

# Консультация для педагогов

## «Создание условий для эмоционально-благополучной атмосферы в группе ДОУ»

Эмоциональное благополучие определяется как положительно окрашенное эмоциональное самочувствие ребенка, характеризуемое ощущением значимости, принятия, доверия, нужности, и возникающее в результате удовлетворения фундаментальных потребностей в безопасности, любви, уважении, самовыражении и общении. Эмоциональное благополучие дошкольника обуславливается разнообразными факторами: физическое самочувствие, психологический климат в семье, самооценка ребенка, его взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, стили общения педагогов с детьми (К. Н. Вентцель)

Очень важно научить дошкольников принимать себя такими, какими они являются в действительности, - признак душевного здоровья и показатель личностного роста. Ведь самопринятие во многом определяет характер взаимодействия с другими людьми. Поэтому развитию этого чувства у детей необходимо уделять серьёзное внимание с самого младшего возраста. Для решения данной проблемы необходимо создать соответствующие условия, организовать предметную среду, ориентируясь на то, чтобы создать атмосферу тепла и мягкости. Группа должна создаваться как дом, где будут жить взрослые и дети. Именно жить, а не обучаться или только играть. Важно, чтобы и дети, и все работающие в группе взрослые чувствовали себя уютно, спокойно, расслаблено. Эмоционально благоприятная атмосфера в группе определяется следующими факторами:

- Отношениями между воспитателем и детьми;
- Отношениями между самими детьми;
- Отношениями между воспитателями;
- Отношениями между воспитателями и родителями.

Для организации и поддержания благоприятного климата в групповой определены следующие условия:

1. Продумать обстановку в группе.  
(мебель, цветовое решение, наличие игрового материала и пр.).
2. Создать условия для организации эмоционально - развивающей среды в группе (создание положительного эмоционального настроения в группе детей; обеспечение эмоционально тёплой атмосферы в группе; побуждение у детей совместных эмоциональных переживаний; создание атмосферы

эмоциональной безопасности; развитие у детей умений и навыков отражать своё эмоциональное состояние).

3. Разнообразить занимательную деятельность, игры, упражнения по психогимнастике

(на накопление эмоций, на эмоциональное общение ребёнка со сверстниками и взрослыми, на преодоление негативных эмоций, на снятие эмоционального напряжения, на развитие эмпатии у детей и др.).

Выделяем основные педагогические условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие дошкольников.

К ним относятся:

- удовлетворение потребности ребенка в общении с педагогом (общение с воспитателем на основе лично - ориентированной модели воспитания и в рамках определенных традиций «на равных»);
- удовлетворение потребностей ребенка в общении или в совместной деятельности со сверстниками (создание предпосылок для гибкого и жизнерадостного поведения детей в разных жизненных ситуациях на основе игровой деятельности; формирование у ребенка положительного отношения к взаимодействию со сверстником с помощью актуализации приятных воспоминаний в рамках определенных традиций группы и театрализованной деятельности);
- достижение успеха в какой-либо деятельности (реализация потребности ребенка в свободной самостоятельной деятельности).

Планируя свою работу учитываем основные педагогические условия и определяют средства их реализации, способствующие эмоционально – психологическому благополучию каждого ребенка, а значит и группы в целом.

Создавая эмоционально – развивающую среду в каждой возрастной группе необходимо придерживаться не только цели педагогических воздействий, но и соотносить ее с задачами эмоционального развития детей дошкольного возраста.

Внешняя обстановка – т.е. эмоционально-настраивающий компонент среды.

Цветовое решение в группах спокойное для восприятия, но не однообразно. Эстетика окружающей обстановки – в спальнях, в раздевалках, в умывальных, при принятии пищи, во всех помещениях детского сада.

Пространственные изменения обстановки, удобное размещение мебели, удобный подход, организация игровых зон с учетом возраста и интересов детей, а также выделены зоны для индивидуальной игры, подгрупповой и

совместной деятельности взрослого и ребенка. «Зональность развивающей среды» позволяет детям рассредоточиться и выбрать дело по интересу.

Размещение игрового материала: игровой материал, размещается на открытых стеллажах и в специальных ячейках. Игрушки яркие, красочные, привлекательные.

Отношения между участниками совместной жизнедеятельности – т.е. эмоционально-поддерживающий компонент среды.

Проведение «утра добрых и радостных встреч», позволяющих каждому ребенку ощутить себя в центре внимания. Разнообразие организованной деятельности детей, игры, упражнения по психогимнастике (на накопление эмоций, на эмоциональное общение ребёнка со сверстниками и взрослыми, на преодоление негативных эмоций, на снятие эмоционального напряжения, на развитие эмпатии у детей и другие).

Режимные моменты, организующие процесс пребывания ребенка в группе детского сада – т.е. эмоционально-стабилизирующий компонент среды.

Для решения данной проблемы необходимо создать соответствующие условия, организовать предметную среду. С этой целью внедряем в работу следующие приемы и методы.

Уголки психологической разгрузки в группах, которые применяются для достижения релаксации и отдыха. Они способствуют умственному развитию детей, гармонизирует эмоциональный фон, возбуждает интерес к исследованию.

Так, например, в первую очередь, можно организовать для детей «Полянку настроения», которая каждое утро встречает их в раздевалках: солнышко и разноцветные мимические цветочки. Под каждым цветочком крючок. У каждого ребенка фото на петельке, приходя в группу, дети вешают свою фотографию к соответствующему их настроению цветку. Если настроение меняется, дети перевешивают свою фотографию. «Полянка настроения» привлекает детей и помогает им понимать собственные эмоции, эмоциональные состояния других, способствует овладению средствами эмоциональной выразительности. Эту же задачу выполняет и зеркало эмоций. Ребёнок видит себя и рассказывает о себе всё хорошее, с помощью мимики учится понимать состояние товарищей. Остальные дети подсказывают, учатся говорить друг другу комплименты, создают свой положительный образ. «Полянку настроения» можно использовать в начале дня, чтобы контролировать, с каким настроением приходят дети в детский сад, или в течение дня, что дает возможность отследить комфортность режимных моментов. Можно отследить настроение ребёнка на протяжении всей недели и вести дневник наблюдений воспитателя или психолога.

Для обучения детей бесконфликтному общению используются дидактические игры «Азбука настроений», «Что такое хорошо, и что такое плохо» и др.

В качестве оборудования для психологического уголка предлагаю пре «Мешочки настроений». «Мешочек радости» изготовлен из светлого материала с соответствующим изображением лица хорошего настроения. «Мешочек грусти» изготовлен из тёмного материала с соответствующим изображением лица плохого настроения. Мешочки завязаны шнурками. Если у ребёнка плохое настроение, он может взять мешочек, развязать шнурок и «сложить» в него своё плохое настроение, обиды, злость, а потом тщательно завязать. Потом из другого мешочка берёт хорошее настроение, смех, улыбку, радость.

Наличие в группе мягкой мебели даёт возможность расслабиться, рассмотреть семейные альбомы, фотографии, детские рисунки, домашние реликвии - что способствует снятию напряжения, поднятию настроения, помогают формировать у детей важнейшие духовные ценности, в том числе представление о гармонии семейных отношений. Это рождает в ребенке чувство защищенности, теплоту, любовь, потребность заботиться друг о друге.

«Шкатулка секретов». В ней сложены пушистые бубончики, кусочки меха, мягкие кисточки, гладкая стеклянная палочка, кусочек шёлковой ткани и т.д. Ребёнок закрывает глаза, педагог проводит по его руке любым предметом с вопросом «Что это? Угадай?».

Разнообразные волшебные предметы: шляпа, колпачки, палочка, плащ и т. д. помогают воспитателю вместе с детьми совершать чудесные путешествия и превращения, сделать общение с детьми сказочным, насыщенным приятными сюрпризами, причем не только во время занятий, но и в свободной игровой деятельности.

Для снятия эмоционального напряжения и умения выразить такую негативную эмоцию как гнев (агрессия) в приемлемой для окружающих форме, используются «Коврик злости», «Упрямая подушка», «Лист гнева».

В уголке можно разместить корзинку с клубочками разноцветных ниток. Их цель: успокоить расшалившихся детей, научить их одному из приёмов саморегуляции. Сматывая яркую пряжу в клубки, ребёнок успокаивается. Ещё один вариант использования клубков – воспитание чувства принадлежности к группе, безопасности в коллективе. В этом случае в игре участвует и педагог. Наматывая нитку на большой палец правой руки, педагог начинает петь песенку (например, «Колобок», «Теремок»). Затем передаёт клубок ребёнку, назвав его по имени, и тот продолжает песенку. К концу песенки все соединены одной ниточкой. Все снимают нитку с пальца и кладут на стол. Внимание детей обращается на то, что ниточка не порвалась, и ребята в группе будут также дружить и помогать друг другу.

Немаловажный атрибут психологического уголка, целью которого является научить детей разнообразным способам примирения после ссоры – «Кукла Мирилка». Поссорившиеся дети берут с разных сторон руки куклы, произнося разные стихи – мирилки. Многие из них, нам, взрослым, знакомы с детства. От куклы дети испытывают дополнительно тактильные ощущения и не только забывают обиды, но и стараются сразу поиграть с ней.

В дополнение ,спортивный уголок, где добавлены игры с мячом, разноцветными ленточками, верёвочками на сплочение детей, увеличение внутренней доброжелательности и формирование самопринятия.

Для снятия стресса, мышечного зажима применяется мышечная релаксация. Умение расслабиться даёт возможность снизить уровень переживаний путём воздействия на состояние тела. Это помогает ребёнку снять напряжение, успокоиться, ведь полное расслабление мышц несовместимо с негативными эмоциями и как следствие приводит к спокойному и позитивному эмоциональному состоянию. Используется музыкальный центр с аудиотекой релаксационной направленности и большим набором текстов для релаксаций и визуализаций.

Применяем упражнения на дыхание. Ровное, спокойное дыхание – ум находится в покое, частое – ум встревожен. Упражнения на дыхание направлены на успокоение ума, развивают гибкость и плавность движений, поэтому выполняя их можно снять очаги напряжения в теле, расслабиться. Выполнение упражнений любого комплекса развивает способность к концентрации.

Систематизируем и внедряем упражнения игрового стретчинга , которые кроме развития физических качеств создают условия для положительного психоэмоционального состояния детей, раскрепощенности и творчества в движении.

Дети, играя в уголке психологической разгрузки, чувствуют себя намного лучше, и, кроме того, это весело, забавно и полезно. Это не только помогает снимать напряжение и усталость, но для детей еще полезно тем, что благотворно влияет на развитие вестибулярного аппарата ребенка.

Для воспитания эстетических чувств и возможности показать свои чувства на бумаге организован уголок для рисования. Все работы детей вывешиваются на стенде творчества для родителей.

А для родителей в раздевалке располагаются консультации, рекомендации и «Шкатулка добрых посланий», в которой они оставляют своим детям добрые послания и пожелания. Воспитатель зачитывает их ребёнку в течение дня по мере необходимости, таким образом, успокаивая ребенка.

Стена изменения настроения, где дети при помощи рук перемещаются от грустного изображения к более веселому, при этом останавливаясь напротив каждого объекта, передавая изображенную на нем эмоцию. Дети отвлекаются от своих отрицательных переживаний и как следствие забывают о них, таким образом, налаживается микроклимат в группе.

Подборка расслабляющей музыки. Релаксационные упражнения с использованием музыки необходимы для снятия у детей напряжения или усталости, которое возникает в результате получения огромного количества информации и постоянного общения с другими членами группы.

Ширмы – легкое, многофункциональное сооружение, которое ребенок может переносить по группе и отгораживать себе укромное, удобное и спокойное местечко. Ребенок отгораживает себе личное пространство.

Волшебный стул – красиво, ярко украшенный стул, предназначен для именинника праздновавшего свой день рождений. Создает положительный эмоциональный настрой, помогает ребенку понять степень значимости его в группе.

Творческие работы детей в группе (в том числе персональные выставки) помогают неуверенным детям поднять самооценку, дают повод погордиться собой, позволяет ребенку увидеть самоценность.

Театрализованный уголок – в процессе игры ребенок примеряет на себя различные социальные роли, отвлекается от своих отрицательных мыслей и тревог.

Сенсорный уголок (особенно важно для детей раннего возраста) здесь ребенок расслабляется, успокаивается, нормализуется его мышечный тонус, снимается эмоциональное и физическое напряжение, снижаются проблемы эмоционально-волевой сферы.

Портфолио – это копилка личных достижений малыша в разнообразных видах деятельности, его успехов, положительных эмоций, возможность еще раз пережить приятные моменты своей жизни.

Центр воды и песка является мощным ресурсом предметно-развивающей среды, помогающий создать радостное настроение, снимать напряжение, агрессию, состояние внутреннего дискомфорта у детей, что создает благоприятную почву для развития эмоциональной сферы ребенка.

Взаимодействие с семьей — одно из важнейших направлений деятельности ДООУ. Чтобы оно было эффективным, необходимо использовать новые формы работы с родителями. Одной из таких форм взаимодействия с родителями становятся — психологические акции в детском саду.

Итак, я рекомендую каждой группе ДООУ создать условия для психологического здоровья дошкольников как важной составляющей в формировании открытой творческой личности.