

"Эмоциональное благополучие ребенка в детском саду"

«Эмоциональное благополучие для ребенка, все равно, что для ростка свет, тепло, влага, удобрение...»

Чтобы нормально расти, ребенку нужна любовь, уверенность в своих силах, в своей значимости для нас, взрослых»И.Сеченов

Дошкольное детство – период, когда закладываются основы физического, психологического развития и здоровья будущего человека. Одним из центральных положений Концепции дошкольного воспитания является обеспечение

эмоционального благополучия ребенка в дошкольном учреждении, которое является показателем эффективности работы детского сада и составляет основу психологического здоровья детей. Внимание к проблеме эмоционального благополучия у дошкольников, привлечено тем, что с каждым годом появляется все больше детей с отклонениями в эмоциональной сфере. А ведь эмоциональная сфера является ведущей в психологическом развитии ребенка дошкольного возраста и поэтому является основной для осознания ребенком себя.

Детство - это не только светлый и радостный промежуток времени, состояние беззаботности, но и нехватка общения, неуверенности в себе, недостаток любви и понимания. Вот что сказал В.А. Сухомлинский в своей книге «Сердце отдаю детям»:

«В период большого эмоционального подъема мысль ребенка становится особенно ясной, а запоминание происходит наиболее интенсивно. Дети могут забыть то, что им сказали, но они никогда не забудут те чувства, которые вы у них вызвали».

Проводя в детском саду большую часть времени, находясь в постоянном контакте со сверстниками и взрослыми, дети могут испытывать психологическую нагрузку.

Для ребенка нет ничего важнее психологического, эмоционального благополучия – без него не сложится нормальная личность. Именно комфортность самочувствия малыша обязана занять достойное место среди основных показателей качества дошкольного образования. Поэтому одной из главных задач взрослых, принимающих участие в развитии и воспитании ребенка по ФГОС, является обеспечение эмоционального благополучия.

Комфортное состояние дошкольника определяется следующими признаками:

- Ребенок спокоен;
 - Жизнерадостен;
 - Активен;
 - Охотно включается в детскую деятельность и общение;
- С удовольствием посещает детский сад.

Показателями дискомфорта являются следующие признаки:

- Ребенок трудно засыпает, вскрикивает или вздрагивает во сне;
- Ребенок вдруг теряет присущую ему ранее жизнерадостность;
- Ребенок становится повышенно возбудимым;
 - Ребенок становится очень напряженным при выполнении заданий на занятии или поручений в режимных моментах;
 - Ребенок избегает общения со сверстниками, не принимает участия в общих играх, не проявляет инициативу в общении со сверстниками и взрослыми;
- Ребенок не желает посещать детский сад;
- Ребенок становится конфликтен в общении со сверстниками;
 - Ребенок становится грубым, упрямым по отношению к взрослым и сверстникам. Для обеспечения эмоционального благополучия ребенка в ДОО, прежде всего, необходимо выявить причину негативных эмоций.

Какие условия способствуют созданию эмоционального благополучия каждого ребенка, а значит и группы в целом?

- Непосредственное общение с каждым ребенком;
- Уважительное отношение к каждому ребенку;
- Понимание потребностей каждого ребенка;
- Установление доверительных отношений с каждым ребенком.

Для развития эмоциональной сферы, как базиса психики ребенка, важно, чтобы его развитие проходило в свойственных ребенку видах деятельности – игре, рисовании, танцах... Воспитателю важно научить детей пользоваться языком эмоций для выражения собственных чувств и переживаний.

Важно отметить, что эмоциональная сфера является составляющей в развитии дошкольника, так как никакое общение не будет эффективным, если его участники не способны «читать» эмоциональное состояние другого и управлять своими

эмоциями. Компетентный педагог устанавливает в группе такую атмосферу общения, которая помогает детям чувствовать себя свободно и комфортно.

Поэтому

деятельность взрослых, как родителей, так и педагогов ДОО должна включать в себя создание определенных условий эмоционально-психологического благополучия

каждого ребенка, а значит и группы в целом.

Важным и необходимым условием является стиль общения воспитателя с ребенком. Ребенок с радостью идет в детский сад, где его ждут, радуются успехам, помогают преодолевать трудности. Воспитатель в общении с ребенком – не над ребенком, а рядом, вместе, глаза в глаза.

Эмоциональное самочувствие ребенка во многом зависит от его отношений со сверстниками. Доброжелательное отношение между сверстниками создают положительный эмоциональный климат в группе.

Обстановка в семье также влияет на эмоциональное благополучие и развитие ребенка. Все эти условия взаимосвязаны и взаимозависимы и в совокупности позволяют судить о том, насколько хорошо ребенку в детском саду.

Таким образом, грамотно построенная педагогическая работа обогащает эмоциональный опыт детей, что значительно снимает или даже устраняет недостатки их эмоционального развития и благополучия. Дошкольный возраст – благоприятный

период для того, чтобы научить ребенка соответствующим образом направлять и проявлять свои эмоции. Со стороны воспитателя необходим контроль над проявлением возрастных психологических новообразований и эмоциональным состоянием каждого ребенка.

Задача педагогов, показать, что эмоциональная сфера, определяющая детям их будущее, не терпит стандартных подходов. Поиск оптимальных путей достижения эмоционального благополучия детей необходимо вести постоянно, применяя

фантазию и творчество, находя свои варианты решений в ходе непосредственного общения и активного взаимодействия взрослых и детей.

Общаясь с ребенком, педагог должен помнить:

- Ребенок ему ничего не должен, это педагог должен помочь ребенку стать более самостоятельным;
- В каждой конкретной неблагоприятной ситуации нужно попытаться понять цели, которые ребенок преследует теми или иными действиями;
- Навязывание своих правил и требований против воли детей – это насилие, даже если намерения педагога положительны;
- Запретов и требований не должно быть слишком много. Это ведет в пассивности и низкой самооценке у воспитанников;
- Тихий, застенчивый ребенок нуждается в профессиональной помощи педагога также, как отъявленный драчун.

Рекомендации для достижения эмоционального благополучия в группе:

Контакт глаз. Общаясь с детьми, воспитатель организует контакт с ними «на уровне глаз». Он садиться на маленький стул, наклоняется к нему, располагается вместе с

детьми на ковре, на диване. Это прямой взгляд в глаза другому человеку. Это помогает детям чувствовать себя в общении со взрослыми более уверенными. Ласковый взгляд снижает уровень тревожности и уменьшает страхи у ребенка, укрепляет в нем чувство уверенности в себе.

Физический контакт. прикосновение к руке ребенка, поглаживание по голове, легкое объятие и тому подобное. В каждодневном общении ребенок должен обязательно чувствовать такие нежные прикосновения. Эта форма общения должна быть естественной, не быть демонстративной и чрезмерной. Тогда ребенок будет

чувствовать себя уверенно и спокойно и с самим собой и с другими. Ему будет легко общаться с людьми и у него будет положительная самооценка. Объятия - чудесное

средство, полезное каждому человеку.

Именно от нас – взрослых во многом зависит сохранение психологического здоровья детей!