МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №20 «КОЛОСОК» ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ

**Консультация для педагогов «Условия для психологической безопасности и комфорта воспитанников ДОУ»**

**Педагог-психолог Кормакова Е.И.**

С. Марфино

2020г.

Психологическая безопасность создает условия для нормального функционирования психических процессов и исключает антиобщественное поведение человека.

Психологическая безопасность - это, прежде всего, доверие к тому, что тебя окружает. Это подразумевает отсутствие страха, тревоги и других негативных чувств, возникающих при соприкосновении с миром.

Впервые психологическую безопасность мы получаем через отношение мамы - к нам и миру в целом. Мама транслирует младенцу чувство устойчивости и надежности окружающего мира - и малыш вырастает с установкой "мир дружественен для меня". Или мама транслирует чувство неустойчивости и тревожности, и малыш получает установку "мир враждебен для меня".

Вырастая, мы живем с установками доверия или недоверия к миру в целом, что проявляется в отношении к людям. Доверие (не путать с доверчивостью) проявляется в дружелюбии, радушии, позитиве, отсутствии ожиданий негативных сценариев жизни и "плохих" поступков со стороны окружающих.

Психологическая безопасность тесно связана с психологическим комфортом.

Психологический комфорт – это условия жизни, при которых человек чувствует себя в гармонии с самим собой и с миром. Это состояние, при котором индивид удовлетворен собой, своей работой и жизнью.

Важнейшую роль в жизни ребенка после семьи играет образовательное учреждение, где он проводит большую часть своего детства. Поэтому немаловажно, какая атмосфера царит в детском саду и какое влияние она оказывает на психику ребенка.

Применительно к детям дошкольного возраста основными показателями сформированности психологического здоровья являются:

- процесс адаптации при поступлении в ДОУ;

- уровень развития коммуникативных навыков;

- уровень положительной мотивации к социально важной для данного возраста деятельности;

- отсутствие отклонений в поведении.

Опасность же рассматривается как наличие и действие различных факторов, которые являются дисфункциональными, дестабилизирующими жизнедеятельность ребенка, угрожающими развитию его личности.

Предусмотреть возникновение опасности довольно сложно. В настоящее время нет достаточно обоснованной и подробной общей классификации угроз психологической безопасности и возможных источников их в дошкольном учреждении. Но в то же время и оздоровительная программа без системы упреждающих мер будет не столь эффективной.

Основные источники угроз психологической безопасности личности можно условно разделить на две группы: внешние и внутренние.

К внешним источникам угроз психологической безопасности ребенка следует отнести:

1. Манипулирование детьми, наносящее серьезный ущерб позитивному развитию личности. Это проявляется в том, что взрослые стремятся все сделать за ребенка, тем самым лишая его самостоятельности и инициативы, как в деятельности, так и в принятии решений.

2. Индивидуально-личностные особенности персонала, участвующего в образовательном процессе и ежедневно вступающего во взаимодействие с детьми.

3. Межличностные отношения детей в группе. Бывает так, что детское сообщество отвергает кого-то из сверстников, а воспитатели долгое время этого не замечают или не находят достаточно эффективных средств для устранения такого явления. В результате у отвергаемых детей появляется чувство дезориентации в микросоциуме, каковым является для ребенка дошкольное учреждение. Кроме того, в детском коллективе уже в раннем возрасте могут проявляться грубость и жестокость, на которую также нет должной реакции педагогов.

4. Враждебность окружающей ребенка среды, ограничение доступ к игрушкам, не продуманное цветовое и световое оформление пространства; отсутствуют необходимые условия для реализации естественной потребности в движении; действуют необоснованные запреты, вызванные псевдозаботой о безопасности ребенка.

5. Несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений и, в первую очередь, отсутствие режима проветривания.

6. Интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей, однообразие будней.

7. Нерациональность и скудость питания, его однообразие и плохая организация.

8. Неправильная организация общения. Преобладание авторитарного стиля, отсутствие заинтересованности ребенком со стороны взрослых.

9. Недооценка значения закаливания, сокращение длительности пребывания ребенка на свежем воздухе.

10. Отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.

11. Неблагоприятные погодные условия.

12. Невнимание к ребенку со стороны родителей, асоциальная семейная микросреда и т. д.

Внутренними источниками угроз психологической безопасности ребенка могут быть:

1. Сформировавшиеся в результате неправильного воспитания привычки негативного поведения. В результате малыш сознательно отвергается детьми и подсознательно взрослыми.

2. Осознание ребенком на фоне других детей своей не успешности. Это способствует формированию комплекса неполноценности и зарождению такого, например, отрицательного чувства, как зависть.

3. Отсутствие автономности. Прямая зависимость во всем от взрослого, рождающая чувство беспомощности, когда приходится действовать самостоятельно.

4. Индивидуально-личностные особенности ребенка, например, сформировавшиеся (не без помощи взрослых) боязливость или привычка постоянно быть в центре внимания.

5. Патология физического развития, например, нарушение зрения, слуха и т. п.

Общими же источниками угроз психологической безопасности ребенка является информация, которая неадекватно отражает окружающий его мир, т. е. вводит его в заблуждение, в мир иллюзий.

Проще говоря, когда взрослые обманывают ребенка. И это может привести к психологическому срыву. Например, убеждают, что мама скоро придет, и малыш находится в состоянии напряженного ожидания.

Признаки стрессового состояния малыша при нарушении его психологической безопасности могут проявляться:

- в трудностях засыпания и беспокойном сне;

- в усталости после нагрузки, которая совсем недавно его не утомляла;

- в беспричинной обидчивости, плаксивости или, наоборот, повышенной агрессивности;

- в рассеянности, невнимательности;

- в беспокойстве и непоседливости;

- в отсутствии уверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жмется к ним;

- в проявлении упрямства;

- в том, что он постоянно сосет соску, палец или жует что-нибудь, слишком жадно без разбора ест, заглатывая при этом пищу (иногда, наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита);

- в боязни контактов, стремлении к уединению, в отказе участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой, не находя себе занятия);

- в игре с половыми органами;

- в подергивании плеч, качании головой, дрожании рук;

- в снижении массы тела или, напротив, начинающих проявляться симптомах ожирения;

- в повышенной тревожности;

- в дневном и ночном недержании мочи, которых ранее не наблюдалось, и в некоторых других явлениях.

Обеспечение психологического комфорта детей в ДОУ – одна из важнейших задач педагогического коллектива. От этого во многом зависит результативность педагогической деятельности, сформированность знаний, умений, навыков у детей, способствующих дальнейшей успешности в школьном обучении.

Эффективность воспитания и обучения детей в ДОУ, их психологическое благополучие зависят от того, какие чувства вызывает та или иная деятельность, режимный момент, ситуация, как ребенок переживает свои успехи и неудачи, отношение к себе взрослых и сверстников.

При построении учебно-воспитательного процесса важно учитывать индивидуальные особенности детей, возрастные возможности и поэтому в общении и взаимодействии с детьми желательно следовать правилу трех «П»:

- Понимание – умение увидеть ребенка «изнутри», смотреть на мир одновременно с двух точек зрения - своей собственной и ребенка, видеть побудительные мотивы, движущие детьми.

- Приятие – безусловное положительное отношение к ребенку и его индивидуальности независимо от того, радует он в данный момент или нет. «Я отношусь к тебе хорошо, независимо от того, справился ты с заданием или нет».

- Признание – это, прежде всего, право ребенка в решении тех или иных проблем. У ребенка должно быть ощущение, что выбирает именно он.

Следование вышеназванному правилу, согласованное функционирование развития эмоциональной сферы и интеллектуального развития позволят обеспечить психологический комфорт ребенка в ДОУ, а значит его полноценное развитие.

К мерам, обеспечивающим психологическую безопасность и комфорт воспитанников ДОУ можно отнести следующие:

1. Комфортная для психологического состояния детей организация режимных моментов.

2. Система профилактики психоэмоционального состояния детей средствами физического воспитания: водные процедуры, массаж, специальные оздоровительные игры, вызывающие положительные эмоции.

3. Арома- и фитотерапия – путем подбора специальных растений и цветового решения интерьера, способствующих снятию напряжения.

4. Работа с природным материалом: глиной, песком, водой. Обычно это отвлекает детей от неприятных эмоций.

5. Музыкальная терапия – регулярно проводимые музыкальные паузы, игра на музыкальных инструментах.

6. Контроль и регулирование психоэмоциональных и физических нагрузок.

7. Предоставление ребенку максимально возможной в этом возрасте самостоятельности и свободы.

8. Контроль самочувствия и настроения ребенка, своевременная их коррекция.

9. Создание предметно-развивающей среды всего учреждения, расширение возможности контактов ребенка с другими детьми и взрослыми.

На психосоматическое состояние ребенка оказывает влияние эмоциональное состояние педагога, стиль его общения с детьми. Для того чтобы вырастить психически здоровое поколение детей, педагог должен быть эрудированным и гибким в поведении, увлеченным и умеющим увлекать детей, открытым в общении, он сам должен быть примером для подражания, находиться в постоянном поиске, самообразовании, самосовершенствоваться.

Роль педагога в создании комфортной образовательной среды:

- знание общих закономерностей развития ребенка;

- умение организовать ведущие в дошкольном возрасте виды деятельности, обеспечивая развитие детей, организовывая совместную и самостоятельную деятельность дошкольников;

- умение планировать и корректировать образовательные задачи с учётом индивидуальных особенностей развития каждого ребенка;

- участие в создании психологически комфортной и безопасной образовательной среды;

- способность педагога развивать толерантность у детей, как одно из средств профилактики и создания условий для психологически безопасной и комфортной образовательной среды;

- готовность принять разных детей, вне зависимости от их учебных возможностей, особенностей в поведении;

- умение защитить тех, кого в детском коллективе не принимают;

- владение методами и средствами психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) детей, умение выстраивать партнерское взаимодействие с ними для решения образовательных задач и др.

Обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня: использование в практике детского сада таких режимных ритуалов как «Утреннее приветствие», «Минутки вхождения в день», которые объединяют детей, настраивают на доброжелательные взаимоотношения со взрослыми и детьми; игровое общение (подвижные игры немецкого психолога К.Фопеля); минутки задушевного общения, когда воспитатель, расположившись на ковре вместе с детьми, хвалит детей, обсуждает их достижения, читает, играет с ними.

Применение психолого-педагогических приемов, направленных на блокирование и предупреждение нежелательных аффективных вспышек: релаксационные паузы; психологические настройки для привлечение внимания детей, выравнивания психологического климата в группе, выработки дисциплины; снятие напряженности в организации режимных процессов (профилактика переутомления); использование специальных игр для профилактики конфликтов, которые развивают у детей коммуникативность, навыки сотрудничества, эмоциональность, умение рефлексировать, повышают самооценку.