

## *Единен стандарт за обучение и възпитание на*

### *„Литъл Степс Киндъргардън“*

От учебната 2015/2016 г. „Литъл Степс Киндъргардън“ въвежда единен стандарт на обучение и възпитание като универсално изискване към своите преподаватели, а усилията ни ще бъдат насочени към пълноценното му приложение във всяка от групите.

Желанието ни е с въвеждането на този стандарт:

- \* да осигурим оптимални условия за пълноценното интелектуално, емоционално и нравствено развитие на децата;
- \* да насочим и обогатим квалификацията на педагогическия персонал посредством усвояването на установени и съвременни методи на преподаване и възпитание, които да обхванат цялостното детско развитие, и да представим ясни изисквания към методите на обучение, общуване и възпитание на децата;
- \* да създадем отличителна за „Литъл Степс Киндъргардън“ образователна и възпитателна методика и среда;
- \* да споделим със семействата конкретни цели и насоки, върху които да съсредоточим съвместните си усилия

*С любов към децата и семейството и с посветеност на образователно-възпитателния процес изведохме шест основополагащи принципа, които да превърнем в ядро на общуването и обучението в градината. Това са:*

1. **Насърчаването на умения за самостоятелното справяне в учебния процес и рутинните отговорности**
2. **Създаването на предвидима и безопасна среда**
3. **Общуването с емпатия**
4. **Изграждането на социално отговорно поведение и подпомагане на емоционалната зрялост**
5. **Използването на разнообразни и атрактивни похвати на преподаване**
6. **Установяването на пълноценна билингвална среда**

**Искреното ни желание е приложението на тези принципи да бъде съвместно начинание на педагогическия екип и семействата. Споделянето на обща визия и насока на общуване и възпитание е необходимо условие за постигането на възпитателните цели.**

Вярваме още, че успешното усвояване на избраните принципи ще въздейства благотворно както върху развитието на личността на детето, така и върху изграждането на пълноценна обучителна и семейна среда.

С тази цел бихме искали да ви запознаем със същността на изготвения стандарт.

### *Насърчаване на умения за самостоятелно справяне в учебния процес и рутинните отговорности*

*“Да правим за децата това, което не могат да правят сами, и да не правим това, с което се справят сами.”*

В предучилищната възраст децата установяват първите си навици и умения. Насърчението и реакцията на възрастния определя до голяма степен дали детето ще израсне уверено и инициативно, или плахо, неангажирано и несигурно. Това са годините, в които децата често настояват да опитват сами, а усвояването на ново умение може да им донесе огромно удовлетворение и гордост и да мотивира старанието и ангажираността им. Понякога тази инициативност изисква да почистим създадената бъркотия или да отделим повече време на дадена задача, затова и като възрастни, които ще се справят по-успешно и бързо, решаваме да вземем нещата в свои ръце. Това обаче може да създаде две вредни нагласи у децата:

1) *„Аз не мога да се справя достатъчно добре“*

Ако децата са свидетели на раздразнението или разочарованието ни от това, че са изтървали нещо, с което са пожелали да помогнат, или всъщност са размазали петно, което са се опитали да почистят, то тогава е много вероятно да развият нагласата, че не се справят добре *и поведението им е осъдително. В тези случаи е много вероятно да избягват поемането на инициатива и отговорност, за да избегнат критичния отговор на заобикалящите ги (възрастни и деца) и да си спестят поредния неуспешен опит.*

2) *„Възрастните ще го свършат, вместо мен“*

Когато възрастните са решени да вършат цялата работа, то децата нямат нищо против и често това е и причината с времето да израстват без нуждата да проявяват инициатива, отговорност и съобразителност и така получават етикета „мързеливи“ или „инат“. Борбата с „мързела“ и „ината“ започва със споделянето на отговорност, изграждането на трудови навици и насърчаването на инициативата на децата от ранна детска възраст. Подкрепата на усилията им, въпреки бедствените последици, които може да очакваме след това, е от основна важност за изграждането на увереността и мотивацията на децата.

*Приоритетна цел на развитието в предучилищна възраст (3-6 г.) е поемането на инициатива и зачитането на усилията и старанието. Затова и от изключително значение е децата да бъдат подкрепяни и насърчавани в усилията си и да им бъде гласувано доверие, че могат да поемат отговорност и да изпълняват подходящи задачи.*

Когато не даваме на децата възможност да проявят инициатива и да поемат отговорност в ежедневието си, им отнемеме и възможността да се гордеят със себе си и да изпитат удовлетворение от успеха си. Така освен „мързел“ и „инат“, може да дадем воля и на изграждащи се **несигурност и неувереност**. Когато си опитал за кратко и си разочаровал някого - или изобщо не си опитвал, е много по-плашещо да рискуваш и да поемаш инициатива.

### ***Създаване на предвидима и безопасна среда***

Постоянният и структуриран дневен режим, последователно спазваните правила и последици при нарушаването им, както и предвидимостта на отношението, което могат да очакват от страна на възрастните, изграждат в децата **чувството на доверие към средата**, в която се намират.

**От изключителна важност е детето да познава ясни и постоянни правила на общуване и поведение в рамките на дома и учебното заведение. Предвидимостта в отношението и реакциите на възрастния изгражда доверие и спокойствие и намалява тревожността и невротичността (и на възрастните :)).**

Съумяваме да изградим такава среда като:

- \* Се стараем да се грижим за собственото си здраве, спокойствие и жизнерадост, с цел да ги проявим в общуването си с децата.
- \* Се опитваме да проявяваме самообладание и спокойствие в общуването си, когато ситуацията го позволява, и когато изглежда невъзможно
- \* Установяваме семейни правила, които целят общуване с уважение, споделяне на отговорностите и прекарване на пълноценно време заедно, и ги пазваме последователно
- \* Последиците от неспазването на тези правила са предварително установени, справедливи и постоянни

- \* Създаваме малки традиции, които децата (и възрастните) да очакват – четене на книжка преди лягане, парче торта в събота, следване на час за заспиване, съвместни пътувания и др.

**За създаването на спокойна и предвидима среда е особено важно възрастният да не демонстрира противоречие между думите и делата си. Това може да се отнася за дадени насоки („Важно е да си честен и да казваш истината!“ - „Кажи на съседите, че ме няма.“), непоследователно въвеждане на правила и последици или отправянето на неизпълними закани („Ако не се обуеш до 5, никъде няма да ходим!“).**

През тази година преподавателите в „Литъл степс киндъргардън“ ще обръщат особено внимание на ежедневно общуването с уважение и учтивост между всички членове на учебната общност.

Заедно с това учителите ще ги подпомогнат в усвояването и приложението на следните Златни правила.

### **1. Вдигам ръка...**

*... когато искам да споделя нещо или да взема думата.*

### **2. Приятел съм...**

*... и се отнасям внимателно и грижовно с всички.*

### **3. Вървя, а не тичам...**

*... когато се движа в училище.*

### **4. Проявявам честност...**

*... и казвам истината, спазвам обещанията си и взимам чужди вещи само с позволение.*

### **5. Слушам...**

*... внимателно и следвам инструкциите на възрастните.*

### **6. Старая се...**

*... да давам най-доброто от себе си във всичко, което правя.*

### **7. Помагам с почистването...**

*... защото когато го правим заедно, става по-бързо, по-лесно и по-приятно.*

### **8. Поемам отговорност за думите и действията си...**

*... и не търся вината в другите*

## **Общуване с емпатия**

**Общуването с емпатия е от изключителна важност за пълноценната комуникация. То дава приоритет на това, да се опитаме да разберем събеседника си, преди да търсим неговото разбиране, или да споделяме личната си позиция и чувства. Общуването с емпатия създава ценни умения за слушане и съпричастност и ни помага да споделяме истинските си чувства и мисли, като едновременно укрепваме отношенията си.**

В комуникацията с деца то подпомага развитието на емоционалната зрялост, социалните умения и способността да общуват с уважение и себеотстояване.

То им позволява **ДА СЕ ЧУВСТВАТ уважавани, разбрани и ценени**, а това е **ОСНОВНО И НЕОБХОДИМО УСЛОВИЕ** да се вслушат в думите ни и да проявят отзивчивост и разбиране.

В противен случай, когато децата чувстват критика, упрек, разочарование или налагане на власт, първият им импулс е да се защитят, противопоставят или оправдаят и тогава общуването поема по път на безплодно налагане на волята, тревожност или загуба на доверие.

*Кога човек може да се чувства уважаван, разбран и ценен в общуването си с другите?*

- Когато усеща, че събеседникът му проявява **искрен интерес** към това, което споделя.
- Когато вярва, че събеседникът му го **слуша активно** и е **посветил вниманието си** на него.
- Когато **не чувства критика към личността**, отхвърляне, присмех и др.
- Когато **усеща разбиране и приемственост**.
- Когато знае, че събеседникът му **зачита чувствата му**.
- Когато **емоциите и езикът на тялото** на събеседника свидетелстват за съпричастност и приемственост и съответстват на това, което казваме.
- Когато чувства, че **обратната връзка, насоките и съветите**, които получава, **са споделени с грижа и уважение**.
- Когато **корекцията на поведението се съсредоточава върху постъпката, а не върху личността**.

**Кога ни предстои да развиваме уменията си да общуваме с емпатия?**

- Когато мислим предимно как да убедим събеседника си в това, което искаме да кажем.
- Когато смятаме, че “не може”/”не трябва”/”не искаме” събеседникът ни да се чувства по определен начин.
- Когато си мислим, че е без значение какво ще каже събеседникът ни, защото ние вече знаем какво искаме да кажем/направим.
- Когато усещаме, че често осъждаме събеседника си за това, което казва/прави или се възмушаваме от него.
- Когато смятаме, че **НЯКОЙ ДРУГ** “ни дразни/разстройства/радва/натъжава” и не поемаме отговорност за чувствата си.
- Когато общуваме, опитвайки се да прикрием чувствата си (най-често раздражение, тъга, разочарование, обида...).

- Когато се опитваме да убедим себе си или събеседника си, че е нужно да се чувства по различен начин.
- Когато порицаваме личността, а не постъпката.
- Когато показваме отхвърляне.
- Когато оставяме нежеланите емоции да се трупат, без да говорим за тях или да ги изразим пълноценно.
- Когато реагираме импулсивно.
- Когато вярваме, че от нас зависи да накараме събеседникът ни да се почувства по-добре, ако е разстроен.
- Когато езикът на тялото и вербалната ни реч се разминават.

При намесата в конфликтна ситуация между деца, например, общуването с емпатия ни помага и да получим по-добра представа за това какво се е случило според децата и какви емоции и мисли са предизвикали дадено поведение. Така може да съобразим реакцията си с „реалността“ на децата, а не да вземаме решение, с което единствено налагаме идеята, че ние сме авторитетът и определяме правилата.

### ОСНОВНИ ПРИНЦИПИ НА ОБЩУВАНЕТО С ЕМПАТИЯ

#### 1. **Общуването се състои от:**

- \* **вербална** част (думите и значението им) и
- \* **невербална** част (мимики, жестове, интонация, изражение, стойка).

Вярва се, че думите изчерпват до 10 % от комуникацията ни.

Гласът - интонацията и височината - между 30 и 40 %.

Най-голям дял се пада на езика на тялото - 50-60 % (жестове, изражение, стойка, поглед и др.).

Това потвърждава, че е от основно значение какво изразяваме с тялото си. **Съвпадението между вербалната и невербалната комуникация позволява пълноценното общуване и изграждането на доверие между събеседниците.**

#### 2. **Важно е да слушаме с емпатия.**

Това означава, че *слушаме с намерението да разберем събеседника си – не избирателно или само демонстративно, и се съсредоточаваме върху преживяванията и убежденията му.*

Слушането с емпатия е най-високата форма на слушане. То ни помага да „влезем в обувките“ на събеседника си и да разберем по-добре възникналата ситуация, като заедно с това се създават доверие и благоприятна среда за диалог.

### 3. **Важно е да помним, че моята и твоята реалност са различни.**

Основополагащо за общуването с емпатия е нагласата ни, че собствените ни убеждения, мисли и чувства не се отнасят и за човека, с когото комуникираме. Умението да се дистанцираме от собствените си мисли и чувства, за да проучим изживяванията на другите, за да ги разберем по-добре, е основно при този вид общуване.

**Това не означава да се съгласяваме с някого, да го оправдаваме или защитаваме, а да имаме търпението и нагласата да разберем преживяванията му.**

### 4. **Няма правилни и грешни чувства.**

Това, че се чувстваме по определен начин, не може да бъде „правилно“ или „грешно“ и, следователно, не може да бъде оспорено или порицано. *Реакцията ни* в момент на гняв, разочарование, страх, отвращение и др. може да бъде неуместна, нередна или да подлежи на корекция, но не и начинът, по който се чувстваме. Така децата разбират, че емоциите не са страшни и осъдителни и че с делата си изразяваме начина, по който се чувстваме. Така и за тях е по-естествено да приемат по-лесно себе си, да чувстват приемствеността на възрастния.

### 5. **Личността и постъпката са различни неща.**

Особено когато отправяме корекция към поведението, е важно да избягваме етикетирането - някой „никога“ не слуша, „пак“ се занимава с нещо друго, „и днес“ не е готов на време. Или Е „безотговорен“, „невнимателен“, „несъобразителен“. Тези послания подсказват, че детето има черта, с която предизвиква постоянното недоволство на възрастните. Има значителна разлика между това да кажем на някого, че не е честен човек и това, че постъпката му е била нечестна.

### **Как се случва общуването с емпатия?**

- **Изслушваме внимателно** и периодично използваме думите на събеседника си, за да **повторим казаното**. („Тя ме удари и много ме заболя...“ – „Заболяло те е като те е ударила...“).
- **Изразяваме със собствени думи** разбирането си за случилото се („От това, което ми казваш, разбирам, че си се ядосал, защото много си искал да се включиш в играта...“).
- Опитваме се да **назовем чувствата на събеседника си** (това, което мислим, че случилото се е предизвикало у него - „И заради това сигурно си се почувствал самотен и отхвърлен?“).
- **Периодично обобщаваме същността** на казаното до момента.

- *Когато сме изслушали събеседника си и сме споделили разбирането си за чувствата и изживяванията му, следва да споделим и своите собствени („След като разбрах как се чувстваш, бих искала да ти кажа как се чувствам аз, когато се налага да напомням правилата няколко пъти и да прекъсвам историята, която чета...“).*
- *Предлага се решение на конфликтната ситуация, като целта е **последниците** да бъдат **възпитателни, а не наказателни**. С избраните последици детето следва да допринесе за разрешението на ситуацията или да разбере сериозността на постъпката си, а не единствено да се чувства виновно и порицано. **Важно! Когато се избират последици при неспазването на правилата на групата, е важно те да бъдат съобразени с този принцип.***

*Когато детето споделя за състоял се конфликт, е важно да се насочва така, че да споделя предимно собствените си действия, чувства и изживявания, като се използва **Аз-форма-та на общуване**. Това насърчава поемането на отговорност за собственото поведение.*

### *Изграждане на социално отговорно поведение и подпомагане на емоционалната зрялост*

В предучилищна възраст децата започват да различават, идентифицират и назовават чувствата си, като заедно с това придобиват разбирането за това какво ги предизвиква - кога са ядосани, какво ги натъжава, как могат да зарадват някого и т.н. Осъзнатото разбиране за емоциите и изживяванията е необходимо условие, за да могат успешно да интегрират чувствата, мислите и действията си. И тъй като това е процес, който продължава през целия живот и от който зависят нагласите ни, качеството на отношенията ни, самооценката ни и, в крайна сметка, удовлетвореността ни от живота, е важно да получат специално внимание от самото начало.

Като възпитатели наша задача е да предложим моделите на изразяване и регулиране на емоциите, които са в основата на емоционалната интелигентност. Зрялото изразяване и регулиране на емоциите има отражение в различни аспекти на живота:

- \* *детето, което успява да овладее тревогата от представянето си в училище;*
- \* *младежът, който решава да замени гнева си със себеотстояване;*
- \* *възрастният, който успява да говори за чувствата си и да изрази недоволството си, без да вменява вина и да възприема себе си като жертва;*
- \* *родителят, който успява да удовлетвори нуждата от любов и признание на децата си;*
- \* *човекът, който знае, че е нужно да инвестира в себе си, за да бъде пълноценен и в отношенията си с другите;*
- \* *човекът, който знае кога и как да казва „Не“, за да отстоява принципите си и да не се поддаде на чужда манипулация;*
- \* *човекът, способен да намери радостта в дребните събития от ежедневието и да види потенциала и урока в една кризисна ситуация;*
- \* *човекът, който е готов да отдаде грижа и внимание с радост и удовлетворение;*



- \* човекът, способен да разбере изживяванията и чувствата на събеседника си;
- \* човекът, способен да види поводите за благодарност в живота си, а не да ги приема за даденост;
- \* човекът, който успява да се адаптира към възходите и паденията в живота;
- \* човекът, който успява да си поставя цели и да ги следва с мъдрост.

Това са все плодове на развитата емоционална зрялост.

От друга страна, децата, при които не се развиват успешно умения за здравословно изразяване и регулиране на емоциите, са по-склонни да реагират гневно и импулсивно, да се затварят в себе си и да избягват контакта със значимите възрастни, да развиват по-дълбоки страхове, да създават неумели социални контакти и да не успяват да интегрират поводите за радост и удовлетворение. Дори и развитието на подобни нагласи да се избегне, в по-зряла възраст невъзможността за здравословно изразяване и регулиране на емоциите може да доведе до изявена тревога в общуването, неувереност в собствените възможности, изявени конфликти в рамките на дома и работното място, емоционално хранене и проблеми с теглото, склонност към намиране на оправдания за собственото поведение и търсене на вина у околните, изявена себечентричност и неспособност за разбиране и отзоваване на чуждите емоции и др.

Възможните изводи са, че насърчаването на емоционална зрялост е ключово за развитието на здрава самооценка и увереност, пълноценните отношения, вътрешната мотивация и целеустременост, а заедно с това и добродетелите на характера – грижа, отзивчивост, справедливост, ентузиазъм, търпение, умереност, смелост и др. Тоест, емоциите водят нагласите, поведението и начина ни на мислене и с това до голяма степен определят и решенията, които взимаме.

### ***Как да насърчим тези така важни умения?***

Съществуват няколко водещи насоки, които подпомагат здравословното изразяване и регулиране на емоциите:

- \* Няма правилни и грешни чувства.
- \* За да бъдат разбрани и овладени, емоциите следва да бъдат признати.
- \* Емоциите **ТРЯБВА** да бъдат изразени – въпросът е как?
- \* Нашата роля е да помогнем на децата да усвоят умения за изразяване и саморегулация.
- \* Насърчаването на собствената ни емоционална зрялост е най-важната инвестиция.

### ***Без правилни и грешни чувства***

Понякога ни се струва, че не е правилно да изразяваме „негативните“ си чувства. От малки ни учат, че да показваме гняв, страх или тъга е нещо „лошо“, а да показваме радост и спокойствие е „хубаво“. „Лошите“ чувства „трябва“ да бъдат спрени или заменени с по-приемливо или по-приятно поведение. Убеждават ни, че „няма защо да ни е страх“, „няма да търпят такова гневно поведение“ или „не е нужно да плачем“. И всичко това може да бъде вярно. Основанията за чувствата ни могат да бъдат

нереалистични, но чувствата са съвсем реални. Всяка емоция има определена цел и предназначение и свидетелства за нагласите, убежденията и мислите на човека, който я проявява.

### ***За да бъдат разбрани и овладени, емоциите следва да бъдат признати***

„Трудно ти е да оставиш играчката и да се приготвиш за вечеря и затова си разстроен ли?“

„Иска ти се да сме само двете и затова се държиш така грубо със Стефи ли?“

„Ехаа, колко си развълнуван – какво те зарадва толкова?“

„Притесняваш се какво ще кажат децата, защото мислиш, че сандалите ти са грозни ли?“

„Знам, че си изморена и гладна и ти е трудно да запазиш търпение.“

„Да, в началото винаги е трудно. Знам, че ти изглежда невъзможно и се ядосваш.“

***За да можем да признаем една емоция, е важно да си дадем сметка за основанията за нея, да се опитаме да запазим самообладание и да я назовем с отзивчивост и авторитет. Това означава да свържем поведението с дадената емоция***, като се постараме да покажем разбиране и спокойствие – и когато е нужно, да ги съчетаем с твърдост.

Това е нужно, за да насърчим саморегулацията на емоциите и разбирането за тях. Това отношение подхранва и доверието на детето към възрастния, и нагласата за това, че то може да получи разбиране и да разчита на преценката и съвета на авторитетната фигура.

Подобен подход има своето значение и за съзряването на мозъчните структури и създаването на модели за реакция. Предучилищната възраст е периодът на интензивно съзряване на мозъчните структури и развитие на моделите на поведение (една от причините да говорим за „първите седем“). Тоест, обратната ни връзка в ситуациите на изразяване и овладяване на първите емоционални реакции на детето са първите модели за това как е уместно да се постъпва в тези ситуации. Нашите реакции учат децата. Назовавайки с имена емоциите и изживяванията, помагаме на децата да осмислят и приемат чувствата си, а също така и да ги разберат. Тогава вече те не са така страшни, лоши или „превземачи“ – имат си име, обяснение и един чудесен възрастен, който е способен да даде насоки за това как може да се справят с тях.

### ***Емоциите ТРЯБВА да бъдат изразени***

Думата „emotion“ означава „energy-in-motion“. Всяка емоция съдържа специфичен психичен заряд, който търси своя израз посредством изблиците на гняв, тъга, вина, радост и т.н. Ако поривът се спре, този заряд се пренасочва навътре към индивида и се трупа под формата на необработени емоции, които търсят своя „отдушник“ по несъзнавани пътища. Потиснатите страхове могат да се пренасочат в кошмари, нервни тикове, агресия. Задържаният гняв може да се изрази с пасивно-агресивно поведение, автоагресия, чувство за вина и др.

***Да позволим на децата да говорят за емоциите си е едно от най-важните неща, които можем да направим като възпитатели.*** Ако искаме децата да изпитват единствено приятни емоции, ще ни е трудно да приемем, че понякога могат да бъдат разочаровани, тъжни, уплашени, ядосани или предизвикани. Възможно е да бъдем свидетели и на изявено гневни изблици, при които казват неща, които ни озадачават и тревожат „Не те обичам!“, „Мразя се!“, „Не искам да съм тук!“. *Когато децата проявяват подобни силни чувства, е много важно да чуем какво имат да кажат и да им дадем шанс да обяснят защо се чувстват така ядосани или тъжни.*

Изводът е, че този заряд следва да бъде изразен. Нашата роля е да позволим това да се случи по здравословен начин и да покажем успешните модели за това. Изпитваният гняв не е оправдание за това да удариш и обидиш някого – той е причина да искаш да го направиш. И ***реакцията*** на гняв ***следва да бъде коригирана, а не емоцията зад нея.*** Приемствеността, която показваме към определена емоция, е знак за децата, че тази емоция не е страшна, срамна, а напротив – тя е нещо нормално и могат да се справят с нея. Тази приемственост служи и за още едно много важно нещо – децата се научават, че не е нужно да бъдат усмихнати и спокойни, за да бъдат обичани. Те не трябва да заслужат обичта на близките си, защото я имат безрезервно. ***Безусловната любов на възрастния е изключително важна за емоционална зрялост.***

### ***Усвояване на умения за изразяване и регулиране на емоциите***

***Когато емоциите са изговорени и разбрани, те вече не съдържат същия заряд.*** Това понякога е достатъчно, за да може детето да се успокои и овладее. В други ситуации е нужно да предложим и допълнителни насоки, с които да предложим здравословното изразяване на емоциите.

***„Знам, че си ядосан, че Боян ти дръпна играчката от ръката. Искам да знаеш, че дори и тогава не може да удряме и да посягаме един на друг по този начин. Той все още се учи как да общува мило и внимателно и затова не винаги разбира, че не е редно да дърпа нещата, които иска. Заедно се стараем да се учим да бъдем внимателни и ти сам знаеш колко трудно може да бъде понякога. Вместо да викаш и да му посягаш, опитай се да му кажеш по-спокойно, че искаш да те попита преди да я вземе и че не ти е приятно, когато ти я дърпа по този начин от ръцете.“*** (Тук може и вие да му покажете как да направи това със самообладание. След това би било да се обърнете и към другото дете (Боян) и да го насърчите да попита и да обясните защо не е редно да взема насила нещата, които иска).

По този начин помагаме на децата да се поставят на мястото на другите и да разберат повече за техните чувства и мотиви и така да управляват по-умело и собствените си реакции. Ако едно по-голямо дете знае, че неговото по-малко братче или сестриче все още се учи как да общува, е по-вероятно да не „приема толкова лично“ това, че играчката ще бъде изтръгната от ръцете му. Както и за нас е по-лесно да приемем реакциите на детето, когато познаваме спецификите и възможностите на възрастта, и знаем, че бебето на 9 м. може да сподели пюрето от грах с дрехите, стола,

масата и пода. *Емпатията е основен елемент от изграждането на емоционална зрялост.*

Както ние се съобразяваме с чувствата и възможностите на децата, така е **важно да насърчим и тях да проявяват разбиране в моментите, в които сме изморени, разстроени, щастливи и т.н. и да обясним спокойно как се чувстваме и от какво имаме нужда в момента.** „Знам, че много искаш да си играем в момента. Имам нужда да си почина, защото се чувствам изморен. Дай ми малко време и след това ще дойда, за да ми покажеш каква кула си построил.“

**ИГРАТА** е основен начин, по който децата научават повече за света, освобождават емоциите си и създават нагласите си. **Създаването на игрови ситуации, в които се демонстрира как играчките изразяват чувствата си, разрешават конфликтите си и общуват помежду си е чудесен начин децата да усвояват различни умения, които едновременно с това свързват с вълнение и приятно време.** За играта не е нужно да се е стигнало до проблемна ситуация, а може да се използва като превенция и любим метод за изграждане на умения.

*За успешното създаване на пълноценни навици за изразяване и управление на емоциите е важно те да бъдат насърчавани и извън ситуация на изблик на емоцията и да станат част от изграждането на правила и модели на общуване в групата и детската градина. Използвайте книжки, видео клипове, примери от ежедневието, игри и др., за да илюстрирате желаните емоционални реакции, да говорите за последиците от импулсивната проява на емоциите и да дадете възможност на децата да се поставят на мястото на човека срещу себе си и да разберат чувствата му.*

### ***Изразяване на собствените емоции***

Изразяването на собствените емоции е още един основен начин да помогнем на децата да се справят със собствените си емоции и да видят добрите модели, към които ги призоваваме. Когато възпитателите са тъжни, засрамени, виновни, щастливи, уплашени, е важно да говорят за чувствата си. Това показва на детето, че и на него му е „позволено“ да се чувства така и няма нищо нередно или страшно. По този начин получава и примери за това как да постъпва, когато емоциите го завладеят. Ако като възпитател, кажем на детето, че днес се чувстваме тъжни и имаме нужда да говорим тихо, да получим разбиране и послушание и да прочетем определена книжка, то това ще даде насока на детето за това, как може да постъпи в подобна ситуация, а също ще потвърди колко значимо е то за нас.

Начините, по които изразяваме и управляваме емоциите си, са готови модели, които децата заучават чрез наблюдение и имитация. И още повече – щом те идват от възпитателите, те са безусловна истина и висш модел.

Това означава, че всички методи за успешно изразяване и управление на емоциите се отнасят и до нас самите като възпитатели и учители и преди всичко като хора. Приложението им би подпомогнало собствената ни емоционална зрялост, която е значимо условие за чувството ни на удовлетвореност, създаването на пълноценни

отношения и реакциите ни в различни житейски ситуации. Това е ценна и значима инвестиция, като плодовете от нея можем да предадем и на децата, за да ги подпомогнем в процеса на израстване.

Деца, учители и родители имат своите „лоши“ дни. Това, че не винаги успяваме да запазим самообладание, не означава, че губим авторитета си. Това може да се случи обаче, ако проявим инат и настояваме, че сме били прави във всяка ситуация, или отказваме да говорим с децата за чувствата си. Когато ни е трудно да овладеем емоция на гняв, например, имаме добра възможност да се извиним и да признаем желанието си да се държим по различен начин, както и това, че полагаме усилия („*Извинете, че повиших тон, когато се ядосах, деца. Знам колко важно е как говорим помежду си и ще се старая да говоря, когато съм спокойна.*“). В противен случай, светът на детето и този на възрастния изглеждат като две различни планети, а всъщност от емоционална гледна точка не е съвсем така. Важно е възпитателят да води и да бъде откровен, разбиращ, но и да търси разбиране и съобразяване, да насочва със собствения си пример и заедно с това да признава грешките и слабостите си. Да бъде човек преди да бъде възпитател и така да изгражда топла и сърдечна връзка с детето.

### ***Използване на разнообразни и атрактивни похвати на преподаване***

Заедно с фокуса върху възпитателния аспект на образованието, бихме искали да осигурим и пълноценен, разнообразен и ангажиращ стил на преподаване, който да нсърчи любознателността на децата и да им позволи да бъдат ентусиазирани участници в учебния процес. За тази цел преподавателите в градината ще:

- Организират старателно подготвени, възпитателно и образователно ориентирани и атрактивно представени учебни ситуации.
- Дават възможност на децата да споделят мисли, мнение и чувства и да ги изслушват с уважение.
- Въвеждат учебните теми, като използват едновременно поне ***три от изброените елементи:***

- \* *Беседа*
- \* *Дискусия*
- \* *Споделяне на разказ/ приказка по темата*
- \* *Споделяне на нагледен материал*
- \* *Творческа задача*
- \* *Работа по групи*
- \* *Видео клип/ песен*
- \* *Игра*

Воденето на учебните ситуации изисква изразителност, особено внимание върху езика на тялото и гласа и артистичност. Учителите въздействат на децата не само със съдържанието на учебния план, но и с присъствието и ангажираността си в самия процес на преподаване. Смяната на интонацията и височината на гласа, вживяването, жестовите и движението на преподавателя имат голямо влияние върху концентрацията и ангажираността на вниманието на децата.

**Обстановката на радост** обуславя пълноценния процес на учене, като подпомага възприятията и формирането на дългосрочни познания. Учителите ще изграждат ведра атмосфера, когато общуват и преподават с усмивка, насърчават смеха и спокойствието на децата и изразяват радост в комуникацията си.

### **Създаване на пълноценна билингвална среда**

С цел пълноценното развитие на езиковите умения и създаването на пасивен и активен речник на английски език, главните учители ще общуват с децата изцяло на английски език.

Вашата подкрепа може да укажете като заедно с детето четете книжки на английски език и избягвате да изисквате от него да говори на английски език, ако то не проявява желание.

*МИЛИ РОДИТЕЛИ, вашето участие в училищния живот и пълноценното развитие на детето е от първостепенно значение. Затова ви молим:*

- Да споделяте важна и актуална информация за детето, за да можем да го опознаем истински и да съобразим най-добрия и удачен подход към него
- Да показвате точност при воденето и взимането на децата от училище
- Да пазите и подкрепяте авторитета и достойнството на педагогическия екип и учебната институция и да насърчавате децата да правят същото
- Да обсъждате притесненията си лично с учителите или ръководството, в отсъствието на децата.
- Да се доверите на професионализма и отдадеността на нашите преподаватели
- ... И заедно с това да имате търпение към тях, когато все още търсят пътя към децата.
- Да позволите на децата да се цапат, разочароват, влизат в конфликти, бъдат тъжни или ядосани и да помните, че това е част от израстването и опознаването на света.
- Да ни бъдете съдружници в подпомагането на емоционалното и личностното развитие на децата като ги насочвате да взимат самостоятелни избори, основани на
- Да ги насърчавате да поемат отговорност за собствените си мисли, чувства и реакции и да избягват търсенето на оправдания и вина в околните