

«Формирования произвольности поведения у детей»

«Маленькие непоседы» - очень часто называем мы наших детей. Действительно, ребёнок находится в постоянном движении, возбуждении. Даже самым спокойным детям трудно оставаться в бездействии долгое время. Эмоции малыши проявляют спонтанно, бурно, зачастую это вызывает недовольство взрослых. Уговоры посидеть тихо, послушать внимательно, как правило, малоэффективны. Часто мы замечаем, как тяжело нашим детям доделать начатое дело, как быстро угасает интерес ко всему связанному с необходимостью кропотливо работать, ко всему эмоционально не окрашенному, требующему определённых навыков. Но, в тоже время, мы с удивлением обнаруживаем, что малыши способны спокойно и продолжительное время смотреть мультики, слушать сказку, заниматься интересной игрой.

«Ведь могут быть тихими, спокойными, усидчивыми! – восклицаем мы, - Что же мешает им в других ситуациях быть такими?!» Действительно, а что же препятствует нашим детям управлять своим поведением, желаниями, эмоциями?

В психологии такое умение сознательно управлять своими намерениями, действиями называют **произвольностью или волевой регуляцией**. Дело в том, что для ребёнка формирование произвольности является актуальной задачей всего дошкольного периода. Поэтому и поведение его спонтанно, внимание удерживается яркими объектами, событиями, желания изменчивы, деятельность зависит от интереса, удержать который нелегко. Роль произвольности велика, недаром её определяют как одну из предпосылок учебной деятельности. Попробуем кратко рассмотреть значение этой психологической характеристики и пути её формирования.

Произвольность восприятия – умение самостоятельно, целенаправленно наблюдать, выделять наблюдаемый объект, событие из массы других.

Произвольность памяти – умение самостоятельно поставить цель, запомнить и воспроизвести.

Произвольность поведения – умение управлять своими поступками, стремлениями, настроением.

Основной чертой произвольного поведения является его **осознанность**, Произвольное действие отличается от непроизвольного тем, что человек управляет им сознательно, по своей воле, знает, что, как и зачем он делает.

Если рассмотреть под этим углом зрения поведение дошкольников, станет очевидным, что очень часто они действуют неосознанно, а значит, непроизвольно. Если спросить ребенка, что он делал всего полчаса тому назад, он может пожалть плечами и сказать: "Не знаю"; в лучшем случае скажет: "Играл". Он действительно не знает, не замечает, что делает. Он находится как бы внутри предметной ситуации, полностью в нее погружен, отсюда - невозможность посмотреть на себя со стороны, осознать собственные действия.

Чтобы "отойти от себя" на минимальную дистанцию, нужно иметь какую-то "точку опоры" за пределами конкретной ситуации. Человек должен воспринимать не только то, что у него перед глазами, и слышать не только свои сиюминутные стремления, но и что-то выходящее за пределы текущего момента. Это может быть обещание, данное кому-то раньше, или представление о том, что получится потом, или правило действия, с которым можно сравнить свои поступки, или представление о хорошем и плохом (чтобы быть хорошим, нужно делать именно так) и т. д. Но главное - точка опоры должна осознаваться ребенком, сливаясь с его конкретными сиюминутными действиями. Причем это обещание или представление должно стать более важным и значимым, чем сиюминутное настроение или поппавшиеся под руку предметы. И вот когда ребенок сможет увидеть и услышать то, что он делает, с точки зрения задуманной цели, или данного обещания, или правила действия, можно говорить об осознании им собственных действий. А осознание уже делает возможным управление и овладение ими, т. е. **произвольное поведение**.

Таким образом, осознание собственных действий и преодоление непосредственного, ситуативного поведения и составляют основу овладения собой в дошкольном возрасте.

Основные средства формирования произвольности у ребенка

Речь как средство саморегуляции.

Именно благодаря речи ребенок становится способным взглянуть на себя как бы со стороны, рассматривать себя и свои действия как некий объект, который можно изменить, преобразовать.

Действие по инструкции - первый шаг к осознанию того, что я делаю. Именно такое, казалось бы, простое выполнение речевых инструкций открывает возможность. Только речевое общение, включенное в деятельность ребенка и соответствующее его интересам, может дать ему определенную "точку опоры" для управления своим поведением.

Беседы

Очень полезны беседы с дошкольником о его настроении, о его действиях и отношениях с другими людьми. В таких беседах взрослый как бы выводит ребенка за пределы конкретной ситуации и помогает ему осознать себя. Именно через речевую формулировку, которую он может дать только вместе со взрослым, дошкольник начинает осознавать свою жизнь во времени, преодолевать в своем сознании границы сиюминутной ситуации. А это необходимое условие для самостоятельного планирования собственных действий и овладения своим поведением.

Планирование и подведение итогов дня.

Излишняя регламентированность жизни дошкольников дома и в детском саду часто лишает их возможности свободного выбора занятий или собственных решений. Понятно, что жизнь в коллективе предполагает подчинение порядку и дисциплине. Но даже в жестком режиме должны быть моменты, когда ребенок сам что-то выбирает. Например, можно вместе с ребенком обсуждать планы и подводить итоги каждого дня. Беседу об этом лучше проводить утром, в начале дня. Ее задача - настроить ребенка на предстоящие события, чтобы он ждал их и внутренне готовился к ним. При планировании дня важно выделить в нем какой-нибудь главный эпизод, наиболее привлекательный для малыша. Например, сказать: "Сегодня вечером мы будем слушать музыку и танцевать" или "Сегодня поиграем в новую игру" и т. п.

Полезно связать в сознании ребенка прошлые события с будущими

Если вы вчера начали какое-либо дело или занятие, то сегодня его нужно продолжить, напомнив, что было вчера, и определив план предстоящих действий. При этом взрослый может сам завести разговор, вспоминая, как проходил вчерашний день, как гуляли, во что играли, что было интересного, кто и из-за чего и с кем поссорился, кто шалил, а затем попросить ребенка напомнить, что еще вчера случилось. Когда такие беседы станут привычными, ребенок научится удерживать в своей памяти разные эпизоды и охотно вспоминать о том, что интересного произошло в течение дня. Нужно стремиться к тому, чтобы дети не ограничивались перечислением режимных моментов (ел, гулял, спал), а обязательно постарались вспомнить что-нибудь о своем поведении, о поступках окружающих и по-своему рассказать об этом.

Игра – как школа произвольного поведения

А поскольку главная деятельность дошкольника - это игра, то первым шагом на пути к речевому общению может стать совместная со взрослым игра. Но игра не предметная и даже не ролевая, а игра с правилом. Многие в нашей жизни происходят по правилам, которые сначала бессознательно, а потом и сознательно усваивает ребенок. Формирование произвольности является актуальной задачей всего дошкольного периода. Поэтому и поведение его спонтанно, внимание удерживается яркими объектами, событиями, желания изменчивы, деятельность

зависит от интереса, удержать который нелегко. Роль произвольности велика, недаром её определяют как одну из предпосылок учебной деятельности. Попробуем кратко рассмотреть значение этой психологической характеристики и пути её формирования.

Произвольность внимания – это умение направлять свое внимание и удерживать его на необходимых в данный момент предметах и явлениях, не отвлекаясь на более яркие, броские.

Правила гигиены (нужно чистить зубы, умываться и т. п.), правила общения (нужно здороваться, прощаться, смотреть в глаза и отвечать собеседнику), правила дорожного движения. Все они, с одной стороны, указывают, что нужно делать, а с другой – указывают на то, что данный способ действия является ценным, хорошим, т. е. правильным. Поэтому сознательное действие по правилу означает, что ребенок не только знает, что и как нужно делать, но и хочет все делать правильно..В каждой, даже самой простой игре есть правила, которые организуют и регулируют действия ребенка. Эти правила определенным образом ограничивают спонтанную, импульсивную активность, ситуативность поведения.. Если правила поведения, которые постоянно декларируют взрослые, обычно плохо усваиваются детьми, то правила игры становятся необходимым условием интересной совместной деятельности, просто и естественно входят в жизнь малышей, становятся регулятором их поведения.

Особое значение в формировании и развитии произвольности имеет полноценное общение со сверстниками и взрослыми в процессе любой деятельности

Отношение дошкольников к предложенной работе и ее успешность зависят от того, насколько для них ясен ее смысл. Важно только, чтобы ребенок понял, для чего ему нужно выполнять не слишком привлекательное для него дело, чтобы он осмыслил его через что-то более важное и желанное. Данный прием позволяет активизировать у дошкольников эмоциональное воображение, способствующее тому, что дети заранее представляют и переживают отдаленные последствия своих действий. У них возникает эмоциональное предвосхищение результатов собственных действий

Дошкольное детство является важным временем для создания базы произвольности, окончательное подкрепление и развитие которой происходит уже в школе. Нужно понимать, что формирование волевых качеств осуществляется в разноплановой, систематической деятельности. Эта деятельность имеет разные названия – игра, общение, воспитание, обучение, она осуществляется на протяжении всего дошкольного периода как в детских учреждениях, так и (обязательно!) дома. Усвоение норм и правил, культивируемых в семье, умение соотнести с ними свои поступки являются первыми зачатками произвольного поведения.