

Создание психологического комфорта в группах детского сада

1. Проблемы психологического здоровья на современном этапе.

Здоровье детей называется в качестве одной из основополагающих ценностей образования. Сегодня утверждается, что главная цель психологической службы - обеспечение условий психологического здоровья детей дошкольного и школьного возраста.

В последнее время педагогам всё чаще приходится сталкиваться с очень искаженным поведением дошкольников. С одной стороны необычайная скованность, недоразвитие речи. С другой - сильная агрессивность и какая-то дикая, зашкаливающая демонстративность. Такой ребенок не может ответить на простейший вопрос, но при этом не боится кривляться при чужих взрослых, ползать под столом. Короче, ведет себя абсолютно неуправляемо. Модели плохого поведения притягивают, как магнит.

В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Но в ней говорится также и о том, что «если забота о физическом здоровье ребенка в том или ином виде отражается во всех документах, регламентирующих работу воспитателя, то требование «психологического благополучия ребенка» звучит как бессмысленное словосочетание.

Определение здоровья, данное Всемирной организацией здравоохранения, звучит так:

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических недостатков»

Здоровье психологическое включает способность адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители; общий душевный комфорт, адекватное поведение, умение управлять своими эмоциональными состояниями, преодолевать стресс, это психическая активность, потребность в саморазвитии, в познании себя.

Достаточно много детей нуждаются в психокоррекции, характеризуются серьезным психологическим неблагополучием.

Чтобы обеспечить ребенку условия здоровой и полноценной жизни, необходим взрослый человек. Это аксиома, не требующая сегодня доказательства. Можно сказать, что "собственно человеческое в человеке " - это всегда другой человек. Взрослые (в норме!) обеспечивают ребенку презумпцию человечности - право и возможность стоять на человеческом пути развития.

Однако на некоторых детей тень "порчи" падает с рождением. О них мы говорим "дети с особенностями развития". Чтобы "расколдовать" ребенка, помочь ему обрести дух полноценной человеческой жизни, необходим близкий Другой.

Специалистам известно широко употребляемое, но обычно крайне расплывчатое определение - "значимый взрослый". В логике наших рассуждений появляется необходимость наполнить его конкретным психологическим содержанием. Значимый взрослый - это родной и/или близкий человек, оказывающий существенное, определяющее влияние на условия развития и образ жизни ребенка: родитель, опекун, учитель, наставник...

Поэтому целью практической психологической работы с детьми в ДООУ является психическое здоровье ребенка, а его психическое и личностное развитие – условием, средством достижения этого здоровья.

Сам термин «психологическое здоровье» неоднозначен, он, прежде всего как бы связывает собою две науки и две области практики – медицинскую и психологическую. В основе этого лежит понимание того, что любое соматическое нарушение так или иначе связано с изменениями в психическом состоянии.

Особое внимание эксперты ВОЗ обратили на то, что именно в детстве проблемы психического здоровья имеют более прямую связь с окружающей обстановкой, чем в другие возрастные периоды.

Разграничение терминов «психическое здоровье» и «психологическое здоровье».

Если термин «психическое здоровье» имеет отношение прежде всего к отдельным психическим процессам и механизмам, то термин «психологическое здоровье» относится к личности в целом.

Если для психического здоровья норма – это отсутствие патологии, симптомов, мешающих адаптации человека в обществе, то для определения нормы психологического здоровья важно, наличие определенных личностных характеристик. И если заботой медицинских работников по большей части является избавление от патологических факторов, то направление действий педагогов, идет в сторону оказания помощи в приобретении ребенком полезных свойств, способствующих успешной адаптации.

Поскольку психологическое здоровье предполагает наличие динамического равновесия между личностью ребенка и средой, то ключевым критерием становится

адаптация ребенка к социуму. Мы для себя в своей практике выделяем несколько уровней психологического здоровья ребенка, они достаточно условны, однако необходимы нам для организации практической работы с детьми.

К первому уровню относятся дети, которые не нуждаются в психологической помощи. Они устойчиво адаптированы к любой среде, обладают резервом для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности. Этот идеальный образ ребенка редко встречается в практике работы МДОУ, выражает совершенную степень психологического здоровья.

Ко второму адаптивному уровню мы относим большинство относительно «благополучных» детей в целом адаптированных к социуму, но по результативности диагностических исследований проявляющих отдельные признаки дезадаптации, обладающих повышенной тревожностью. Такие дети не имеют достаточного запаса прочности психологического здоровья и нуждаются в групповых занятиях профилактически – развивающей направленности. Эта группа относительного риска, она довольно многочисленна и представляет средний уровень психологического здоровья.

К третьему низкому уровню психологического здоровья, дети либо не способные к гармоничному взаимодействию, либо проявляющие глубинную зависимость от факторов внешнего воздействия, не владея механизмом защиты, отделением себя от травмирующих влияний среды. Зависимость от среды: не они управляют средой, а среда управляет ими.

Выделенные уровни позволяют нам дифференцировать психолого-педагогическую помощь детям. С детьми первой группы достаточно проводить лишь развивающую работу, обеспечивающую «зону» ближайшего развития.

Детям второй группы необходима, целенаправленная, психопрофилактическая помощь, с использованием групповой работы.

Детям, попадающим в третью группу, необходима серьезная индивидуальная коррекционная помощь.

Под конкретной работой по обеспечению психологического здоровья мы подразумеваем целостную, системно организованную деятельность, в процессе которой создаются социально-психологические и педагогические условия для успешного развития внутреннего мира ребенка.

Для того, чтобы обеспечить сохранение и укрепление психического здоровья ребенка мы должны знать его особенности. Необходимо иметь четкое представление об уровне его развития, актуальных и потенциальных возможностях, потребностях. Для этого в ДОУ систематически отслеживается психолого- педагогический статус ребенка и динамика его психического развития.

Во вторых, нужно построить и модифицировать развивающую среду, таким образом, чтобы она была максимально благоприятна для психического развития каждого ребенка, его внутреннего мироощущения. Учебно-воспитательный процесс мы строим по гибким схемам, для своевременной корректировки, изменения и трансформирования его в зависимости от психологических особенностей тех детей, которые поступили в наше образовательное учреждение.

В третьих, необходимо помочь каждому конкретному ребенку в решении тех проблем, которые возникли у него самого во взаимосвязи с окружающей его средой.

2. Создание психологического комфорта в детском саду в целях сохранения и укрепления психологического здоровья и развития личности ребёнка.

Для того чтобы наши дети выросли здоровыми полноценными гражданами необходимо несколько условий которые мы, взрослые можем предоставить им. Это: правильное питание, режим дня, пребывание на свежем воздухе, двигательная активность, закалывающие процедуры и психологический комфорт.

Рассмотрим последний фактор — это значение психологического комфорта для здоровья ребенка.

Большинство психологов считают, что психологическое здоровье или нездоровье ребёнка неразрывно связано с психологической атмосферой, или климатом семьи и климатом в группе детского сада, и зависит от характера взаимоотношений со взрослыми.

Психологический климат внутри группы можно определить как характерный для той или иной группы более или менее устойчивый эмоциональный настрой, который является следствием коммуникации с ребенком.

Психологический климат в группе не является чем-то неизменным, данным раз и навсегда. Его создают члены каждой группы, и от их усилий зависит, каким он будет, благоприятным или неблагоприятным.

Основным условием нормального психосоциального развития ребёнка признается спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребёнка, беседуют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют необходимое наблюдение. Почему столь важно сохранять эмоциональное (психическое, психологическое) здоровье детей?

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 не возможно в полной мере создать психологический комфорт в группе детского сада:

- разновозрастность групп;
- загруженность воспитателя в группе;
- неблагоприятная семейная ситуация у ребенка;
- дети с особыми образовательными потребностями.

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

Известно, что стоит только переступить порог группы можно ощутить атмосферу раскованности или закрытости, спокойной сосредоточенности или тревожного напряжения, искреннего веселья или угрюмой настороженности, которая присутствует в группе.

Атмосфера в группе детского сада определяется:

- 1) Отношениями между воспитателем и детьми;
- 2) Отношениями между самими детьми;
- 3) Отношениями между воспитателями;
- 4) Отношениями между воспитателями и родителями.

Хороший климат в группе возникает тогда, когда все её 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. Фактически именно воспитатель (а не дети, как нам обычно кажется) создаёт определённый 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.

Рекомендации «Создание условий психологически комфортного пребывания ребёнка в детском саду»

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

- Принимать каждого ребёнка таким, какой он есть.

Помните: плохих дошкольников нет.

- В профессиональной деятельности опираться на добровольную помощь детей, включать их в организационные моменты по уходу за помещением и участком.

- Быть затейником и участником детских игр и забав.

- В затруднительных для ребёнка ситуациях ориентироваться на его возрастные и индивидуальные особенности: быть всегда вместе с ними, а не делать что-либо вместо него.

- Привлекать родителей к образовательному процессу и обращаться к ним за поддержкой в случаях нестандартных ситуаций.

- Помните: ребёнок нам не чего не должен. Это мы должны ребёнку помочь стать более самостоятельным ответственным.

- Навязывание своих правил и требований против воли детей – это насилие, даже если ваши намерения благонравны.

- Запретов и строгих требований не должно быть слишком много. Это ведёт к пассивности и низкой самооценке у воспитанников.

- Тихий, застенчивый ребёнок также нуждается вашей профессиональной помощи, как и агрессивный.

Очень хорошо на развитии детей сказываются такие формы отношений, при которых воспитатель с помощью различных доводов убеждает ребёнка в преимуществах того или иного поступка. При этом выбор оставляется за ребёнком. Такой тип отношений предполагает индивидуальный подход к особенностям и текущим состояниям детей. Именно в такой ненавязчивой опеке больше всего нуждаются дети и благодарят взрослого в искренней привязанностью к нему.

Таким образом, эмоциональное благополучие ребенка достигается путем создания атмосферы, характеризующейся взаимным доверием и уважением, открытым и благожелательным общением. Основной акцент делается на преодолении негативных

эмоциональных проявлений у детей (страх, плач, истерика и т.п.) и разрешение конфликтных ситуаций.

Психологический комфорт предполагает установление доверительного личностного контакта с каждым ребенком, поддержание в нем уверенности в себе, воспитание самостоятельности, инициативности в процессе общения. Это способствует объединению детей, закладывает традиции межличностных взаимоотношений в детском коллективе.

Большая роль в данной воспитательной системе отводится семье. Семья – первый институт, в котором закладываются основы будущей личности. Родители и педагогический коллектив ДООУ должны предъявлять ребенку единые, обоснованные и понятные ему требования. Так, родителям следует сообщать о необходимости соблюдать дома режим дня, приближенный к режиму детского сада.

Создавать ребенку эмоционально-психологический комфорт — значит, обеспечить следующие условия, способствующие реализации его индивидуальной программы развития:

—дать ребенку возможность быть самим собой;

—корректировать проявление негативных эмоций и отрицательных поведенческих мотивов, не нарушая особенностей личностной структуры, используя для этого методы,

доступные и интересные для самого ребенка;

—предоставить возможность для удовлетворения насущных потребностей ребенка в любви, уважении, игре, двигательной деятельности;

—научить ребенка понимать и принимать собственные чувства и эмоции и других людей;

—познакомить со способами общения со взрослыми и сверстниками для конструктивного общения в системах «ребенок — ребенок», «ребенок — взрослый».

Ребенку дошкольного возраста психологически комфортно, если он здоров, не обременен внутренними психологическими проблемами, может быть самим собой, если его окружают приятные для него взрослые и дети, принимающие его таким, каков он есть, если ребенок занят увлекательным делом.

3. Стили педагогического общения как благоприятный фактор психологической комфортности в группе.

От стиля отношения воспитателей к ребенку зависят воспитательная и эмоциональная функции. Выделяют 4 стиля отношений: от отвержения до любви, от отсутствия контроля до его наличия.

Демократический стиль.

Для него характерны широкий контакт с воспитанниками, проявления уважения к ним, воспитатель стремится наладить эмоциональный контакт с ребенком, не подавляет строгостью и наказанием; в общении с детьми преобладают положительные оценки. Такой педагог испытывает потребность в обратной связи от детей в том, как ими воспринимаются те или иные формы совместной деятельности; умеет признавать допущенные ошибки. В своей работе такой педагог стимулирует умственную активность и мотивацию достижения в познавательной деятельности. В группах воспитателей, для общения которых свойственны демократические тенденции, создаются оптимальные условия для формирования детских взаимоотношений, положительного эмоционального климата группы.

Авторитарный стиль.

Отношения холодные. Отдают приказания и ждут, что они будут в точности выполнены. Закрыты для постоянного общения с детьми; устанавливают жесткие требования и правила, не допускают их обсуждения; позволяют детям лишь в незначительной степени быть независимыми от них. Ребенок «внутри», воспитатель подавляет ребенка, контролирует всю его жизнь. Причем педагоги прибегают к

авторитарным приемам из самых благих побуждений: они убеждены в том, что ломая детей и добывая от них максимальных результатов здесь и сейчас, скорее можно достигнуть желаемых целей.

Либеральный стиль

Характерны безынициативность, безответственность, непоследовательность в принимаемых решениях и действиях, нерешительность в трудных ситуациях. Такой педагог «забывает» о своих прежних требованиях и через определенное время способен предъявить полностью противоположные. Склонен пускать дело на самотек, переоценивать возможности детей.

Индифферентный стиль

Не устанавливают для детей никаких ограничений; безразличны к ним.

Закрываются для общения; из-за обремененности собственными проблемами не остается сил на воспитание детей; проявляют безразличие к жизни ребенка.

В жизни каждый из названных стилей педагогического общения в «чистом» виде встречается редко. На практике часто встречается, что педагог проявляет так называемый «смешанный» стиль взаимодействия с детьми. Смешанный стиль характеризуется преобладанием двух каких-либо стилей: авторитарного и демократического или демократического и либерального. Редко сочетаются друг с другом черты авторитарного и либерального стилей.

Заключение.

Очень важно помнить и осознавать, что отношение взрослых к ребенку влияет не только на становление личности, но и на психологическое здоровье детей.

Ребенок должен расти и воспитываться в условиях постоянного соблюдения принципа педагогической экологии. Отношения родителей и педагогов к дошкольнику должны строиться на принятии ребенка, на педагогическом оптимизме и доверии, на эмпатии, уважении его личности.

Знания не только о закономерностях формирования личности ребенка, но и о психических особенностях детей с ослабленной психикой позволят педагогам не только правильно организовывать образовательный процесс, но и помогут корректировать некоторые болезненные особенности психики, изменять неправильные установки и формы поведения, а также дадут возможность дать родителям квалифицированные ответы на интересующие их вопросы воспитания.