

Консультация для воспитателей на тему:

«Эмоциональное благополучие ребенка в детском саду»

«Ребенок всегда прав.

Неправым может быть только взрослый, чья программа ребенку не интересна!»

И. Сеченов

Эмоциональное благополучие для ребенка, все равно, что для ростка свет, тепло, влага, удобрение, почва и т.д. Чтобы нормально расти, ребенку нужна любовь, уверенность в своих силах, в своей значимости и ценности для нас, взрослых.

Созданию эмоционально-психологического благополучия, каждого ребенка, а значит и группы в целом, способствуют следующие условия:

- быстрая адаптация к условиям детского сада (постепенное приучение к режиму, пище; позволение приносить в группу любимую игрушку, во время утреннего приема использование различных сюрпризных моментов, подвижных игр);
- наличие в группах «телефонов доверия», по которым можно позвонить маме;
- наличие «семейных альбомов»;
- «зональность развивающей среды», позволяющая детям рассредоточиться;
- разумная занятость детей;
- применение физкультминуток во время занятий;
- наличие традиций в группе;
- часто плаксивым детям можно давать установку на интересный завтрашний день;
- проведение «утра радостных встреч», позволяющих каждому ребенку ощутить себя в центре внимания;
- демократичный стиль общения воспитателя – не над, а рядом, вместе, глаза в глаза;
- соблюдение воспитателем принципов психолого-педагогического сопровождения детей, главным из которых является:

Традиционно уделяя внимание физическому здоровью своего ребенка, некоторые родители до конца еще не осознали значение психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка. Основным условием профилактики эмоционального неблагополучия является создание благоприятной атмосферы, характеризующейся взаимным доверием и уважением, открытым и благожелательным общением.

Часто на эмоциональное состояние детей оказывают негативное влияние страхи (например, боязнь темноты, боязнь оказаться в центре внимания, страх перед каким-либо сказочным персонажем, животным, страх собственной смерти или смерти близких), поэтому очень важно, чтобы родители:

- относились к страхам серьезно, не игнорировали и не умоляли их; давали ребенку возможность рассказывать, чего он боится, избегая при этом оценивающих высказываний («Ты боишься такого маленького паучка?»);
- помогали детям выразить страх в словах («Ты испугался тогда, когда...»), рассказали о собственных страхах;
- давали описания реально опасных ситуаций (ходить весной по тонкому льду на реке, перебегать улицу в неположенном месте);
- допускали здоровую дозу страха (боязнь высоты предохраняет от действительной опасности);
- давали возможность учиться на собственных ошибках (ошибку может допустить каждый, но ее осознание дает возможность в аналогичной ситуации принять правильное решение);
- реагировали на детские восприятия реальных жизненных событий («Ты сильно испугался? Как это случилось? Как этого можно было избежать?»).

Одним из наиболее ярких проявлений неблагоприятной атмосферы являются частые споры и ссоры между детьми в семье или во дворе, порой переходящие в драки. Драка – крайний способ решения конфликта, а точнее – неумение выйти из него. Научите ребенка способам выхода из конфликтных ситуаций, не доводя дело до их силового решения.

Общая стратегия выхода из конфликта может быть следующей:

- как можно более точно и конкретно сформулировать проблему, причину конфликта;
- дать каждой из сторон возможность предложить свой способ решения конфликта, воздерживаясь от комментариев;
- последовательно обсудить преимущества и недостатки каждого предложения (предложения, неприемливые для одной из сторон, отпадают);
- принять решение, против которого нет возражений (это не означает, что стороны обязательно будут полностью удовлетворены им).

Не менее важной задачей является профилактика возникновения конфликтных ситуаций, для чего могут быть проведены соответствующие беседы с ребенком. Стремитесь, чтобы ваш ребенок был восприимчив к чувствам, желаниям, мнениям других людей, не всегда совпадающим с его собственным (например, у разных людей разное представление о том, что может быть интересным, скучным, красивым, плохим, хорошим, обычным, странным).

Не следует всеми силами стремиться предотвращать возможные конфликты, не следует относиться к ним как к чему-то только неприятному и обременительному. Любые конфликтные ситуации (несколько детей, брат и сестра одновременно хотят играть с одной игрушкой, и никто не хочет уступить) надо использовать для приобретения опыта разрешения конфликтов.

Если с рождения ребёнка окружает любовь и забота близких, то у него формируется чувство защищённости. Психологи установили, что дети, не испытывающие «эмоциональной защищённости», сильно отстают в развитии. Они агрессивны, грубы. Только чувствуя любовь матери, отца и близких людей, т.е. дедушки, бабушки, ребёнок растёт эмоционально благополучным. Важно, чтобы семья была полной. Сейчас в стране более полутора миллионов неполных семей. Это наносит огромный ущерб эмоциональному благополучию детей. Учёные провели исследования и пришли к заключению, что, если в семье нет отца, мальчик больше страдает в старшем дошкольном возрасте, а девочка – в младшем (в старшем дошкольном возрасте девочка отождествляет себя с мамой).

Если мать воспитывает ребёнка одна, то на её плечи ложится двойная нагрузка. Она должна воспитать мальчика закалённым, сильным, смелым, привить ему мужские качества. Для девочки также необходима «мужская рука». Тем не менее, если к мнению ребёнка прислушиваются, если он помогает матери и посильно участвует в труде, то и в неполной семье может расти здоровый ребёнок. Но поговорим о полных семьях. Во всех ли создана атмосфера добра и взаимопомощи, много ли уделяют времени родители ребёнку, играют с ним, посещают театры, музеи, выставки? К сожалению, не всегда. Часто женщине–матери приходится отрабатывать ещё одну «смену» дома, ведя хозяйство. Именно поэтому рвутся эмоциональные связи с детьми, у взрослых не остаётся времени поиграть с ребёнком, почитать ему книгу.

Я часто спрашиваю у своих воспитанников, как они провели выходные или праздничные дни. И горько бывает слушать такие ответы: «Папа весь день на диване пролежал». Или: «Ничего мы не делали».

Для того чтобы дети росли эмоционально благополучными, мы, воспитатели, должны много работать с родителями. Ведь так много зависит от личности воспитателя! Он должен быть культурным человеком, культурным в широком и лучшем смысле этого слова, знать родителей каждого ребёнка и помнить, что нет двух одинаковых семей, а значит, нужен индивидуальный подход.

Воспитатель и родители должны «делать одно дело» - создавать для ребёнка благоприятную эмоциональную атмосферу: считать его полноправным членом семьи, уважать, прислушиваться к его мнению. Конечно, это не значит, что он «пуп земли», неженка, заваленный сладостями и игрушками. С детских лет ребёнок должен осознавать себя человеком, личностью.

Малышу нужно читать книги, ходить с ним в театры, музеи, на выставки. Если же этого нет в семье, то воспитатель должен быть «ходячим университетом» и, конечно же, доброй и заботливой мамой. Помните, что эмоциональное благополучие ребёнка – главное условие его физического душевного здоровья.

