

**Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение центр развития ребёнка д/с №20**

**Мастер-класс
педагога-психолога для воспитателей ДОУ**

**«Создание психологического комфорта в
группе детского сада»**

**Подготовила:
педагог-психолог ДОУ
Вялова О. М.**

г. Узловая

Как воспитать умного и уверенного в своих силах ребенка? Как научить детей понимать и уважать чувства других? Как справиться с детскими конфликтами? Что делать с эмоциональным напряжением в трудные минуты? Как помочь ребенку полюбить д/с?

Эти и множество других вопросов встают перед воспитателями и родителями каждый день.

Среди проблем, с которыми приходят к педагогу-психологу родители, ситуаций, с которыми обращаются воспитатели лидируют, пожалуй, темы агрессивности, повышенной тревожности, страхов. Сегодня ни для кого не секрет, что многие дети имеют невротические отклонения. Причин тому много. К сожалению, часто стиль общения взрослых с детьми является источником психологического дискомфорта и как следствие невротизации ребенка. Чем это грозит? Психологическая травма или длительное состояние эмоционального дискомфорта переходит в соматическое расстройство. Наши эмоции и физическое здоровье тесно взаимосвязаны и взаимозависимы.

На плечах воспитателя лежит задача создания психологического комфорта в группе и сохранения психического здоровья всех участников воспитательного процесса в течение дня. Кто-то справедливо возразит, 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? Что позволит не использовать традиционный окрик и не пользоваться авторитарными приемами воспитания в сложных конфликтных ситуациях?

Нами был разработан проект «Волшебная сила сказки». В основе нашей работы лежало создание благоприятного психологического климата в группе, когда все ее члены чувствуют себя свободно, остаются самими собой, при этом уважают также и право других быть самими собой. Для знакомства детей с такими понятиями как дружба, уважение друг к другу, вежливость и т.п. мы использовали сказки. Особое внимание уделили обучению детей распознавать свое эмоциональное состояние и снимать эмоциональное напряжение, развитию умения выходить из конфликтных ситуаций адекватными способами, развитию адекватной самооценки. А также развитию компетентности взрослого в вопросах общения. В подготовке к работе в этом направлении были использованы материалы отечественных психологов и педагогов: Гиппенрейтер Ю.Б., Мониной Г.Б. и Лютовой Е.К., Широковой И.Б., Капской А.Ю., Мирончик Т.Л., Кряжевой Н.Ю., Метеновой Н.М.

Практический опыт педагогов и психологов, полученный на базе российской культуры и менталитета, по нашему мнению, особенно ценен в воспитании наших детей.

Приемы и игры, которые мы использовали, оказались очень эффективны. Такой вывод мы делаем на основании результатов диагностики эмоционального благополучия детей в группах д.с. Группы, где проводились занятия педагогом-психологом и воспитатели использовали в своей работе эти приемы и игры показали благоприятный психологический климат в высокой степени. Группы, в которых не использовались данные упражнения и игры, не проводились специальные занятия, показали неблагоприятный психологический климат низкой степени и благоприятный психологический климат низкой степени.

Таким образом, возникла копилка психолого-педагогических приемов, которыми мы делимся и рекомендуем к использованию в ежедневной педагогической работе.

Для создания в группе психологически комфортной атмосферы в начале дня перед занятиями мы проводили круг – приветствие. Дети и воспитатель, сидя в кругу, здороваются, называя друг друга по имени. В младшей и средней группах звучат простые фразы, например: «Миша, мы рады видеть тебя», в старшей и подготовительной группах дети говорят друг другу комплименты, добрые слова, например: «Здравствуй, Катя, я рад видеть тебя. Ты сегодня очень красивая». Воспитатель может использовать психологические речевые настройки. Например, «Сегодня я рада видеть всех вас в детском саду, в нашей группе! Этот день мы проведем все вместе. Пусть этот день принесет нам радость. Давайте постараемся радовать друг друга» или «Я рада видеть всех деток нашей группы здоровыми, веселыми, в хорошем настроении. Мне очень хочется, чтобы такое настроение у нас у всех сохранилось до самого вечера. А для этого будем чаще улыбаться и говорить добрые слова друг другу». А так же можно использовать стихотворение или песню. Эти простые приемы становились любимыми ритуалами у детей, помогали настраиваться на общение и совместную деятельность. А в младших группах это позволило воспитателям решать важную задачу адаптации детей к детскому саду.

Нашим воспитателям мы продемонстрировали эффективность хорошо известных в среде педагогов-психологов приемов решения сложных, иногда конфликтных ситуаций. Это такие игры как «Тух-тиби-дух», «Обзывалки». А такие простые приемы, как «кто выше прыгнет», «кто громче споет», «кто быстрее...» или просто громко спеть с детьми, иногда покричать помогают не только избежать развития конфликта, но и создать надолго позитивный настрой и рабочую обстановку. Запрет на выражение негативных эмоций заменяется предложением адекватного выражения. Мы проводим ряд занятий, где дети учатся распознавать свои эмоциональные состояния, понимать чувства тех, кто рядом и выражать свои эмоции безопасным для себя и окружающих способом.

Упражнения «Мешочек для крика» и «Подушка для упрямок», предложенные Н.Л.Кряжевой в книге «Эмоциональный мир» мы трансформировали в упражнение с одноразовыми стаканчиками, в которые дети «складывают» свой гнев, злость и т.п. эмоции. Уже в процессе такой работы со стаканчиками появляются улыбки и веселый смех, а после завершения в виде смывания водой или выкидывания стаканчика дети надолго расстаются с плохим настроением. Подробнее эта работа представлена в конспекте «Гнев»

Жемчужиной нашей психолого-педагогической копилки мы считаем прием визуализации успеха, когда с помощью наклеек, фишек или любых других знаков успех становится видимым. Мы назвали его «Коробочка добрых дел». Обычная похвала приятна, но слова абстрактны. И совсем другое дело, когда ребенок получает осязаемое подтверждение своей успешности, это видят все значимые для ребенка люди: родители, воспитатели, друзья. Это создает внутреннюю установку на успех, а значит позволяет избежать многих проблем! Педагог, вручая ребенку, например, фишку озвучивает, чему он (ребенок) научился, с чем достойно справился и тем самым учит детей отмечать друг в друге положительное, говорить друг другу добрые слова. Это очень важно в нашей действительности преобладания критики в общении. Этот способ позволяет поддержать неуверенных в себе детей, закрепить необходимые навыки и решить сложные вопросы формирования социально желаемого поведения.

Эти не сложные приемы и игры не требуют длительной подготовки и материального обеспечения, они просты и удобны для применения практически в любой обстановке. Самое главное – получаемый эффект: благоприятный психологический климат для всех участников образовательного процесса и благодатная почва для работы в направлении всестороннего развития личности ребенка.

Приложение 1. «Обзывалки».

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а ...овощами, фруктами, цветами и т.п.: «Ты - яблоко», «А ты – вишня» и т.д. Можно использовать музыку. Во время звучания музыки дети свободно двигаются, когда музыка выключается, дети разбиваются на пары и «обзывают» друг друга.

«Тух-тиби-дух».

Поделитесь с детьми секретом против плохого настроения. Нужно топнуть ногами, сжать кулаки и громко произнести слова «тух-тиби-дух». Под музыку дети свободно двигаются, во время паузы разбиваются на пары и, глядя друг другу в глаза, произносят громко «Тух-тиби-дух». **В конфликтных ситуациях напоминайте детям эти упражнения.**

В нашем д.с. мы пользуемся играми, предложенными Г.Б.Мониной и Е.К.Лютовой в книгах «Шпаргалка для взрослых», «Тренинг эффективного общения с детьми» и в наборах карточек «Игры для гиперактивных детей», «Игры для агрессивных детей».

Приложение 2. Занятие «Гнев».

Цель: Обучение приемам саморегуляции. Снятие психоэмоционального напряжения.

Задачи:

- ✓ Формировать у детей знания об эмоциональном мире человека и способах управления им.
- ✓ Способствовать индивидуальному самовыражению детей.
- ✓ Учить снимать состояние агрессии, негативизма, упрямства.

Оборудование: подушка с темной наволочкой, стаканчики, кассета со спокойной музыкой, магнитофон.

Ход занятия.

Звучит музыка. Педагог предлагает детям сесть в круг. **Игра «Комплимент».**

- Ребята, мы с вами уже знаем, что настроение бывает хорошее и плохое. А что делать, если настроение плохое? Когда у вас бывает плохое настроение? *Ответы детей.*

(Игра «Обзывалки».

- Жители страны эмоций прислали нам подарок. *Это может быть большой мяч, подушка, мягкая игрушка.*
- В этой подушке живут детские упрямки. Это они заставляют вас капризничать и упрямиться. Давайте прогоним упрямки.

Детям предлагается сильно постучать по подушке. Когда ребенок останавливается, психолог предлагает послушать упрямки в подушке.

- Все ли упрямки вылезли? Что они делают?

Игра «Тух - тибби - дух».)

Жители страны эмоций прислали нам ещё подарок. Это стаканчики злости. С их помощью жители справляются с плохим настроением.

Психолог дает каждому одноразовый стаканчик.

- В эти стаканчики злости можно складывать свое плохое настроение.

Давайте отправим нашу злость в стаканчик. Покричите в него и прикройте ладошкой.

Дети изображают злость, плохое настроение и кричат в стаканчики. -

А теперь давайте пройдем к раковинам и смоем водой наше плохое настроение.

Дети включают воду и «вытряхивают» содержимое стаканчиков.

- Ребята, эти подарки сохраните и когда захотите разозлиться, покричите в стаканчики.

Воспитателю группы предлагается использовать этот прием каждый раз для снятия агрессии, негативизма у детей в группе.

«Релаксационная минутка».

Используемая литература:

1. Ваша любимая проблема: как помочь себе и ребёнку. И.Б. Широкова.
2. Развитие эмоционального мира детей. Н.Л. Кряжева.
3. Сказочные тренинги. Е.В. Белинская.
4. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Е.К. Лютова, Г.Б. Моница.
5. Подарки фей. А.Ю. Капская, Т.Л. Мирончик.
6. Доброе утро, малыши! Н.М. Метенова.
7. Уроки вежливости Н.М. Метенова.

