

## Консультация для воспитателей

### «Рекомендации по созданию психологически комфортной среды для детей в условиях ДОУ»

**Воспитатель: Еременко Е.А., ГБОУ СОШ №14 СПДС №18 «Радуга»**  
(г. Жигулёвск, Самарская область)

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

После ознакомления с практическими разработками в области изучения эмоциональных состояний дошкольников, становится ясно, что *создание эмоционального благополучия и комфорта оказывает влияние на все сферы психического развития.*

#### **Рекомендации по созданию условий психологически комфортного пребывания ребёнка в детском саду**

Для создания условий психологически комфортного пребывания ребёнка в детском саду **необходимо:**

✚ - *Принимать каждого ребёнка таким, какой он есть.*

*Помните: плохих дошкольников нет. Есть плохие педагоги и родители.*

✚ - В профессиональной деятельности опираться на добровольную помощь детей, включать их в организационные моменты по уходу за помещением и участком.

✚ - Быть затейником и участником детских игр и забав.

✚ - В затруднительных для ребёнка ситуациях ориентироваться на его возрастные и индивидуальные особенности: быть всегда вместе с ними, а не делать что-либо вместо него.

✚ - Привлекать родителей к образовательному процессу и обращаться к ним за поддержкой в случаях нестандартных ситуаций.

✚ Помните: ребёнок нам не чего не должен. Это мы должны ребёнку помочь стать более самостоятельным и ответственным.

✚ - Навязывание своих правил и требований против воли детей – это насилие, даже если ваши намерения благонравны.

✚ - Запретов и строгих требований не должно быть слишком много. Это ведёт к пассивности и низкой самооценке у воспитанников.

✚ - Тихий, застенчивый ребёнок также нуждается вашей профессиональной помощи, как и отъявленный драчун.

В каждой группе детского сада приветствуется **создание психологически комфортной среды для детей.**

Создание такой среды включает в себя:

- - организацию зоны для психологической разгрузки;
- - обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме;

- - обучение детей умению владеть собой в различных ситуациях, приемам саморегуляции;
- - обучение детей бесконфликтному общению с помощью эмоционально-развивающих игр;
- - повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей;
- - обучение детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде
- -использование психологических речевых настроек, цель которых – создание в группе положительного эмоционального фона, атмосферы доброжелательности и защищенности, Основное предназначение – создание хорошего настроения.

В случае выявления недостаточного уровня психологического комфорта ребенка, неблагоприятной психологической атмосферы в группе с детьми с ОВЗ, предполагается **разработка** (подбор, комплектация в соответствии с конкретными условиями) **комплекса мероприятий** по коррекции данного состояния.

Далее следует **выполнение** разработанного комплекса мер (по всем направлениям – работа с педагогами, детьми – индивидуально и в групповой форме, с родителями), **контроль и коррекция намеченного плана** в случае необходимости.

**Работа с педагогами** (*воспитатели, учителя – логопеды, педагоги – психологи, учителя – дефектологи, помощники воспитателей*).

Полученные педагогами результаты диагностики психологического климата и эмоционального благополучия ребёнка в группе детского сада (проведенной самими воспитателями или педагогом - психологом) представляют собой вместе с тем и оценку их профессиональной деятельности, успешности образовательных и воспитательных действий.

Для оптимизации психо – эмоционального состояния педагогов могут проводиться:

- Различные семинары – практикумы по созданию психологического комфорта в группах детского сада, круглые столы и тренинги общения; где предполагается использование специальные упражнения , в том числе для снятия эмоционального напряжения (см.Приложение 1), цель которых является снятие напряжение усталости, создание атмосферы психологического и коммуникативного комфорта, пробуждение интереса к своей профессиональной деятельности.

- Консультации (по данной тематике, например, «Использование психологических речевых настроек», «Создание условий психологически комфортного пребывания ребёнка в детском саду»)

- Выступления на педсоветах;

- Участие в мастер-классах, семинарах – практикумах и т.п.

**Взаимодействие педагогов с детьми в группе** строится с учетом составляющих *психологически комфортной среды для детей*.

- - организация зоны для психологической разгрузки;

- - обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме;
- - обучение детей умению владеть собой в различных ситуациях, приемам саморегуляции;
- - обучение детей бесконфликтному общению с помощью эмоционально-развивающих игр;
- - повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей;
- - обучение детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде
- использование психологических речевых настроек (см. Приложение 2)
- развитие толерантности у детей, терпимости друг к другу (в соответствии с программой «Азбука общения» - раздел 5 - «Как мы видим друг друга», и раздел 6 – «Фантазия характеров»; индивидуальная и подгрупповая работа предполагает: *дидактические игры, этюды и игровые упражнения*, направленные на развитие умения различать индивидуальные особенности друг друга, понятия о непохожести людей, о дружбе и взаимопомощи, на формирование положительных взаимоотношений между детьми и др., способствующие улучшению эмоционального фона, оптимизации психологической атмосферы группы.

#### **Работа с родителями:**

- ✓ консультации родителей (индивидуально и по подгруппам)
- ✓ родительские собрания по темам: - «Создание благоприятной психологической атмосферы в группе с детьми ОВЗ как фактор сохранения и укрепления здоровья дошкольника»; - «Формирование активной позиции родителей в отношении решения учебно-воспитательных задач по развитию коммуникативной деятельности детей дошкольного возраста» и др.
  - ✓ Создание буклетов и размещение материалов на информационных стендах: Памятка «Создание условий психологически комфортного пребывания ребёнка в детском саду и дома» (см. Приложение 3) и т.п.
  - ✓ Открытые занятия (родители в роли наблюдателей)
  - ✓ Совместные занятия (активно участвуют в различных игровых упражнениях, направленных на улучшение психологической атмосферы в группе, на оптимизацию отношений детей со сверстниками и со взрослыми, улучшение детско-родительских отношений)

#### **Используемая литература (и другие источники):**

- ✓ Каше Г.В. подготовка к школе детей с недостатками речи. М.
- ✓ Корнеева Н.Н., Программа "Хочу все знать!" для детей с ограниченными возможностями здоровья

- ✓ Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М., 1993г.
- ✓ Писарева Е., методические материалы «Психологический тренинг общения», общественная организация матерей и детей-инвалидов «Примавера», г. Боровичи, Новгородская область
- ✓ Практическая психология в тестах, или Как научиться понимать себя и других. – М., 1997г.
- ✓ Пучинская С.Ф., статья «Пути и средства создания психоэмоционального комфорта для детей в дошкольном учреждении» (Работа психолога в детском саду - Конференции по психологии)
- ✓ Сенько Т.В. Изучение межличностного взаимодействия ребенка ребенка со сверстниками и взрослыми. – Л., 1991г.
- ✓ Создание психологического комфорта в Группах детского сада (семинар –практикум)
- ✓ Филичева Т.Б., Туманова Т.В. дети с фонетико – фонематическим недоразвитием. Воспитание и обучение. Учебно – методическое пособие для логопедов и воспитателей. – М. 2011г.
- ✓ Хватцев М.Е. Логопедия: работа с дошкольниками. С Пб., 2008г.
- ✓ Шипицына Л.М. и др.. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. – «Детство – Пресс», 2002г.
- ✓ Чиркина Г.В., Филичева Т.Б.. Основы логопедической работы с детьми. – М., 2010г.
- ✓ Эльконин Д.Б. Развитие речи в дошкольном возрасте. – М. – Воронеж, 2009г.

## Приложение 1

### Комплекс упражнений для снятия эмоционального напряжения педагогов.

#### Упражнение «Разогревки - самооценки»

**Цель:** снятие напряжение усталости, создание атмосферы психологического и коммуникативного комфорта, пробуждение интереса к коллегам по работе.

**Задания:**

- ☛ если вы считаете, что ваше эмоциональное состояние помогает общению с окружающими, похлопайте в ладоши;
- ☛ если вы умеете слышать только хорошее, независимо от того, какие звуки произносятся вокруг, улыбнитесь соседу;
- ☛ если вы уверены, что у каждого человека свой индивидуальный стиль внешних проявлений эмоций, дотроньтесь до кончика носа;
- ☛ если в магазине вы отвергаете предложенную одежду, не примеряя только потому, что вам не улыбнулся продавец, покачайте головой;
- ☛ если вы полагаете, что при обучении эмоции не столь важны, закройте глаза;
- ☛ если вы не можете удержаться от спора, когда люди не согласны с вами, топните ногой;
- ☛ если вы полагаете, что преобладающий знак ваших эмоций зависит только от внешних стимулов, подмигните;
- ☛ если вы выражаете гнев тем, что стучите кулаком по столу, повернитесь вокруг себя;
- ☛ если вы можете удивить знакомых неординарным поступком, помашите рукой;

☛ если вы входя в незнакомую комнату и знакомясь с кем –то, мгновенно ощущаете неприязнь или расположение, прикройте рот рукой;

☛ если вы считаете, что не всегда получаете то хорошее, что заслуживаете, подпрыгните;

☛ если вы уверены, что переживаемые вами отрицательные эмоции имеют для вас только нежелательные последствия, кивните головой;

☛ если вы верите в то, что эмоции ваших воспитанников зависят от того эмоциональны ли вы, потанцуйте.

### **Комплекс упражнений, которые способствуют повышению энергетического потенциала.**

1. Стоя, свести лопатки, улыбнуться, подмигнуть правым глазом, потом – левым, повторить: «Я очень собой горжусь, я на многое гожусь».

2. Положив ладонь на грудь: «Я на свете всех умней»; вытянув руки над головой : «Не боюсь я никого»; напрячь ягодичи: «Чудо как я хороша»; расслабить ягодичи: «Проживу теперь до ста».

3. Подпрыгивая на правой, затем на левой ноге, повторить: «Я бодрa и энергична, и дела идут отлично».

4. Потирая ладонь о ладонь, повторить: «Я приманиваю удачу, с каждым днем становлюсь богаче».

5. Встав на цыпочки, руки над головой сомкнуты в кольцо, повторить: «Я согрета солнечным лучиком, я достойна самого лучшего».

6. Положив на лоб левую ладонь, затем правую, повторить: «Я решаю любые задачи, со мной всегда любовь удача».

7. Руки на бедрах. Делая наклоны туловищем вперед – назад, повторить: «Ситуация любая мне подвластна. Мир прекрасен, и я прекрасна».

8. Руки на талии, делая наклоны вправо – влево, повторить: «Покой и улыбку всегда берегу, и все мне помогут и я помогу».

9. Сложив руки в замок, делая глубокий вдох: «И все у меня получается».

10. Сжав кулаки, делая вращения руками: «На пути у меня нет преграды, все получится так, как надо».

### **Приложение 2**

#### *Примеры психологических речевых настроек:*

- Сегодня я рада видеть вас в детском саду, в нашей группе! Этот день мы проведем все вместе. Пусть этот день принесет радость. Давайте постараемся радовать друг друга.

- Я рада видеть всех деток нашей группы здоровыми, веселыми, в хорошем настроении. Мне очень хочется, чтобы такое настроение у нас у всех сохранилось до самого вечера. А для этого мы все должны чаще улыбаться, не обижать друг друга и не драться. Будем радоваться друг другу.

- Здравствуйте, мои хорошие! Сегодня на улице пасмурно и сыро. А в нашей группе тепло, светло и весело. А весело нам от наших улыбок, ведь каждая улыбка – это маленькое солнышко, от которого становится тепло и хорошо. Поэтому сегодня мы будем с вами чаще улыбаться друг другу.

### **Приложение 3**

#### **Памятка**

*для педагогов (воспитатели, помощники воспитателя, учителя – логопеды и дефектологи, педагог - психолог),*

*работающих с детьми с ОВЗ, и родителей*  
**«Рекомендации по созданию условий психологически комфортного пребывания ребёнка в детском саду»**

Для создания условий психологически комфортного пребывания ребёнка в детском саду *необходимо:*

- ✓ - Принимать каждого ребёнка таким, какой он есть.  
Помните: плохих дошкольников нет. Есть плохие педагоги и родители.
- ✓ - В профессиональной деятельности опираться на добровольную помощь детей, включать их в организационные моменты по уходу за помещением и участком.
- ✓ - Быть затейником и участником детских игр и забав.
- ✓ - В затруднительных для ребёнка ситуациях ориентироваться на его возрастные и индивидуальные особенности: быть всегда вместе с ними, а не делать что-либо вместо него.
- ✓ - Взаимодействие педагогов ДООУВ и родителей – необходимо привлекать родителей к образовательному процессу и обращаться к ним за поддержкой в случаях нестандартных ситуаций.
- ✓ Помните: ребёнок нам не чего не должен. Это мы должны ребёнку помочь стать более самостоятельным ответственным.
- ✓ - Навязывание своих правил и требований против воли детей – это насилие, даже если ваши намерения благонравны.
- ✓ - Запретов и строгих требований не должно быть слишком много. Это ведёт к пассивности и низкой самооценке у воспитанников.
- ✓ - Тихий, застенчивый ребёнок также нуждается вашей профессиональной помощи, как и отъявленный драчун.