

Особенности развития детей дошкольного возраста.

Учиться быть счастливым человеком никогда не рано!

Несколько слов об особенностях развития детей дошкольного возраста.

Дошкольное детство - это особый период в развитии ребенка, когда у детей развиваются самые общие способности, которые необходимы любому человеку в любом виде деятельности. «Умение общаться с другими людьми, действовать совместно с ними, способность хотеть, радоваться и огорчаться, познавать новое, пускай наивно, но зато ярко и нестандартно, по своему видеть и понимать жизнь - это и еще многое другое несет в себе дошкольное детство», - писал Л.А. Венгер.

Гиперактивность

Слово гиперактивность происходит от греческого hyper - много и латинского activus - деятельный. Следовательно, гиперактивность в дословном переводе обозначает повышенную деятельность. В медицинском понимании гиперактивность у детей - это повышенный уровень двигательной активности в школе и дома. Она может быть как естественным проявлением физиологических потребностей ребенка (особенно младшего возраста) к движению, наступать под влиянием конфликтных психотравмирующих ситуаций и дефектов воспитания, так и выявляться с первых лет или даже месяцев жизни.

Движение является одним из проявлений жизнедеятельности организма, обеспечивающим его связь с внешней средой. Как известно, с возрастом двигательная активность человека подвергается физиологическим изменениям. Она особенно развита у детей первых 3-4 лет жизни и значительно замедляется в пожилом и старческом возрасте. Все это имеет конкретное физиологическое объяснение. У детей младшего возраста процессы торможения выражены слабо. Вследствие этого они не могут длительное время сосредоточить свое внимание на одном предмете или одной игре. Стремление к познанию окружающего, во многом еще

неизвестного, побуждает детей часто менять род занятий. Они постоянно в движении, им хочется все посмотреть, самим потрогать, даже поломать, чтобы заглянуть внутрь. В силу малой подвижности основных нервных процессов (возбуждения и торможения) ребенку 2-5 лет трудно внезапно остановить свою деятельность. Если же взрослые своим вмешательством внезапно прерывают его занятие, да еще кричат или наказывают, то у ребенка часто возникает реакция протеста в виде плача, крика, отказа выполнить требования родителей. Это физическое, нормальное явление. Поэтому не следует пытаться ограничить естественную подвижность ребенка. Если мешает крик ребенка или шум, создаваемый во время игры, лучше занять его чем-нибудь другим, более интересным, но не требовать немедленно прекратить его занятие.

Относительно дальнейшего развития таких детей можно сказать следующее. На основании больших статистических исследований доказано, что у гиперактивных детей, как правило, не наблюдается задержки умственного развития. В то же время у них довольно часто имеются определенные трудности в учебе, даже неудовлетворительная или только посредственная успеваемость по 1-2 предметам (чаще по письму и чтению). Но это, в основном, следствие дефектов воспитания или неправильного педагогического воздействия.

Следует отметить также, что довольно часто у них на первом году жизни более быстрыми темпами идет физическое и умственное развитие. Такие дети раньше своих сверстников начинают ходить и произносить отдельные слова. Может сложиться впечатление, что это очень одаренный, гениальный ребенок, от которого многого можно ожидать в будущем. Однако в дошкольном возрасте и особенно в первые годы обучения в школе приходится убедиться, что умственное развитие таких детей находится на среднем уровне. В то же время, у них могут быть повышенные способности к определенному роду деятельности (музыка, математика, техника, игра в

шахматы и др.). Эти данные следует использовать в воспитательной и педагогической работе.

Как известно, почти у любого ребенка при наличии конфликтных ситуаций, особенно часто повторяющихся, может возникнуть ряд невротических нарушений. Это особенно относится к гиперактивным детям. Если их воспитанию уделяется недостаточно внимания или оно проводится неправильно, то у них постепенно возникают и фиксируются различные функциональные нарушения со стороны нервной системы.

Во взаимоотношениях с таким ребенком необходимо, прежде всего, исходить из единства требований со стороны всех членов семьи. Такие дети не должны видеть в одном из членов семьи своего постоянного защитника, который все им прощает и разрешает то, что запрещают другие. Отношение к такому ребенку должно быть спокойным и ровным. Не следует делать никаких уступок (скидок) на особенности его нервной системы. Уже в раннем возрасте ребенка следует обучать тому, чего нельзя и что нужно делать. Все остальное он воспринимает как "можно".

В воспитательной работе необходимо учитывать повышенную двигательную активность таких детей. Поэтому игры должны быть, прежде всего, подвижными. Учитывая повышенную отвлекаемость таких детей, следует чаще менять род их деятельности. Необходимо дать практически наиболее целесообразный выход гиперактивности такого ребенка. Если при этом он плохо спит, особенно ночью, можно проводить перед сном длительные прогулки, вплоть до умеренной усталости.

Отмечено, что гиперактивные дети плохо приспосабливаются к новой незнакомой обстановке, новому коллективу. При определении такого ребенка в детский сад очень часто вначале возникает ряд осложнений: дети через несколько дней отказываются посещать сад, плачут, капризничают. В этой связи очень важно предварительно прививать любовь к сверстникам, пребыванию в коллективе; нужно также заранее побеседовать с воспитателем об особенностях ребенка. Если же посещение детского сада начинается

внезапно, то возможно усиление отрицательных черт поведения ребенка, он во многих случаях нарушает общий порядок в группе своим негативизмом и упрямством.

Примерно то же может произойти и во время посещения школы, особенно в тех случаях, когда нет должного контакта с педагогом. Недостаточная концентрация внимания, неусидчивость, частая отвлекаемость создают таким детям репутацию нарушителей поведения. Постоянные упреки и замечания педагогов способствуют формированию у ребенка комплекса неполноценности. Он как бы защищает себя немотивированным импульсивным поведением. Это может выражаться в порче окружающих предметов, дурашливости, некоторой агрессивности. Гиперактивный ребенок нуждается в школе в особом подходе, его лучше посадить на одну из первых парт, чаще вызывать для ответа и вообще давать возможность "разрядиться" имеющейся гиперактивности. Например, можно попросить его что-то принести или подать учителю, помочь ему собрать дневники, тетради, вытереть доску и т.д. Это будет незаметно для одноклассников и поможет ребенку высидеть урок без нарушения дисциплины. Естественно, что каждый педагог найдет множество таких отвлекающих приемов.

Если гиперактивные дети проявляют желание кроме посещения школы заниматься музыкой, посещать спортивную секцию, не следует им препятствовать в этом. Тем более, нет никаких оснований освобождать их от занятий физкультурой, участия в соревнованиях и других мероприятиях. Конечно, такого ребенка нужно периодически показывать неврологу, который решит вопрос о целесообразности и характере лечебных мероприятий.

Мы рассмотрели различные проявления гиперактивности у детей и причины их возникновения. Трудно дать совет родителям на каждый конкретный случай. Следует при этом помнить, что одно из главных мероприятий для нормализации и управления поведением такого ребенка - правильно проводимое воспитание и обучение.

Застенчивость

Застенчивость накладывает отпечаток на самые разные аспекты жизни человека. Эта актуальная психосоциальная проблема не имеет возраста, особенно если сопровождается тиками, заиканием, внутренней напряженностью, скованностью. Всего этого можно избежать, если вовремя обратиться за помощью.

Что такое застенчивость, и как она проявляется?

Ребенок, хорошо знающий урок, растерянно молчит или в лучшем случае что-то бормочет, запинаясь и заикаясь, когда его вызывают к доске. Его лицо покрывается красными пятнами, одноклассники нарочно громко подсказывают, веселятся. В результате ничего вразумительного ученик сказать не может, раздраженный учитель ставит очередную двойку.

Или другая типичная ситуация - шести-, семилетний малыш, начитанный, грамотный, на отборочном тестировании при поступлении в элитную школу или гимназию. В обстановке строгого собеседования (что для ребенка является стрессогенным, психотравмирующим фактором) он не может ответить на хорошо знакомые вопросы, выполнить элементарные (для привычной домашней обстановки) задания.

Симптомы застенчивости.

Застенчивость «читается» по внешним признакам:

- покраснение лица;
- потливость;
- дрожь;
- учащение сердцебиения;
- стесненное дыхание;
- согбенная поза;
- опущенные вниз глаза;
- тихий голос;
- скованность мышц и движений.

Нередко застенчивые дети подвергаются придирам, обидам, а подчас и прямому издевательству со стороны задира во дворе или школе. Из-за этого посещение школы для ребенка превращается в хроническую пытку, он ищет всяческие предлоги для пропуска занятий, часто болеет, страдает от так называемых психосоматических заболеваний. Ведь дети так же, как и взрослые (а фактически в гораздо большей степени), подвержены психологическим стрессам, невротическим реакциям.

У школьников застенчивость сопровождается также и повышенной тревожностью, мнительностью, неуверенностью в себе, робостью. В 10-20% случаев у таких ребят бывают страхи темноты, одиночества, они скованно себя чувствуют в присутствии незнакомых людей, молчаливы, замкнуты.

Между тем они довольно часто обладают большими способностями, легко осваивают компьютерную технику, любят читать, рисовать, но одаренность и даже выраженные таланты блокированы комплексом неуверенности в себе, внутренним напряжением при общении со сверстниками, взрослыми. И как следствие - проигрывают менее способным, но более шустрому сверстникам.

Некоторые полагают, что застенчивость в большей мере свойственна девочкам, но это далеко не так. На разных этапах возрастного развития 20-25% мальчиков страдают от застенчивости - приблизительно так же, как и девочки.

Но, с другой стороны, застенчивость часто маскируется механизмом спонтанной психологической компенсации и гиперкомпенсации в виде показной развязности, нарочитой грубости, даже склонности к хулиганским поступкам. Такие ребята, надеясь, стать более свободными, независимыми, смелыми, зачастую тянутся в компании, группировки, где культивируется сила, а главными аргументами считаются кулак и ненормативная лексика.

Таким образом, застенчивость может уродливо трансформироваться, мутировать в наглость, девиантное поведение. И это серьезная проблема - не только медицинско - психологическая, но и социальная. От того, получит ли

застенчивый малыш, подросток квалифицированную помощь, зависят его дальнейшая судьба, благополучие в профессиональной и личной жизни.

Порой, как ни странно, у таких людей, внешне кажущихся податливыми, не складывается гармоничное супружество, они не удовлетворены своим кругом общения; проявляется это в том, что юноша или девушка не может познакомиться с тем, с кем хочет. Им трудно найти хороших друзей, они тяжело сходятся с людьми.

Чем чревата застенчивость?

Как уже стало понятно, неприятностей от застенчивости много. Например:

- Ограничение контактов с людьми - "Роскошь человеческого общения".
- Конформизм - человек «наступает на горло собственной песне», не выражая своего мнения, он просто голосует за чужое, даже если оно ему чуждо.
- Застенчивость побуждает человека бесконечно заниматься самокопанием, самоедством и самообвинением. Известно, что самое страшное чувство - чувство вины. Застенчивый чаще всего "без вины виноватый".
- Застенчивость влечет за собой неприятные переживания, развивает тревожность, формирует страх и комплекс неполноценности.
- Энергия растрачивается попусту: вместо того чтобы совершать поступки, личность занята переживаниями.
- Накапливаются неотрагированные отрицательные эмоции.
- Застенчивость мешает раскрытию личности и ее реализации. Иной не столь много представляет собой, сколько умеет себя преподнести, застенчивый же не в состоянии донести свою значимость.

В результате мало кто из застенчивых людей может достичь успеха в жизни. Ребенок боится незнакомых людей, школьного начальства, всевозможных контактов, необходимых в обществе. Пронеся по жизни свою застенчивость, будучи взрослым, он будет бояться начальства, общения с людьми, особенно с лицами противоположного пола, может быть, будет обречен на одиночество.

Худший исход - невроз (а состояние застенчивости ведь может варьироваться от «легкой необщительности» до глубокого невроза), депрессия и, возможно, суицид. Часто глубоко застенчивые люди жалуются на потерю смысла жизни.

Психологические особенности застенчивых людей можно свести в основном к следующему: смущение при контактах с людьми, высокая тревожность, страх, зависимость от мнения окружающих, безосновательное чувство вины - все это на фоне неуверенности в себе.

Причинные факторы

В последнее время застенчивость стали обозначать как "высокую реактивность". Часто у высокореактивных детей застенчивость выступает как инстинктивное поведение, направленное на защиту от физиологической и эмоциональной перегрузки. При этом возможны два варианта инстинктивного поведения.

Первый - ребенок, чем-то неудовлетворенный, избирает "стратегию избегания" (вид психологической защиты) и становится застенчивым.

Второй - ребенок включается в соперничество и становится самоуверенным.

Принято выделять природные и социальные факторы, формирующие застенчивость.

- Природный фактор

Это темперамент, обусловленный типом нервной системы.

На первый взгляд может показаться, что застенчивость - приоритет интровертов - людей, направленных на свой внутренний мир, не нуждающихся в многочисленных внешних контактах, предпочитающих уединение. К таковым относятся флегматики и меланхолики. Думается, что среди этой категории застенчивых действительно больше. И это внешне застенчивые личности.

Но, как ни странно, существуют и застенчивые экстраверты - люди, "вывернутые наизнанку", стремящиеся к общению и многочисленным

контактам. Это холерики и сангвиники. Среди них встречаются внутренне застенчивые.

В силу черт своего темперамента (настойчивость, решительность, смелость, оптимизм) им удастся бороться с внутренней застенчивостью. А даже если не удастся, то внешне они выглядят весьма раскованными. Конечно, это стоит им определенных эмоциональных затрат. Существует очень тесная связь между типом воспитания ребенка и особенностями его психического развития. Наиболее типичные проявления неправильного воспитания:

Неприятие

Между родителями и детьми нет душевного контакта. Ребенок обуз, одет и накормлен, а душой его родители не интересуются. Причины этого явления могут быть разными - ребенок родился не того пола, который был желанен родителям, ребенок - помеха карьере родителей, и прочее.

В результате такого воспитания можно вырастить либо агрессивного ребенка, либо забитого, робкого и обидчивого.

Гиперопека

Родители чересчур "правильно" воспитывают ребенка, программируют каждый его шаг. Ребенок вынужден хронически сдерживать свои порывы и желания.

И снова получаем два варианта - ребенок, протестующий против такого положения, что выливается в агрессивность, и ребенок покоряющийся - такой становится замкнутым, отгороженным, а в итоге застенчивым.

Тревожно-мнительный тип воспитания

Если в семье единственное чадо, такой тип встречается часто. Над ребенком дрожат, опекают сверх меры, а это благодатная почва для развития нерешительности, робости, мучительной неуверенности в себе.

"Кумир" семьи (эгоцентрик)

Ребенку внушают, что он - смысл жизни семьи. В такой семье скорее вырастет нахал, а не застенчивый.

В результате искажения семейного воспитания, как правило, вырастают дети с эмоциональными нарушениями полярных типов - агрессивные или застенчивые.

Агрессивность

Особенности проявления детской агрессивности(4)

Основными причинами проявлений детской агрессивности являются:

- стремление привлечь к себе внимание сверстников;
- стремление получить желанный результат;
- стремление быть главным;
- защита и месть;
- желание ущемить достоинство другого с целью подчеркнуть свое превосходство.

У детей, как и у взрослых, существует две формы проявления агрессии: недеструктивная агрессивность и враждебная деструктивность. Первая - механизм удовлетворения желания, достижения цели и способности к адаптации. Она побуждает ребенка к конкуренции в окружающем мире, защите своих прав и интересов и служит для развития познания и способности положиться на себя.

Вторая - не просто злобное и враждебное поведение, но и желание причинить боль, получить удовольствие от этого. Результатом такого поведения обычно бывают конфликты, становление агрессивности как черты личности и снижение адаптивных возможностей ребенка. Деструктивность агрессии дети начинают чувствовать уже в раннем возрасте и стараются управлять ею. Однако у некоторых детей она, вероятно, запрограммирована биологически и проявляется с первых дней жизни: ее простейшим выражением являются реакции ярости и гнева. Генетически агрессивность связана с Y-хромосомами: ученые установили, что она особенно присуща мальчикам, имеющим при некоторых генетических абберациях такую дополнительную хромосому.

Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение детей, обычно выделяют:

- недостаточное развитие интеллекта и коммуникативных навыков;
- сниженный уровень саморегуляции;
- неразвитость игровой деятельности;
- сниженную самооценку;
- нарушения в отношениях со сверстниками.

Следует подчеркнуть, что в большинстве случаев агрессивные действия детей дошкольного возраста (особенно совсем маленьких) имеют недеструктивный инструментальный или реактивный характер. Проявления агрессивного поведения чаще наблюдаются в ситуациях защиты своих интересов и отстаивания своего превосходства, когда агрессия используется как средство достижения определенной цели. И максимальное удовлетворение дети получают при получении желанного результата - будь то внимание сверстников или привлекательная игрушка, - после чего агрессивные действия прекращаются.

Особенности агрессии детей и подростков:

1. Жертвами агрессии становятся близкие люди - родные, друзья и пр. Это своего рода феномен "самоотрицания", поскольку такие действия направлены на разрыв кровных связей - жизненной основы существования человека.
2. Далеко не все агрессивные дети воспитываются в неблагополучных семьях, многие, наоборот, имеют весьма состоятельных и заботливых родителей.
3. Агрессия часто возникает без реального повода.

Одной из самых больших и распространенных ошибок взрослых (даже специалистов - в основном, педагогов) является стремление подавлять всяческие проявления детской агрессивности. Большинство взрослых отождествляют агрессию с насилием и стараются запрещать игры и фантазии с проявлениями враждебности, относя их к разряду патологии. Дети, которых

регулярно за это наказывают, тоже начинают считать такие мысли, эмоции и действия опасными и/или недостойными и затормаживают, подавляют их, со всеми вытекающими неприятными последствиями.

Почему-то большинство воспитателей считает, что подавление агрессивных проявлений приведет к установлению в группе (классе) обстановки дружелюбия и уравновешенности. К сожалению, это не просто совершенно неверно, но даже опасно: подавленная агрессия не исчезает, а накапливается в бессознательном ребенка. В один отнюдь не прекрасный день она вырывается наружу в виде яростного взрыва, причем обычно достается людям невиновным. При этом детская агрессивность вызывает встречную агрессию у взрослых и сверстников и образуется порочный круг, выбраться из которого без помощи специалиста участники часто не могут.

Что касается родителей, то очень часто требования вести себя тихо, не шуметь и не прыгать, отражает не заботу о ребенке, а только их собственные проблемы: усталость, повышенную нервозность и тревогу, которые усиливаются под действием детского гама и суматохи. И в таких случаях родителю (бабушке, воспитателю) лучше честно признаться в этом сначала самому себе. А потом довести до детей в прямой и понятной для них форме ("мама устала", "у бабушки болит голова" и т. п.), а не рационализировать, прячась за маску беспокойства о ребенке.

Пуританское воспитание приводит к тому, что дети перестают (вернее, не научаются) проводить необходимую грань между допустимым проявлением агрессии и непозволительным - у них не хватает практики. Наверно, у каждого из нас в детстве был печальный, но полезный опыт, когда мы весьма сильно били кого-либо из сверстников (часто "превышая пределы необходимой самообороны"). Реакция родителей и других взрослых тогда, да и собственный страх от содеянного, явились ценным вкладом в наше развитие и научили в дальнейшем соизмерять силу своей агрессии.

Агрессия детей младшего (дошкольного) возраста.

Маленький ребенок, находясь в группе сверстников (в детском саду, во дворе и т. п.), старается стать в этой среде популярным или авторитетным. Этим он удовлетворяет свое желание быть признанным и защищенным, пользоваться вниманием. Коммуникативные навыки в этом возрасте обычно недостаточно развиты, процессы возбуждения превалируют над торможением, а моральные нормы еще не сформированы, поэтому маленький человечек часто старается занять лидерские позиции с помощью агрессивных методов. Особенно легко и быстро агрессия возникает у детей, имеющих резидуально-органические поражения головного мозга, социально запущенных, отвергаемых родителями, умственно отсталых. К повышенной агрессивности располагают и некоторые родительские приемы воспитания, например, когда отец наставляет ребенка: "Хочешь, чтобы тебя уважали и боялись - бей всех подряд".

В дошкольном возрасте инициаторами агрессии чаще становятся отдельные дети (обычно из вышеперечисленной группы). Она проявляется в виде отдельных вспышек ярости и гнева и обычно носит инструментальный характер - дети просто не умеют добиваться авторитета и популярности конструктивно.

Тревожность

В психологическом словаре дано следующее определение тревожности: это "индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не предрасполагают".

Следует отличать тревогу от тревожности. Если тревога - это эпизодические проявления беспокойства, волнения ребенка, то тревожность является устойчивым состоянием. Например, случается, что ребенок волнуется перед выступлениями на празднике или отвечая у доски. Но это беспокойство проявляется не всегда, иногда в тех же ситуациях он остается спокойным. Это - проявления тревоги. Если же состояние тревоги повторяется часто и в

самых разных ситуациях (при ответе у доски, общении с незнакомыми взрослыми и т. д.), то следует говорить о тревожности.

Тревожность не связана с какой-либо определенной ситуацией и проявляется почти всегда. Это состояние сопутствует человеку в любом виде деятельности. Когда же человек боится чего-то конкретного, мы говорим о проявлении страха. Например, страх темноты, страх высоты, страх замкнутого пространства.

К. Изард объясняет различие терминов "страх" и "тревога" таким образом: тревога - это комбинация некоторых эмоций, а страх - лишь одна из них.

Страх может развиваться у человека в любом возрасте: у детей от одного года до трех лет нередко ночные страхи, на 2-м году жизни, по мнению А. И. Захарова, наиболее часто проявляется страх неожиданных звуков, страх одиночества, страх боли (и связанный с этим страх медицинских работников). В 3-5 лет для детей характерны страхи одиночества, темноты и замкнутого пространства. В 5-7 лет ведущим становится страх смерти. От 7 до 11 лет дети больше всего боятся "быть не тем, о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают" (А. И. Захаров).

Каждому ребенку присущи определенные страхи. Однако если их очень много, то можно говорить о проявлениях тревожности в характере ребенка.

До настоящего времени еще не выработано определенной точки зрения на причины возникновения тревожности. Но большинство ученых считает, что в дошкольном и младшем школьном возрасте одна из основных причин кроется в нарушении детско-родительских отношений.

Признаки тревожности:

Тревожный ребенок

1. Не может долго работать, не уставая.
2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.
3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.
4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован.
5. Смущается чаще других.

6. Часто говорит о напряженных ситуациях.
7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.
8. Жалуется, что ему снятся страшные сны.
9. Руки у него обычно холодные и влажные.
10. У него нередко бывает расстройство стула.
11. Сильно потеет, когда волнуется.
12. Не обладает хорошим аппетитом.
13. Спит беспокойно, засыпает с трудом.
14. Пуглив, многое вызывает у него страх.
15. Обычно беспокоен, легко расстраивается.
16. Часто не может сдержать слезы.
17. Плохо переносит ожидание.
18. Не любит браться за новое дело.
19. Не уверен в себе, в своих силах.
20. Боится сталкиваться с трудностями.

Работа с тревожным ребенком сопряжена с определенными трудностями и, как правило, занимает достаточно длительное время.

Специалисты рекомендуют проводить работу с тревожными детьми в трех направлениях:

1. Повышение самооценки.

2. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.
3. Снятие мышечного напряжения.

Внимание

Внимание - психический процесс, который обязательно присутствует при познании ребенком мира и проявляется в направленности и сосредоточенности психики на определенных объектах. Из огромного потока информации, непрерывно идущей из окружающего мира, благодаря работе внимания ребенок выбирает ту, которая наиболее интересна, значима и важна для него. Природа внимания проявляется в том, что выделенный

объект, занимая главное, доминирующее положение, создает в коре головного мозга человека наиболее сильный очаг нервного напряжения - доминанту. При этом действие всех остальных раздражителей тормозится. Они не доходят до сознания ребенка, он их не замечает.

Выделяют внешнее внимание, обращенное на предметы и явления окружающего мира, на действия других людей. Проявление этого вида направленности и сосредоточенности психики можно замечать уже у младенца. Поисковые движения глаз, поворот головки в сторону источника света, запаха или звука, замирание - подобные поведенческие реакции позволяют выделить объекты, заинтересовавшие малыша, а также фиксировать проявление его внимания.

У дошкольника можно наблюдать и проявление внутреннего внимания, которое направлено на его собственные мысли и переживания. Самым ярким примером этого является ситуация, когда ребенок, забросив все дела, замирает с отрешенным взглядом. Не стоит принимать подобную отрешенность за рассеянность. Наоборот, это кульминация внутреннего внимания. Что стало его объектом, об этом знает только сам ребенок, ушедший в мир своих мыслей, фантазий, переживаний.

Сосредоточенность и направленность психики может возникнуть в ответ на какой-либо сильный, необычный, резкий, внезапный раздражитель без каких-либо усилий со стороны человека. Такое внимание называют непроизвольным. Оно появляется вместе с вопросом: "Что это такое?", который возникает, когда мы сталкиваемся с чем-то новым, необычным. Для ребенка пяти - семи лет такой вопрос очень актуален. "Обыкновенные чудеса" поджидают дошкольника в самых разных ситуациях и в самое разное время.

Представим, например, что во время занятия в детском саду из-за двери раздадутся громкие звуки, или на соседнем столике появится яркая игрушка, или начнет двигаться машинка на дистанционном управлении, которой исподтишка руководит увлеченный отнюдь не занятием сверстник. Можно

быть почти стопроцентно уверенным в том, что детишки непроизвольно направят свою психическую активность на эти события и, конечно же, отвлекутся от темы занятия.

Непроизвольное внимание отличается стихийностью возникновения, отсутствием усилий для его появления и сохранения. Случайно возникнув, оно может тут же угаснуть.

Опытный воспитатель обязательно справится с ситуацией, вызвавшей непроизвольное внимание детей, используя его же механизм. Чтобы вернуть ребят на занятие, взрослый введет в его ход какой-то новый, необычный элемент. Например, в гости к детям в тот момент, когда они отвлеклись на постороннее событие, придет какой-то сказочный персонаж, инсценированный воспитателем, или "почтальон" принесет важное послание. Непроизвольное внимание детей вновь сработает. При этом его объектом станет занятие.

На шестом году жизни ребенок сам начинает управлять собственным вниманием, заставляя себя сосредоточиваться на чем-либо важном и нужном, жертвуя занимательным и интересным. Вид внимания, при котором человек ставит перед собой сознательную цель сконцентрироваться на чем-либо, называется произвольным. В этом случае постановка и достижение цели требуют затрат физической энергии, которую дают эмоции и воля. Ребенок, проявляя произвольное внимание, расходует не только свое время, но и часть своей энергии. Вот почему важно благодарить ребенка за проявление произвольного внимания.

Как развивается произвольное внимание? Средства, с помощью которых ребенок начинает управлять своим вниманием, он получает в процессе взаимодействия с взрослыми. Родители, воспитатели включают ребенка в такие новые виды деятельности, как игры по правилам, конструирование и т. п. Вводя ребенка в эти виды деятельности, взрослые организуют его внимание при помощи словесных указаний. Ребенка направляют на

необходимость выполнять заданные действия, учитывая те или иные обстоятельства.

Позднее ребенок начинает сам обозначать словами те предметы и явления, на которые необходимо обращать внимание, чтобы добиться нужного результата. Так он овладевает одним из главных средств управления вниманием - умением словесно сформулировать то, на что он будет ориентироваться. На протяжении дошкольного возраста использование ребенком речи для организации собственного внимания резко возрастает. Выполняя задание по инструкции взрослого, дети старшего дошкольного возраста проговаривают инструкцию в 10-12 раз чаще, чем младшие дошкольники. Таким образом, произвольное внимание формируется в дошкольном возрасте в связи с общим возрастанием роли речи в регуляции поведения ребенка.

Часто бывает так, что занятия, которые вначале требовали волевых усилий для сосредоточения внимания, становятся затем интересными и увлекают ребенка. Произвольное внимание при этом переходит в послепроизвольное, в котором смешиваются характерные признаки как произвольного, так и непроизвольного внимания. С произвольным послепроизвольное внимание сходно активностью, целенаправленностью, а с непроизвольным - отсутствием усилий для его сохранения.

Таким образом, хотя в дошкольном возрасте преобладающим остается непроизвольное внимание, к пяти-шести годам можно наблюдать развитие произвольного и послепроизвольного внимания.

В старшем дошкольном возрасте развиваются и свойства внимания.

Объем внимания - это свойство зависит от количества объектов, которые одновременно ребенок может воспринять, "схватить" с одинаковой ясностью. Доказано, что в среднем взрослый человек сосредоточивает свое внимание не более чем на семи объектах. К шести годам ребенок способен одновременно воспринять не один предмет (как это было в четыре-пять лет), а даже три, причем с достаточной полнотой и детализацией. Но объем внимания

сужается, если ребенок воспринимает одновременно несколько незнакомых ему предметов или же предметов, которые близко расположены друг к другу или, наоборот, рассредоточены на большой площади. Например, если ребенку предъявляется две сходные картинки, то происходит "спутывание" воспринимаемых объектов.

К шести годам не только увеличивается количество объектов, которые ребенок способен одновременно воспринять, изменяется и круг предметов, которые привлекают внимание детей. Если в три-четыре года внимание ребенка привлекали яркие, необычные предметы, то в шестилетнем возрасте - внешне ничем не примечательные объекты. Интерес ребенка все чаще может вызвать загадка, вопрос. Да и в тех объектах, которые нравились ребенку раньше, он начинает замечать иное. Его все больше интересует сам человек, его деятельность, а не столько внешне яркие, необычные предметы. В облике человека, его поведении, одежде ребенок замечает детали.

Устойчивость внимания показывает, как долго ребенок может поддерживать достаточный уровень сосредоточенности психики на объекте или выполняемой деятельности.

Если младшие дошкольники могут играть в одну и ту же игру 30 - 50 минут, то к пяти-шести годам длительность игры возрастает до двух часов. Это объясняется тем, что в игре шестилеток отражаются более сложные действия и взаимоотношения людей и интерес к ней поддерживается постоянным введением новых ситуаций. Возрастает устойчивость внимания при рассматривании картинок, слушании рассказов и сказок. Как указывает известный детский психолог В. С. Мухина, длительность рассматривания картинки увеличивается к концу дошкольного возраста примерно в два раза; ребенок шести лет лучше осознает картинку, чем младший дошкольник, выделяет в ней больше интересных для себя сторон и деталей.

Концентрация внимания определяет, насколько сильно, интенсивно ребенок может сосредоточиться на объекте, а также насколько он способен

сопротивляться отвлекающим обстоятельствам, случайным помехам. Чаще всего сила сосредоточения у дошкольников невелика, ее важно развивать.

Переключение внимания определяется скоростью преднамеренного перехода ребенка с одного объекта или вида деятельности на другой. При этом перевод внимания всегда сопровождается некоторым нервным напряжением, которое реализуется волевым усилием. Распределение внимания предполагает его рассредоточение в одно и то же время на несколько объектов. Именно это свойство дает возможность совершать сразу несколько действий, сохраняя их в поле внимания. В дошкольном возрасте переключение и распределение внимания развиты слабо и требуют тренировки.

Игровой развивающий психологический тренинг для детей - эффективный способ работы со всеми вышеперечисленными проблемами детской психологии. Тренинг проводится педагогом-психологом и включает в себя следующие элементы:

1. РОЛЕВЫЕ ИГРЫ
2. ПСИХОГИМНАСТИКА
3. ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ
4. АРТ-ТЕРАПИЙНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
5. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ
6. РЕЛАКСАЦИЯ

Ролевая игра - это игра в кого-то, т.е. воспроизведение действий и отношений взрослых или героев какой-либо истории, реальной или выдуманной. Такая игра позволяет научиться эффективному общению со сверстниками и со взрослыми, налаживать контакт с группой, и т.д.

Пальчиковые игры снимают напряжение, укрепляют мышцы пальцев и развивают мелкую моторику.

Психогимнастика позволяет отслеживать и различать эмоции, учит ребенка быть раскованным, развивает актерские способности, помогает почувствовать состояние другого человека.

Подвижные игры помогают снять напряжение, отдохнуть от умственной деятельности и перейти к новым заданиям с новыми силами. Учит действовать по правилам.

Арт-терапевтические упражнения дают выход творческой энергии, развивают талант и творческий подход к делу.

Релаксация необходима для того, чтобы ребенок научился расслабляться, успокаиваться после активных действий, подвижных игр.

В любой игре содержатся два типа правил - правила действия и правила общения с партнерами. Правила действия определяют способы действий с предметами, общий характер движений в пространстве (темп, последовательность и т. д.).

Правила общения влияют на характер взаимоотношений участников игры (очередность выполнения наиболее привлекательных ролей, последовательность действий детей, их согласованность и т. д.). Так, в некоторых играх все дети действуют одновременно и одинаково, что сближает их, объединяет, учит доброжелательному партнерству. В других играх дети действуют по очереди, небольшими группами. Это дает возможность ребенку наблюдать за сверстниками, сравнивать их умения со своими. И наконец, в каждом разделе содержатся игры, в которых ответственная, привлекательная роль выполняется по очереди. Это способствует формированию смелости, ответственности, приучает сопереживать партнеру по игре, радоваться его успехам.

Эти два вида правил в простой, доступной для ребенка форме, без назидательности и навязывания воли взрослого приучают малышей к организованности, ответственности, самоограничению.

Ландыш - это соцветие белоснежных цветков, похожих на детские головки, с нежным и тонким запахом. Запахом весны. Детский игровой тренинг «Ландыш» - это тоже соцветие. Соцветие разнообразных техник и медитаций замечательных авторов - детских психологов. А дружелюбное отношение

между маленькими участниками, а также со взрослым ведущим, как аромат ландыша, создают теплую эмоциональную обстановку.