



**Создание
психологического
комфорта в детском
саду для сохранения и
укрепления
психологического
здоровья и развития
личности ребёнка.**



Чемезова О.И.
2925г.

Современные дети отличаются от предыдущих поколений больше, чем когда-либо: за весь известный нам отрезок истории ничего подобного еще не случилось. Так, на них не действует тактика внушения чувства вины, к которой обычно прибегают на ранних этапах в семье и общественных учреждениях. Они почти не реагируют на принуждения, нотации, наказания, запреты и другие общепринятые методы воспитания и дисциплины, которыми пользуются воспитатели и родители. Современные дети откликаются на уважение, на уважение к ним как к разумным личностям, уважение к их проблемам, которые для них не менее сложны, чем взрослые трудности для их родителей. Они не всегда ведут себя правильно. Среди них есть трудные дети. Но каждому из них нужно предоставить шанс получить от взрослых те советы, которые будут поощрять лучшее, что есть в этих детях.

«Создание психологического комфорта в группе»

Детский сад является особым местом в жизни большинства из нас. Это теплый и уютный дом, в котором принимают и понимают каждого ребенка таким, какой он есть, развивая его в дальнейшем, как личность. Одним из важнейших направлений в работе педагогов является создание для детей комфортного психологического климата. Очень важно, с каким настроением ребёнок переступит порог детского сада. Хочется видеть каждого ребёнка, идущего в детский сад, счастливым и не обременённым непосильными для его возраста заботами.

Цель создания психологического комфорта детей в группе: сохранение психологического здоровья каждого ребенка и развития его личности.

Психологический комфорт – условия жизни, при которых человек чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться. Мы можем говорить, что ребёнку комфортно в группе, если ребенку эмоционально хорошо, когда он приходит в детский сад в хорошем настроении и в течение дня оно почти не меняется; когда деятельность его успешна или же переживается им как успешная благодаря внимательному отношению окружающих; когда отсутствует переживание опасности со стороны окружения; когда есть друзья, с которыми хочется играть и которые взаимно проявляют интерес; когда к ребенку хорошо относятся воспитатели и вообще все окружающие.

Психологическое здоровье или нездоровье ребёнка неразрывно связано с психологической атмосферой, или климатом семьи и климатом в группе детского сада, и зависит от характера взаимоотношений со взрослыми.

Психологический климат в группе не является чем-то неизменным, данным раз и навсегда. Его создают члены каждой группы, и от их усилий зависит, каким он будет, благоприятным или неблагоприятным.

Основным условием нормального психосоциального развития ребёнка признается спокойная и доброжелательная обстановка

Известно, что стоит только переступить порог группы можно ощутить атмосферу раскованности или закрытости, спокойной сосредоточенности или тревожного напряжения, искреннего веселья или угрюмой настороженности, которая присутствует в группе.

Атмосфера в группе детского сада определяется:

- 1) Отношениями между воспитателем и детьми;
- 2) Отношениями между самими детьми;

3) Отношениями между воспитателями;

4) Отношениями между воспитателями и родителями.

Воспитатель оказывает весьма существенное влияние на качество группового климата. Фактически именно воспитатель (а не дети, как нам обычно кажется) создаёт определённый климат в группе.

Говоря об отношениях между воспитателями и детьми, хочу напомнить о стилях педагогического общения, среди которых выделяют авторитарный, либеральный, демократический.

Авторитарный стиль

Педагог – руководитель, организатор; дети – исполнители (несамостоятельные, безынициативные)

Принцип педагога: «Доверяй, но проверяй» (недостает уважения, доверия к личности ребенка);

Ожидание беспрекословного послушания, повиновения;

Не учитывает отношения между детьми;

Не признает ошибки;

Низко оценивает возможности детей;

Публично указывает ребенку на его ошибки, недостатки поведения.

Либеральный (попустительский) стиль общения

Педагог безынициативен, недостаточно ответственен;

Переоценивает возможности детей;

Выполнение своих требований не проверяет;

Нерешителен;

Во власти детей;

Учитывает взаимоотношения в группе;

Человек настроения.

Демократический стиль

Педагог учитывает особенности возраста детей, оптимально делит функции между собой и детьми;

Изучает и учитывает межличностные взаимоотношения;

Проявляет максимум требований, максимум уважения;

Испытывает потребность в обратной связи от детей;

Умеет признавать ошибки;

Предпочитает плодотворный разговор с ребенком наедине.

Из изложенного в определениях можно сделать вывод: наиболее оптимальным и эффективным является демократический стиль, именно он служит формированию сознательной дисциплины, творчества, познавательной активности. Именно он предполагает снятие (по возможности) всех стрессообразующих факторов воспитательно-образовательного процесса, создание в группе, на занятиях, во время других режимных моментов такой атмосферы, которая расковывает детей и в которой они чувствуют себя “как дома”.

Отношения между самими детьми.

Позитивные отношения между детьми внутри группы являются неотъемлемой составляющей для создания психологического комфорта. Между тем, в детском коллективе неизбежны конфликтные ситуации. Задача воспитателя - не просто умело разрешать острые ситуации среди воспитанников, но и, что более важно, не допускать

их появления. А сделать это можно, создав крепкие и дружеские отношения между ребятами.

Можно выделить следующие средства формирования дружеских отношений дошкольников

- художественные средства. к ним относятся художественная литература, музыка, кино, диафильмы, иллюстрации. Ценность данных средств определяется, прежде всего, их влиянием на эмоциональную сферу личности.
- совместный труд, он используется в воспитании детей старшего дошкольного возраста. В процессе его дети наряду с трудовыми задачами решают и нравственные: договариваются о разделении труда, помогают друг другу в случае необходимости, «болеют» за качество общей, совместной работы
- совместная художественная деятельность - подготовка и проведение праздников, развлечений, конкурсов, соревнований и других эмоционально насыщенных форм воспитания,
- этические беседы, Воспитатель должен не только рассказывать детям, о том, как нужно действовать вместе, сообщая, как помогать друг другу, но и выражать свое личностное отношение к проявлениям дружеских отношений детей, замечать их, одобрять: похвалить ребенка за внимание к товарищу, восхититься тому, что ребенок умеет сопереживать, сочувствовать товарищу, радоваться его успехам.
- пример взрослого Немаловажное значение в развитии дружеских отношений детей имеет педагог, его интуиция, наблюдательность, психолого-педагогическая культура.

Отношения между воспитателями.

Микроклимат в группе, отношения между педагогами, работающими в паре – это важный момент в создании психологического комфорта для детей.

Рекомендации педагогам по созданию благоприятного психологического климата:

- Развивайте в себе такое качество, как терпимость к другим людям, коллегам.
- Нетерпимость приводит к накоплению агрессии, которая в любой момент может вылиться на не в чем не повинных людей, в том числе на близких.
- Избегайте критиковать других, лучше действительно попытайтесь понять поведение другого человека.
- Учитесь снимать эмоциональное напряжение после рабочего дня;
- Радуйтесь успехам своих коллег, тогда при вашем успехе, за вас будет кому порадоваться.
- Педагогам, работающим в одной группе, необходимо придерживаться одних и тех же правил, требований, принятых совместно.
- К сожалению, далеко не всегда возникает дружба и взаимопонимание между воспитателями. Как бы не сложились отношения с напарником, надо помнить основной постулат педагогического общения: при возникновении конфликтов ваши отношения никак не должны отражаться на детях. Для них вы всегда должны оставаться друзьями, все конфликты и недоразумения оставляя за дверью группы.

Отношения между воспитателями и родителями.

Немаловажное значение в становлении психологического климата в группе имеет работа с родителями, т.к. только совместными усилиями можно добиться успеха. Основные правила установления хорошего личностного контакта и построения эффективного общения и взаимодействия с родителями.

Для того чтобы люди хотели с нами общаться, мы сами должны демонстрировать свою готовность общаться с ними. И собеседник должен это видеть. Необходима искренняя, доброжелательная улыбка! Она вроде бы ничего не стоит, но много дает. Одновременно с улыбкой необходим доброжелательный, внимательный взгляд (контакт глаз). Но не следует «сверлить» собеседника взглядом. Короткая дистанция и удобное расположение (от 50 см до 1,5 м). Такая дистанция характерна для беседы близких знакомых, друзей, поэтому собеседник подсознательно настраивается нас выслушать и помочь – благодаря этой дистанции мы воспринимаемся им «ближе». Но не переступать «границы» личного пространства собеседника!

Необходимо убрать барьеры, «увеличивающие» расстояние в нашем восприятии в общении (стол, книга, лист бумаги в руках).

Использовать по ходу разговора открытые жесты, не скрещивать перед собой руки, ноги.

Всем своим видом поддерживать состояние безопасности и комфорта (отсутствие напряженности в позе, резких движений, сжатых кулаков, взгляд исподлобья, вызывающая интонация в голосе).

Использовать прием присоединения, т.е. найти общее «Я»: «Я сам такой же, у меня то же самое!». Как можно реже употреблять местоимение «Вы...»(Вы сделайте то-то!», «Вы должны это...!»)Чаще говорить; «Мы»: «Мы все заинтересованы, чтобы наши дети были здоровы, умели..., знали...!», «Нас всех беспокоит, что дети...», «Наши дети...», «Нас объединяет общее дело – это воспитание наших с вами детей!»

Так же большое значение имеет предметно-пространственная среда, созданная для психологически комфортного пребывания ребенка в детском саду.

В группе можно создать такие условия

«Зайка- встречайка»

Даже если ребенок уже прошел адаптацию, ему порой все равно тяжело расставаться с мамой или папой по утрам в садике. Для того, чтобы расставание было менее болезненное в ясельной группе детей встречает Зайка-встречайка.

Цель: отвлечь ребёнка от переживаний во время расставания с мамой, снять эмоциональное напряжение.

«Следочки»

С целью создания условий для легкого расставания с родителями и завлечения ребенка в группу, в средних группах и группе ЗПР можно наклеить яркие следочки, которые вызывают положительные эмоции у детей. По следочкам дети проходят в группу.

«Мирилки».

Цель: научить детей бесконфликтному общению.

«Мирилки» развивают навыки вербального и невербального общения, помогают сосредоточить внимание детей на сверстнике, самостоятельно помириться после ссоры, стимулируют создание доброжелательной атмосферы в группе.

«Мирилку» располагают в доступном для детей месте. Поссорившиеся дети в любой момент могут подойти к ней и рассказать друг другу, как и из – за чего у них произошла ссора. Дети протягивают ручки в отверстия, смотрят друг на друга в окошечко и вместе проговаривают мирилку.

«Доска настроения»

Цель: определение эмоционального состояния каждого ребенка в группе, выделение детей, которым необходима эмоциональная поддержка, выяснение причины положительного или отрицательного эмоционального состояния и планирование работы по устранению отрицательных воздействий.

Утром и в течение дня ребенок может с помощью эмоциональных картинок показать свое настроение.

«Грустный стульчик»

Цель: повышение настроения, снятие эмоциональной нагрузки.

Ребенок, у которого испортилось настроение, может сесть на стульчик, на котором лежит игрушка – антистресс, ее можно помять и обнять. Эта игрушка приятная в расцветке, мягкая, вызывают приятные тактильные ощущения.

Воспитатель видит расстроенного ребенка и так же оказывает ему поддержку.

«Стульчик гнева.»

Цель: снятие агрессии.

Помогает выплеснуть накопившийся негатив при помощи антистрессовой подушки в виде кирпича, который можно «побить»

«Уголок уединения»

Уголок уединения» в группе – это зона, благодаря которой у детей есть возможность расслабиться, устранить беспокойство, возбуждение, скованность, сбросить излишнее напряжение, восстановить силы, почувствовать себя защищёнными.

Это место, где ребёнок может побыть наедине с собой, поиграть с любимыми игрушками, рассмотреть интересную книгу и т.д.

Основной целью организации уголка уединения в группе является - преодоление эмоционального дискомфорта дошкольников.

Минутка вхождения в день.

Цель: создать эмоциональный положительный фон в группе, научить детей взаимодействовать друг с другом.

Дети произносят слова в форме стихотворения, выполняют соответствующие движения, в конце берутся за руки, и желают друг другу хорошего дня.

Вывод: таким образом, только при выполнении всех 4ех составляющих будет обеспечен психологический комфорт детей.

