

Психологическая безопасность ребенка

«Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию и отдыху. Это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех его физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества», - пишет В.А. Сухомлинский.

Забота о психологическом здоровье ребенка сегодня – не просто модная тенденция или очередной педагогический изыск. Забота о здоровье детей в образовательном пространстве – это национальный приоритет, это забота о безопасности каждого сегодня растущего человека и безопасности нации завтра.

Создание условий психологического комфорта, когда окружающая среда оказывает не травмирующее, а развивающее воздействие на ребенка, получило название «психологической безопасности». Такие условия начинают создаваться в нашем детском саду с первой минуты пребывания ребенка в группе.

Отношения в нашем коллективе, с детьми строятся на принципах сотрудничества, взаимной помощи, доброжелательности. Детям нравится участвовать в совместной деятельности, вместе играть, создавать проекты и коллективные творческие работы. В детско-взрослых отношениях преобладают одобрение и поддержка, критика высказывается с добрыми пожеланиями. В нашем детском садике существуют нормы справедливого и уважительного отношения ко всем его членам.

Индивидуальная программа психологической защиты выстраивается на основании изучения личностных особенностей данного ребенка, его опыта, привычек, условий воспитания в семье. Делает это психолог нашего учреждения при участии родителей и воспитателей группы.

Надежными показателями того, что средства психологической безопасности выбраны верно, служат хорошее настроение малыша, проявляемое им чувство бодрости, радости, уверенности. Устойчивый оптимистический настрой говорит о том, что адаптация в социально-гигиенической среде сада проходит или уже прошла успешно.

Психологическая безопасность— такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка.

В нашем детском саду для психологической разгрузки проведена работа по созданию в каждой группе психологических уголков – уголков уединения, в которых ребенок может отдохнуть от шума группы, порисовать, полистать детские журналы книги, поиграть с любимой игрушкой, послушать музыку и др.

На психосоматическое состояние ребенка оказывает влияние эмоциональное состояние педагога, стиль его общения с детьми. Педагоги нашего доу имеют возможность освоить и внедрить с воспитанниками методические приемы и психокоррекционные методы, способствующие сохранению психического здоровья и предупреждению психоэмоциональных перегрузок у детей:

1. Обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня: использование в практике детского сада

таких режимных ритуалов как «Утреннее приветствие», «Минутки вхождения в день», которые объединяют детей, настраивают на доброжелательные взаимоотношения со взрослыми и детьми; игровое общение (подвижные игры немецкого психолога К.Фопеля); минутки душевного общения, когда воспитатель, расположившись на ковре вместе с детьми, хвалит детей, обсуждает их достижения, читает, играет с ними.

2. Применение психолого-педагогических приемов, направленных на блокирование и предупреждение нежелательных аффективных вспышек: релаксационные паузы; психологические настройки для привлечения внимания детей, выравнивания психологического климата в группе, выработки дисциплины; снятие напряженности в организации режимных процессов (профилактика переутомления); использование специальных игр для профилактики конфликтов, которые развивают у детей коммуникативность, навыки сотрудничества, эмоциональность, умение рефлексировать, повышают самооценку.

Для обеспечения психологической безопасности ребенка разработана система мероприятий:

- профилактика психоэмоционального состояния ребенка средствами физического воспитания: гимнастика, массаж, водные процедуры, специальные оздоровительные игры;
- работа с природными материалами — глиной, песком, водой, красками. арттерапия (лечение искусством, творчеством) увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма;
- музыкальная терапия — регулярно проводимые музыкальные паузы, игра на детских музыкальных инструментах. Положительное влияние на развитие творческих способностей оказывает театрализованная деятельность. Дети полностью погружаются в роль;
- предоставление ребенку максимально возможных в этом возрасте самостоятельности и свободы;
- расширение возможности контактов ребенка с другими детьми и взрослыми; создание развивающей предметно-пространственной среды.

Общепризнанным фактом является то, что успешность влияния развивающей среды на ребенка обусловлена его активностью в этой среде. Среда в нашем детском саду организована таким образом, что она побуждает детей взаимодействовать с её различными элементами, повышает функциональную активность ребёнка, даёт разнообразные, меняющиеся впечатления. Таким многофункциональным комплексом в нашем детском саду является сенсорная комната. Сенсорная комната – это маленький рай, где все светится, звучит, журчит, переливается, манит, ненавязчиво успокаивает, а если нужно, мотивирует к активной деятельности. В нашей сенсорной комнате или «волшебной», как её называют наши дети, игровые сеансы проводятся с детьми с низкой работоспособностью, чрезмерно утомляемыми, с адаптационными расстройствами, замкнутыми, тревожными. Яркость, привлекательность, красочность, необычность оборудования обеспечивает быстрое установление

эмоционально положительного контакта между ребенком и педагогом, повышает уровень доверия к взрослому, погружает ребенка в атмосферу игры, пробуждает позитивную мотивационную настроенность на активное выполнение той или иной задачи.

Оборудование нашей сенсорной комнаты разнообразно: сухой бассейн, мягкие кресла-мячи, сенсорные дорожки, звездное небо, кривые зеркала, сухой дождь, мягкие модули, пузырьковые колонны, специальное музыкальное сопровождение. Здесь нет опасных, твердых предметов, всего того, что может сковать действия ребенка, навредить, и есть все необходимое для развития и оказания положительного воздействия на психику ребенка. Для очищения воздуха имеется генератор аэроионов «Горный воздух».

Использование сенсорной комнаты направлено на решение следующих задач:

- развитие познавательной активности;
- стимуляция сенсорных процессов;
- коррекция психоэмоционального состояния (преодоление замкнутости, застенчивости, агрессивности, снятие мышечного и эмоционального напряжения);
- повышение мотивации;
- развитие общей моторики;
- стимуляция ослабленных сенсорных функций;
- облегчение социальной адаптации;

В ходе игровых сеансов педагогами используются различные методики для воздействия на ребенка через соответствующие органы чувств: свето-, звуко-, и цветотерапия. Самым сильным и наиболее эмоционально окрашенным, сказочным эффектом обладают световые стимулы:

- пучок волоконно-оптических волокон “Звездный дождь”. Его использование способствует развитию тактильных и зрительных ощущений, снятию напряжения. Блестящие, сверкающие волокна позволяют концентрировать внимание, формируют представления о цвете.
- пузырьковые колонны – основной элемент сенсорной комнаты. Они способствуют зрительному и тактильному восприятию, релаксации в процессе представления образов. Безопасные акриловые зеркала, помещенные за светящимися колоннами, усиливают этот эффект.
- Зеркальный шар, звездное небо способствуют развитию зрительного восприятия, ориентировке в пространстве, созданию психологического комфорта, снижению тревожности, развитию воображения.

Все проводимые в сенсорной комнате игровые сеансы носят развивающий характер. А для того, чтобы педагоги могли сами проводить игровые сеансы в сенсорной комнате, я провела семинар «Сенсорная комната. Правила поведения», на котором всех ознакомила с методикой проведения занятий, игровых сеансов.

Также интересно и увлекательно проходят занятия на темы: “Путешествие в морское царство”, “В лесу”, «Утки на пруду» и т.д. Одним из важных преимуществ сенсорной комнаты заключается в том, что она позволяет обогатить ребёнка положительными эмоциями, значительно сокращает этап

установления эмоционального контакта с ребёнком. Детям очень нравится сеансы в сенсорной комнате. После игр в волшебной комнате дети “заряжаются” положительными эмоциями на весь день и с нетерпением ждут новых встреч в этой комнате. В результате после посещения сенсорной комнаты у детей наблюдается позитивное самочувствие, высокая активность и хорошее настроение.

На своем опыте убедились, что пребывание в сенсорной комнате способствует улучшению психоэмоционального состояния детей, способствует сокращению адаптационного периода, улучшает общее самочувствие, нормализует сон.

Сенсорное развитие играет важную роль в психологическом и социальном становлении личности ребёнка. Психическое развитие, развитие интеллектуально – познавательной сферы и речи ребенка происходит в процессе интеграции внешнего мира во внутренний. Сенсорная комната для ребенка – это идеальная обстановка, в которой он не только расслабляется, но и получает новые представления о мире, новые ощущения, заряжается энергией для активной деятельности. Самым важным и уникальным, в нашей работе, является то, что независимо от направлений работы и планируемых результатов, сложности нарушения развития или поведения, наши занятия позволяют повысить функциональные и адаптивные возможности организма и активизировать индивидуальный ресурс каждого ребенка, создавая тем самым возможность успешной интеграции в социум.