшают его поведения, а порой даже становятся источниками новых конфликтов. В результате у ребёнка легко формируется негативная самооценка, чувство отверженности, враждебность к окружающим, усиливаются неуравновешенность, вспыльчивость и нетерпимость к неудачам. Несмотря на то, что гиперактивные дети любят общество сверстников, как правило, у них мало друзей, с ними редко хотят играть из-за их неумения длительное время подчиняться игровым правилам, дожидаться своей очереди и считаться с интересами других.

Следует помнить, что гиперактивному ребёнку для укрепления уверенности в себе, сохранения психологического здоровья необходимы похвала и одобрение взрослых и особенно — постоянная психологическая поддержка, терпение и тёплое отношение к нему членов его семьи. Гиперактивный ребёнок, как и другие дети, хочет быть успешным в делах, за которые берётся, однако это ему часто не удаётся. Поможем ему. Родителям важно продумать все поручения, которые они дают ребёнку, и прежде всего те, которые будут ему интересны. Как только ребёнок устал, потерял интерес к занятию, его следует переключить на другой вид деятельности. Необходимо также заранее обговорить с ним правила

поведения, поощрения за его успехи в их выполнении (например, за переход дороги за руку вместе с мамой ребёнка можно наградить жетоном, а определённое количество полученных за правильное поведение жетонов впоследствии можно будет обменивать на приз — конфету, игрушку и т.д.). Не следует искусственно ограничивать подвижность таких детей, это лишь усилит их раздражительность и возбудимость. Эффективным будет использование приёма включения ребёнка в игры с захватывающими развёрнутыми сюжетами, требующими высокого сосредоточения. В увлекательной игре можно предложить ребёнку и ведущую роль, но при этом чётко оговорить его действия, точное соблюдение им как промежуточных, так и главных целей игры. Многие специалисты считают целесообразным для успокоения возбудимого ребёнка, его расслабления использование игр с песком (крупой) и водой. Их можно организовать и дома, предварительно подобрав соответствующие игрушки (мелкие предметы, мячики, трубочки и т.д.).

Полезными для развития внимания гиперактивного ребёнка, его умения контролировать свои импульсивные действия, двигательную активность могут быть и такие игры, как: «Найди отличие», «Разговор с руками», «Послушаем тишину», «Съедобное — несъедобное», «Слепой и поводырь» др. [4; 7].

Помогают во взаимодействии с такими детьми и сказки, например: «Жила-была девочка, похожая на тебя» Д. Бретт, «Котёнок Мур-Мур», «Догадливый комарик», «Будильник» Р. Ткач, «Голубая Искорка» Дж. Миллс, Р. Кроули и др.

ИЗ СКАЗКИ

Все паровозы были как паровозы, а один, из Ромашково, был странный. Он всюду опаздывал. И вот однажды начальник станции ему строго сказал: «Если вы ещё раз опоздаете, то...» И паровозик всё понял и загудел: «По-о-о-следне-е честное-е, благородное сло-о-во!»

И странному паровозу поверили в последний раз.

«Тук-тук!» — ехал он по дороге. И вдруг голос из леса: «Фьють!»

Вздыхнул паровозик — и в лес отправился. А пассажиры выглянули в окно и стали кричать:

— Безобразия, мы же опоздаем!

На станцию можно приехать и позже, — сказал паровозик. — Но если мы сейчас не услышим первого соловья, мы опоздаем на всю весну!

Кто-то пытался возразить, но самые умные кивнули: «Кажется, он прав!» И всю ночь весь поезд слушал соловьиное пение.

К утру поехали дальше. Много ли, мало ли ехали, и вдруг — нежный запах из рощи. Вздыхнул паровозик — и в рощу направился.

— Безобразия! — закричали опять пассажиры.

И вновь паровозик ответил:

— Всё-таки на станцию можно приехать и позже. Но если сейчас мы не увидим первые ландыши, мы опоздаем на всё лето!

Только к вечеру поехали дальше. Много ли, мало ли ехали и вдруг выехали на горку. Вздыхнул паровозик вдаль и остановился.

— А теперь зачем стоим? — удивились пассажиры.

— Закат, — только и сказал паровозик. — И если мы не увидим его, то, может быть, мы опоздаем на всю жизнь. Ведь каждый закат — единственный в жизни.

И теперь уже никто не спорил. Долго смотрели пассажиры на закат и спокойно ждали паровозного гудка.

Но вот, наконец, и станция. Вышли люди из поезда. А паровозик подумал: «Сейчас эти строгие дяди и тети пойдут к начальству жаловаться».

Однако дяди и тети почему-то улыбнулись и сказали:

— Паровозик, спасибо!

А начальник станции немало удивился:

— Да вы же опоздали на три дня.

— Ну и что, — сказали пассажиры. А могли бы опоздать на всё лето, на всю весну и на всю жизнь!

Ты, конечно, понял смысл моей сказки. Иногда не стоит торопиться. Если видишь красивое, если видишь хорошее, — остановись!

Г. Цыферов. «Паровозик из Ромашково»

УСИЛИЯ родителей в укреплении психологического здоровья ребёнка посредством повышения его «коммуникативной компетентности» значимы не только для зарождающегося у него чувства самооценности в семье. Они важны и для обретения им благоприятного положения в группе сверстников, признания ими.

Мы затронули эту сферу не случайно. В дошкольном возрасте потребность в принятии сверстниками и признании ими приобретает важное значение для ребёнка. И то, в какой степени они удовлетворены, во многом определяет психологическое здоровье дошкольника. В семейной группе каждый член её оценивается потому, что он (или она) принадлежит своей родной семье и неважно, кто он и что он делает. Нам, взрослым (и ребёнку также), не нужно доказывать свою ценность для того, чтобы принадлежать к семье. В группе же сверстников то место, которое занимает ребёнок, в немалой степени определяется его умениями (и прежде всего — значимыми для «детского общества»), тем, что он может предложить группе. Обретённый, не без вашего (родительского) участия опыт, в том числе игровой, компетентность (в двигательной, интеллектуальной, художественной, коммуникативной сферах и др.) здесь могут оказаться очень кстати.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Антонова, Т.В. Развитие социальной компетентности ребёнка на занятиях по изобразительной деятельности / Т.В. Антонова, Е.В. Векшина // Детский сад от А до Я. — 2004. — № 5. — С. 112—120.
2. Башлакова, Л.Н. Психологические занятия-тренинги в детском саду / Л.Н. Башлакова, Л.А. Мартынова. — Минск: Технопринт, 2004. — 208 с.
3. Лопатина, А. 600 творческих игр для больших и маленьких / А. Лопатина, М. Скребцова. — М.: Амрита-Русь, 2004. — 320 с.
4. Лютова, Е.К. Шпаргалка для родителей: гиперактивные, агрессивные, тревожные и аутичные дети / Е.К. Лютова, Г.Б. Момина. — СПб.: Речь, 2010. — 135 с.
5. Панфилова, М.А. Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры / М.А. Панфилова. — М.: ГНОМид, 2001. — 160 с.
6. Психология социальной одарённости: пособие по выявлению и развитию коммуникативных способностей дошкольников / Е.А. Панько [и др.]; под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько. — 2-е изд. — М.: Линка-Пресс, 2009. — 272 с.
7. Психолого-педагогическое сопровождение гиперактивных дошкольников / Российская академия образования, Московский психолого-социальный институт; под ред. О.В. Токарь и др. — М.: Флинта, 2009. — 147 с.
8. Пылаева, Н.М. Школа внимания. Методика развития и коррекции внимания у детей 5—7 лет / Н.М. Пылаева, Т.В. Ахутина. — М.: Интор, 1997. — 63 с.
9. Семёнова, Е.М. Психологическое здоровье ребёнка и педагога / Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова; под ред. Е.А. Панько. — Мозырь: Белый Ветер, 2010. — 174 с.
10. Смирнова, Е.О. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, проблемы, коррекция / Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова. — М.: ВЛАДОС, 2005. — 158 с.
11. Уханова, А.В. Завтра в школу! Развитие эмоций и навыков общения у ребёнка / А.В. Уханова. — СПб.: Речь. — М.: Сфера, 2011. — 118 с.
12. Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев, И.М. Первушина. — 2-е изд. — М., 2007.
13. Шалаева, Г.П. Большая книга правил поведения для воспитанных детей / Г.П. Шалаева. — М.: Слово; Эксмо, 2004. — 495 с.