

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:

1.6. 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;

3.2.1. 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;

3.2.5. 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.

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 ДОУ 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 в их эмоциональном развитии и благополучии. 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 к пассивности и низкой самооценке у воспитанников;
- Тихий, застенчивый ребенок нуждается в профессиональной помощи педагога так же, как отъявленный драчун.

Рекомендации для достижения эмоционального благополучия в группе:

Контакт глаз. Общаясь с детьми, воспитатель организует контакт с ними «на уровне глаз». Он садится 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.

Комфортное состояние дошкольника определяется следующими признаками:

- Ребенок спокоен;
- Жизнерадостен;
- Активен;
- Охотно включается в детскую деятельность и общение;
- Легок и инициативен в контактах со взрослыми;
- 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 повышено 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 ДОУ, 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.

В современном мире, где родители слишком сильно загружены работой, а дети слишком много времени проводят у компьютера, особое значение приобретает эмоциональное воспитание и развитие эмоциональной сферы у детей.

Страх и восторг, печаль и радость, тоска и воодушевление составляют основу нашей жизни. Негативные эмоции заставляют человека страдать. Пытаясь избавиться от них, родители прививают детям неправильные схемы реагирования. А ведь именно отрицательные эмоции предупреждают нас об опасности, заставляют быть внимательными, способствуют самосовершенствованию. Чтобы преуспеть в жизни, стать адекватной личностью, нужно научиться правильно понимать эмоциональные сигналы и поступать осознанно. Положительные эмоции, наоборот, окрыляют. Некоторые взрослые чересчур стремятся к удовольствиям, делают их смыслом своей жизни. Такие правила воспитания превращают отпрысков в требовательных и капризных тиранов. Большинство же людей воспринимают веселье как нечто редкостное, возможное только «по праздникам» и по особому поводу. У них вырастают дети, которые повзрослев, совсем не умеют радоваться просто так. Люди не рождаются оптимистами или пессимистами. Если родители склонны видеть в любом событии, прежде всего, хорошее, то и дети унаследуют оптимистичное мировосприятие. Родители, часто наказывающие детей, строго следящие за их ошибками, провоцируют формирование пессимизма и неуверенности. Эмоциональное воспитание – это приучение ребенка к определенному типу реагирования. Умение справляться с эмоциями, контроль над сложными переживаниями и эмпатия – то, чему все родители должны научить своих детей. Без этого невозможна счастливая и психологически здоровая жизнь.

Рекомендация родителям: учите детей описывать свои чувства, помогайте им подбирать правильные слова. Для этого нужно расширять словарный запас ребенка. Помните: высказанная эмоция переживается гораздо легче. Не бывает плохих эмоций.

Одна из основных ошибок родителей – стремление спрятать, замолчать или проигнорировать негативные эмоции детей. Многие родители полагают, что эмоции пройдут сами собой, но то заблуждение, которое заставляет детей думать, что злиться плохо и недопустимо. Тот, кто злиться, гадкий. Итог: дети начинают бояться «плохих» чувств.

Не забывайте: негативные переживания проходят быстрее, если на них обращать внимание. Обсуждайте их с детьми, пытайтесь понять и осознать. Не ругайте детей за чувства.