

# Семинар-практикум для педагогов

Педагог-психолог МАДОУ №315  
Самойлова Н.А.

## Создание условий для психологического благополучия детей в группе детского сада.

**Цель:** повышение педагогической компетентности педагогов в области психологического и эмоционального благополучия детей.

### **Задачи:**

- познакомить педагогов с составляющими психологического комфорта и эмоционального благополучия детей в группе;
- способствовать эффективному применению образовательных и воспитательных действий, направленных на личностно ориентированное взаимодействие с ребенком;
- сформировать у педагогов мотивацию для анализа собственных педагогических взглядов и установок, подчёркивания своих индивидуальных черт как личности и как профессионала, осознания их влияния на собственную профессиональную деятельность.

### **«Приветствие»**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, развитие способности устанавливать эмоциональный контакт.

Давайте поприветствуем друг друга как:

- индийцы (ладони вместе перед грудью с поклоном);
- жители Конго (дуют друг на друга);
- в Тибете, чтобы поздороваться, нужно правой рукой снять головной убор, а левую руку заложить за ухо, и высунуть язык;
- жители Гренады скорее бьют кулаком о кулак;
- южноафриканцы сцепляют мизинцы;
- в Англиижимают руки;
- японцы руки жать не будут, они вместо этого кланяются. И чем дольше, тем выше степень их уважения к человеку.

Ну а мы с вами возьмемся за руки и скажем «Сегодня у меня еще один день – мой день! И я проживу его с радостью!»

### **Притча.**

Послушайте притчу.

Как-то шёл по дороге мудрец, любовался красотой мира и радовался жизни.

Вдруг заметил он человека, сторбившегося под непосильной ношей.

- Зачем ты обрекаешь себя на такие страдания? – спросил мудрец.

- Я страдаю для счастья своих детей и внуков, - ответил человек.

- Мой прадед всю жизнь страдал для счастья деда, дед страдал для счастья моего отца, отец страдал для моего счастья, и я буду страдать всю свою жизнь, только чтобы мои дети и внуки стали счастливыми.
- А был ли кто-то счастлив в твоей семье? – спросил мудрец.
- Нет, но мои дети и внуки обязательно будут счастливы! – ответил несчастный человек.
- Неграмотный не научит читать, а кроту не воспитать орла! – сказал мудрец, -научись вначале сам быть счастливым, тогда и поймёшь, как сделать счастливыми своих детей и внуков!

## **1. Информационная часть.**

### **1.1 Вхождение в тему метод «Ассоциации».**

Какие ассоциации возникают у вас, когда слышите слово «комфорт»? Придумайте слова к каждой букве данного слова. (Варианты педагогов).

К – красота

О – органичность

М – мама

Ф – фантазия

О – отдых

Р – радость

Т – тепло

Комфорт – это условия жизни, пребывания, обстановка, обеспечивающая удобство, спокойствие и уют. (Толковый словарь С.И. Ожегов)

Эмоциональный комфорт – это условия жизни, при которых ребенок чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться.

### **1.2 Проблема психологического здоровья на современном этапе.**

На современном этапе термин «здоровье» не рассматривают с точки зрения стабильного физического самочувствия, так как здоровье – это совокупность нескольких составляющих.

Известный врач – психотерапевт Элизабет Кюблер-Росс выдвинула такую идею: здоровье человека можно представить в виде круга, состоящего из четырех квадрантов: физического, эмоционального, интеллектуального и духовного.

К сожалению, многие из нас достаточно поздно начинают понимать важность не только физического, но еще и эмоционального здоровья. Ни для кого не секрет, что многие дети имеют невротические отклонения. Причин этому множество, и, думаю, перечислять их нет необходимости. Такие дети сложны и для родителей, и для педагогов, и для общества. С другой стороны, иногда вполне психологически здоровых детей родители и педагоги превращают в невротиков.

Почему столь важно сохранять психическое и психологическое здоровье детей? Наверняка каждый из вас может ответить на этот вопрос, определив последствия психологического дискомфорта для ребенка. Появление фобий, страхов, повышенной тревожности, агрессивности. Переход психологических переживаний в соматические расстройства, когда ребенок, получивший психологическую травму, заболевает физически (некий инстинкт

самосохранения организма). Проявление психологических травм, полученных в детском возрасте, в более зрелом возрастном периоде в виде психологической защиты – позиция избегания (замкнутость, наркотики, суицидальные наклонности, проявления агрессивных поведенческих реакций (побеги из дома, вандализм и т. п.)

Вопросы о психологическом комфорте и психическом здоровье должны быть обращены, прежде всего, к педагогам, так как большую часть времени дети находятся в детском саду.

Но многие могут возразить, что существуют объективные причины, по которым невозможно в полной мере создать психологический комфорт в группе детского сада:

- большая наполняемость групп;
- один воспитатель в группе;
- неблагоприятная семейная ситуация.

Да, действительность такова. Но кто поможет нам и нашим детям, если не мы сами?

Дошкольное учреждение играет не последнюю роль, несмотря на все проблемы, диктуемые современным состоянием общества, вытекающие из его противоречий. А именно: насколько оно способно создавать ребенку общий положительный и устойчивый фон психологического состояния, обеспечивать развитие деятельностной и жизнерадостной личности, обладающей чувством собственного достоинства.

### **1.3. Создание условий для эмоционального благополучия детей в группе с целью укрепления психологического здоровья и развития личности ребенка.**

Человек, компетентный в общении, прежде всего, устанавливает определенную атмосферу общения, которая помогает его партнеру почувствовать себя свободно и комфортно.

Выражение «У нас хороший контакт» означает «Мы понимаем друг друга, нам интересно друг с другом, мы доверяем друг другу». Прочно установившийся между людьми контакт обеспечит в процессе общения атмосферу доверия и принятия, в которой можно обсуждать любые проблемы. Определенная атмосфера не только присутствует в общении двух-трех человек, но характеризует общую обстановку в постоянной группе людей (рабочем коллективе, семье, школьном классе и т. п.).

Группа детского сада не является исключением, и люди чувствительные могут сразу, лишь переступив порог, ощутить атмосферу раскованности или закрытости, спокойной сосредоточенности или тревожного напряжения, искреннего веселья или угрюмой настороженности, которая присутствует в группе.

*Атмосфера (или климат) в группе детского сада определяется:*

- отношениями между воспитателем и детьми;
- отношениями между самими детьми.

Хороший климат в группе возникает тогда, когда все ее члены чувствуют себя свободно, остаются самими собой, но при этом уважают также и право другим быть самим собой.

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. Учитывая направления гуманизации дошкольного образования, важнейшим в работе педагога является создание условий для развития личности ребенка, «включение» собственных механизмов саморазвития ребенка через организацию педагогом развивающей среды, личностно ориентированного общения с ребенком, предоставление ему свободы выбора деятельности, помощь в развитии его способностей, создание атмосферы психологической защищенности, эмоционального комфорта.

Учитывая все это, 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.

Влияние стилей педагогического общения на благоприятный психологический комфорт в группе.

#### **1.4. Стили педагогического общения.**

*Авторитарный стиль* – это директивное общение. Педагог выполняет руководящие, организаторские функции, а дети только исполнители. Они обязаны внимательно слушать, наблюдать, запоминать, выполнять, отвечать. Воспитатель не замечает, что несамостоятельность детей, безынициативность – следствие его авторитарных тенденций к гиперопеке. Воспитателю - авторитару недостает уважения и доверия к личности растущего человека. Он живет по принципу «Доверяй, но проверяй», ориентируется на доминирование, командование во всех ситуациях общения, ожидает беспрекословного послушания и повиновения. Желание детей для него мало что значит. Явно преобладает формальный подход к воспитанию. При организации работы в группе не учитывает отношений между детьми. Не любит и не умеет признавать свои ошибки. Услышать от авторитара «Извините, я был неправ» почти невозможно. В любом случае он пытается замаскировать свои ошибки. В обращении к детям звучит частое: «Иванов, не крутись!», «Иванов, сколько можно повторять?» и т. д. Воспитатель этого типа низко оценивает возможности и способности детей, и в его оценочных

высказываниях преобладают замечания, порицания. Педагог – авторитар прямо и публично указывает ребенку на его ошибки, недостатки поведения. Для него характерны жесткие педагогические установки.

*Либеральный стиль.* Либерал-педагог уходит от прямого руководства детским коллективом, отсюда безынициативность, недостаточно развитая ответственность, пускание дел на самотек, такой воспитатель переоценивает возможность детей, выполнение своих требований не проверяет, находится полностью во власти желаний детей, в связи с этим часто ситуативен, непоследователен в принимаемых решениях и действиях. Недостаточно решителен в трудных ситуациях, учитывает взаимоотношения в группе. Не боится признавать свои ошибки, но допускает их очень часто. Количество воспитательных воздействий зависит от ситуации. Разнообразие значения не придает. Воспитатель – либерал – человек настроения. Если он в хорошем настроении, у него преобладают положительные оценки, если в плохом – усиливаются негативные оценки. Не обращает внимания на необходимость косвенных замечаний и порицаний.

*Демократический стиль.* Воспитатель – демократ учитывает особенности возраста детей и оптимально делит функции между собой и детьми. Проявляет максимум требований к детям и максимум уважения к ним. Испытывает явную потребность в обратной связи от детей в том, как ими воспринимаются те или иные формы совместной деятельности. При организации работы воспитатель – демократ учитывает и изучает межличностные взаимоотношения. Использование знаний о симпатиях – антипатиях между детьми считает важным условием успешной работы. Умеет признавать допущенные ошибки, несмотря на то что это трудно. В оценке такого педагога больше положительных, нежели отрицательных реплик. Предпочитает более плодотворный разговор с ребенком наедине. Примером косвенного замечания могут быть замечания взглядом. Педагогические установки носят динамический характер, то есть меняются в зависимости от обстоятельств. Из всего вышеизложенного можно сделать вывод: наиболее эффективным и оптимальным является демократический стиль общения, он наиболее благоприятен в воспитательном воздействии и в полной мере служит формированию у детей и окружающих людей сознательной дисциплины, творческого отношения к делу и формирования активной жизненной позиции. Именно правильно выбранный стиль общения педагога с детьми поможет создать ребенку благоприятный психологический комфорт в группе. Социально-психологическая культура воспитателя предполагает наличие у него определенных педагогических взглядов и убеждений, установки на эмоционально – положительное отношение к ребенку, независимо от его личностных качеств и целый комплекс коммуникативных навыков и умений, необходимых воспитателю для педагогического общения. Это значит, что воспитатель должен иметь не только систему профессиональных знаний, но и знаний о закономерностях общения в педагогическом коллективе и в детской группе, в работе с родителями.

Под **педагогическим общением** мы понимаем систему взаимодействия педагога с воспитуемыми с целью познания их, оказания воспитательных воздействий, организации целесообразных взаимоотношений, формирование

благоприятного для психического развития ребенка микроклимата в группе раннего и дошкольного возраста.

Именно от нас – педагогов – зависит во многом сохранение психологического здоровья детей, а для этого необходимо очень бережно относиться к своему собственному психологическому состоянию. Огромная роль при этом принадлежит личности педагога, его культурному уровню, интеллектуальному и личностному потенциалу. Личность может воспитать только личность. Ибо воспитание – это организованная педагогом жизнь ребенка на уровне культуры, это совместное восхождение к истокам, традициям своего народа, где сам педагог воссоздает в каждый миг работы с детьми – как представитель общества, взрослого мира – культурный вариант взаимодействия с окружающими.

## **2. Практическая часть**

### **2.1 Задание для педагогов «Стили педагогического общения».**

Из всего вышеизложенного можно сделать вывод: наиболее эффективным и оптимальным является демократический стиль общения, он наиболее благоприятен в воспитательном воздействии и в полной мере служит формированию у детей и окружающих людей сознательной дисциплины, творческого отношения к делу и формирования активной жизненной позиции. Именно правильно выбранный стиль общения педагога с детьми поможет создать ребенку благоприятный психологический комфорт в группе. Социально-психологическая культура воспитателя предполагает наличие у него определенных педагогических взглядов и убеждений, установки на эмоционально – положительное отношение к ребенку, независимо от его личностных качеств и целый комплекс коммуникативных навыков и умений, необходимых воспитателю для педагогического общения. Это значит, что воспитатель должен иметь не только систему профессиональных знаний, но и знаний о закономерностях общения в педагогическом коллективе и в детской группе, в работе с родителями.

Под педагогическим общением мы понимаем систему взаимодействия педагога с воспитуемыми с целью познания их, оказания воспитательных воздействий, организации целесообразных взаимоотношений, формирование благоприятного для психического развития ребенка микроклимата в группе раннего и дошкольного возраста.

Именно от нас – педагогов – зависит во многом сохранение психологического здоровья детей, а для этого необходимо очень бережно относиться к своему собственному психологическому состоянию. Огромная роль при этом принадлежит личности педагога, его культурному уровню, интеллектуальному и личностному потенциалу. Личность может воспитать только личность. Ибо воспитание – это организованная педагогом жизнь ребенка на уровне культуры, это совместное восхождение к истокам, традициям своего народа, где сам педагог воссоздает в каждый миг работы с детьми – как представитель общества, взрослого мира – культурный вариант взаимодействия с окружающими.

Итак, на первый план выдвигается личностно ориентированное взаимодействие с ребенком, демократический стиль общения с ним. Мощный

рывок практической психологии создал теоретическую базу для диагностической и коррекционной работы педагога, поскольку на плечи педагога ДОО легла забота в психологическом благополучии будущего нации – наших детей.

Каков же инструментарий в деятельности педагога?

### **Практическая часть.**

**Диагностический инструментарий для воспитателей по оценке психологического климата в группе детского сада и эмоциональное благополучие ребенка.** (Психолог знакомит педагогов с методиками по оценке психологического климата и эмоционального благополучия ребенка в группе детского сада. Данные методики лежат на столах для изучения педагогами).

## **2.2 Задание для педагогов**

### **Тест на проверку психологической комфортности пребывания детей в группе детского сада «Я в своей группе детского сада»**

Показ рисунков детей и интерпретация их содержания воспитателями. (Психолог дополняет педагогов, помогает им сделать выводы)

Самый удобный вариант, чтобы понять, насколько комфортно чувствуют себя воспитанники в группе, предложить детям выполнить рисунок на тему «Я в своей группе детского сада». Это не отнимет у воспитателя много времени в течение рабочего дня, а поразмыслить над результатами можно на досуге. Предполагаемы рисунки детей можно условно разделить на три группы:

1. Ребенок рисует только здание.
2. Ребенок рисует здание с элементами игровой площадки.
3. Ребенок изображает на рисунке самого себя в комнате или на улице.

Первая группа рисунков – самая тревожная. Если на рисунке нет ничего, кроме здания, значит, ребенок воспринимает детский сад как нечто отчужденное, безликое. Значит, жизнь в детском саду не вызывает в нем положительных эмоций и не отождествляется с происходящими там событиями. Больше всего оптимизма внушает ситуация, когда ребенок изображает на рисунке самого себя: значит, события, происходящие в детском саду, являются для него лично значимыми. Но этим анализ ситуации не ограничивается. Нужно обратить внимание на другие элементы картинки: присутствуют ли на рисунке дети, воспитатель, игровое поле, игрушки. Их наличие говорит о том, что ребенок изобразил в своей работе множество разнообразных связей и отношений к ним. Игровое поле, например, очень важный элемент. Если ребенок изображает себя стоящим на ковре, на полу или земле (дети часто изображают свою опору в виде прямой линии), — это хороший показатель. Значит, он «крепко стоит на ногах», чувствует себя уверенно. Хорошо, если на рисунке изображены цветочки, солнышко, птички – все это детали, свидетельствующие о «мире» в душе. Нужно попытаться понять, что выражает ребенок, рисуя воспитательницу. С одной стороны, ее появление на рисунке – положительный момент. Значит, педагог для ребенка – значимый персонаж, с присутствием которого он должен считаться. Но важно, как воспитательница развернута к ребенку –

спиной или лицом, сколько места она занимает на рисунке, как изображены ее руки и рот. Подчеркнутое выделение рта, множество линий вокруг него могут свидетельствовать о том, что ребенок воспринимает педагога как носителя словесной (вербальной) агрессии. Немаловажное значение имеет и цветовое решение картинки. О положительном эмоциональном настрое свидетельствует использование ребенком теплых тонов (желтый, розовый, оранжевый) и спокойных холодных (синий, голубой, зеленый). Насыщенно фиолетовый цвет, которым закрашены довольно большие участки рисунка, может свидетельствовать о напряжении, которое испытывает ребенок, а избыток красного – о переизбытке эмоциональных стимулов.

Злоупотребление черным цветом, жирная, продавливающая бумагу штриховка, похожая на зачеркивание, сигнализируют о повышенной тревожности ребенка, о его эмоциональном дискомфорте.

Примечание. Не может считаться диагностическим шаблонный рисунок, когда ребенок изображает привычные и знакомые элементы, которые рисовал множество раз, и рисунок по образцу, выполненный на занятии по рисованию. Во время тестирующего рисования педагог не должен комментировать действия детей и подсказывать им прямо или косвенно, какие элементы внести в рисунок. Оценивать работы детей в этом случае тоже нельзя. Лучше, если воспитатель просто попросит подарить ему рисунки на память. Какие-то элементы рисунка могут оказаться для педагога непонятными, а какие-то приведут к ложным выводам. Рисунок, например, может отражать лишь ситуативную тревожность или психический дискомфорт ребенка, связанные, например, с семейными конфликтами, свидетелем которых он мог стать утром, или с плохим самочувствием, с предстоящим визитом к врачу и т. п. Поэтому, чтобы иметь подлинную картину психологического состояния ребенка в группе, по прошествии двух недель тест надо повторить.

### **2.3 Задание для педагогов.**

#### **Тест на эмоциональное отношение.**

*Материал:* лист бумаги, цветные карандаши.

Младшим и средним детям даются готовые карточки с нарисованными 5 кружками. Старшим детям предлагается нарисовать 5 кружков через клетку.

*Вопросы можно подобрать самим.* Детей сажают по одному за стол.

1. Закрась первый кружок таким цветом, какого цвета твое настроение, когда ты идешь в детский сад.
2. Закрась второй кружок таким цветом, какого цвета твое настроение, когда ты занимаешься математикой.
3. Закрась третий кружок таким цветом, какого цвета твое настроение, когда ты играешь.
4. Закрась четвертый кружок таким цветом, какого цвета твое настроение, когда ты уходишь домой.
5. Закрась пятый кружок таким цветом, какого цвета твое настроение, когда ты ложишься спать.

Проводят до 3 раз.

*Обозначение цветов:*



Красный – возбужденное, восторженное отношение.

Оранжевый – радостное, приятное.

Желтый – теплое, доброжелательное.

Зеленый – спокойное.

Синий – грустное, неудовлетворительное.

Фиолетовый, коричневый – тревожное.

Черный – печаль, уныние.

Если черным цветом постоянно закрашивается один или несколько видов деятельности, то воспитателю надо немедленно обратить внимание на это. Например, на занятиях: пересмотреть структуру, содержание, чтобы ребенку было интересно, и так по каждому виду деятельности.

Таким образом, ознакомившись с практическими разработками в области изучения эмоциональных состояний дошкольников, вы понимаете, что создание эмоционального благополучия и комфорта оказывает влияние на все сферы психического развития.

Полученные вами результаты представляют собой вместе с тем и оценку вашей профессиональной деятельности, успешности ваших образовательных и воспитательных действий.

#### **2.4. Эмоциональное благополучие педагога как условие положительного эмоционального состояния детей.**

*Приемы снятия эмоционального напряжения у педагогов.*

Прежде чем перейти к рекомендациям по созданию психологического комфорта в группах детского сада, хотелось бы уделить особое 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, который поможет ему снимать излишнее эмоциональное напряжение.

Психолог проводит 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 ягодичы: «Чудо как я хороша»; расслабить ягодичы: «Проживу теперь сто лет».
3. Подпрыгивая на правой, затем на левой ноге, повторить: «Я бодра 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 сомкнуть 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 и 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: «Вселенная мне улыбается»; глубокий выдох: «И все у меня получается».
  10. Сжав кулаки, делая вращения кулаками: «На пути у меня нет преграды, все получается так, как надо!»
- 2.5. Задание для педагогов.

### **Рекомендации «Создание условий для эмоционального благополучия детей в группе».**

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

1. Следите, чтобы им никогда не было скучно, и они были чем-то заняты.
2. Не принуждайте детей к участию, в каких бы то ни было занятиях.
3. Вселяйте в детей веру в свои силы, способности и лучшие душевные качества.
4. Не стремитесь к тому, чтобы все дети усваивали материал в одном темпе.
5. Находите с каждым ребенком личный контакт и индивидуальный стиль общения.
6. Замечайте и отмечайте малейший успех ребенка. От постоянных неудач дети озлобляются.
7. Не приписывайте успех себе, а вину воспитаннику.
8. Не кричите, не оскорбляйте ребенка ни при каких обстоятельствах.
9. Хвалите в присутствии коллектива, а прощай наедине.
10. Не ищите в лице родителей средство для расправы за собственную беспомощность в общении с детьми.
11. Оценивайте поступок, а не личность. 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.

### **2.6. Задание для педагогов.**

#### **Тест «Опытный воспитатель ДОО».**

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.

#### ***Психологические речевые настройки.***

Цель речевых настроек – создание в группе положительного эмоционального фона, атмосферы доброжелательности и защищенности.

Основное предназначение речевых настроек – установки на хорошее настроение. 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, о чем

он говорит, то есть голосом и мимикой должны передаваться доброжелательность, радость встречи.

2.7. Речевой настрой для педагогов.

3. Обсуждение, подведение итогов. Анкета "Обратная связь"