

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №110

СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ

***«Педагогические условия обеспечения психоэмоционального
благополучия дошкольников в ДООУ. Психологическое здоровье
педагога как условие психологической безопасности
дошкольника»***

Составитель:
Педагог-психолог Бортникова Е.А.

Ангарск, 2019

Цель: Создание условий для погружения педагогов в проблему психологической безопасности участников образовательного процесса (педагоги и воспитанники), рассмотреть факторы, влияющие на психологическую безопасность дошкольников и педагогов, компоненты психологической безопасности образовательной среды, способствовать профилактике эмоционального выгорания воспитателей.

Задачи:

1. Познакомить педагогов с понятиями: «безопасность», «психологическая безопасность», «психологическое здоровье»;
2. Создать позитивное настроение, формировать атмосферу взаимной поддержки и доверия, мотивировать педагогов на использование в собственной практике полученный теоретический и практический материал;

Используемый материал:

- листы бумаги;
- ручки, карандаши;
- цветные шапочки для каждого участника.

ХОД СЕМИНАРА:

I часть.

Здравствуйте, уважаемые коллеги. Тема сегодняшней встречи - *«Педагогические условия обеспечения психоэмоционального благополучия дошкольников в ДОУ».*

Психологическое здоровье педагога как условие психологической безопасности дошкольника»

В первой части мы рассмотрим такие понятия, как «психологическая безопасность», «психологическое здоровье», «портрет эмоционально благополучного ребёнка» подробнее ответим на вопросы: «Какие факторы оказывают влияние на психологическую безопасность дошкольников», «Компоненты психологической безопасности образовательной среды»

Во второй части, практико – ориентированной - «Психологическое здоровье педагога как условие психологической безопасности дошкольника», вам будут предложены игры и упражнения, направленные на профилактику профессионального (эмоционального) выгорания.

В Законе РФ от 5 марта 1992 г. ст. 1, № 2446 «О Безопасности», записано: «...безопасность - это состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз».

Для реализации задач по направлению «Безопасность» в ДУ предложен ряд программ развития и воспитания дошкольников, методических рекомендаций. Они призваны помочь педагогам решить большой и сложный круг проблем, поставленных перед ДОУ, в частности проблему воспитания безопасного поведения детей. Мы не будем заострять внимание на содержании данных программ, просто вспомним и перечислим их названия: «Детство», «Радуга», «Истоки», «От рождения до школы».

Большим подспорьем в организации воспитательно-образовательной деятельности по направлению «Безопасность» для педагогов стала разработка учебно-методического пособия *«Основы безопасности детей дошкольного возраста» Н.Н. Авдеевой, О.Л.Князевой, Л.Б. Стеркиной.* Это одно из пособий, нацеливающих педагогов на решение важнейших задач по воспитанию у дошкольника навыков адекватного поведения в различных ситуациях.

Данное пособие содержит 6 блоков:

1. Ребенок и другие люди.
2. Ребенок и природа.
3. Ребенок дома.
4. Здоровье ребенка.
5. Ребенок на улицах города.
6. Эмоциональное благополучие ребенка.

Обратите внимание на блок **«Эмоциональное благополучие ребенка»**. В других программах и пособиях данный раздел отсутствует.

В блок входят разделы:

- психическое здоровье детей,
- детские страхи,
- конфликты и ссоры между детьми.

Психологическая безопасность образовательного процесса в ДОО – это состояние защищенности дошкольника от угроз его достоинству, душевному благополучию, позитивному мировосприятию и самоотношению.

Очевидно, что психологическая безопасность – важнейшее условие полноценного развития ребенка, сохранения и укрепления его психологического здоровья.

Психологическое здоровье, в свою очередь, - основа жизнеспособности ребенка, которому в процессе детства и отрочества приходится решать отнюдь непростые задачи своей жизни: овладевать собственным телом и собственным поведением, научиться жить, учиться и нести ответственность за себя и других, осваивать систему научных знаний и социальных навыков, развивать свои способности и строить образ «Я». Поскольку психологическое здоровье - условие жизненной успешности и гарантия благополучия человека в жизни, очевидно, ни родителям, ни педагогам не стоит экономить силы на его формирование в детстве.

«Психологическое здоровье». Расшифруем это понятие. (Составляющая здоровья, наряду с физическим, социальным, духовным).

Предлагаю вместе составить собирательный портрет «эмоционально благополучного ребенка»?

Существуют показатели психологического здоровья ребенка.

Можно провести параллель между эмоциональным благополучием дошкольника и его психологической безопасностью.

Какие факторы оказывают влияние на психологическую безопасность дошкольников? (ППРС, микроклимат в детском коллективе, взаимодействие детей со взрослыми, отношения между воспитателями, отношения между воспитателями и родителями)

Согласно положениям **Стандарта**, развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной. Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию образовательной программы.

- Практическое задание: участникам необходимо объединиться в подгруппы, каждая из которых составляет перечень компонентов психологической безопасности (ППРС, взаимодействия с взрослыми, взаимодействие в коллективе сверстников)

Компоненты психологической безопасности образовательной среды:

- Продуманное пространственное, световое и цветовое оформление среды.
- Свободный доступ к игрушкам и игровым материалам.
- Реализация потребностей ребенка, в том числе в игре, движении, познавательной активности, общении.
- Ориентация на возрастные физиологические особенности детей, сензитивные периоды развития и возрастные задачи развития.
- Компоненты, стимулирующие интересы и деятельность, собственную активность ребенка.
- Компоненты, стимулирующие развитие интеллектуального потенциала, творческого, продуктивного мышления ребенка.
- Поощрительное воздействие (эффективное использование педагогами всего спектра поощрения).

Во взаимодействии с взрослыми (воспитателями, помощниками воспитателя) психологический комфорт и эмоциональное благополучие достигаются в условиях образовательной среды, для которой характерны следующие параметры:

- Отсутствие необоснованных запретов.
- Продуманная, последовательная система требований и правил взаимодействия.
- Отсутствие психологических манипуляций со стороны взрослых.
- Субъективно-личностное общение с ребенком.
- Представление ребенку возможностей для самостоятельной деятельности, проявления инициативы и принятия решений (в рамках возраста).
- Возможности выбора деятельности, формы активности, продолжительности занятий на основе поддержания интереса.
- Возможности завершать начатое дело, реализовать замысел, цель, игровое намерение и т.д. (среда должна обеспечивать благополучие и комфорт в ощущении времени – отсутствие спешки, дефицита времени, невозможности завершить начатое дело).
- Открытое, позитивное информирование ребенка о разных сторонах жизни в соответствии с возрастным уровнем понимания, создание отношений доверия.
- Поощрение собственной активности ребенка, самостоятельности и напряжения сил при сохранении взрослым функции поддержки и регуляции.
- Наличие адаптивных ритуалов, вплетенных в ежедневное взаимодействие с окружающими.
- Удовлетворенность всех субъектов образовательных отношений уровнем взаимодействия в среде.

Оценить атмосферу в вашей группе между взрослыми и детьми вам помогут вопросы, которые мы предлагаем в памятках (см. Приложение)

Если говорить о создании психологической безопасности ребенка в ДОУ, то можно сделать вывод о том, что большая ответственность лежит на педагогах ДОУ. То есть, обеспечивая условия для психологического комфорта в группе, воспитателю необходимо самому обладать здоровьем.

II часть семинара.

Профессия педагога относится к разряду стрессогенных, поскольку в педагогической деятельности постоянно отмечается состояние эмоционального напряжения и стрессонасыщенность: эмоциональная насыщенность деятельности, постоянная концентрация внимания, повышенная ответственность за жизнь и здоровье детей.

Представьте, что в вашей квартире включены различные электрические приборы. Счетчик лихорадочно крутится, наматывая киловатт-часы электроэнергии. В какой-то момент напряжение становится столь велико, что вылетают пробки, все приборы выключаются, свет гаснет. Пробки - это защита от пожара. То же самое происходит и с человеком под действием постоянных профессиональных и психологических стрессов. В психологии такое эмоциональное «выключение» человека получило название «синдром эмоционального выгорания».

Психологами было проведено исследование, с целью выявления подверженности педагогов эмоциональному выгоранию. Итог: 60 % педагогов находятся на разных стадиях эмоционального выгорания. Прежде всего, педагоги связывали это с переходом на ФГОС, поскольку введение любых инноваций для многих сопровождается стрессом, эмоциональными и нервными перегрузками. Педагогам бывает трудно адаптироваться к новым условиям, которые диктует современное образование, в особенности тем, которые имеют достаточно большой стаж работы. Появление новых требований к оформлению документации, введение в базовые коллективы детей с ОВЗ, внедрение интерактивных методов обучения, открытые занятия, участие в конкурсах и другие сопутствующие факторы ставят современного педагога в совершенно новые условия, которые усугубляют и без того их напряженную деятельность.

Появление новых стрессогенных факторов требует особого внимания к сохранению психологического здоровья педагогов.

После пребывания в напряженных ситуациях педагог чаще ощущает разбитость, подавленность, желание расслабиться. В отдельных случаях эмоциональная напряженность достигает критического момента и результатом становится потеря самообладания и самоконтроля. Это, в свою очередь, негативно сказывается на эмоциональном благополучии детей.

Всем известно, что у детей развита интуитивная способность улавливать эмоциональное состояние взрослых. Стоит подчеркнуть, что ***решающая роль в создании эмоциональной атмосферы принадлежит педагогу-воспитателю.***

То, чему научатся дети, каким будет их эмоциональное состояние, зависит от вашего настроения, от вашего умения управлять собой, от вашей способности решать личностные проблемы. Таким образом, чтобы не оказывать пагубного влияния на детей, нужно в первую очередь разобраться с собой, со своими эмоциональными проблемами, причинами, их вызывающими, найти выход из стрессовых ситуаций, а только затем – с причинами детских эмоциональных проблем и путями их коррекции.

Для сохранения психологического здоровья педагога необходим ряд условий – это самопознание и личностный рост, профилактика синдрома эмоционального выгорания, преодоление тревожности, психической напряженности, неуверенности.

Профессиональное (эмоциональное) выгорание — это синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов работающего человека.

Дети очень легко заражаются отрицательными эмоциями, поэтому педагогу необходимо устраивать себе **психологический душ**, который поможет ему снимать излишнее эмоциональное напряжение.

Игры и упражнения, которые помогут педагогам снять излишнее эмоциональное напряжение и осознать и поддержать источники профессиональных ресурсов (сил).

1. Упражнение «Энергетическая зарядка».
2. Игра «На что похоже моё настроение?»

Цель - диагностика эмоционального состояния участников встречи. Упражнение проводится по кругу. Участники игры представляются и

говорят по очереди, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а ваше?»

Ведущий обобщает – какое же у всей группы настроение. Интерпретируя ответы, учтите, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо – агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

3. Игра «Здравствуйте!»

Цель: дать возможность участникам познакомиться друг с другом, переключиться на ситуацию «здесь и сейчас». Снять эмоциональное напряжение, способствовать сплочению группы.

4. Упражнение «Комплимент»

- а. **Цель:** отработать навыки эмпатии и новых способов поведения, сформировать умения делать комплименты и создавать позитивные установки друг на друга.

5. Игра «Найди свою группу по цвету «шапочки»

- а. **Цель:** Развитие невербальных навыков общения, создание положительного эмоционального фона. Объединение участников в подгруппы.

6. Упражнение «Безопасные способы снятия эмоционального напряжения»
(Обсуждение в подгруппах и пантомима)

7. Релаксация и визуализация «Моё безопасное место»

8. Рефлексия (заполнение листка обратной связи) (см. Приложение)

Памятка

Анализ «Атмосфера в моей группе».

Проанализируйте групповую ситуацию с использованием следующей схемы:

Обстановка в группе.

- Какова атмосфера в моей группе? (Общие впечатления.)
- Почему я так думаю?
- Какие аспекты атмосферы в моей группе я оцениваю как положительные?
- Какие аспекты атмосферы в моей группе я оцениваю как отрицательные?

Взаимоотношения между воспитателем и ребенком.

- С кем из детей у меня хороший контакт?
- Чем это объясняется?
- С кем из детей у меня не такие хорошие отношения?
- Чем это можно объяснить?

Взаимоотношения между детьми.

- Между какими детьми существуют хорошие отношения?
- Чем это вызвано?
- Какие дети часто ссорятся между собой?
- Почему это происходит?
- Каких детей часто обижают?
- Почему это происходит?

Рефлексия по семинару-практикуму
«Педагогические условия обеспечения психоэмоционального благополучия
дошкольников в ДОУ. Психологическое здоровье педагога как условие психологической
безопасности дошкольника»

Насколько комфортно для Вас было участие в семинаре-практикуме:

- не комфортно
- достаточно комфортно
- очень комфортно

Что нового Вы узнали:

Что Вы сможете использовать в своей работе:

Рекомендации и пожелания ведущим:

Спасибо за сотрудничество!