

## **Обеспечение эмоционального благополучия дошкольников**

### **в контексте требований ФГОС ДО**

Проблема эмоционального самочувствия детей в образовательном учреждении является одной из самых актуальных, так как положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности ребенка

#### ***ФГОС ДО о эмоциональном благополучии детей в детском саду:***

**1.** Стандарт направлен на решение следующих задач:

1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

**2.** Для успешной реализации Программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;

**3.** Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

1) обеспечение эмоционального благополучия через: непосредственное общение с каждым ребёнком; уважительное отношение к каждому ребёнку, к его чувствам и потребностям;

***Если ребенок испытывает состояние эмоционального комфорта, то это обеспечивает***

- доверительное и активное отношение к миру
- формирует высокую самооценку
- самоконтроль
- ориентацию на жизненный успех.

***Если ребёнок находится в состоянии эмоционального неблагополучия, то это может проявиться в:***

- расторможенности, агрессии;
- подавленности;
- в страхах;
- обидах;
- изолированности,

которые будут сопровождать его всю жизнь.

Важнейшим фактором, влияющим на эмоциональное благополучие ребёнка, является правильно организованная работа воспитателя. Для организации такой работы важно, чтобы уже на уровне осознания воспитатель был ориентирован не столько на создание предметно-развивающей среды, но и эмоционально-развивающей среды в группе, т.е. среды, способствующей разностороннему и полноценному развитию эмоционально-чувственной сферы ребёнка дошкольного возраста (как условия его дальнейшего и гармоничного развития).

***Рекомендации для достижения эмоционального благополучия ребёнка при взаимодействии с педагогом:***

- Придерживаться демократического стиля общения с детьми– не над, а рядом, вместе, глаза в глаза. Общаясь с детьми, воспитатель организует с ними контакт «на уровне глаз». Ребёнку необходим глазной контакт со взрослым для эмоциональной подпитки. Это помогает маленьким детям чувствовать себя в общении с взрослым более уверенными.
- Ласковый взгляд снижает уровень тревожности и уменьшает страхи у ребенка, укрепляет в нем чувство безопасности и уверенности в себе

- Использовать в работе телесные формы общения: нежные прикосновения, поглаживания, объятия. Физический контакт – прикосновение к руке, поглаживание по голове, лёгкое объятие. В каждодневном общении ребёнок должен обязательно чувствовать такие нежные прикосновения. Эта форма общения должна быть естественной, но не чрезмерной, тогда ребёнок будет чувствовать себя уверенно и спокойно и с самим собой и с другими. Ему будет легко общаться с людьми, у него будет положительная самооценка.
- Эмоциональная речь воспитателя, внимательное, приветливое отношение к детям. Речь воспитателя должна быть эмоционально-насыщенной. У воспитателя должно быть внимательное и приветливое отношение к детям. Не получая достаточно пристального внимания, ребёнок испытывает беспокойство. В результате не чувствует себя в безопасности, нарушается его психическое и эмоциональное развитие.
- Разговаривать с ребенком заботливым, ободряющим тоном
- Уважать в каждом ребенке личность. Оценивать поступок, а не личность ребёнка. Не должно быть никаких отрицательных обращений воспитателя к личности ребёнка.
- Хвалить, поощрять, ободрять, создавая положительную эмоциональную атмосферу. Чем больше воспитатель обращает внимание на отрицательные проявления в поведении ребёнка, тем сильнее эти отрицательные проявления в поведении закрепляются. Чтобы изменить поведение ребёнка в лучшую сторону и вообще не допустить нарушений в поведении, ребёнка нужно чаще хвалить, тем самым закреплять хорошее поведение, а не плохое.
- Замечать не недостатки ребенка, а динамику его развития
- Поощрять стремление ребенка задавать вопросы
- Опирается на добровольную помощь детей
- Быть затейником и участником детских игр и забав
  - И конечно необходимо наличие эмоционально-активизирующей совместной деятельности воспитателя с детьми. Это в первую очередь разные виды игр и упражнений, направленных на эмоциональное развитие дошкольников:

- Игры на знание и определение эмоциональных состояний. Игры на эмоциональное общение
  - Психогимнастика
  - Упражнения на снятие эмоционального напряжения, релаксацию.
- 
- Наличие в группах **«Уголков приветствия»** и **«Уголков настроения»**
  - Проведение **«утра радостных встреч»**, позволяющих каждому ребенку ощутить себя в центре внимания. Наличие **«Уголка именинника»**
  - Наличие **«Копилки добрых дел»**, **«Уголка достижений»**
  - Организация выставок **«Моё творчество»**
  - Наличие в группах **«Уголков гнева»**
  - Наличие в группах **«телефонов доверия»**, по которым можно позвонить маме
  - Наличие **«семейных альбомов»**, **«уголков психорелаксации»**
  - **Зональность развивающей среды**, позволяющая детям рассредоточиться
  - **Разумная занятость** детей, в течении всего дня
  - Применение **физминуток**, **релаксационных пауз** во время организованной образовательной деятельности
  - Наличие **эмоционально-активизирующей** совместной деятельности воспитателя с детьми.
  - Развитие коммуникативной культуры, навыков общения и сотрудничества
  - **Сказкотерапия, музыкотерапия, песочная терапия, сухой бассейн**

***Основными признаками благоприятного эмоционально-психологического климата являются:***

- Хорошее настроение детей в течение всего дня;

- Свободное отправление детьми всех естественных потребностей, в том числе и потребности в движении;
- Доброжелательность по отношению к сверстникам и взрослым;
- Отсутствие детей-аутсайдеров;
- Возможность беспрепятственно отдохнуть или уединиться;
- Отсутствие давления и манипулирования детьми со стороны взрослых;
- Информированность детей о том, как будет спланирован их день и что каждый из ребят намерен осуществить в этот день интересного;
- Высокая степень эмоциональной включенности, взаимопомощи, сопереживания в ситуациях, вызывающих фрустрацию у кого-либо из воспитанников;
- Желание участвовать в коллективной деятельности;
- Удовлетворенность детей принадлежностью к группе сверстников.

*Эмоциональное благополучие для ребенка, все равно, что для ростка тепло, свет, влага, удобрение, почва и т.д.*

*Чтобы нормально расти, ребенку нужна любовь, уверенность в своих силах, в своей значимости и ценности для нас, взрослых!*