

Формування і становлення образу „Я” – важливий аспект зміцнення психологічного здоров'я дитини

(методичні рекомендації для практичних психологів ДНЗ практичного психолога Чернігівського дошкільного навчального закладу №1, центру психофізичного та інтелектуального розвитку Дягло Тетяни Анатоліївни)



«У дитини формується образ власного «Я» насамперед під впливом людей, які оточують її...»

І. Томан

В умовах сьогодення вихідною тезою оновлення системи дошкільної освіти є положення, за яким педагогічний процес має ґрунтуватися на психології розвитку дитини. А точкою відліку в оновленні змісту, форм і методів роботи з дитиною є ідея про цінність та сенс її буття.

За твердженням українського психолога Олени Кононко, розвиток дитини як особистості означає становлення протягом дошкільного дитинства особливої форми цілісності дитини – „єдиномножинності”, яка охоплює наступні форми суб’єктності:

- дошкільник як суб’єкт вітального ставлення;
- дошкільник як суб’єкт предметного ставлення;
- дошкільник як суб’єкт спілкування;
- дошкільник як суб’єкт самосвідомості;

Всі ці вищезазначені форми „єдиномножинності” знайшли своє реальне відображення в Базовій програмі „Я у Світі”

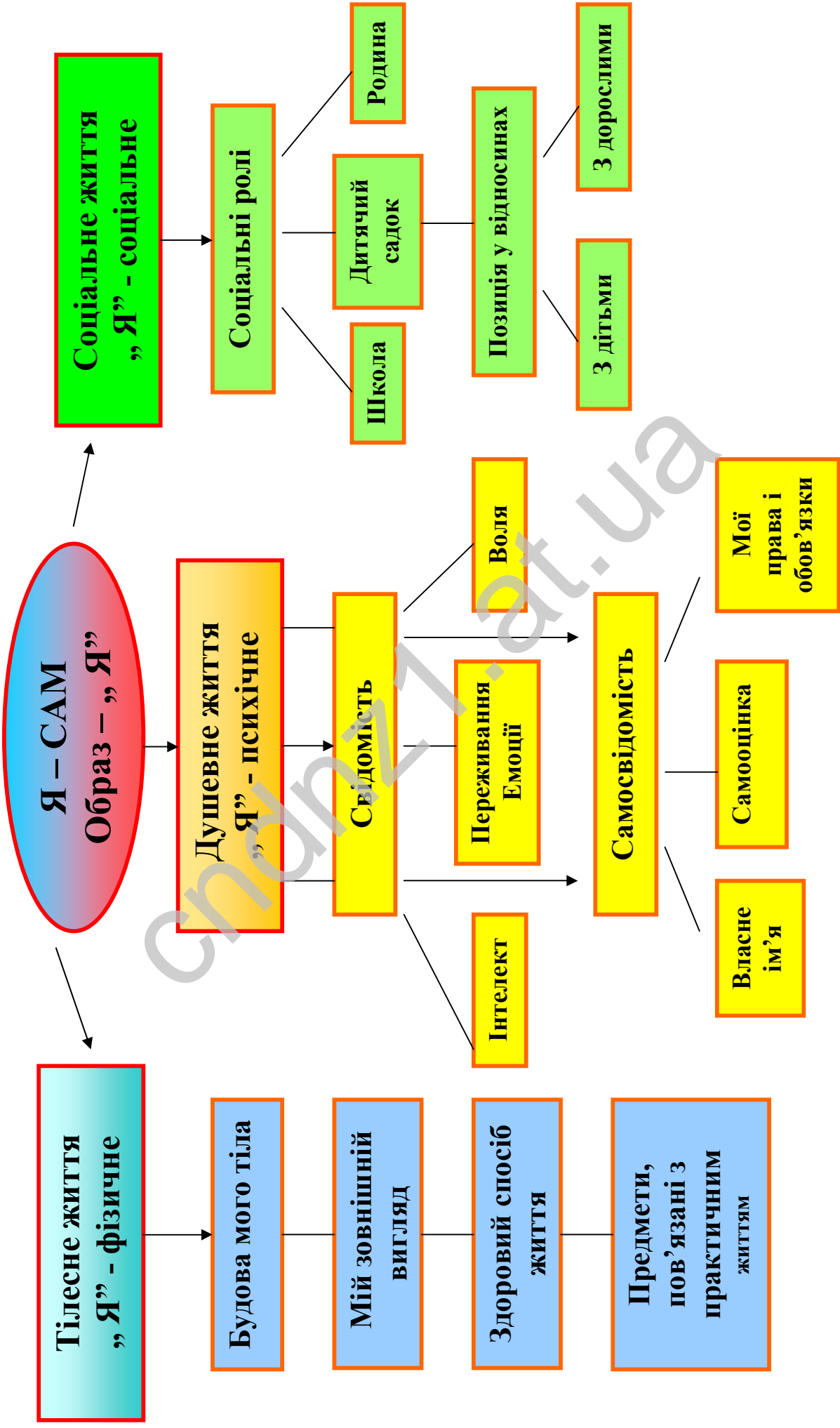
Вже сама назва програми підкреслює виняткову роль власної активності дитини, її особистісне становлення і спів гармонію індивідуального та колективного „Я”



Позитивний образ „Я” свідчить про ціннісне ставлення дошкільника до себе, його самоповагу, відчуття своєї значущості для інших людей.

Правильна ж оцінка дитиною свого „Я” виступає регулятором її поведінки, лежить в основі багатьох людських почуттів.

Та образ „Я” обумовлений потрійною природою людського „Я”, його фізичною, психологічною та соціальною сторонами.



Проаналізувавши всі змістовні лінії та напрямки роботи, які запропоновані на схемі щодо формування образу „Я”, можна визнати, що змістовна лінія „Я-психічне” найскладніше за своїм спрямуванням та технологіями реалізації, оскільки в ній йдеться про „душу” дитини, її внутрішній світ, її психологічне здоров’я.

Безумовно, психологічне здоров’я дитини – дошкільника має свою специфіку. Воно відрізняється сукупністю особистісних новоутворень, які ще не розвинені в дитині, але повинні бути присутніми в дорослих.

Психологічне здоров’я, залежно від впливу різних чинників, формується протягом всього життя людини, але бере свій початок ще в ранньому дитинстві.

Тому треба прикласти багато зусиль для реалізації завдань психологічної підтримки дитини, збереження та зміцнення її психологічного здоров’я, а саме:

- створити умови для розкриття внутрішніх сил, образу свого „Я”;
- сформуванати способи пізнання образу себе та образу інших людей;
- забезпечити розвиток уявлень про себе;
- створити таке розвиваюче середовище, яке сприятиме повноцінній успішній самореалізації дитини як особистості, її власного „Я”



Всі ці завдання реалізуються в усіх сферах життєдіяльності та лініях розвитку, в різних видах як організованої так і самостійної діяльності.

Підвищити уявлення про власне “Я”, що так важливо для психологічного здоров’я дошкільників, скоріше вдається, якщо психолог у співпраці допомагає вихователю враховувати індивідуально-типологічні особливості кожного із своїх вихованців, якщо при цьому дорослі будуть не проти природи дитини, а слідуватимуть за нею. Так, флегматики, як правило, віддають перевагу спокійним іграм і заняттям. В дидактичних іграх, конструюванні, ліпленні, експериментуванні та інших малорухомих і разом з тим, цікавих для них видах діяльності, особливо помітними становляться такі значимі для успіху якості флегматиків, як терплячість, врівноваженість, здібність до відносно довгому зосередженню, часто і охайність, старанність. Це дуже важливо враховувати в процесі надання допомоги в їх уявленні про власний образ “Я”, в їх самоствердженні.

Дітям же меланхолічного темпераменту, для яких характерні особлива чуттєвість до емоційних впливів, здібність до співпереживань, звичайно легше проявити себе, самоствердитися в зображувальній, музичній діяльності (партнерська діяльність в невеличких групах – оркестрах з доброзичливим за характером дітьми, близькими за комунікативністю).



Особливої уваги в роботі по підвищенню уявлення про своє “Я” потребують дошкільники з “комплексом Попелюшки”. Для них характерне негативне самосприйняття, байдужість до себе, неохайність зовнішнього вигляду, байдужість в справах, невпевненість в голосі. Стратегічним направленням в роботі з такими дітьми буде включення їх в сумісну діяльність з найбільш доброзичливими однолітками з обов’язковою підтримкою вихователя. Важливо

переорієнтувати само сприйняття дитини: викликати цікавість до свого зовнішнього вигляду (одяг, зачіска та інш.), особистісної гідності. Тому першочергове значення тут має активно-позитивне відношення педагога до дітей, який знаходить, виявляє і демонструє самій дитині її позитивні якості.

Попередження серйозних відхилень в емоційно-особистісному розвитку, створення умов для задоволення основних людських потреб (в захисті, любові, увазі, особистісному спілкуванні з близькими) надзвичайно важливі у формуванні дитини почуття самоцінності , позитивного образу – “Я”, психологічного здоров’я. Врахування і психологами, і вихователями цього положення необхідне під час взаємодії з усіма вихованцями.

Отже, успіх в роботі по зміцненню психологічного здоров’я дітей передбачає як глибоке знання загальних закономірностей розвитку індивідуальних особливостей дітей, їх захоплень, інтересів, знань, здібностей, так і вмінь використовувати ці знання в процесі здійснення індивідуально – диференційованого підходу до кожної дитини в освітньо – виховному процесі.

Тож давайте вміло занурюватися в проблему пізнання власного „Я”

Пізнання дитиною свого власного „Я”

Ранній вік

Ранній вік характеризується появленням багатьох особистісних феноменів, в тому числі самосвідомості, формування і становлення образу – „Я”.

Формувати уявлення про самого себе у дітей раннього віку нам допомагають основи „Я – концепції” за Р. Бернсом. Він стверджує, що необхідно навчити дитину відокремлювати себе від навколишніх предметів, дій з ними та від інших людей. Як один з можливих засобів становлення у дітей уявлень про самих себе пропонуємо використовувати „персоніфіковані” іграшки. Дитині пропонуються фігурки, які в певному ступені володіють зовнішньою схожістю з нею і з іншими дітьми в групі. Такою іграшкою можуть бути і фотографії дітей (в повний зріст або ж тільки обличчя) вирізані і наклеєні на картон або на фігурку хлопчика або дівчинки. Розмір такої іграшки складає приблизно 20 сантиметрів.



„Персоніфікована” іграшка дозволяє в найбільш простому вигляді поєднати і проілюструвати дитині афективний і когнітивний (пізнавальний) аспект образу „Я”.

Ось основні ігри – ситуації, які дають можливість вихователям формувати у дітей раннього віку уявлення про себе та інших дітей.

1. Формування уявлень про схему тіла.

- Вихователь знайомить дитину або декілька дітей із „персоніфікованою” іграшкою, називає її ім'ям (лялька Катя). З метою створення позитивного емоційного настрою можна прочитати короткого віршика і тільки після цього перейти до дидактичної частини.

Вихователь показує і називає частини тіла вибраної моделі, демонструє дітям їх функції. Наприклад: „Ось у Каті ніжки. Ніжки топ – топ. Катя іде. Де у вас ніжки? Ось! Як ми ніжками ходимо? Ніжки топ – топ.” Акцентує увагу дітей: „У Каті ніжки і у тебе ніжки, можна ніжками ходити і бігати”. Мовленнєві реакції дітей необхідно супроводжувати тільки позитивною оцінкою. Це буде сприяти створенню певного емоційного настрою.

- Вихователь запрошує до себе одну дитину, інші сидять поряд. Дорослий, показуючи на собі частини тіла, спонукає дитину зробити те ж саме.

Наприклад:

- У мене є руки. Ось вони (демонструє)
- А у тебе? (І т.д.)

Приблизно така ж процедура проводиться з наступною дитиною.

На закінчення вихователь може намалювати стилізовані фігурки учасників цієї ситуації, фіксуючі частини тіла. Фігурки повинні бути однакові, але виконані різним кольором, що виражає умовну ідентичність об'єктів, але належність різним суб'єктам (хлопчики і дівчатка). Фігурки роздаються дітям для гри.

2. Формування уявлень про фізичний образ самого себе.

Перед дзеркалом дорослий і дитина. Бажано, щоб дитина бачила себе в повний зріст. Дорослий пояснює, що в дзеркалі малюк бачить себе. Показуючи на відображення, вихователь називає ім'я дитини, потім показує на самого малюка і знов називає його ім'я. Це доповнюється займенником ТИ.

З метою розширення словника дитини, вихователь, показуючи на себе, називає своє ім'я, доповнюючи його займенником Я. Практика роботи з дітьми раннього віку показує, що найбільші труднощі у них викликає застосування по відношенню до себе займенника Я. Такі поняття дають можливість дитині встановити першу різницю між значеннями займенників Я, ТИ.

Можна провести одночасне заняття перед дзеркалом двох дітей, що дозволить активізувати застосування в мові дітей займенника ВІН.

Вихователю необхідно постійно пам'ятати, що доброзичлива оцінка створює у дитини позитивні емоційні переживання і сприяє тим самим процесу становлення образу „Я” і образу однолітка.



3. Формування уявлень про фізичне „Я”

В грі використовується „персоніфікована” іграшка, яка зображує саму дитину – учасника ситуації. Перед початком гри – заняття створюється позитивний емоційний фон. В процесі закріплення схеми тіла бажано добиватися вербальних відповідей дитини, роблячи акценти на вживанні особового займенника Я. Розглядаючи фігурку „персоніфікованої” іграшки, вихователь разом з дитиною співвідносить частини тіла моделі з реальним об'єктом. Імпровізації дорослого в

нескладному обігруванні іграшки стимулюють засвоєння фізичного образу моделі і самої дитини.

В подальшому в ситуацію може бути включена „персоніфікована” іграшка, яка представляє учасника ситуації і будь – кого з дітей групи.

При організації виховного процесу з дітьми необхідно створювати такі умови життєдіяльності, в яких вони змогли б співвідносити засвоєнні уявлення про себе з реальними досягненнями в предметній діяльності таким чином, щоб у них виховувалося почуття гордості за власний успіх. Необхідним видом діяльності, який сприяє формуванню у дітей такого почуття, є їх предметна продуктивна діяльність. Діти, як правило, з величезним інтересом і бажанням включається в таку діяльність.

4. Вдосконалення у дітей уявлень про значимість своєї діяльності.

В процесі гри – заняття вихователь демонструє дітям різні варіанти гри з будівельним матеріалом, піском і т.д., кожного разу привертаючи увагу дітей до результатів своєї діяльності. В такі моменти дорослому необхідно акцентувати увагу дітей на себе, підкреслюючи при цьому роль в отриманні результату: “ Це Я будиночок побудувала”, “ Подивіться, як Я зробила”. При цьому дорослому слід вказувати на себе жестами, щоб допомогти дітям краще зрозуміти смисл висловлювань.

В ситуації, коли дитина повторює дії вихователя (наприклад, будує башту), необхідно зафіксувати увагу малюка на тому, що це побудував саме ВІН.

Подібне особистісно – ділове спілкування стимулює творчу активність дітей, а також розвиває у них почуття гордості за досягнуте, формується аспект образів “ Я”, “ ВІН”, розширюються уявлення про себе та інших дітей.

5. Формування у дитини уявлення про себе як про суб’єкта діяльності.

Заняття починається із знайомства з фігуркою, яка імітує дитину – учасника ситуації. Малюк впізнає в ній себе. Тим самим формується позитивне відношення до людей.

Потім дорослий розігрує на очах у малюка будь – які ситуації, в яких головним діючим виконавцем виступає “ персоніфікована” іграшка. Коментуються “ дії”, дається оцінка вчинкам, які вона “ виконує”.

Вихователь задає питання, які допоможуть їм глибше усвідомити значення своєї діяльності і діяльності “ персоніфікованої” іграшки, спонукають дитину називати себе “ Я”.



6. Засвоєння дитиною комунікативного засобу – посмішки, як дуже важливий етап в формуванні у дитини образу - “Я”.

На допомогу в цьому вихователь може проводити наступні заняття:

- Дорослий і дитина розглядають себе в дзеркалі.
“ Кого ми бачимо? - Тебе, мене.
Хто це? - Я, ти!”

Такі питання активізують застосування в мовленні дитини займенників.

- Які ми сумні! Давай посміхнемось.
- Яка я красива, коли посміхаюсь!
- Ми посміхаємось! Всім весело!

- Гра з “ персоніфікованою” іграшкою

Вихователь звертається до дитини:

- Хто це? Ти впізнав?
- Так! Це Толя!
- Це ти?
- Я!
- Давай посміхнемося один одному.
- Ми станемо друзями і будемо грати разом.
(Вихователь і дитина посміхаються “ персоніфікованій” іграшці.)

- Ми посміхнулись. Тепер можна грати.
- Може ми заспіваємо пісеньку?
(Вихователь співає, посміхається. Його поведінка є зразком для малюка.

7. Удосконалення уявлень про взаємовідношення між партнерами.

Ігри з “персоніфікованою” іграшкою, яка зображує дитину – учасника ситуації і будь – кого з дітей групи.

На очах у малюка розігруються ситуації, які імітують взаємовідношення дітей. Коментуючи їх, вихователь інтонаційно акцентує увагу на словах ти, він, а в спілкуванні з дитиною питання задаються таким чином, щоб спонукати її до застосування займенників Я, ВІН. Такі ігри – вправи розширюють словниковий запас дітей, допомагають оволодівати поняттями, які необхідні їм для взаємодії з іншими дітьми.

Дії “персоніфікованої” іграшки, спочатку розігруються в ситуації спілкування з вихователем. В подальшому гра носить самостійний характер, стає поступово режисерською.

“Персоніфіковану” іграшку можна включати в інспенівки літературних творів, при цьому дитина самостійно або разом з дорослим розподіляє ролі, розвиває сюжет.

Отже, ігри – заняття з “персоніфікованою” іграшкою, поряд з предметно – практичною і соціальною складовою розширюють словниковий запас дітей, допомагають оволодіти поняттями, які необхідні їм при взаємодії з іншими дітьми, сприяють включенню в гру. А вони, в свою чергу, створюють реальну можливість успішного переходу дітей від індивідуальної гри до сумісної сюжетно- рольової.

В процесі таких ігор у всіх дітей третього року життя спостерігається яскраво виражена позитивна реакція на “персоніфіковану” іграшку. Діти радіють кожній іграшці, бажають пограти з нею, проявляють мовленнєву активність.

В умовах вибору між звичайним ігровим матеріалом (машиною, лялькою, зайчиком) і “персоніфікованою” іграшкою перевагу діти віддають останній.

Використання “персоніфікованої” іграшки сприяє розвитку самосвідомості дитини, та зміцненні психологічного здоров’я.

Слово „ Я” слугує для означення себе самого в навколишньому середовищі як особистості. А особистість – людина як представник суспільства, який визначає вільно і відповідально свою позицію серед інших.

Ми ставимо в центр уваги дитину, розглядаємо її як активного суб’єкта життя. В контексті такого підходу фізична, психічна і соціальна реальність виступають площинами існування дитини у світі. Цей комплекс і становить те, що називається сферою життєдіяльності „ Я Сам”.

Такий підхід допомагає нам усвідомити реалізацію на практиці особистісно – орієнтованої моделі виховання дітей в ДНЗ, а також спрямувати свою навчально – виховну роботу на ознайомлення дошкільників з організацією людської істоти взагалі і образу „ Я” – зокрема.

Вік дитини	Завдання з формування образу „Я”	Сумісні види діяльності
<p>Малюки (2–3 роки)</p> <p>Ясельна група</p>	<p>Образ „Я”</p> <p>- Розвивати вміння впізнавати себе, відокремлювати себе від інших людей. Спонукає порівнювати себе з однолітками, признавати їх права, бути уважними до інтересів інших.</p> <p>-Сприяти розвитку самосвідомості дитини, формуванню позитивного образу „Я”, відношення до себе як суб’єкту діяльності і спілкування, джерелу власної активності.</p> <p>-Допомогти знайти оптимальну форму самовираження і самоствердження, формувати почуття самоцінності.</p> <p>- Розвивати елементарні комунікативні вміння в спілкуванні з однолітками</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Питання-завдання дитині: „Де стілець?”, „Де носик у ляльки?”, „Покажи свій носик.” 2. Вправи в фізичних рухах: „Присіли – стали маленькі, встали – стали великими”. 3. Набуття досвіду смакових, тактильних, слухових відчуттів: „Понюхаємо м’яту, прислухаємося до дзвіночка, погладимо зайчика.” 4. Організація ігор з предметами: пірамідка, кубики. Діти називають свої ігрові дії: я граю, я качаю, я будую, я сам, я хочу. 5. Впізнання себе на фотографіях: чим ми відрізняємось, що у нас схожого? 6. Персоніфіковані ляльки. 7. Посібник для батьків „Образ Я”.

Молодший вік (3-4 роки)

Основними напрямками в роботі з “ Малюками” є сприяння нормальному процесу усвідомлення дітьми свого “ Я”, оволодіння лексикою на позначення фізичних характеристик свого організму. Дитина повинна в спілкуванні вживати слова, які позначають: власне внутрішнє життя, особливості своїх думок, свої стани, настрої, потреби, ставлення до себе. Вміти позначати словами особливості своєї поведінки.

Вихователь повинен схвалювати прагнення дітей до самостійності, емоційно оцінювати їх досягнення, що сприяє розвитку позитивної самооцінки, самовідношення дітей і високого рівня їх притягань.

Ефективним прийомом залишається розглядання себе в дзеркалі за методикою Роберта Бернса, впізнавання себе на фотографіях: вправа “Чим ми відрізняємось? Що у нас загального?”.

Роботу по формуванню основної психологічної концепції – образу “Я” в другій молодшій групі ми продовжуємо за методикою Г.М.Липовської. В цьому віці образ “Я” – це уявлення дитини про себе саму:

-те, що вона про себе знає і думає

-те, як вона до себе відноситься.

В групі “Малюки” дитина вже зрозуміє і усвідомлює, що вона самостійна, окрема від інших істота, що у неї є свої бажання, і вона готова відстоювати їх. Формування образу “Я” можна проводити в двох напрямленнях: одне – наповнення його доступним змістом; інше – включення його в процес регуляції поведінки.



Але формувати “знання про себе” можна розповідаючи дитині про неї саму за методикою Г.Липовської. Як же розповідати? Характеристики: який ти у нас розумний, слухняний та інтелектуальний – є оцінкою, а не повідомлення фактичних знань.

Між тим діти цього віку дуже уважні до простих повідомлень про себе і зацікавлені в них. Існує і ціла сфера життя, знайомство з якою дійсно збагачує образ “Я”. Це:

- розповіді про те, якою дитина була, коли вона була зовсім маленькою (“народилася із світлим волоссячком, а зараз вони каштанові; не вмiла ходити, не вмiла говорити”), кого і що вона любила або не любила(людей, тварин, їжу, іграшки).
- Про події, учасником яких вона була(їздила на машині, в автобусі, поїзді). Всі ці, здавалось би, такі маленькі і незначні події виявляють для дітей величезний інтерес. У них складається історія власного життя, в якому було стільки важливих і забавних подій. Вони бачать себе в динаміці – якими вони були і якими стали.

Методичні рекомендації

Яким ти був(була)	Яким ти став(стала)
-Лежав в колисці. Вмів тільки повзати. -Ходив, держачись за що – небудь. -Не вмів митися. -Не міг одягатися.	-Не тільки гарно ходиш, але і швидко бігаш, вмiєш стрибати. -Гарно миєш руки і обличчя. -Вмiєш сам одягати сорочку, застібати гудзики, одягати шорти.

Ця схема розповідей про те, якою дитина була раніше, що з нею діялося і чого вона досягла за цей час. Ці розповіді надають можливість вирішувати два педагогічних завдання.

I завдання. Наповнити зрозумілим і цікавим змістом уявлення дитини про саму себе – образ “Я”. Підвести до розуміння того, як багато дитина досягла у порівнянні з попереднім періодом життя, підтримувати в неї бажання прагнути до нових успіхів.

Це сприяє росту впевненості в собі, стиль необхідної в трьохлітньому віці.

II завдання. Створити для формування поняття про час в плані розрізнення минулого і майбутнього. Пізнавальну цінність ми бачимо в тому, що для дитини це її власне, достатньо далеке і цікаве минуле, яке суттєво відрізняється від її теперішнього.

Зміст розповідей про дитину

I тип. До нього відносяться ті загальні речі, які характеризують життя всіх маленьких дітей: не вміють ходити або тільки повзають, не вміють самі їсти, не вміють вмиватися. Одночасно розповідається про те, що дитина вміє, і може зараз. Таким чином розповідь поводить за схемою “минуле – теперішнє”. Історії такого типу можна розповідати про кожну дитину, тому що всі спочатку не вміли, а потім навчилися.

II тип. **Розповіді про різні події, які траплялись в житті дітей примірна до 2 років.**

Ми пропонуємо батькам анкети з питаннями: Куди вони їздили з дитиною в цей період? Які епізоди їм запам’яталися? Що їх дитина любила? Чого боялася? . Така робота проводиться за схемою: розповідь вихователя про минуле – питання до дитини про теперішнє, на які дитина відповідає за бажанням.

Розповіді II типу більш індивідуальні. Ця робота відрізняється від традиційних занять, які і для педагога, і для дітей виступає саме як заняття. В даному випадку справа виглядає інакше.

Розповідь вихователя про минуле.	Питання до дитини про теперішнє.
Більш за все любляв кефір і завжди просив добавки. Боявся купатися і кричав: “Ой, боюся!” Влітку возили на море.	А зараз ти що любиш найбільш за все з їжі? А зараз ти боїшся купатися? А куди ти їздив цього літа?

Для вихователя це особлива форма занять з певною метою, з використанням відповідних методичних прийомів.



Вік дитини	Завдання з формування образу „Я”	Сумісні види діяльності
<p>„Чомучки” (3–4 роки)</p> <p>Молодша група</p>	<p>Про тебе</p> <p>-Продовжувати формувати елементарні уявлення про свій зовнішній вигляд (тулуб, руки, ноги, голова, волосся, обличчя, очі, нос), основні функції частин тіла.</p> <p>-Формувати уявлення про те, що органи почуттів (п’ятеро помічників) – очі, вуха, ніс, язик, кожа – допомагають знайомитися з навколишнім світом.</p> <p>-Дати уявлення про різні вікові періоди в житті людини: немовля, дошкільник, школяр, дорослий, старий.</p> <p>Виховувати турботу про старих людей.</p> <p>-Поглиблювати знання про самого себе: ім’я, прізвище, зовнішній вигляд (ріст, колір волосся, очей); індивідуальні особливості.</p> <p>Сприяти становленню позитивного уявлення про своє фізичне „Я”, звертати увагу на неповторність, унікальність кожної людини, яка є частиною живої природи.</p> <p>-Знайомити з правилами безпеки поведінки.</p> <p>Допомогти оволодінню елементарними знаннями і навичками здорового способу життя.</p> <p>Удосконалювати навички самообслуговуванню.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бесіди з розгляданням сімейних альбомів на тему: „Всі люди різні”, „Чим красива людина”, „Моя родина”, „Мій родовід”. 2. Розповідання на тему „Це я!” 3. Вправи циклу „Розкажи про себе”. 4. Складання повідомлень із особистого досвіду: „Мій рідок”, „Я хороший син”. 5. Складання розповідей за автопортретами: „Про себе”. 6. Етюди психогімнастики: „Сміливий хлопчик”, „Я веселий”, „Страшно”, „Дивовижно”. 7. Практичні досліди: „Що можуть наші вухка, очі, ніс” 8. Ігрова діяльність: „Сім’я”, „Дитяча поліклініка”, „Перукарня”. 9. Художня діяльність: розучування віршів, пісень про людину. 10. Розглядання себе в дзеркалі: розповідання на тему „Це я!” 11. Розповіді: „Яким ти був?”, „Яким ти став?” за методикою Г. Липовської.

Середній вік (4 – 5 років)

На наступній стадії, в віці 4 – 5 років, такими основними полюсами відношення до себе і навколишнього є: ініціативність і впевненість, що дитина контролює все, що з нею трапляється, і почуття провини. Але відчуття самостійності, а потім ініціативності і впевненості в своїх можливостях більш благоприємні для душевного самопочуття і розвитку дитини, чим сумніву в себе, почуття провини.

Одне з умов виконання того або іншого відношення до себе – оцінка навколишніх дорослих, підтримка дитини позитивними оцінками.

В групі „Чомучки” доцільно проводити бесіди: „ Мое унікальне тіло”, „ Чим красива людина”, „ Що ти знаєш про своє ім'я?”, а також розповіді на тему „ Це я”. Складання розповідей з власного досвіду „ Я хороший син”. Діти можуть оформлювати свої плакати „ Самий кращий – мій плакат”.

В пізнавально – практичній діяльності можна розглядати з дитиною фотографії самого себе в різних ситуаціях і в різному віці „ Наше родинне дерево” (складання розповідей про себе і свою сім'ю).

В ігровій діяльності поціль проводити такі ігри, як „ Імена”, „ Вгадай настрій”, „ Сім'я” .

З метою формування здібностей дошкільників до самопізнання необхідно широко використовувати художню діяльність; розповіді, розучування віршів, загадок, пісень про людину, розповіді про людину за репродукціями картин, слухання музики про різний настрій людини.

Для розвитку уявлень дітей про себе в майбутньому необхідно використовувати фантазування „ Я – майбутній школяр”, „ Коли я стану дорослим....”



Вік дитини	Завдання з формування образу „Я”	Сумісні види діяльності
<p>„Чомучки” (4-5 років)</p> <p>Середня група</p>	<p><u>Людина – жива істота</u></p> <p>-Пробуджувати в дітях почуття радості від усвідомлення себе живучим, виховувати поважне відношення до живих істот, до життя взагалі.</p> <p>-Формувати уявлення про проявлення у людини : чуттєвості, рухів, харчування, дихання, розмноження.</p> <p>-Формувати елементарні уявлення про органи чуттів, їх побудову, функції.</p> <p>-Виховувати співчуття до людей з обмеженими функціями органів чуттів (сліпих, глухих).</p> <p>-Формувати почуття самостійності, унікальності кожної людини, самоповаги. Заохочувати до здорового способу життя.</p>	<ol style="list-style-type: none"> Бесіда з розгляданням альбому „Моє тіло унікальне і неповторне”. Вправи – моделювання кольором: „Це я!”, „Килимок настрою”. Бесіди „Що ти знаєш про своє ім’я, прізвище?” Оформлення плакатів „Корисно і шкідливо” Практичні досліди „Що можуть наші п’ять помічників?” Рішення практичних завдань „Звідки в мене таке ім’я?” Ігрова діяльність. Ігри: „Імена”, „Вгадай настрій”, „Я знаю п’ять імен”. Художня діяльність: зображувальна, музична, художні твори про людину. Фантазування „Я в майбутньому”, Я - майбутній школяр”, „Коли я стану дорослим”. Малювання плакатів „Самий-самий мій плакат”.

Старший дошкільний вік (5 – 6 років)

У старшому дошкільному віці істотно змінюється самосвідомість: розвивається елементарний образ „Я”, формується певне само ставлення та система уявлень про себе (власні чесноти і вади), формується самооцінка та пов’язаний з нею рівень домагань; збільшується кількість особистісних якостей та видів діяльності, які дитина може оцінити; формується елементарна життєва перспектива. Дитина оцінює себе як представника певної статі, орієнтується на внутрішні етичні інтонації, як регулятор власної поведінки. У дитини виникає оцінка себе у часі та життєвому просторі. З’являється чітка, впевнена, в цілому емоційно позитивна самооцінка, що є важливою умовою формування особистості та життєвої компетентності.

Розвивається рефлексія – здатність аналізувати й осмислювати власні дії, вчинки, мотиви, думки, співвідносити їх з очікуваннями авторитетних для неї інших людей.

В групі „Фантазери” зберігаються основні направлення роботи з цього питання. Ускладнюється і розширюється зміст кожної з форм діяльності. Так, доцільними є бесіди з дітьми „Всі люди різні”, „ Діти, не схожі на вас”. На музичних заняттях – етюди всіх емоційних станів людини.

Розповіді з власного досвіду „ Як я турбуюсь про своє здоров’я” . Дуже цікаво з дітьми проходять дискусії „ Що нам допомагає і що заважає дружити?”

Старші дошкільники можуть виготовлювати в спільній партнерській діяльності колективні аплікації „ Я в дитячому садку” , „ Я вдома”, декорації, афіші до театральних вистав.

Ефективне внесення епізодів в ігри дітей: „ Хто більше знає про себе?”, проведення конкурсу хвастунів. В старшій групі ми з дітьми виготовляємо їх паспорти, їх візитні карточки. На заняттях з валеології моделюємо етапи розвитку людини з урахуванням статі.

В навчальній діяльності „Фантазерів” ми проводимо заняття „ Як турбуватися про здоров’я малюка?”, „Мій зовнішній вигляд”, „Красива людина” – (бліц – інтерв’ювання). Розвитку статевої ідентифікації дошкільників допоможуть вправи типу „ Якщо ти хлопчик”, „ Якщо ти дівчинка”, „ Я схожа на свою маму тим, що...” та інше.



Вік дитини	Завдання з формування образу „Я”	Сумісні види діяльності
<p>„Фантазери” (5-6 років)</p> <p>Старша група</p>	<p>„Людина – жива істота” „Твоє неповторне тіло”</p> <p>-Вчити позитивно сприймати своє фізичне „Я”, поважати фізичні різниці у людей. Виховувати позитивне відношення та інтерес до фізичної сторони свого життя, позитивне відношення до свого здоров’я та здоров’я людей як до передумови здорового способу життя. - Формувати елементарні уявлення про будову і функції внутрішніх органів і систем людини, про шляхи створення свого здоров’я. - Поглибити уявлення про органи сприйняття. - Сприяти статево-рольовому розвитку, накопиченню знань про суттєві якості жіночих і чоловічих основ, стереотипів чоловічої та жіночої поведінки. - Поглибити знання дітей про унікальність кожної людини. -Формувати адекватну самооцінку.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Гра з дзеркалом „Найважливіша людина в світі” 2. Бесіди з дітьми: „Чистота – та ж краса”, „Чим схожі діти?” 3. Психогімнастичні етюди емоційних станів людини. 4. Вправи-завдання: „Доведи, що необхідно вмиватися і чистити зуби”. 5. Повідомлення із особистого досвіду: „Як я турбуюся про своє здоров’я”, „Як я вмю миритися”. 6. Дискусії: „Що нам допомагає і що заважає дружити?” 7. Драматизації квізодів, казок. 8. Колективні аплікації: „Я в дитячому садку”, „Я вдома”. 9. Сімейні свята: „Ростемо здоровими” 10. Конкурси: „Хто більше знає про світ?” 11. Ігри-релаксації: „Чарівний сон”. 12. Візитні картки, паспорти. 13. Моделювання етапів розвитку людини. 14. Плакати: „Бережіть очі!”, „Це небезпечно”. 15. Заняття учбові: „Мій зовнішній вигляд”, „Я – красива людина!” 16. Екологічні ситуації: „Як себе поводити?” 17. Пізнавальні бесіди: „Що у нас в середині?”, „Як зробити своє обличчя красивим?”, „Очі – дзеркало душі”. 18. Мовленнєві завдання і вправи: „Це я!”, „Золоте серце”, „Золоті руки”, „Глаз-алмаз”. 19. Вправи з розвитку статевої ідентифікації: „Якщо ти хлопчик”, „Якщо ти дівчинка”, „Я схожа на свою маму”. 20. Малювання „Наш дитячий садок”. 21. Інтерв’ю „Розкажіть про себе”. 22. Картка-гра „Я в майбутньому”.

Робота з батьками

Успішність роботи психолога і педагогів з формування і становлення образу „Я” визначається тим, наскільки тісні наші зв'язки з сім'ями вихованців, наскільки єдині педагоги і батьки у поглядах на виховані дітей як члена сім'ї, члена „дитячої групи” в ДНЗ.

Над якою б проблемою ми не працювали з дітьми, нам не обійтися без допомоги наших батьків. Тільки тоді ми зможемо разом з ними радіти нашим сумісним успіхам.

Сімейне мікросередовище, та тонка система відносин, що складається в дитини з його рідними, близькими, продовжує залишатися значимим фактором психологічного здоров'я з раннього віку. Варто взяти до уваги й те, що на становлення образу - Я позначається не тільки відношення батьків до нього, але й фізичне здоров'я дитини, також те, як вони, дорослі, реагують на ситуацію його хвороби. Для психологічного здоров'я дитини важливо не допускати тривалої фіксації батьків на захворювання дитини. У протилежному випадку виникає порушення емоційного складового образу, формується негативне самовідчуття. Разом з тим, важливо подбати й про зміцнення фізичного благополуччя такої дитини, профілактиці можливих захворювань у цьому віці. Візьмемо собі на озброєння народну мудрість: « У здоровому тілі - здоровий дух»

У формуванні позитивного образу - Я маляти величезну роль грає й самооцінка батьків, їхнє відношення до життя: батьки, позитивно до себе налаштовані, які знаходять задоволення у своєму житті, на роботі та вдома, здатні більшою мірою своєю взаємодією з дитиною сформувати в нього позитивний образ - Я, упевненість у собі, ніж батьки з невисокою самооцінкою, песимістичним поглядом на життя, незадоволені як нею, так і собою.

Тому, починаючи з раннього віку ми пропонуємо нашим батькам посібники, де представлені критерії самопізнання дитинною самої себе.

Це виступи психолога на батьківських зборах, конференціях, проведення з батьками семінарів і тренінгів.

В молодших групах ми разом з батьками створюємо сімейні альбоми „Родинне дерево”, це нам допомагає краще співпрацювати з сім'єю вихованців та формувати у дітей образ „Я”. Також проводимо широке тестування та анкетування з батьками, щоб краще впізнати дитину, а потім вже її розвивати і виховувати.



Особливу увагу батьків повертаємо до спілкування їх з дітьми. Доводимо, що саме спілкування відіграє важливу роль в розвитку самосвідомості, самооцінці дошкільника. Що в спілкуванні буде переважати – м'які або жорсткі впливи, посмішка або байдужість, недобррозичливий погляд, іронія або гумор при невдачі вихованця, заборони або стимулювання самостійності, пошуку – все це дуже важливо для розвитку особистості дошкільника, його самооцінки.

Особливо завжди відмічаємо роль педагогічної оцінки в формуванні самооцінки і образу „Я” дитини. Важливо, щоб вона позитивно впливала на емоційно – вольову сферу, вселяла б віру кожного в свої можливості, не підрізала б дитині її „крила”. Педагогічна оцінка позитивно впливає на самооцінку дитини, її „Я – концепцію тоді, коли батьки стимулюють самостійність, ініціативність, враховують індивідуальні особливості своєї дитини, створюють в сім'ї атмосферу мажорності .

Заняття з формування образу “Я” (за матеріалами Г.Липовської) для дітей другої молодшої групи.

Вихователь.(звертається до дітей).

Хто хоче знати, яким він був маленьким? Давайте я розповім вам, якими ви були раніше.

Діти збираються коло педагога і розташовуються у вільних позах.

Вихователь. Я розповім сьогодні про Олю(дитина обов’язково присутня при розмові). Коли Оля була маленькою, то зовсім не вміла ходити. Вона ковзала по кімнаті на колінцях. А потім стала вчитися ходити. Оля трималась ручкою за мамину руку, ходила навколо дивана, трималась ручками за стілець і ходила навколо нього. А зараз вона стала зовсім велика, вже вміє гарно ходити і майже бігає швидко.

Віка. А я теж швидко бігаю, як страус.

Сашко. А я, коли маленьким був, бігав і падав, бігав і падав, а зараз так можу побігти, що ви мене не доженете.

Заняття з формування образу “Я”(за матеріалами Г.Липовської) для дітей другої молодшої групи.

Вихователь. А сьогодні я хочу розповісти про Андрія.

Вадик. А про мене розповісте?

Света. А про мене?

Антон. А про мене розповісте?

Вихователь. Я про всіх розповім по черзі. Коли Андрій був маленьким, мама з ним гуляла по вулиці в колясці. Спочатку мама одягала на нього теплу кофточку і повзунки, заворачала в тепле одягло, укладала в красиву коляску. А щоб Андрій не плакав, мама давала йому соску. Зараз Андрюша великий, на прогулянку одягається сам, коляска йому не потрібна(звертається до дітей).

А у вас була коляска, коли ви були маленькими?

Вадик. У мене була синя коляска, тільки ми зараз її віддали сестричці. тобі коляска не потрібна. Ти у нас великий.

Оля. Моя коляска зламалася, і мама зробила з неї стілець.

Вихователь. Зараз я розповім про Антона. Коли Антон був маленький, мам годувала його кашею з пляшечки. Антон ще не вмів сам їсти. Він лежав в ліжечку і коли хотів їсти, то грімко плакав. Мама варила йому смачну кашу, брала на руки і годувала з пляшечки кашею. Потім мама вклала його в ліжечко, вкривала гарним одялом, і Антон засинав. Зараз Антоша у нас великий, він сам вміє їсти, і пляшечка з соскою йому не потрібна.

Розвиваюча гра “Портрет”

Матеріали – рулон шпалер, фломастери, ножиці, кольоровий папір, фольга, вапняні нитки, гудзики великі, клапті тканини, клей, мотузки.

Хід гри – пропонуємо дітям розстелити шпалери на підлозі. По черзі лягти на шпалери на підлозі. Діти обмальовують контури тіла один одного, потім вирізають фігури ножицями.

Паперові фігури поступово доповнюють об’ємними деталями, промальовуючи обличчя, одяг; прикрашають, використовуючи елементи аплікації і колажу.

Додаток №3

Заняття з формування образу “Я” (за матеріалами Г.Липовської) для дітей другої молодшої групи.

Вихователь. (звертаючись до дітей). А ви знаєте, що наш Вова, коли був маленьким, ходив з мамою купатися в басейн? Вова, а зараз ти купаєшся в басейні?

Вова. Ми зараз теж ходимо, я там плаваю (руками показує як).

Максим. А я купаюсь дома, в ванні.

Вітя. А ми літом з мамою і татом поїдемо до бабусі і будемо там в річці купатися.

Катя. А ми на озеро поїдемо. Баррі візьмемо. Тато сказав, що вона буде з обриву плигати в воду.

Заняття з формування образу “Я” (за матеріалами Г.Липовської для дітей II молодшої групи)

Вихователь . Діти, а ви знаєте, наш Вітя їздив з татом і мамою на море. Вони літали туди на літаку. Вітя, ти розповіси нам, як це було?

Вітя. Ми на літаку летіли. Літак такий великий – великий. Я у вікно дивився, машинки внизу були маленькі – маленькі, ось які (показує).

Костя. А я теж на літаку літав.

Оля. Ні, ти ще маленький. Я, коли виросту, буду на літаку літати.

Конспект заняття з формування образу “Я” для дітей старшої групи

Тема: “Світ мій, дзеркальце, скажи...”

Мета: Розвивати уявлення, художній смак, вміння користуватись язиком міміки, жестів, звернути увагу на унікальність кожної дитини.

Вихователь . В мене є друг, зовсім такий, як я. Якщо в мене веселий настрій, - він посміхається, якщо я сумую, - він ледве не плаче. Якщо боюся чого – небудь, - і у нього жахливий вигляд. Ви здогадались, якого друга я маю на увазі?

Вихователь . А ви хотіли б мати такого друга, пограти з ним? Візьміть дзеркальце, подивіться в нього. Бажаєте познайомитися з ним? А як це зробити? Хай кожний посміхається новому знайомому, назве своє ім'я.

Вихователь . підходить до кожного і в дзеркало, яке він тримає, питає, як звати його друга.

Гра “Жести – міміка”

1. Подивіться, якого кольору ваші очі?
2. Покажіть, якими ви буваєте, коли посварились з другом?
3. Ви помилились – замість цукру насипали в чай сіль і випили його. Вам приємно?

Під час виконання завдань вихователь нагадує, що говорити не можна, слід користуватись язиком міміки, жестів, дивитись в дзеркало.

Вихователь . – Ви запам’ятали, з чого слід починати знайомство з людиною, яка вам сподобалась? Так, з посмішки!

Вихователь . – Давайте ще раз посміхнемося своєму новому другу в дзеркало, привітливо, доброзичливо. Спробуйте також посміхнутися мені, один одному.

А пам'ятаєте, з яким героєм мультфільму подружилась посмішка?

(з Єнотом, з його відображенням у воді. Звучить пісня “Посмішка”, діти співають).

Вихователь . – Поки ми співали, фотограф зробив наші портрети. Нажаль, знімки погано проявилися, трудно зрозуміти, де хлопчик, а де дівчинка. Давайте самі домалюємо портрети. Згодні?

(Діти домальовують портрети свої фломастери).

Вихователь . – виставляє портретну “галерею” і разом з дітьми милується ними.

Інтерв'ю з дітьми

Розвиваючі питання за темою: “Формування образу “Я””

(старша група)

1. Як ви гадаєте, хто така “людина”?
2. Коли ми говоримо – “це люди”?
3. Чим людина відрізняється від тварин?
4. Чим всі люди Землі схожі?
5. Чим люди відрізняються один від одного?
6. Чим діти відрізняються від дорослих?
7. Чим дорослі і діти схожі?
8. Чим молода людина відрізняється від старої?
9. Чи хочеш ти бути дорослим?
10. Ти дівчинка або хлопчик?
11. Коли ти виростеш великим, ким ти будеш – чоловіком або жінкою?
12. Поміркуй, за що тебе люблять дорослі, за що ти любиш дорослих?
13. Навіщо всі люди повинні дружити?
14. Людей яких національностей ти знаєш?

Заняття з формування образу «Я» для дітей старшої групи

Тема «Знайомство з власним «Я»

Мета: продовжити знайомство з власним «Я», розвивати почуття своєї значущості, почуття індивідуальності, творчі здібності, мислення, комунікативні навички.

Підготовка до заняття: ілюстрації та невеличкий букетик польових квітів, набори для малювання, магнітофон, аудіокасета.

ХІД ЗАНЯТТЯ

- Добридень, діти. Я вас люблю! Як ви себе почуваете? Який у вас настрій?
(Надати змогу висловити свої почуття.)

- Чи пам'ятаєте ви, про що ми з вами говорили на минулому занятті? (Відповіді.) Сідайте зручно і продовжимо нашу бесіду. На минулому занятті ви малювали свої портрети і дійшли висновку, що кожен з вас найголовніший на землі, а ще й найголовніший той, хто поряд з вами, кому ви зможете віддати тепло свого серця. Протягом тижня ви підготували малюнки за своїми уподобаннями. Вони мені дуже сподобалися. (Виставляється стенд з автопортретами і під кожним автопортретом малюнок з уподобанням). Ще раз доводить, які ми різні, адже у кожного з нас різні захоплення.

- Сергійку, що ти любиш найбільше? А ти, Наталочко? Чим ти любиш займатися, Ганнусю? А ти, Андрійку? (Бесіда).

- Пограємо у гру, що називається «Польові квіти». (Демонструються ілюстрації польових квітів. Передаються по колу, що кожен зміг розглянути. Доходять висновку, що повністю подібних серед них немає).

- Ось, я принесла вам букетик польових квіточок. Візьміть їх і уважно розгляньте, понюхайте їх. (Діти розглядають квіти і передають із рук у руки, нюхають кожну квітку окремо).

- Чи схожий у них запах? Як вони пахнуть? Чи відрізняється кожна квіточка і чим саме? (Відповіді, розміркування).

- А тепер розгляньте один одного: ми по-різному одягнені, різні на зріст, з різною зовнішністю. Кожна людина чимось особлива й відрізняється від решти людей. Тобто всі ми різні й особливі, як і польові квіти. А щоб краще це зрозуміти, пограємо в гру «На кого схожа ця людина».

Діти стають у коло. Одна дитина відвертається, інші вибирають між собою хлопчика чи дівчинку. Дитина повертається і ставить запитання:

- На яку квітку схожа ця людина?
- На яке дерево?
- Який колір їй найбільше лічить?
- У що вона вдягнена? Взута?
- Яка у неї зачіска? Що вона найбільше любить?

Запитання ставляться всім дітям по черзі доти, доки загадка не буде відгадана. Наприкінці заняття діти малюють свою улюблену квітку і підкріплюють під автопортретом. Малювання супроводжує мелодія зі збірки «Музика для дітей» Гомера Едвіна Еванса.

У вільній час проводиться гра «Унікальна людина».

Заняття з формування образу «Я» для дітей старшої групи

Тема «Знайомство з власним «Я»

Мета: продовжити знайомство зі своїм «Я»; вчити розуміти і відчувати свій внутрішній світ, своє ставлення до себе і до оточення. Вміти радіти з того, що ти такий, яким ти є; розвивати уяву, творчість, зв'язне мовлення; виховувати повагу один до одного.

Підготовка до заняття: кружечки (дім. 3 см) жовтого, зеленого, синього, червоного кольорів, набори для малювання, магнітофон, аудіокасета «Музика для дітей» Гомера Едвіна Еванса.

ХІД ЗАНЯТТЯ

- Добридень, діти! Я вас люблю! Пригадаємо, про що ми говорили на минулих заняттях. (Діти згадують минулі бесіди, розповідають, чим займалися).

- Сьогодні ж поведемо мову про наш внутрішній світ, про наші почуття, бажання, уподобання. Чому ми на одну і ту саму подію реагуємо по-різному, комусь, наприклад, це іграшка подобається, а комусь – ні (і т.д. на прикладах).

- А це тому, діти, що у кожної людини є своє «Я». Назвемо його «Я» - те, що живе в середині мене. Про нього і поговоримо. Його будиночок – ваше серце, яке розміщене зліва, ось тут. Прикладіть долоньки і послухайте, як б'ється ваше серденько. (Діти завмирають, прислухаються до себе).

- Коли ви чомусь радієте, «Я» радіє разом з вами, коли засмучуетесь – «Я» сумне. Ваше «Я» дуже любить вас і засмучується, коли ви робите щось погане: ображаєте друзів, не слухаєте маму, вихователя. Якщо уважно прислухатися до себе, то можна почути, що підказує вам «Я», ваше серце. Як слід чинити, коли посварився, коли на когось образився? (Розмірковування дітей з приводу почутого).

- Але часто ми не слухаємо свого внутрішнього голосу і чинимо не замислюючись, чи сподобається нашому «Я». ось тоді, і виникають сварки, бійки, негарні вчинки.

- Якби всі люди слухали свого «Я», який живе у кожному сердечку, то на землі не було б зла.

- Спробуємо послухати свого «Я» і почути, що воно вам каже, як воно вас любить. Покладіть руку на серце і заплющити очі, уявіть собі своє «Я» (хвилинку уявляють під мелодію Гомера Едвіна Еванса «Музика для дітей»).

- Що ти уявив, Колю? А ти, Сергійку? А що тобі сказало твоє «Я», Оленко? На кого схоже твоє «Я»?

- Тож цієї миті завжди будемо пам'ятати про своє «Я» і слухатимемо його, а коли закортить зробити щось негарне, спочатку ми поратимемося з «Я». А «Я», мабуть, підкаже таке:

- Будь добрим до себе, будь добрим до інших! Не нашкодь собі, не нашкодь іншим.

- У мене хороший настрій, я бережу себе і добрий до інших! Я буду добрим до інших, я не хочу нашкодити собі! (Діти слухають і повторюють, вихователь у вільний час спонукає дітей завчити ці фрази. На прикладах пояснює, що вони означають).

- А зараз послухаємо, як звучить «Я».

Проводиться гра «Проспівай своє ім'я». всі діти стають у коло, кожна дитина виходить на середину і починає співати своє ім'я. Тихо, голосніше, ще голосніше, діти їй підспівують. Всі мають побувати у колі.

- Добре, молодці, тепер ви познайомилися з «Я». підійдіть до столу, будь ласка, і виберіть подарунок своєму «Я».

Проводиться гра «Вибери кружечок». Діти вибирають кружечок того кольору, який найбільше подобається, і сідають за столи.

- Перед вами фарби, пензлики, я пропоную намалювати своє «Я», як ви його собі уявляєте. (Звучить музика, діти малюють, а потім розглядають малюнки і розповідають, хто що уявив і зобразив).

Малюнки прикріпити під автопортретами. Після зняття проаналізувати з вихователями вибір кожною дитиною певного кольорову, чи відповідає запропонована характеристика індивідуальним рисам характеру кожної дитини. Запропонувати вихователям заповнити таблицю «Діти очима вихователя», глибше замислитися над особистісними рисами кожного вихованця.

сnаnз1.at.ua