

ТЕХНОЛОГИЯ ЭФФЕКТИВНОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ Н.П. ГРИШАЕВОЙ «ЕЖЕДНЕВНЫЙ РЕФЛЕКСИВНЫЙ КРУГ»

Составитель: педагог-психолог Жаркова Г.В. по материалам сети Интернет

Название рефлексивный круг происходит от слова рефлексия. Рефлексия — способность сознательно обращать внимание на свои мысли, эмоции и поведение, оценивать принятые решения и перспективы. Термин произошел от латинского слова «reflectio» — «отражение»

Рефлексируя, мы развиваем мышление как наглядно – образное, так и словесно – логическое.

Педагогическую технологию «Ежедневный рефлексивный круг» описала Гришаева Наталья Петровна в учебно-методическом пособии «Современные технологии эффективной социализации ребенка в дошкольной образовательной организации». Она отмечает, что «Ежедневный рефлексивный круг» проводится каждый день перед завтраком со всеми детьми, присутствующими в группе, начиная с младшей. Это время планирования событий дня, воспитатель рассказывает детям о том, что их ждет. Вместе они анализируют эмоции, настроение, поведение, планы и события предстоящего дня.

Как же организовать рефлексивный круг так, чтобы он стал эффективным инструментом педагогической деятельности и помогал в решении воспитательных задач. Безусловно, организация рефлексивного круга требует от воспитателя продуманной тактики действий и подбора игр и упражнений.

В первую очередь рефлексивному кругу, как и любому важному событию, нужно дать название, обозначить его для детей понятным словом: «Круг дружбы», «Круг-помощник», «Круг добрых дел», «Круг группы» и т.д. Название можно обсудить с детьми.

Рекомендуется проводить рефлексивный круг в начале дня. Но для полноты восприятия целесообразно проводить рефлексивный круг в конце дня, например, после ужина, где будут подводиться итоги дня, обсуждаться отношение детей к друг к другу и к ситуациям, эмоции и чувства и т.д.

Если того требуют обстоятельства, например, в группе произошло ЧП, то «Рефлексивный круг» может проводиться ещё раз сразу после происшествия.

Зачем детей учить рефлексии? По-другому, рефлексия – это самоанализ, который позволяет обращать внимание ребенка на свои поступки, чувства, эмоции, поведение, анализировать решения, которые дети обсуждают в группе и принимают совместно с воспитателем. Рефлексия позволяет развивать речь, критическое мышление, словесно-логическое мышление.

Обсуждение в младших группах может занимать от 5 до 10 минут и менее, а в подготовительной к школе — 10-20 минут.

Для того чтобы обсуждение прошло эффективно, необходимо создать определённый психологический настрой. Можно включать медитативную музыку. При организации рефлексии важно установить правила работы в круге.

1. Быть вежливым, друг друга не перебивать
2. Говорит лишь тот, у кого в руках игрушка – помощник

3. В обсуждении участвуют все
Правила проведения круга можно и нужно обсуждать с детьми.

В проведении круга применяются игрушки-помощники. Они могут быть разными для разного обсуждения: сова – размышляем, клубочек с ниточкой – беседуем о дружбе, кубик эмоций и т.д. Сама игрушка будет настраивать на нужный лад. Еще одна функция игрушки – это внешнее подкрепление внимания ребенка. Дошкольникам сложно сохранить устойчивое внимание, они будут отвлекаться, а игрушка привлекает интерес и позволяет соблюдать правило «Говорит лишь тот, у кого в руках игрушка».

Начало и окончание рефлексивного круга можно обозначать звуковым сигналом, например, колокольчиком.

Для разговора про эмоции и поведение можно использовать мешочки злости, коробочки плохого настроения, шкатулки добрых дел. Эти предметы дети передают друг другу во время разговора про чувства «складывая» в них эмоции.

Желательно, чтобы круг, образованный детьми, находился всегда в одном и том же месте, так как дети через два-три месяца привыкают обсуждать свои проблемы в кругу и сами без присутствия воспитателя пользуются этой технологией для обсуждения своих проблем.

Педагогу важно помнить о том, что не следует прерывать и перебивать ребёнка, давать какие-либо оценки типа: «молодец», «умница», «нельзя», «ПЛОХОЙ»

Гришаева Н.П. выделяет следующие задачи педагогической технологии «Ежедневный рефлексивный круг»: сплочение детского коллектива; формирование умения слушать и понимать друг друга; формирование общей позиции относительно различных аспектов жизни в группе; обсуждение планов на день, неделю, месяц; развитие умения выражать свои чувства и переживания публично; привлечение родителей к жизни детей в ДОО.

Сплочение детского коллектива: способствуют игры в кругу, которые позволяют детям взаимодействовать друг с другом и высказывать положительное отношение. Например, игра «День рождения друга». Для роли «ведущего» выбирается один ребенок, он выходит в центр. Воспитатель говорит, представьте, что у Маши, Вити... сегодня день рождения. В день рождения принято говорить имениннику много хороших слов. Расскажем ему, чем он нам дорог и что в нем нравится больше всего. Например, Саша, мне нравится твоя доброта.

Игра «Встаньте те, кто» или еще одна модификация игры «Солнышко светит на тех, кто...» позволяет детям узнать интересы друг друга. Педагог проговаривает фразу «Встаньте те, кто любит кошек, собак, мороженое, грустить, смеяться». Посмотрите друг на друга, улыбнитесь. В начале, можно использовать признаки, которые могут нравиться не всем детям, а затем, такие, которые объединяют всех.

Игры с клубком и ниточкой. Воспитатель: Дети, это клубочек дружбы, он смотан из пушистой мягкой ниточки. Клубочек поможет нам сегодня поиграть. Поздоровайтесь друг с другом по кругу, передавая клубочек. Первый берет край ниточки и передает другому клубочек, второй тоже забирает ниточку и передает

клубок дальше. Когда клубочек размотан, воспитатель говорит: Посмотрите, какая красивая ниточка нас связывает, она крепкая и мягкая, как наша дружба крепкая и добрая. Сейчас мы сматываем ниточку в клубок обратно, и он будет хранить нашу дружбу в своих ниточках. Это упражнение направлено на развитие образного мышления (воображения) детей, позволяет фантазировать и приписывать материальному предмету воображаемые качества.

Игра «Доброе животное» (Медитативная музыка): Давайте представим, что мы все одно большое, доброе животное, послушаем, как бьется его сердце (тук-тук). Тук-шаг вперед, тук-шаг назад.

Игра «Пианино»: Кладем ладошку на колено соседей и попеременно «играем» - поднимаем руки поочередно.

Формирование умения слушать и понимать друг друга: Во время проведения рефлексивного круга мы приучаем детей слушать говорящего. В этом нам помогает правило: «Говорит только тот, у кого в руках игрушка» и соответственно применение игрушек помощников. Кроме того, в этом помогают игры, в которых необходимо говорить по очереди: «Снежный ком», «Придумаем сказку вместе», «Мозговой штурм» и т. д.). Все они помогают детям слушать и слышать говорящего.

Формирование общей позиции относительно различных аспектов жизни в группе: пример рефлексивного круга «Правила в нашей группе», цель которого сформировать у воспитанников представление о том, что они — члены единого коллектива, который живет по определенным правилам.

- «Ребята, как вы думаете, что такое правила?»

- «А есть ли в вашей семье какие-то правила?»

- «Для чего вообще правила нужны? Что будет, если их не соблюдать?»

Приходим к выводу, что соблюдать правила необходимо. Воспитатель предлагает детям высказать по кругу свои ответы «Метод мозгового штурма» в организации помогает игрушка – помощник.

- «Какие правила есть в нашей группе?»

Выберете правило, которое нельзя нарушать. Начнете со слов «По моему мнению, ...» Ребята, у меня есть светофор помощник, он поможет разобраться, какие правила нельзя нарушать, какие можно иногда с разрешения взрослого, а где вы сами можете решать, что делать. Итак, красный сигнал светофора светит на самые строгие правила. Какие это будут запреты? Желтый светит на те, в которых разрешение нужно спросить у взрослого. А зеленый, где вы сами можете принимать решение. Ребята, как мы будем поступать с тем, кто нарушает правила? Вот такой светофор будет находиться в нашей группе, и вы всегда сможете определить, какие правила необходимо соблюдать.

Обсуждение планов на день, неделю, месяц: позволяет ставить детей в активную позицию. Они могут стать инициаторами идей жизни группы. Обсуждение, а потом постепенная реализация планов позволяет видеть ребенку цепочку событий от плана до результата. В рефлексивном кругу ежедневно анализируются результаты и сравнивается, что планировалось и что получилось. Кроме того детей можно привлекать к оценке событий с разных сторон. Что

хорошего и плохого принесло это событие. Игры, которые могут быть полезны: «Мозговой штурм», «Как еще можно было?»

Развитие умения выражать свои чувства и переживания публично: Обучая детей выражать эмоции, мы развиваем их *эмоциональный интеллект*. Это способность понимать чувства другого человека, свои собственные и управлять своими чувствами. Почему это так важно? Американские ученые проводили эксперимент среди сотрудников ведущих фирм, чтобы определить, что является решающим в способности человека руководить другими людьми. Как оказалось хорошими руководителями с более высокими должностями (топ менеджерами) являются люди, у которых развит эмоциональный интеллект. Их коллеги с более низким эмоциональным, но развитым академическим интеллектом, занимали только рядовые позиции в компании. Соответственно развивая у *ребенка умение понимать и управлять своими эмоциями*, мы готовим его к будущей успешной жизни. Между прочим, люди с развитым эмоциональным интеллектом легче противостоят стрессу.

Какие игры помогут развить в детях умение выражать свои чувства, эмоции и переживания? - Вначале и конце дня можно использовать игры, которые через обозначение цветом, погодой, временем года позволяют выразить эмоции, например, «Цвет настроения», «Если бы мое настроение было погодой...», «Какое время года у меня сегодня на душе...». Они позволяют ребенку проанализировать свое эмоциональное состояние, обозначить его цветовым образом и выразить через него. Для воспитателя цвет настроения, погода на душе ребенка сигнал о благополучии или не благополучии эмоциональной сферы ребенка. В проведении этой игры поможет пособие – градусник настроения. Ребенок, глядя на него, выбирает цвет и фиксирует пометку смайликом. Следующая игра «Какое воспоминание я сегодня хотел бы забрать домой». Позволяет проанализировать день и зафиксировать внимание ребенка на его положительных сторонах. Другое похожее упражнение «О чем я погрустил сегодня». Детям трудно справиться с неприятными эмоциями – грусть, злость, страх и т.д. Они стараются эти эмоции подавить (заставить себя их не чувствовать), забыть (как будто не было события). А это упражнение позволяет вспомнить то, что расстроило ребенка в безопасном кругу поддержки и описать свои чувства, тем самым прожить их заново и сделать переживание менее интенсивным.

Игра, помогающая в выражении чувств: «Скажи словами...» Мы просим детей назвать чувство, которое у них на душе. Воспитатель подает пример, я рад, я сейчас сержусь, мне тревожно и т.д. Умение ребенка перевести телесное ощущение в речь – открывает дорогу к самоконтролю и умению управлять собой.

Игра на выражение эмоции «Мои руки могут рассказать о настроении...» Предлагаем детям вначале выразить при помощи движений рук чувства радость, злость, страх, обиду, удивление и т. д. В дальнейшем игра усложняется, ребенку предлагается при помощи рук выразить свое настроение сейчас.

Упражнение «Я чувствую музыку» развивает образное мышление, помогает научиться анализировать эмоциональное состояние и проживать разные эмоции.

Игра «Что поможет мне справиться?». Мы часто испытываем неприятные эмоции, например, грустим. Что поможет нам погрустить? Можно порисовать, поплакать, поделиться грустью с другом. Позлиться и никому не причинить вреда? Проговорить, как ты злишься, нарисовать свою злость, вылепить ее из пластилина, покидать мячики в цель, поиграть в злого персонажа. Радоваться? Улыбаться, танцевать, играть, рисовать.

Вы увидели многообразие безопасных способов выражения эмоций множество и дети могут подобрать то, что нравится им больше. Можно привлекать родителей к эмоциональным играм. Обсуждения и игры, которые вы делаете в круге могут выйти за пределы детского сада и рекомендованы родителям. Они могут стать участниками обсуждения тем рефлексивного круга и обсуждать это дома, делиться опытом, давать детям советы. Родители могут привлекаться к созданию атрибутов для проведения круга.

Таким образом, рефлексивный круг является эффективной технологией для создания психологически комфортного климата в детском коллективе. Перед началом «круга» дети берутся за руки и говорят речёвку, а затем садятся в круг.

Правила «Рефлексивного круга» для детей:

1. Говорит только тот, у кого в руках предмет
2. Если не хочешь говорить, можешь пропустить свою очередь
3. Не повторять то, что кто-то уже сказал; -не уходить из «круга», пока он не закончится.
4. Для воспитателя: не давать оценку высказываниям детей, только интонацией подчеркнуть то или иное высказывание; стараться комментировать каждое высказывание детей, развивая их суждения дальше.