Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад с. Воскресеновка

Преодоление застенчивости

у детей старшей группы

Автор: Царёва Т.О.,

воспитатель МБДОУ с. Воскресеновка

Воскресеновка

2017

«Преодоление застенчивости у детей старшей группы»

В настоящее время, как в нашей стране, так и за рубежом наблюдается повышенное внимание к проблеме общения. В современном мире на смену «живого» общения приходит общение виртуальное. Взрослым и детям становится трудно налаживать личные контакты, общаться друг с другом. Это приводит к безразличию, люди разучиваются понимать и сопереживать, из общения уходит тепло, которое так необходимо ребёнку.

В рамках реализации федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования одной из основных задач социально-коммуникативного развития дошкольников является развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками, развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

Современные дети практически всё свободное время проводят с гаджетами, компьютерные игры заменяют действительность, чтение книг с родителями сменяется многочасовым просмотром мультфильмов. В связи с этим все больше и больше появляется застенчивых детей. Застенчивость – это свойство личности, которое формируется при определенных условиях воспитания и характеризуется отсутствием свободы общения, наличием внутренней скованности. С точки зрения психологии, это сложнейший феномен, в основе которого лежат многие личностные проблемы и особенности. Но на внешнем уровне застенчивость в основном проявляется в общении.

В детском учреждении застенчивый ребенок адаптируется крайне медленно, с большим трудом. Положение подобных ребят в группе сверстников очень незавидное. Не пользуясь симпатией других детей, не вступая с ними в контакт, они обречены на изоляцию, одиночество. Основные трудности застенчивого ребенка связаны с его собственным отношением к себе и переживанием отношения других. Если не предпринимать меры для устранения застенчивости, у некоторых детей она может усугубляться и принимать хронические формы, а впоследствии может стать характерной чертой поведения, не позволяющей ребенку реализовать в полной мере свой наследственный и личностный потенциал. Это обуславливает **актуальность** моей работы.

Цель работы состояла в следующем: снижение уровня застенчивости у детей.

В процессе достижения цели решала следующие задачи:

1. Преодоление замкнутости, скованности, нерешительности детей, помощь в двигательном раскрепощении застенчивых дошкольников;
2. Развитие у «застенчивых дошкольников» умения позитивно разрешать проблемные ситуации, способности к произвольной регуляции поведения;
3. Упражнение в самостоятельном применении детьми в играх навыков поведения, расширение их социальных связей.

 Проведя анализ литературных источников по теме работы, я пришла к выводу, что помочь ребёнку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться – важная задача и воспитателей, и родителей. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно. Корректировать особенности личностной и поведенческой сферы застенчивости дошкольников можно путем специально разработанных методик, игр, индивидуального подхода к ребенку.

На **первом этапе работы** решались следующие задачи:

1. Изучить уровень застенчивости у детей старшей группы.

2. Разработать программу «Тропинка к своему Я».

Для **решения поставленных задач** были использованы следующие **методы исследования**:

1. Наблюдение за детьми.
2. Анкетирование родителей.

Для определения уровня застенчивости у детей были использованы следующие критерии:

1. Нерешительность
2. Нежелание вступать в контакт
3. Робость
4. Молчаливость
5. Смущение от внимания взрослого, его оценки, независимо от ее характера
6. Страх публичных выступлений
7. Редкое и неразвернутое обращение к взрослому и ответы на его вопросы

Данные критерии позволили определить уровни застенчивых проявлений: высокий, средний, низкий.

В течение недели я наблюдала за самостоятельной деятельностью детей по критериям, предложенным Лисиной. По результатам наблюдения составила таблицу и диаграмму.

Из таблицы видно, что 3 детей можно отнести к высокому уровню застенчивости, что составляет 21%. 3 детей относятся к среднему уровню застенчивости, что составляет 21%. И 8 детей относятся к низкому уровню застенчивости, что составляет 58%.

Анализ результатов диагностического обследования позволил приступить к разработке программы «Тропинка к своему Я».

На втором этапе работы приступила к реализации разработанной программы«Тропинка к своему Я». Цель программы – снижение уровня застенчивости у детей.

 Задачи: преодолеть замкнутость, скованность, нерешительность детей, помочь в двигательном раскрепощении; расширить поведенческий «репертуар», развить умение позитивно разрешать проблемные ситуации, сформировать способность к произвольной регуляции поведения. В качестве основного метода работы была положена совместная деятельность воспитателя и детей. Работа проводилась через систему специально-организованных занятий и игр. Были использованы следующие формы и методы работы: игротерапия; сказкотерапия; упражнения на релаксацию; изотерапия; игры-драматизации; работа с родителями.

Все занятия, которые проходили в основном во второй половине дня, имеют определенную структуру: разминка, основная часть, заключительная часть.

В ходе реализации программы была проведена следующая работа: специально-организованное занятие «Как мы боремся с трудностями», в ходе которого выполняли следующие игры и упражнения: «Приветствие», беседа «Как мы боремся с трудностями», игра «Незнайка», упражнение «Закончи предложение», игра «Поссорились два петушка», выполнение поделки «Петушок». Наиболее сложным для застенчивых детей оказалось упражнение «Закончи предложение», они зажимались, говорили невнятно, тогда я предложила детям каждое предложение заканчивать хлопками в ладоши. Это помогло снять напряжение, и дети включились в работу. К выполнению поделки застенчивые дети отнеслись безразлично. Но после того как дети узнали, что данные поделки будут подарены детям младшей группы, ребята выполнили задание.

Чтение рассказа с элементами драматизации «Ёжик», в ходе которого детьми отрабатывалось умение пожалеть Ёжика, выразить ему сочувствие, проявить внимательность к другим героям рассказа. После окончания рассказа дети рисовали рисунки на тему дружбы.

В упражнении «Конкурс хвастунов» детям необходимо было преодолеть смущение и похвалить друг друга. Первыми начали выполнять упражнение дети с низким уровнем застенчивости. Глядя на них, застенчивые дети, зарядились положительным настроем, стали смелее и активно включились в работу.

В игре «Угадай эмоцию» застенчивым детям было сложно показать эмоции, т.к. они стесняются пристального внимания со стороны. Поэтому детям с низким уровнем застенчивости пришлось взять на себя активную роль и подавать пример. После этого застенчивый мальчик сумел ярко проявить гнев, выплеснув эмоции, а застенчивая девочка проявила артистичность, выражая радость.

Сказкотерапия «Стеснительная улитка». На этом занятии мы выполняли такие игры и упражнения как: «Приветствие», психогимнастический этюд «Стеснительная улитка», проигрывание ключевого эпизода сказки, рисование иллюстраций. В ходе проигрывания ключевого эпизода ребята должны были сначала тихо, а потом громче и громче произнести фразу «Я больше не стесняюсь». Так как, на данный момент работа по программе «Тропинка к своему Я» подходила к завершению, застенчивые дети говорили эту фразу громко и уверенно. При рисовании иллюстраций к сказке самым ярким и содержательным получился рисунок у девочки с высоким уровнем застенчивости, она легко справилась с заданием.

В игре на развитие внимания «Танец шляпы» застенчивая девочка испытывала трудности в исполнении танца. Мы предложили ей выбрать себе пару и станцевать танец вместе. Это обрадовало её и, перестав стесняться, она выполнила задание.

Индивидуальное упражнение «Повтори за мной». Для этого упражнения был составлен перечень фраз, которыми легко начинать и заканчивать разговор с разными группами людей, например, «Вы не могли бы мне помочь», «Давай поиграем вместе» и другие. После выполнения данного упражнения застенчивые дети стали использовать эти фразы в повседневном общении с детьми и взрослыми.

Завершением работы стало проведение досуга «Мы дружные ребята». В сценарий досуга вошли следующие игры: «Кто может смеяться громче», «Шуточные вопросы», «Змейка», «Спой песенку не своим голосом», «Слепые котята», «Веселый танец». Во время проведения развлечения было замечено, что застенчивые дети стали более раскрепощенными, активными. В игре «Змейка» застенчивый мальчик выступил инициатором и выразил желание быть первым в строю.

Исходя из того, что проявление застенчивости нельзя исправить без активной помощи родителей, было проведено родительское собрание на тему «Детская застенчивость», где были раскрыты вопросы о понятии застенчивости, ее причинах, об особенностях поведения детей, имеющих проявления застенчивости. Так же был разработан цикл консультаций по данной теме.

На третьем этапе работы решалась следующая задача: выявить изменения в проявлении застенчивости у детей старшей группы.

Данная задача реализовывалась с помощью наблюдения за детьми.

Для проверки результатов на третьем этапе использовала те же критерии наблюдения, что и на первом. Результаты представлены в таблице и диаграмме. Если на начальном этапе исследования 3 ребёнка (21%) относились к высокому уровню застенчивости, 3 детей (21%) относились к среднему уровню застенчивости, и 8 детей (58%) относились к низкому уровню застенчивости, то на конечном этапе повторная диагностика показала положительную динамику – 1 ребёнок, что составляет 7%, относится к высокому уровню застенчивости, 5 детей, что составляет 35% относятся к среднему уровню, 8 детей, что составляет 58% относятся к низкому уровню застенчивости.

Таким образом, результаты повторного наблюдения за детьми подтвердили эффективность разработанной программы «Тропинка к своему Я».

Практическая значимость работы заключается в том, что подобран и апробирован диагностический материал; разработана программа по коррекции застенчивости у детей, а также методическое сопровождение программы «Тропинка к своему Я»: это конспекты занятий и упражнений, оформлена картотека игр по преодолению застенчивости, конспект родительского собрания, папки-передвижки, консультации для родителей. Даная программа может использоваться в детских дошкольных учреждениях.