



Педагогический опыт
педагога-психолога высшей
квалификационной категории
МБДОУ №1 г. Кингисепп
Крупачковой Светланы Борисовны

«Говори. Чувствуй. Делай».

Психологическая игра

ГоЧудей.



«Даря свободу, уважая границы, помогая расти» Ошо

Актуальность проблемы

Данная игра позволяет психологу выявить проблемы ребенка и осуществить психокоррекцию в естественной обстановке. На сегодняшний день, в современном мире, эта тема актуальна как никогда.

Детей с нарушениями личностной сферы становится все больше.

Статистика свидетельствует, что в последнее десятилетие число детей, имеющих эмоциональные нарушения, значительно увеличилось и причин этому множество.

Цель и задачи

Цель моей работы: Помочь ребенку выразить лучшие стороны своего «Я» и найти новые пути творческой самореализации.

Чтобы развивать у детей правильную речь, здоровые эмоции, адекватную самооценку я ставлю перед собой следующие задачи:

1. Войти в контакт с ребенком.
2. Научить быть смелее и уметь слушать говорящего.
3. Развивать коммуникативную сторону для налаживания контактов со сверстниками, родителями, педагогами.
4. Выявить личностные психологические проблемы.
5. Работать совместно с родителями.
6. Воспитывать умение регулировать свое поведение в соответствии с условиями общения.
7. Психопрофилактика нарушений эмоционально-волевой сферы

Гипотеза

Данную тему можно реализовать при условиях:

- работа проводится систематически;
- задания, данные психологом, будут интересны и эмоциональны.



Методы и приемы, используемые при ГоЧудей.

Основным методом является коммуникация. Метод заключается в следующем: психолог и ребенок играют «на равных», и каждый отвечает на вопросы, написанные на карточках. Карточки «Говори», «Чувствуй» и «Делай» направлены на когнитивную, эмоциональную и поведенческую сферы. Карточки «Делай» способствуют налаживанию контакта с ребенком, обеспечивают разрядку напряженности и вносят дух веселья и радости в игру.

Этот метод применяется, начиная с 4-х лет и на всех последующих возрастных ступенях (не только в детском саду, но и в школе).

Для игры нет ограничений во времени, хотя для младших дошкольников достаточно и 40-минутной сессии.

Применяемые приемы в процессе игры:

- подвижные игры;
- игровые действия, этюды, инсценировки
- некоторые виды физической активности
- составление предложений, рассказов.



Мониторинг

Задачи мониторинга ;

- обследовать детей на тревожность, страхи
- сравнить результаты обследования с прошлым годом;
- определить условия, обеспечивающие формирование здоровой эмоционально-волевой сферы у детей.

Методика проведения мониторинга.

На начало и на конец года проводится обследование личностной сферы детей. Планируя обследование, педагог-психолог должен четко представлять:

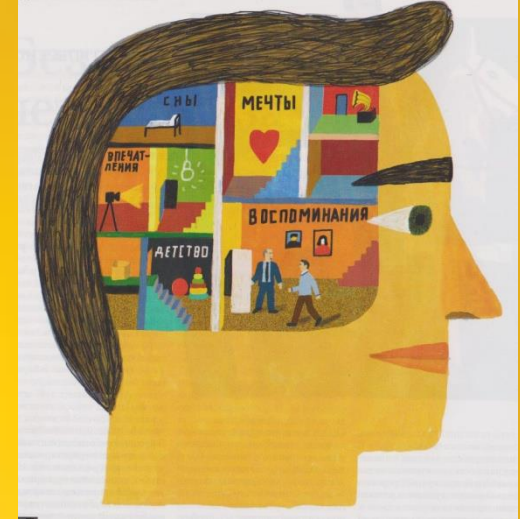
- 1- что надо выявить в личности ребенка
- 2- знать, как проводить обследование
- 3- какой материал использовать
- 4- как оформить результаты
- 5- какие сделать выводы.

При обследовании личности ребенка педагог обращает внимание на эмоционально-волевую сферу, особенности темперамента, интересы и склонности ребенка.

Затем проводится индивидуальное обследование, при котором выявляет страхи и тревожность, корреляцию.

Нельзя! Диагностировать ребенка, если он болен или в данный момент чем-то занят и не хочет.

**Материал для игры предоставляется ассоциацией «Анима» .
Игра разработана выдающимся детским психотерапевтом
Ричардом А.Гарднером, адаптирована специалистами
экспериментальной площадки СПбГУ. Психолог должен
пройти соответствующее обучение и получить сертификат.**



**Материал оформляется в виде игрового пути с позициями «Старт» и «Финиш».
Психолог подбирает карточки на актуальные ситуации и обсуждает вместе с детьми.
За каждый правильный ответ ребенок получает поощрительный жетон. Фишки
двигаются по игровому полю по очереди. Задача ребенка – дойти увлекательно до
финиша, задача психолога – выявить проблему и помочь ребенку с ней справиться.**

**Призовой жетон является своеобразным знаком подкрепления в игре. Однако
подкрепление дается не за внешнее изменение ребенком своего поведения. Ответы
ребенка используются как отправные точки для психотерапевтического обмена.
Психолог должен уметь сдерживать стремление ребенка играть только для того,
чтобы получить как можно больше жетонов.**

Работа строится по плану:

- подготовка к игре (знакомство с правилами);
- поместить всем фишки на позицию «старт»;
- если фишка оказывается на белой клеточке предписывается взять карточку «говори» и выполнить задание по данной карточке.
- если фишка оказывается на желтой клеточке необходимо взять из колоды желтых карточек «чувствуй» верхнюю и выполнить требуемое задание
- если фишка оказывается на красной клеточке, берется карточка из колоды «делай» с определенным заданием, которое необходимо выполнить
- если фишка попадает на клеточку «шанс», игрок вращает стрелку и выполняет по ней предписание



Сделав сравнительный анализ личностных особенностей детей группы «Волна» старшего и подготовительного возраста я обнаружила следующее:

- 1.. Процент детей с нарушением мотивационной сферы - 45,5 %, в старшем возрасте - 28,6 %, в подготовительном возрасте - 18,2 %.**
 - 2. Процент детей с нарушением волевой сферы в группе - 22,7 %, в старшем возрасте - 9,5 %, в подготовительном возрасте - 4,5 %.**
- Процент детей с нарушением эмоциональной сферы группе - 31,8 %, в старшем возрасте - 14,3 %, в подготовительном возрасте-9,1 %.**

Таким образом, количество детей с нарушениями индивидуально-личностного характера в подготовительном возрасте уменьшилось, дети стали спокойнее и больше доверяют миру. Большинство детей подготовлены к школе, социализированы, отчетливо и ясно изъясняются, имеют чистую речь и необходимый для свободного общения словарный запас.

Выводы

Проанализировав личностную сферу детей детей, я определила условия, обеспечивающие ее формирование :

- Биологические факторы, уровень психофизиологического здоровья;
- индивидуальные и возрастные особенности детей;
- эмоциональный настрой , уровень развития чувств, воли, мотивации;
- систематическое проведение занятий и индивидуальная работа;
- тип семейного воспитания, психологический климат в семье;
- взаимоотношения с детьми, со взрослыми;



Какая психология вам подходит?

Инструкция:

Если Вам захотелось справляться с эмоциями, стать автором своей жизни или просто наслаждаться каждым днем с своими детьми, то сделать точный выбор не всегда легко. Какая психология подходит именно вам? Ответьте на 10 вопросов нашего теста, не задумываясь надолго и выбирая наиболее близкий вам вариант ответа: не бывает ответов плохих и хороших. Чем искреннее вы будете, тем более точным будет результат. Он подскажет вам, как вы представляете психологическое «приключение» и поможет выбрать правильный маршрут!

С помощью таблицы подсчитайте сумму набранных вами баллов и узнайте, какой профиль вам соответствует.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2
Б	2	2	1	3	2	1	1	2	3	3
В	3	1	2	1	3	2	3	1	1	1

Вопросы:

По-вашему:

1) А я=кто я такой

Б я=как я живу

В я=что я делаю

2) В ваших снах вы больше всего любите:

А ощущения, которые они вызывают

Б их сюрреалистические черты

В их зашифрованные послания

3) Чтобы решить проблему, нужно главным образом и прежде всего...

А составить план действий

Б выяснить ее причину

В прочувствовать и сформулировать ее

4) По-вашему психологическая терапия

нужна для того, чтобы...

А услышать себя

Б предпринять что-то

В понять себя

5) Если бы у психологии был цвет, она была бы...

А синяя с белым

Б красная с желтым

В оранжевая с зеленым

6) Предположим, что никакой психологии не существует! Вы ищете ответы на свои вопросы в ...

А боевых искусствах

Б философии

В занятиях йогой

7) В принципе, Вам хотелось бы в первую очередь быть более свободной (ым)...

А в вашем теле и в ваших эмоциях

Б в ваших мыслях и чувствах

В в вашем поведении и в ваших действиях

8) Если бы психология была историческим периодом, то для Вас это было бы скорее ...

А время великих завоеваний: отправиться на поиски новых горизонтов.

Б Античностью времен Платона: соединить дух и тело

В веком Просвещения: пролить свет на темные места.

9) У Вас проблема. После ее часового обсуждения Вы чувствуете, что Вас услышали и поняли, если...

А Вы испытываете облегчение и находитесь в большей гармонии с собой

Б Вы уверенно приступаете к осуществлению ваших планов

В Вы лучше понимаете ситуацию, все стало для Вас яснее.

10) Вы ждете от психотерапии, что она поможет Вам прежде всего...

А стать гармоничнее и выразить себя

Б дерзать, увереннее двигаться вперед

В понять, что все относительно и отстраниться.

ВАШ РЕЗУЛЬТАТ

От 10 до 16 баллов ПСИХОТЕРАПИЯ, ЧТОБЫ РАСКРЫТЬСЯ

Вы рассматриваете психологию как тонкий инструмент, способный пролить немного света на теневые стороны вашей жизни. Желание сделать паузу и окинуть взглядом уже пройденный путь делается все более настойчивым. Вы чувствуете, что события в прошлом заставляют вас тратить сегодня время на их расшифровку. Вы, вероятно, ощущаете, в самой глубине души необходимость найти смысл в своей жизни, и особенно в своем прошлом. В общем, вы ждете от этого периода наблюдения и анализа возможности яснее увидеть себя и лучше понять ваш способ жить, ваши схемы, зажимы и трудности – понять почему вы живете так, а не иначе. Вам нравится ловить намеки вроде снов и оговорок, и вы ждете от терапии, что она позволит вам вступить в контакт с этой пока незнакомой стороной вас самих – вашим бессознательным... Вы хотели бы выбрать такой метод, который позволит продвигаться в изучении собственной психики, причем в спокойной обстановке, где главное место отведено слову. Вы нуждаетесь в том, чтобы выражать свои сомнения, колебания, вопросы. Вы хотите, чтобы вас слушали, не слишком вмешивались – тогда вы сможете услышать себя и восстановить связь разных сторон вашей жизни. Вы ищете очной ставки с собой в присутствии другого человека, который будет сопровождать вас в этой работе сдержанно и тактично. Вашим представлениям о психотерапии отвечают такие подходы, как психоанализ и терапии аналитического толка... Почему бы не решиться на это путешествие?

От 17 до 23 баллов ТЕРАПИЯ, ЧТОБЫ ОСВОБОДИТЬСЯ

Вероятно, вы ждете от психологии, что она позволит вам почувствовать себя цельным, по-настоящему живым человеком. Возможно, вас отягощают эмоции, загнанные в глубину, и вы задыхаетесь под грузом этих эмоций, хоть и пытаетесь заставить их замолчать. Вы, похоже чувствуете потребность освободиться от гнева, который вы так и не выразили, от невыплаканных слез и страхов, которые мешают вам жить полной жизнью в согласии с собой. Вы хотели бы заново пережить их в терапевтическом убежище, чтобы наконец освободиться от них. Вы интуитивно ощущаете, что освобождение придет через глобальное самовыражение. Вы вообще придаете большое значение телесности, силе эмоций и разнообразным проявлениям внутреннего напряжения. Так что, судя по всему, вы ищете такой метод, который позволит примириться с вашим внутренним миром и вашим телом, с другими и с собой. Как? Открыв, наконец, двери, за которыми скрываются подавленные эмоции, - отныне вы хотите их выпустить на свободу... Ведь для вас важно восстановить контакт с собственной жизнью и мирно наслаждаться настоящим, устанавливая гармонию и умело управляя бурями своих чувств. Психотелесные подходы, такие как гештальт-терапия, биоэнергетический анализ, телесно-ориентированная терапия, арт-терапия, психодрама, соответствуют вашим ожиданиям. Если вы чувствуете потребность сделать шаг к себе, решайтесь...

От 24 до 30 баллов ТЕРАПИЯ, ЧТОБЫ СКОНЦЕНТРИРОВАТЬСЯ

Вашу концепцию психологии можно сравнить с детально разработанной бизнес-стратегией. Если вы встречаете проблему, то рассматриваете ее как помеху к движению к цели, и для вас не лучший способ продолжать движение – выработать эффективный и удобный план действий. Вы хотели бы сосредоточиться исключительно на трудностях данного момента, не распыляя силы и не бросаясь досконально исследовать себя. Как только проблема сформулирована, вы сочли бы ценной помощь, которая позволит ее разрешить шаг за шагом. «Сконцентрироваться», «определиться», задать рамки, «спланировать» - все эти слова у вас ассоциируются с психологией. Пытаться углубленно исследовать, что, к чему и почему – это не для вас. Вас интересует все конкретное и действенное. Для достижения поставленной цели, вы хотели бы получить помощь извне... Эта поддержка помогла вам найти в себе новые ресурсы, укрепить уверенность в себе и развить творческое отношение к жизни. Цель – выдержать испытание и выйти из него более сильной (ым). К тому, что ждет вас дальше. В общем, вы ищете человека, которому можно доверять, чтобы он подставил вам плечо, направил, и в то же время выявил и развил ваш неиспользованный потенциал. Вот почему вам подошли бы когнитивно-поведенческая терапия и коучинг. И если ваше сердце к ним лежит, займитесь «оптимизацией» ваших планов и вашей жизни.

Заключительная часть

Вся проведенная работа привела детей к более полному проживанию своего опыта и открытости в общении. Игра развила в детях творческое начало, обратила к лучшим сторонам своего «Я».

Работа по формированию гармоничной личности естественно не ограничивается только специальными занятиями в группе. Эта работа включалась в содержание работы с родителями по коррекции неправильного стиля воспитания, формированию у ребенка правильной самооценки, совместных игр и нравственных бесед. Поддержка ребенка родителями оказала неоценимую помощь ребенку.

Наряду с основными задачами включаются задачи по воспитанию детей, формированию у них ценностных ориентиров.

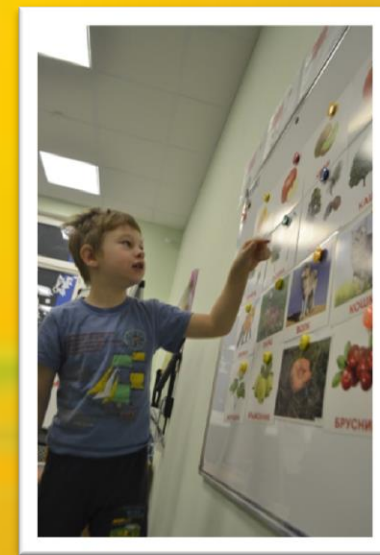
Дети часто подавляют, вытесняют в бессознательное отрицательные эмоции. Страх, гнев, обида – ребенок может и не догадываться о том, что он их испытывает, не знают об этом и взрослые. Задача психолога – перевести это послание бессознательного на язык, понятный ребенку и родителю, Зная, что происходит, взрослые смогут помочь своему ребенку развиваться., а сам он станет намного спокойнее.



Играть, чтобы осознать противоречия внутри себя, играть, чтобы разрешить внутренние конфликты... ГоЧудей помогает понять собственные чувства, выразить свои желания. Вопросы помогают вспоминать детство, заново переживать, вспомнить нереализованную мечту. Игра «Говори, Чувствуй, Делай» лишь средство, которое помогает ребенку лучше понять себя. Это всегда набор заданий, которые имеют конкретные психотерапевтические цели. Основная задача на первых этапах – преодолеть нерешительность и страх участников. Сеанс завершается «рефлексивным анализом». Каждый участник рассказывает о том, чему научила его та или иная история, что было сделано и о чувствах, которые при этом испытывал.

В работе со взрослыми акцент делается на решение, а не проблему. Ориентация на решения в присутствии ребенка в процессе игры, ориентирует на признание ценности будущего, работает с ресурсами и сильными сторонами, ведь один из главных ресурсов – это поддержка рода.

Метод работы с семейным наследием таков: исследуя историю своих предков, свои корни, мы можем получить объяснение наших нынешних проблем, заболеваний, неправильного поведения. С предками нас связывают не только гены. Прошлое семьи влияет также на нашу судьбу, порой вписывая ее в сценарий, о котором мы можем и не догадываться. Психогенеалогия открывает смысл событий нашей жизни, наши успехи и неудачи, наши профессии. помогает понять, как именно события в жизни разных поколений семьи влияют на нашу жизнь.



Задачи на будущее

Из всего выше сказанного вытекают новые задачи - необходимо быть исследователем, отслеживать эмоциональные проблемы у дошкольников, тревожность, возрастные страхи и заниматься психопрофилактической работой с детьми и их родителями. В этом и есть залог воспитания успешного поколения по ФГОС.

