***Семинар-практикум для педагогов «Создание психологического комфорта***

***в группах детского сада»***

**Семинар-практикум для педагогов «Создание психологического комфорта в группах детского сада»**

10.10.2019 г.

**Задачи:**

1. Познакомить воспитателей с составляющими психологического комфорта и эмоционального благополучия детей в группе.
2. Способствовать эффективному применению образовательных и воспитательных действий, направленных на личностно ориентированное взаимодействие с ребенком.

**Ход мероприятия**

 Здравствуйте дорогие коллеги, и так начнем наш семинар-практикум по теме: **«Создание психологического комфорта в группах детского сада».** Первым разделом нашего семинара послужит: «***Проблема психологического здоровья на современном этапе».***

 Хочется задать вам вопрос, что вы понимаете под термином **«здоровье»**? Здоровье, это совокупность нескольких составляющих. Известный врач психотерапевт Элизабет Кюблер-Росс выдвинула такую идею: здоровье человека можно представить в виде круга, состоящего из четырех квадратов: физического, эмоционального, интеллектуального и духовного.

 К сожалению, многие из нас достаточно поздно начинают понимать важность не только физического, но и еще эмоционального здоровья. Ни для кого не секрет, что многие дети имеют невротические отклонения. Такие дети сложны 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 нас может ответить на этот вопрос, определив последствия психологического дискомфорта для ребенка:

 - проявление фобий, страхов, тревожности, повышенной 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 проявляется в виде психологической защиты – позиция избегания (замкнутость, наркотики, суицидальные наклонности), проявления агрессивных реакций (побеги из дома, вандализм и т. п.) Вопросы о психологическом комфорте и психическом здоровье в первую очередь обращены, прежде всего, к педагогам, так как большую часть времени дети находятся в детском саду. Действительность такова, но кто поможет нам и нашим детям, если не мы сами?

Итак, следующий этап это ***«Создание психологического комфорта в детском саду для сохранения и укрепления психологического здоровья и развития личности ребенка».***

 Человек, компетентный в общении, прежде всего, устанавливает определенную атмосферу общения, которая помогает его партнеру чувствовать себя свободно и комфортно. Ворожение «У нас хороший контакт» означает «Мы понимаем, друг друга, нам интересно друг с другом, мы доверяем друг другу». Прочно установившийся между людьми контакт обеспечивает в процессе общения атмосферу доверия и принятия, в которой можно обсуждать любые проблемы.

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 других быть самими собой. Воспитатель оказывает весьма существенное влияние на качество группового климата. Физически именно воспитатель 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. Важнейшим фактором в работе педагога является создание условий для развития личности ребенка, включение 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 создать условия для эмоционального благополучия каждого ребенка:

* предметно-развивающая среда;
* стиль общения воспитателя с ребенком;
* стиль общения воспитателей между собой;
* стиль общения воспитателя с родителем;
* наблюдать, как общаются дети между собой.

 ***Самочувствие ребенка в группе*** – это удовлетворенность существующими взаимоотношениями в группе, степень участия в совместной деятельности, защищенность, внутреннее спокойствие, переживания 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.

 Перейдем к следующему этапу нашего семинара ***«Влияние стилей педагогического общения на благоприятный психологический климат в группе».***Сейчас я бы хотела остановиться на стилях 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, ожидает беспрекословного послушания и повиновения. Желание детей для него мало что значит. 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 авторитатора «Извините, я был не прав» почти невозможно. Воспитатель этого типа низко оценивает возможности и способности детей, и в его оценочных высказываниях преобладают замечания, порицания.

Педагог-авторитатор прямо и публично указывает ребенку на свои ошибки, недостатки поведения. Для него характерны жесткие педагогические установки.

 ***Либеральный*** *(попустительский стиль).* Либерал –педагог уходит от прямого руководства детским коллективом, отсюда безынициативность, недостаточно развитая ответственность, пускание дел на самотек, такой воспитатель переоценивает возможности 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 завесит от ситуации. Разнообразию значения не придает. Воспитатель-либерал – человек настроения. Если он в хорошем настроении, у него преобладают положительные оценки, если плохое – 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 воспитываются 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 трудно. В оценке такого педагога больше положительных, чем отрицательных реплик. Предпочитает более плодотворный разговор с ребенком наедине. Педагогические установки носят динамический характер, то есть меняются в зависимости от обстановок. Из всего выше изложенного 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.

Сейчас дорогие коллеги хочется перейти к практической части нашего семинара.  Чтобы понять, насколько комфортно чувствуют себя воспитанники в группе, - предложили детям выполнить рисунок на тему «***Я в своей группе*** ***детского сада»***. Рисунки находятся перед вами и наша задача совместно проанализировать, насколько комфортно себя чувствуют дети в группе *(показ рисунков детей и интерпретация их содержания воспитателями совместно с психологом).*

 Предполагаемые 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, малыш 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 личностно 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 носитёля 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 изобилие красного — о переизбытке эмоциональных стимулов. Злоупотребление черным цветом, жирная, продавливающая бумагу штриховка, похожая на зачеркивание, сигналят о повышенной тревожности ребенка, о его эмоциональном дискомфорте.

Так же хочется вас познакомить с методикой по оценке эмоционального благополучия ребенка в группе детского сада. Данные методики лежат у вас на столах для изучения.

**Цветовая диагностика «Домики»**

 Данная методика была разработана с опорой на «Цветовой тест отношений» А.М. Эткинда. Цель методики – определение эмоционального состояния, отражающего отношение ребенка к дошкольному учреждению. Цветовая диагностика проводиться индивидуально с каждым ребенком: в течении первого месяца посещения детского сада, после трех или шести месяцев нахождения в дошкольном учреждении. Детям предлагается в игровой форме выбрать один из домиков разного цвета. В методике используется следующие цвета: синий, зеленый, кранный, желтый, фиолетовый, коричневый, серый, черный. Более подробное описание проведение данного тестирования вы можете прочитать самостоятельно.

 Таким образом, ознакомившись с практическими разработками в области изучения эмоционального состояния дошкольников, вы понимаете, что создание эмоционального благополучия и комфорта оказывает влияние на все сферы психического развития. Полученные нами результаты представляют собой вместе с тем и оценку вашей профессиональной деятельности, успешности ваших образовательных и воспитательных действий.

 На заключительном этапе сегодняшней встречи хочется **научить вас приемам снятия эмоционального напряжения и уделить особое внимание вашему психологическому комфорту.**

 Сейчас мы с вами выполним 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»; выт руки над головой: «Не боюсь я никого»; напрячь ягодицы: «Чудо как я хороша»; расслабить ягодицы: «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 руками: «На пути у меня нет преграды, все получается так, как надо!»

 (Обсуждение, подведение итогов).

 В заключение я хочу вам раздать памятки с рекомендациями **«Создание условий психологически комфортного пребывания ребенка в детском саду».**

Наш семинар подошел к концу я надуюсь, что каждый для себя узнал что-то новое и полезное.

**Всем спасибо за внимание! До новых встреч!**