



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад №110 «Теремок»

Мастер - класс для педагогов:
«Психоэмоциональный комфорт
воспитанников,
как одно из важных условий обеспечения
здоровьесберегающего процесса»

Педагог-психолог: Юханова О.И.

Дата: 09.11.2022

Краснодар 2022

«Психоэмоциональный комфорт воспитанников, как одно из важных условий обеспечения здоровьесберегающего процесса».

Цель: Способствовать эффективному применению образовательных и воспитательных действий, направленных на личностно ориентированное взаимодействие с ребенком.

Ход мастер- класса:

Психолог: «Какие ассоциации возникают у вас, когда слышите слово «комфорт»? Давайте придумаем слова к каждой букве данного слова»:

К –

О –

М –

Ф –

О –

Р –

Т –

Что такое комфорт? Это – условия жизни, пребывания, обстановка, обеспечивающая удобство, спокойствие и уют (толковый словарь С.И. Ожегов). Психологический комфорт– условия жизни, при которых ребенок чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться.

Проблема психологического здоровья.

Наиболее часто встречающимися эмоциональными нарушениями являются: агрессивность, тревожность, страхи, чрезмерная робость, застенчивость.

Вспышки гнева, жестокости, повышенная чувствительность мешают этим детям приспособиться к жизни в коллективе.

Находясь долго в состоянии обиды, злости, подавленности, ребенок испытывает эмоциональный дискомфорт, напряжение, а это очень вредно для психического и физического здоровья.

Для успешного эмоционального развития детей необходимы определенные условия: удовлетворение их потребностей в положительных эмоциональных контактах с окружающими, в любви и педагогической поддержке. Самостоятельной деятельности по интересам, в общении и сотрудничестве с взрослыми и сверстниками. Самореализации и признании их достижений окружающими. Одной из главных задач педагогов является создание психологического комфорта дошкольников.

Известно, что стоит только переступить порог группы можно ощутить атмосферу раскованности или закрытости, спокойной сосредоточенности или тревожного напряжения, искреннего веселья или угрюмой настороженности, которая присутствует в группе.

Атмосфера в группе детского сада определяется:

- 1) Отношениями между воспитателем и детьми;
- 2) Отношениями между самими детьми;

3) Отношениями между воспитателями и родителями.

Хороший климат в группе возникает тогда, когда все её члены чувствуют себя свободно, остаются самими собой, но при этом уважают также и права других быть самими собой. Воспитатель оказывает существенное влияние на качество группового климата, а не дети. Эмоциональное благополучие – это самочувствие ребенка в группе, удовлетворенность существующими взаимоотношениями в группе, степень участия в совместной деятельности, защищенность, внутреннее спокойствие. Все это способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств.

Воспитатель оказывает весьма существенное влияние на качество группового климата. Фактически именно воспитатель (а не дети, как нам обычно кажется) создает определенный климат в группе.

Первый шаг, который должен сделать воспитатель, заинтересованный в создании благоприятной атмосферы в группе, заключается в том, чтобы создать и проанализировать групповую ситуацию.

Педагогам в группах необходимо создавать условия для эмоционального благополучия каждого ребенка:

- предметно-развивающая среда,
- стиль общения воспитателя с ребенком,
- стиль общения воспитателей между собой и с помощником,
- стиль общения воспитателя с родителями,
- наблюдать, как общаются дети между собой.

Самочувствие ребенка в группе – это удовлетворенность существующими

взаимоотношениями в группе, степень участия в совместной деятельности, защищенность, внутреннее спокойствие, переживание чувства «мы». Все это можно определить как эмоциональное благополучие. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

Психолог: «Ответьте на вопросы и анкеты и определите стиль вашего педагогического общения»:

Анкета «Стиль педагогического общения»

Внимательно прочитайте вопрос. Выберите наиболее предпочтительный вариант ответа.

1. Считаете ли вы, что ребёнок должен:

- делится с вами своими мыслями, чувствами
- говорит вам только то, что он сам захочет
- оставляет свои мысли и переживания при себе

2. Если ребёнок взял у другого ребёнка без спроса игрушку, карандаш, то вы:

- доверительно с ним говорите и предоставите возможность самому принять решение
- дети сами разберутся в своих проблемах
- известите об этом всех детей и заставьте вернуть взятое с извинениями

3. Подвижный, суетливый, иногда недисциплинированный ребёнок на занятии был сосредоточен, аккуратен и хорошо выполнил задание, как вы поступите:

- похвалите и всем детям покажете его работу
- проявите заинтересованность, выясните, почему так хорошо получилось сегодня
- скажете ему «всегда бы так занимался»

4. Ребёнок при входе в группу не поздоровался. Как вы поступите:

- заставьте его поздороваться
- не обратите на него внимание
- сразу же вступите с ним в общение, не упоминая его промаха

5. Дети спокойно занимаются. У вас есть свободная минута. Что вы предпочтёте делать:

- спокойно, не вмешиваясь, наблюдать, как они общаются и работают
- помочь, подсказать, сделать замечание
- заниматься своими делами (записи, подготовка)

6. Какая точка зрения кажется вам правильной:

- чувства, переживания ребёнка ещё поверхностны, быстро проходящие, и на них не стоит обращать внимания
- эмоции ребёнка, его переживания – это важные факторы, с их помощью можно эффективно обучать и воспитывать
- чувства ребёнка удивительны, переживания его значимы, к ним нужно относиться бережно, с большим тактом

7. Ваша исходная позиция в работе с детьми:

- ребёнок слаб, неразумен, неопытен, и только взрослый может и должен научить его и воспитать
- у ребёнка много возможностей для саморазвития, взрослый должен максимально повышать активность самого ребёнка
- ребёнок развивается неуправляемо, находится под влиянием наследственности и семьи, поэтому главная задача, чтобы он был здоров, накормлен, не нарушал дисциплины.

8. Как вы относитесь к активности ребёнка:

- положительно – без неё невозможно полноценное развитие

- отрицательно – она часто мешает целенаправленно и планомерно вести обучение и воспитание
- положительно, но только тогда, когда активность контролируется педагогом.

9. Ребёнок не захотел выполнять задание под предлогом, что он уже делал это дома, ваши действия:

- сказали бы «ну и не надо»
- заставили бы выполнить работу
- предложили бы выполнить задание

10. Какая позиция, по-вашему, правильная:

- ребёнок должен быть благодарен взрослым за заботу о нём
- если ребёнок не осознаёт заботу взрослых о нём, не ценит, то это его дело, когда-нибудь пожалеет
- воспитатель должен быть благодарен детям за их доверие и любовь

Ответ число баллов по номеру вопросов

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

1) 2 3 2 2 3 1 2 3 1 2

2) 3 1 3 1 2 2 3 1 2 1

3) 1 2 1 3 1 3 1 2 3 3

ИТОГО:

25-30 – тяготеет к демократическому стилю

20-24 – преобладает авторитарный стиль

10-19 – характерен попустительский стиль

Авторитарный стиль. Педагог-руководитель, организатор; дети – исполнители (несамостоятельные, безынициативные). Ожидание беспрекословного послушания, повиновения. Не учитывает отношения между детьми. Не признает ошибки. Низко оценивает возможности детей. публично указывает ребёнку на его ошибки, недостатки поведения.

Попустительский стиль. Педагог: безынициативен, недостаточно ответственен; переоценивает возможности детей; выполнение своих требований не проверяет; нерешителен; во власти детей; учитывает взаимоотношения в группе; человек настроения.

Демократический стиль. Педагог: учитывает особенности возраста детей, оптимально делит функции между собой и детьми; изучает и учитывает межличностные взаимоотношения; проявляет максимум требований, максимум уважения; испытывает потребность в обратной связи от детей; умеет признавать ошибки; предпочитает плодотворный разговор с ребёнком наедине.

Психолог: «Как же можно определить взаимоотношения детей к группе?» Диагностика отношений в группе: рисунок «Я в группе детского

сада»; анализ «Атмосферы в моей группе» (по схеме); цветовой тест «Домики».

Прежде чем перейти к рекомендациям по созданию психологического комфорта в группах детского сада, хотелось бы уделить внимание психологическому комфорту педагогов.

Всем известно, что у детей развита интуитивная способность улавливать эмоциональное состояние взрослых. Дети очень легко заражаются отрицательными эмоциями, поэтому педагогу необходимо устраивать себе психологический душ (разрядку, который поможет ему снимать излишнее эмоциональное напряжение).

Для создания условий психологически комфортного пребывания ребенка в детском саду необходимо:

- ❖ Использование принципа М. Монтессори: принцип изолированности ребенка от группы в случае конфликтной ситуации между детьми. Обратите внимание! Не выгонять ребенка из группы, а предложить побыть одному!
- ❖ Выстраивать систему правил. «В рамках правил ребенок учится отличать себя от других, они (правила) развивают чувство уверенности и собственной полноценности, таким образом, укрепляется Я ребенка». Больше внимания уделять игре, ритуалам, символам (решение проблемы поведения и агрессивности).
- ❖ Сделать каталог в группах «Этого нельзя!» для того, чтобы дети учились запретам в игре (через игру, а не содрогались от окриков воспитателей. В этом каталоге может быть перечислено, например, то, чего нельзя делать, когда нападает ярость, или внесены правила, как нужно приветствовать новичков в группе и др.
- ❖ Ввести в режим дня «часы тишины» и «часы можно» (как ритуал).
- ❖ Ввести ритуал утреннего приветствия «Давайте поздороваемся» (сплочение группы, психологический настрой на занятия).
- ❖ Принимать каждого ребенка таким, какой он есть. Помните: плохих дошкольников нет.
- ❖ 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 ребенка ситуациях ориентироваться на его возрастные и индивидуальные особенности: быть всегда вместе с ним, а не делать что-то вместо него.
- ❖ В своих отношениях с детьми постарайтесь помнить о том, что: - ребенок вам ничего не должен. Это вы должны помочь ребенку стать более самостоятельным и ответственным.

- ❖ В каждой конкретной неблагоприятной ситуации нужно понять, чего добивается ребенок и почему он это делает. Добивайтесь от него соблюдения социальных норм и правил с учетом его состояния и интересов.
- ❖ Запретов и строгих требований не должно быть слишком много. Это ведет к пассивности и низкой самооценке у воспитанников.
- ❖ Тихий, застенчивый ребенок также нуждается в вашей профессиональной помощи, как и отъявленный драчун.
- ❖ Благополучная социальная ситуация развития – это лучший метод передачи детям нравственных норм и правил человеческого общежития. Беседы о нравственности, не подкрепленные защитой детей от психического и физического насилия, - демагогия и опасная практика.
- ❖ Привлекать родителей к образовательному процессу и обращаться к ним за поддержкой в случаях нестандартных ситуаций.
- ❖ Сглаживать по возможности конфликтные ситуации при общении с родителями, используя основные правила:
 - говори с собеседником не о своих проблемах, а о том, что его интересует
 - не отвечай на агрессию встречной агрессией!
- ❖ Особенно важно устраивать каждому педагогу собственную психологическую разрядку в течение рабочего дня. Это может быть общение с коллегами, психогимнастика, аутотренинг, музыкотерапия и т. п.

В каждой группе детского сада создаётся психологически комфортная среда 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.

Также очень важный элемент психологической комфортности детей в группе это – психологические речевые настройки для создания в группе положительного эмоционального фона, атмосферы доброжелательности и защищенности, создания хорошего настроения.

Они могут проводиться утром, после зарядки, дети и воспитатель становятся в круг, держась за руки. При произнесении речевых настроек голос воспитателя полностью должен соответствовать тому, что он говорит, то есть

голосом и мимикой должны передаваться доброжелательность и радость встречи и т. д.

Примерные речевые настройки, которые должны показать детям, что им рады, настраивать на доброжелательные отношения с взрослыми и другими детьми.

Проявите фантазию, дайте выход вашему творческому потенциалу:

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.

Очень хорошо на развитие детей сказываются такие формы отношений, при которых воспитатель с помощью различных доводов убеждает ребенка в преимуществах того или иного поступка. При этом выбор оставляется за ребенком. Такой тип отношений предполагает индивидуальный подход к особенностям и текущим состояниям детей. Именно в такой ненавязчивой опеке больше всего нуждаются дети и благодарят взрослого искренней привязанностью к нему.

Рефлексия «Все в твоих руках».

Послушайте притчу. «Жил-был мудрец. Считалось, что он знает все, но один человек захотел доказать, что это не так. Зажав в ладонях бабочку, он спросил мудреца:

– Мертвая или живая?

А сам подумал:

– Скажет, что живая, – я ее умертвлю, скажет, что мертвая, – выпущу.

Мудрец подумал и ответил:

– Все в твоих руках».

На листе бумаги обводят левую руку. Каждый палец – это какая – то позиция, по которой надо высказывать свое мнение.

«Большой» - для меня было важным и интересным...

«Указательный» - по этому вопросу я получила конкретную рекомендацию

«Средний» - мне было трудно (мне не понравилось)

«Безымянный» - моя оценка психологической атмосферы.

«Мизинец» - для меня было недостаточно.

Желаю вам и вашей семье психологического здоровья!