Разработка проблемы становления внутреннего мира ребёнка в педагогической науке и практике получила своё развитие сравнительно недавно. Долгое время главными ориентирами и критериями успешности работы с ребёнком были уровень развития детей, степень владения ими знаниями, умениями, навыками, которые должны пригодиться потом, на этапе школьного обучения. Однако социальные процессы, происходящие в современном обществе, создают предпосылки для новых целей образования, центром которого становится личность и её внутренний мир. Основы, определяющие успешность личностного становления и развития закладываются в дошкольном детстве. Этот важный этап жизни делает детей полноценными личностями и рождает такие качества, которые помогают человеку определиться в жизни, найти в ней своё достойное место.

Важную роль в жизни каждого человека играет межличностное общение.

Необходимость раннего формирования положительного опыта общения детей обусловлена тем, что его отсутствие приводит к стихийному возникновению у них негативных форм поведения, к ненужным конфликтам. Дети стремятся, но часто не умеют вступать в контакт, выбирать уместные способы общения со сверстниками, проявлять вежливое, доброжелательное отношение к ним, слушать партнёра.

Формирование межличностного общения у старших дошкольников протекает в соответствии с психолого-педагогическими особенностями их возраста.

Старший дошкольный возраст характеризуется возрастанием произвольности поведения и психических процессов – внимания, памяти, восприятия. Детей начинают интересовать человеческие морально-этические отношения и нормы поведения больше, чем жизнь животных или явления природы. Для них становится важным общение, как с взрослыми, так и со сверстниками.

Так, взрослые расширяют представление ребёнка о человеке, выводя его за пределы воспринимаемой ситуации. Для дошкольников становится важной оценка взрослым не его умений, а личности в целом, поэтому он старается всё делать правильно, стремится к сопереживанию и взаимопониманию со взрослыми.

Контакты со сверстником приносят ни с чем не сравнимую радость. Только со сверстниками дети учатся быть наравне, а значит, строить особые (личностные, деловые, оценочные) отношения, которые они не могут иметь со взрослыми.

Уже к шести годам ребёнок начинает осознавать, что другие дети, как и он, сам, имеют устойчивые, не зависящие от ситуации характер и убеждения, с которыми нужно считаться. Это проявляется в сопереживании сверстнику и потребности эмоциональной поддержки. Старшие дошкольники уже способны не только оценить себя, но и достоинства другого ребёнка, соответственно к нему отнестись. Общение становится важным фактором развития, как своей личности, так и личности сверстника.

По данным ряда психолого-педагогических исследований, у некоторых дошкольников наблюдается снижение ведущей роли общения, что сигнализирует о трудностях в отношении со сверстниками. В этом возрасте уже происходит разделение детей на популярных и непопулярных. Первые из них пользуются уважением и симпатией сверстников. Они легко вступают с ними в контакт и достаточно свободно общаются. Другие же дети (застенчивые, замкнутые, с нарушением самооценки) стараются держаться в стороне от ровесников, они никогда не предлагают игру первыми. Таким образом, возникают симпатии и антипатии, которые глубоко переживаются детьми. Внутри личностные переживания детей могут привести к агрессивным, негуманным проявлениям: грубости, зависти, несправедливости, отчуждению. Предотвращению этих черт способствует целенаправленное обучение детей межличностному общению со сверстниками.

В соответствии с исследованиями М.И Лисиной (1986), “общение детей старшего дошкольного возраста развивается на основе потребности в доброжелательном внимании, сотрудничестве, уважении взрослого при ведущей роли стремления к сопереживанию и взаимопониманию. Способности к общению у детей развиваются в процессе познания окружающего социального мира со слов взрослых (нормативные знания о взаимодействии людей), а также на основе личного опыта. Ведущим мотивом общения ребёнка является личностный мотив при принятии взрослого как целостной личности, обладающей знаниями, умениями и социально-нравственными нормами, который может быть строгим и добрым старшим другом. Общение с взрослыми и сверстниками способствует приобщению дошкольников к моральным и нравственным ценностям общества; формированию мотивационной, интеллектуальной и коммуникативной готовности к школьному обучению”.

При нормальном развитии в старшем дошкольном возрасте эмоциональные процессы становятся более уравновешенными. В то же время эмоциональная жизнь ребёнка отличается насыщенностью и интенсивностью. Особенно важным для развития дошкольника является появление таких эмоций, как сочувствие другому, сопереживание (эмпатия), без них невозможны совместная деятельность и сложные формы общения детей. Всё, во что включается дошкольник – игра, рисование, лепка, конструирование, подготовка к школе, помощь маме в домашних делах и т.п. - должно иметь яркую эмоциональную окраску, иначе деятельность не состоится или быстро разрушится. Ребёнок, в силу своего возраста, просто не способен делать то, что ему не интересно.

Трудности в становлении межличностного общения детей в сегодняшних условиях связаны с дефицитом их воспитанности, доброты, культуры, неустойчивыми нравственными критериями в воспитании ребёнка. Замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети стали меньше общаться с взрослыми и сверстниками, а ведь общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Современные дети стали менее отзывчивы к чувствам других. Для преодоления этих трудностей в воспитательно-образовательной работе с дошкольниками необходимо уделить внимание развитию межличностного общения ребёнка со сверстниками, взрослыми людьми. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, сферы общения, очень актуальна и важна.

Каждый человек должен уметь слушать другого, воспринимать и стремиться его понять. От того, как человек чувствует другого, может повлиять на него, не оскорбив и не вызвав агрессии, зависит его будущий успех в межличностном общении. Очень немногие из нас умеют по-настоящему хорошо слушать других людей, быть восприимчивыми к нюансам в их поведении. Требуется определённое умение и известные усилия, чтобы сочетать общение с внимательным наблюдением и слушанием. Не меньшее значение имеют способности слушать и понимать самого себя, то есть осознавать свои чувства и действия в различные моменты общения с другими.

И всему этому надо учиться. Умение не приходит к человеку само собой, оно приобретается ценой усилий, затраченных на обучение. Однако родители, воспитатели и специалисты детского сада, как первые учителя ребёнка, могут во многом помочь ему в этом нелёгком труде, если начнут прививать навыки общения уже в самом раннем возрасте.

Нами составлена и используется в работе с детьми в дошкольном учреждении “Программа развития навыков общения и эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста”.

**Основная** **цель** программы заключается в формировании умений и навыков межличностного общения ребёнка со сверстниками, взрослыми людьми. Программа должна помочь детям понять, что только они сами, их собственные мысли, чувства и действия, способность оценить других, понять и выразить себя через общение являются путём к успеху в жизни.

Поставленная цель позволяет сформулировать следующие **задачи**:

* развитие интереса к окружающим людям, стремления их понять, потребности в общении;
* развитие самоконтроля поведения, эмоциональной устойчивости в ходе общения; формирование уважительного отношения к собеседнику;
* развитие умения принимать ведущую роль в общении, не ущемляя прав собеседника (тон общения, дистанция между партнёрами, особенности мимики и жестикуляции);
* развитие адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ как собственного поведения, так и поступков окружающих людей;
* выработка у детей положительных черт характера, способствующих лучшему взаимопониманию в процессе общения;
* обучение искусству общения в различных формах и ситуациях;
* обучение детей речевым этикетным формулам: приветствие, прощание, благодарность.

Ведущей формой работы с детьми являются занятия-тренинги. Для обучения детей умениям межличностного общения используется цикл из 20 занятий (10 занятий в старшей группе, 10 занятий в подготовительной группе). Продолжительность занятий 25 – 30 минут. Проводятся занятия в подгруппе, состоящей из 4 – 6 детей (возрастная группа детей делится на 4 подгруппы). Занятие проходит 1раз в неделю.

Содержание игр, упражнений, этюдов, используемых на занятиях, их организация и методика проведения направлены на преодоление замкнутости, скованности, нерешительности, развитие языка жестов, мимики, пантомимики, понимание того, что кроме речевых существуют и другие средства общения. Дети учатся осознавать свои эмоции, распознавать эмоциональные реакции других людей. Формируется умение адекватно выражать свои эмоции, используя при этом вербальные и невербальные средства.

На занятиях формируется доброжелательное отношение друг к другу, умение говорить и принимать комплименты, развивается произвольность поведения и психических процессов, уверенность в себе.

Структура занятия состоит из четырёх этапов:

* приветствие,
* разминка,
* основная часть,
* заключительная часть.

**Приветствие**представляет собой ритуал начала занятия. Здесь используется художественное слово, различные формы приветствия, улыбка, закрепляется умение устанавливать зрительный контакт с собеседником. Приветствие вызывает у детей положительное эмоциональное состояние, настраивает на доброжелательное отношение друг к другу.

**Разминка.** В этой части занятия используются пальчиковые игры, речедвигательные игры и упражнения, мимические, пантомимические, кинезиологические упражнения, направленные на преодоление пассивности, скованности, на развитие мелкой и общей моторики, внимания; проводится подготовка к основной части занятия - тренинга (напоминаются правила: говорить по очереди, слушать друг друга, соблюдать очерёдность при выборе ведущего в игре) .

В **основной части** занятия используются следующие приёмы:

Игры и упражнения, направленные на обучение детей речевым этикетным формулам (приветствие, прощание, благодарность), развитие умения понимать настроение окружающих, понимать своё эмоциональное состояние и умение с ним справляться, говорить и принимать комплименты, на воспитание гуманных отношений между детьми.

* Использование художественного слова.
* Беседы по сказкам и рассказам.
* Проигрывание ситуаций, которые дают возможность детям не просто рассуждать о той или иной проблеме, а эмоционально проживать её.

В **заключительной части** занятия детям предлагаются упражнения на релаксацию и развитие воображения, продуктивный вид деятельности - рисование. В этой части занятия мы обязательно используем музыку. Цель заключительной части – снятие психоэмоционального напряжения, мышечное расслабление.

**Особенность занятий** такова, что **проводятся они в кругу,** и каждый ребёнок в равной степени участвует в каждой игре, в каждом упражнении. На занятии вводятся правила: говорить по очереди; слушать друг друга; соблюдать очерёдность при выборе ведущего в игре. Ребёнок принимает участие в играх добровольно, то есть имеет право отказаться от выполнения того или иного упражнения. На занятиях делается акцент на создание атмосферы доверия и безопасности. Не существует неправильного или ошибочного выполнения упражнений. Дети побуждаются к рефлексии процессов, происходящих в группе на доступном данному возрасту уровне.

**Предполагаемый результат.**

Ребенок владеет приемами и навыками эффективного межличностного общения с взрослым и сверстником: устанавливает дружеские отношения, умеет самостоятельно решать конфликты мирным путем. Сформированы практические умения уважительного отношения к окружающим людям, самому себе. Ребёнок использует в активной речи различные формы приветствия, благодарности, прощания, адекватно ситуации. Способен управлять своим поведением и способами общения. Способен давать адекватную оценку своему поведению, деятельности. Ребенок умеет осознавать свои эмоции, управлять своими чувствами (сдерживать гнев, огорчение, справляться с обидой), устанавливать не конфликтные отношения со сверстниками.

**Конспект занятия по развитию навыков общения и эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста.**

**Цели**:

* Учить детей адресовывать добрые пожелания окружающим людям: взрослым, сверстникам.
* Актуализировать духовные усилия каждого ребёнка, помочь проявить себя как индивидуальность.
* Развивать произвольность поведения, внимание, мышление, речь, мелкую моторику.

**Приветствие**. Дети стоят в кругу.

Психолог:

“Здравствуй, солнце золотое!
Здравствуй, небо голубое!
Здравствуй, вольный ветерок!
Здравствуй, маленький дубок!
Мы живём в родном краю –
Всех я вас приветствую!”

(Психолог здоровается с каждым ребёнком. Дети отвечают на приветствие).

**Разминка.**

Пальчиковая игра “Дружба”.

“Дружат в нашей группе девочки и мальчики
Мы с тобой подружим маленькие пальчики.
Раз, два, три, четыре, пять мы закончили считать.
Раз, два, три, четыре, пять начинай считать опять”.

Речедвигательное упражнение “Яблочки”.

“Веточки на яблоньке поникли от печали.
Яблочки на веточках висели и скучали.
Мальчики и девочки ветки раскачали,
Яблочки о землю громко застучали!”

(Движения психолог придумывает сам).

Кинезиологическое упражнение “Думающая шляпа” (Потереть ладони друг о друга, “чтобы стало горячо”. Представить, что между ладонями маленький мячик. Покатать его. Развести ладони слегка в стороны, представляя, что это шляпа. Поднять её над головой и надеть. Сделать массаж ушной раковины, начиная вверху и заканчивая мочкой уха (на счёт 8 повторить три раза).

**Основная часть**. Дети сидят на стульчиках в кругу.

- Дети, вы знаете сказки? (Ответы детей). А каких представителей добрых сил из сказок вы знаете? (Золотая рыбка, цветик-семицветик, волшебная палочка, скатерть самобранка, старик Хоттабыч). Назовите злых персонажей. (Змей Горыныч, Баба Яга, Кащей Бессмертный).

- Ребята, давайте поиграем в сказку.

Психолог берёт в руки сосуд, напоминающий амфору, и читает стихотворение:

“…Случайно амфору я взял и приоткрыл сосуд.

Он силой страшной обладал, и Джин мне крикнул вдруг:

Что хочешь, повелитель мой? Исполню приговор любой.

Лишь пожелай - я сотворю, изменим в миг судьбу твою!”.

- Ребята! И тут мне стало страшно: Джин беспрекословно подчиняется своему повелителю. А что, если его повелителем окажется злой, жестокий человек? Что он может попросить у Джина? (Ответы детей). Дети, а что, если амфора со всемогущим джином попадёт в руки к вам? Что вы попросите его сделать? Какие три желания попросит его выполнить каждый из вас? Сейчас вы по очереди будете брать а руки амфору и загадывать своё желание, а затем передавать другому ребёнку”.

С детьми оговорить, что желать можно что-то себе, близким людям, родным, друзьям.

Игра зависит от того, как взрослый начнёт общение, будут ли дети с желанием выражать своё отношение к предлагаемому разговору. Взрослому следует исключить поучения или высказывания типа: “Верно” или “Я с тобой не согласен”.

После того, как дети проговорили три желания, побеседовать с ними о том, каковы были их желания, не будет ли плохо другим людям от этих желаний. Как будет чувствовать себя тот человек, кому было предназначено желание.

Физкультурная пауза. Игра “Буги-вуги”.

“Руку правую вперёд и немного потрясём, а потом её назад и немного потрясём. Мы танцуем буги-вуги, поворачиваясь в круге, и в ладоши хлопаем, друзья. Буги-вуги! Окей! Руку левую вперёд… и т. д.”

- Дети, вы загадали свои желания. Джин – волшебник, и он постарается помочь вам в том, чтобы ваши желания исполнились. А теперь давайте сами попробуем стать волшебниками.

Игра “Волшебники”.

- Кандидату в волшебники мы завяжем глаза и предложим догадаться, кто из детей будет подходить к нему, ощупывая кисти рук этого ребёнка. Посмотрим, кому действительно удастся стать настоящим волшебником.

Психолог подводит к “кандидату в волшебники” ребёнка. Затем выбирают другого “кандидата в волшебники”. После завершения игры обсудить, как детям удавалось правильно догадаться, на какие признаки они ориентировались.

**Заключительная часть**.

- Дети, а сейчас я предлагаю вам отдохнуть и увидеть волшебный сон.

Упражнение на релаксацию “Волшебный сон”, выполняется под спокойную, расслабляющую музыку.

Дети находятся в состоянии покоя (лёжа на ковриках). Даётся установка: “Сейчас, когда я буду читать стихи, вы закроете глаза. Начинается “Волшебный сон”. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова с закрытыми глазами. “Волшебный сон” закончится, когда я скажу: “Всем открыть глаза и встать”.

Внимание! Наступает “Волшебный сон”.

“Реснички опускаются, глазки закрываются
Мы спокойно отдыхаем (2 раза), сном волшебным засыпаем…
Дышится легко… ровно… глубоко…
Наши руки отдыхают… Ноги тоже отдыхают, отдыхают, засыпают (2 раза).
Шея не напряжена и расслаблена… Губы чуть приоткрываются,
Всё чудесно расслабляется (2 раза). Дышится легко…ровно… глубоко… (пауза).
Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали.
Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать!
Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем!
Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!”.

Психолог прощается с детьми до следующей встречи.