

КОНСУЛЬТАЦІЯ ДЛЯ ПЕДАГОГІВ

«СТВОРЕННЯ СЕРЕДОВИЩА БЕЗ НАСИЛЬСТВА. ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОМФОРТ»

Безпечне освітнє середовище — сукупність умов у закладі освіти, що унеможливають заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди. Також шкоду можна заподіяти, зокрема внаслідок недотримання вимог:

- санітарних, протипожежних та/або будівельних норм і правил;
- законодавства щодо кібербезпеки, захисту персональних даних;
- безпеки харчових продуктів та/або надання неякісних послуг з харчування.

А також шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (булінг (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, у тому числі з використанням кіберпростору, а також унеможливають вживання на території закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин.

Щоб забезпечити створення у ЗДО безпечного освітнього середовища, вільного від насильства та булінгу (цькування), пропонуємо поговорити про те, що спричиняє булінг і якими є його передумови.

Булінг (від англ. to bull — переслідувати) — свідомо агресивна поведінка однієї дитини або групи дітей стосовно іншої. Булінг у ЗДО може проявлятися як тиск: психологічний, фізичний. Часто діти застосовують і фізичний, і психологічний тиск на жертву. Наприклад, образи, приниження, ігнорування, непоступливість, погрози, побиття під час ігор.

Проблеми жорстокого поводження в дитячому середовищі приділяється найпильніша увага. Прояви насильства в дитячому саду відрізняється від насильства в школі. У початковій школі це група дітей, в ЗДО це окремі діти. Дуже рідко група дітей, ще рідше, коли залучається весь дитячий сад. У дитячому садку при насильстві немає попередньої стадії обмірковування. Дошкільнята не усвідомлюють до кінця своїх дій. Відсутнє розуміння наслідків і почуття провини. Виправданням насильства є незначний проступок. Агресивна поведінка дітей розходиться з їх словами.

Хто провокує булінг в дитсадку

Булінг серед дітей дошкільного віку в ЗДО можуть спровокувати дорослі. Діти старшого дошкільного віку одразу сприймають ставлення авторитетних дорослих до інших і беруть це ставлення за зразок. Вони починають цькувати дитину чи дітей, якщо:

Педагог або помічник вихователя:

- зневажливо ставиться до дитини, яка часто плаче або невпевнена в собі;

- ігнорує скаргу дитини на те, що її образили однолітки;
- глузує із зовнішнього вигляду дитини;
- образливо висловлюється про дитину чи її батьків;
- проявляє огиду щодо фізичної або фізіологічної особливостей дитини.

Батьки або члени сім'ї:

- б'ють та ображають дитину вдома;
- принижують дитину у присутності інших дітей;
- проявляють сліпу любов та виконують усі забаганки дитини;
- ставляться до своєї дитини як до неповноцінної особистості, жаліють (неповна родина, дитина хвора або має відхилення в розвитку).

Аби забезпечити безпечне освітнє середовище у ЗДО, вільне від насильства та булінгу (цькування) треба, у першу чергу, працювати із суспільними, у тому числі і з особистими, стереотипами та упередженнями, оскільки вони становлять основу, на якій зароджується ненависть та агресія по відношенню до інших. По-друге, варто пам'ятати, що діти переймають ставлення, реакції, способи поведінки дорослих, які ті часто транслюють несвідомо. Тому батькам, педагогам варто працювати і над своїми емоціями, слідкувати за власними висловлюваннями та вчинками, реакціями та способами поведінки, аби не провокувати булінг (цькування). А ще важливим є раннє виявлення та попередження булінгу (цькування) в ЗДО та подальше дотримання алгоритму реагування на випадки насильства булінгу (цькування).

А що ж таке емоційний (психологічний) комфорт дошкільників?

Ми знаємо що, за своєю природою дитина — істота насамперед емоційна: у своїх вчинках вона керується не стільки засвоєними поняттями та правилами, скільки чуттєвими враженнями.

Емоції — це своєрідний місток між внутрішнім світом малюка і людським оточенням. Елементарна емоційна компетентність дошкільняти — невід'ємний компонент морального становлення особистості.

Поняття — **емоційний (психологічний) комфорт** означає, що дитина перебуває у стані душевної рівноваги, спокою, захищеності, вона задоволена своїм буттям, оптимістична. Це позитивно впливає на всі сфери життєдіяльності. Вона працездатна, кмітлива, посилюється її активність, підтримуються на високому рівні домагання, впевненість у своїх можливостях, оцінка своїх чеснот. У стані психологічного комфорту малюк характеризується оптимістичним світосприйманням, він вірить у прихильність до нього оточуючих, відкритий до контактів. І, зрозуміло, душевний дискомфорт знижує емоційний тонус, пізнавальний потенціал, з'являються тривожні передчуття, невпевненість у своїх силах, бажання ухилитись від контактів з іншими людьми; гальмує формування адекватної самооцінки.

Невблаганна статистика попереджає: неухильно збільшується кількість нервових, неврівноважених, гіперактивних дітей, малюків з порушенням психіки.

Отже, найперше завдання вихователів – забезпечення в садочку психічного комфорту, який сприяє душевному здоров'ю, забезпечує духовне благополуччя. А психологічний комфорт, в свою чергу, допоможе поставити освітній процес на глибинну психологічну основу, органічно поєднати формуючий вплив дорослого на дитину з урахуванням її природних нахилів і здібностей.

В кожному садочку, в кожній групі зустрічаються діти: невмійки, непослухи, новачки і т.д. Перед вихователями постає важливе і складне завдання: знайти правильний підхід до дитини який би сприяв емоційному благополуччю дитини. І тому у роботі з різними категоріями дошкільників та з метою запобігання психічних розладів педагоги можуть скористатися слідуєчими підходами.

1. Новачки.

Дитина вперше приходить до садочка. Вихователька намагається привернути малюка до себе. Проте діти реагують на її увагу по – різному: одні легко і охоче йдуть на контакт , інших доводиться “завойовувати”, “добирати до них ключик”, треті аж геть неприступні.

Незвичайне середовище, увага незнайомих людей – усе це є сильним подразником для емоційно – чутливої дитини і викликає у неї стан загальмованості.

Треба допомогти загальмованій дитині зняти всі види психологічного тиску: прохання, умовляння, прямий осуд. Важливо на якийсь час дати малюкові спокій – нехай поплаче.

2. Діти, які “не граються”.

Особливої уваги потребують діти, які не виявляють інтересу до гри не тільки у дитячому садку, а й дома. Така поведінка пов’язана з дією психотравмуючих впливів, які нервують малюка, гальмують ігрову активність. І поведінка, і мова, ігри таких дітей несуть в собі відбиток психологічного дискомфорту в їхньому житті – в них немає радості, тепла, щирості.

На корекцію ігрових дій мають спрямовуватися зусилля вихователя. Найважливіше, щоб у грі дитина навчилася контролювати свою агресію, не спрямовувати її на людей, які не беруть участі в грі. Слід зупинити дитину, “переключити ” її увагу, а не зображати біль, образу, тим більше не посміхатися, коли малюк цілиться з іграшкового пістолета в перехожого.

3. Невмійки

Щоб виховати в дитині навички самообслуговування, слід спиратися на її прагнення дістати високу оцінку з боку дорослих. Готовність дорослого чекати від вихованця тільки гарних вчинків і наперед радіти їм – це дійовий фактор психологічного впливу на дитину. Він значно ефективніший від спроб батьків і вихователів довести малюкові необхідність своїх вимог.

4. Непослухи.

Неслухняність – цілком нормальне для малюків явище і потребує від дорослих просто послаблення вимог до дитини. Інша справа, коли некерованість затягується, стає хронічною : до будь – яких пропозицій дорослого дитина ставиться негативно. Тут потрібна особлива тактика : не намагайтеся перевиховувати таких дітей нескінченими докорами.

5. Рухливі, збудливі діти.

Ця категорія дітей зазнає надміру посиленних виховних впливів. Ці зусилля часто виявляються марними і навіть шкідливими для дитини. Збудливу дитину неможливо одразу примусити бути стриманою. Головне – не провокувати спалахів роздратування.

6. Вразливі, сором'язливі діти.

Це пов'язано з високою чутливістю нервової системи. Основні принципи психологічного підходу до виховання таких дітей ґрунтуються на врахування їхньої емоційної чутливості, легкої навіюваності, швидкої втоми. Необхідно дотримуватися звичного режиму дня, привчати малюка до порядку. Не можна залякувати вразливих дітей, адже у них часто проявляються "дитячі страхи".

7. "Повільні" діти.

Це явище обумовлене властивостями нервової системи. Замість того, щоб вимагати від дитини швидко відповісти на запитання, потрібно навпаки, затримати її увагу на етапі підготовки до дії, попросити щоб вона повторила запитання, розповіла, що збирається зробити.

8. "Нечемні" діти.

Щоб виховати у дитини чуйне ставлення до людей, не можна дорікати її в егоїзмі. Навпаки, слід частіше помічати і схвалювати в її поведінці прояви піклування про інших, бажання зробити їм добро. Головне, щоб малюк сам повірив у свою доброту, чуйність, чемність. Тоді він швидше почне цінувати і виявляти ці риси у своїй поведінці.

9. Діти, що не хочуть вчитися.

Труднощі старших дошкільників, як правило, пов'язані з їхньою нестійкою увагою, невмінням слухати вихователя, пасивною позицією на заняттях, байдужістю до матеріалу, що вивчається. Основним фактором виникнення розумових лінощів є невміння дитини бути уважною. Оскільки довільні процеси в шестирічному віці лише починають формуватися, то нестійкість уваги цілком природна для малюка.

До чинників, що сприяють емоційному дискомфорту, душевному неспокою, можна віднести емоційну неврівноваженість дорослих, які оточують дитину, різка зміна їхніх настроїв та вимог (дитині важко виробити «схему бажаної поведінки»), домінування ситуацій примусового виконання дитиною певних дій (обов'язковість відповіді, переривання творчої роботи, тощо), фактичне позбавлення дитини права на власний вибір, систематичне порівнювання її досягнень з досягненнями однолітків, надмірна опіка, авторитарність дорослих, дефіцит нових вражень тощо.

Наслідком цього може бути поява багатьох тривожних симптомів у поведінці дітей, як-от: підвищена вразливість, дратівливість, безпорадність, залежність, невпевненість, невміння відстояти власну гідність, та некерована поведінка, відсутність зовнішніх проявів почуттів.

Потрібно звертати особливу увагу на дітей з проявами емоційного дискомфорту. Пропоную вам фіксувати ці прояви («Картка настрою»), спостерігаючи за дитиною у побуті, на заняттях, в іграх, у спілкуванні. Тут, зокрема, доцільно зважити на такі моменти: як вона спить, який має апетит, який настрій переважає протягом дня, чи часто ніяковіє, соромиться; чи не надто хвилюється перед виконанням якогось завданням; як оцінює себе, свої вчинки й свої можливості; як ставиться до нових завдань, до труднощів, з якими стикається.

Щоб з'ясувати, чи є якісь зміни в емоційній сфері дитини, вихователь може запропонувати їй зробити малюнки на такі теми: «Кого або чого я боюся», «Сон», «Чого я боюся вдень», «Чого я боюся вночі».

Корисним для дошкільнят буде поступове введення у їхнє життя психогімнастичних ігор, які сприятимуть розвитку здатності розуміти емоційний стан іншої людини, адекватно проявляти свої емоційні переживання. Зміст ігрових етюдів емоційно переказується дітям, і вони імпровізують на запропоновану тему. Тут, однак, слід зважати на індивідуальні особливості дітей. Наприклад, сором'язливій дитині не варто пропонувати роль, спрямовану на розвиток саме цього почуття, боязкій – грати боягуза, тощо. Доцільно доручати малюку відтворювати таку поведінку, яка протилежна його реальній поведінці. Тоді уявна ситуація значно полегшуватиме виконання тих чи інших дій і буде своєрідним психологічним тренінгом. *Ось приклади ігрових етюдів, спрямованих на розвиток основних емоцій.*

«Я – пухнасте біле кошеня». Грають двоє дітей. Один із них – кошеня, лагідне, слухняне, жалібно скиглить, бо голодне, про нього забули. Другий хлопчик – жаліє кошеня, гладить його. Кошеня муркоче, третється головою об нього. Тепер обом весело. Вони граються, підстрибують, сміються.

«Сміливий хлопчик». Хлопчик стоїть на березі річки. Він дуже хоче скупатися, але вода, мабуть, холодна. Торкається її спочатку однією рукою, потім – двома. Далі хлопчик скидає черевики й заходить у річку. Вираз його обличчя постійно змінюється – невпевненість і нерішучість заступаються задоволенням і цікавістю. Нарешті він рішуче кидається у воду, пірнає, пливе, розмахуючи руками. На обличчі – задоволення від плавання і власної сміливості.

Мистецтво відновлення душевної рівноваги, емоційного комфорту малюка передбачає **цілий комплекс своєрідних реабілітаційних заходів:**

- Розпізнавати та кваліфікувати психічний стан дитини. Визначати внутрішні та зовнішні подразники – стресори. Чому так відбувається?

- У повсякденному житті створити для дитини умови, де вона могла б задовольнити свої провідні духовні потреби — у любові, увазі, турботі самоповазі, у спілкуванні з приємними їй людьми, у пізнанні.

- Удосконалювати своє уміння розпитувати дитину та вислуховувати її, демонструючи їй при цьому свою щире зацікавленість, розуміння співпереживання.

- Організувати індивідуальні тематичні бесіди, спрямовані на те, аби допомогти дитині усвідомити свої переживання і з часом навчитись регулювати їх. Це необхідно і вихователю, оскільки дає ключ до розуміння внутрішнього світу кожної дитини.

- Дати дитині змогу шляхом малювання (фарбами, фломастерами олівцями, крейдою) звільнитися від страху, напруження, негативних переживань. Задля цього можна запропонувати різні теми малюнків «Коли я вдома один», «Я засмучений», «Що мені наснилося», «Ми з мамою радіємо», «Мій страх» тощо. Головне, щоб дитина усвідомлювала свої переживання і намагалась передати їх кольором та зображенням.

- Розширення уявлень дітей про світ людських почуттів — радості, інтересу, подиву, горя, смутку, страждання, презирства, страху, провини, сорому, заздрості, жадібності, прикrostі, гніву. Вправляння старших дошкільників в умінні розпізнавати їх, передавати мімікою, жестами, пов'язувати з певними життєвими подіями, відтворювати в грі або в художньому зображенні.

• Вчити дітей емоційно адекватно реагувати на подію, вчинок, результат діяльності. Вправляти їх в умінні правильно переживати як перемогу, так і програш. Виробляти помірковане ставлення до труднощів, оптимістичне ставлення до необхідності їх долати.

• Виховувати волю дошкільників. Відмовитись від практики звичного оцінювання кінцевих продуктів праці. Акцентувати увагу дітей на самому процесі подолання труднощів. Оцінювати насамперед вкладені у досягнення зусилля дитини, її намагання впоратись із складною ситуацією.

• Періодично давати дітям змогу розвантажуватися, розслаблюватися. З цією метою можна використати ігри у «Клякси», або з папером, який дозволяється рвати, зім'яти. Для зняття агресії можна використати гумову грушу, яку можна боксувати, або запропонувати дитині виконати певні фізичні вправи, танцювальні рухи. Дорослий має усвідомлювати, що накопичення дитиною негативної енергії здатне призвести до вибуху. Тому доцільно попередити події «обігравши ситуацію», або спрямувати енергію дошкільника у корисне русло.

Означена стратегія поведінки педагога буде результативною тільки за умови, що його співниками стануть батьки. Без відповідної перебудови взаємин у сім'ї система організованих впливів може виявитися недостатньою. Педагоги і батьки мають свідомо звільнитися від ролі «розпорядника» дитини, оволодівати умінням надавати свободу вибору, рахуватись з її ціннісними орієнтаціями, довіряти внутрішнім життєвим силам. Треба пам'ятати, що запобігти емоційному дискомфорту дитини значно легше, ніж зняти його. Тому ми разом маємо дбати про створення сприятливих умов для нормального емоційного розвитку дошкільнят.

Ми повинні зрозуміти, що чим більше віддаємо любові, тим більше її отримуємо.