

## **Психологический комфорт детей в детском саду**

Обеспечение психологического комфорта детей в ДОО- одна из важнейших задач педагогического коллектива. Очень важно, с каким настроением ребёнок переступит порог детского сада. Ведь, хочется видеть каждого ребёнка, идущего в детский сад, счастливым, улыбающимся и не обременённым непосильными для его возраста заботами. От этого во многом зависит результативность педагогической деятельности, сформированность знаний, умений, навыков у детей, способствующих дальнейшей успешности в школьном обучении.

Особое внимание необходимо уделить психологическому комфорту педагогов, так как у детей очень хорошо развита интуитивная способность улавливать эмоциональное состояние взрослых.

### **Что же такое психологический комфорт?**

**Психологический комфорт** - это состояние внутреннего спокойствия, отсутствие разлада с собой и внешним миром. Стоит подчеркнуть, что решающая роль в создании эмоциональной атмосферы принадлежит педагогу-воспитателю, его собственному настрою, эмоциональности его поведения и, в частности, его речи, а также доброжелательное отношение к детям.

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

- дать ребёнку 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 ребёнка;
- предоставить возможность для удовлетворения насущных потребностей ребёнка в любви, уважении, игре, двигательной деятельности;
- научить ребёнка понимать и принимать собственные чувства и эмоции и других людей;
- познакомить со способами общения со взрослыми и сверстниками для конструктивного общения в системах «ребёнок - ребёнок», «ребёнок - взрослый».

Ребёнку дошкольного возраста психологически комфортно, если он здоров, не обременён внутренними психологическими проблемами, может быть самим собой, если его окружают приятные для него взрослые и дети, принимающие его таким, каков он есть, если ребёнок занят увлекательным делом. Эффективность воспитания и обучения детей в ДОО, их психологическое благополучие зависят от того, какие чувства вызывает та или иная деятельность, режимный момент, ситуация, как ребёнок переживает свои успехи и неудачи, отношение к себе взрослых и сверстников.

Эмоции воздействуют на все компоненты познания: на ощущение, восприятие, воображение, память и мышление. Не только эмоции воздействуют на волевые процессы, но и процесс достижения цели может вызвать целую гамму

чувств, в том числе и отрицательных. Для обеспечения психологического комфорта ребенка в ДОУ, его психического здоровья, необходима сбалансированность эмоций, поэтому важно, знакомить детей с эмоциональным миром человека. В настоящее время недостаточно внимания уделяется развитию эмоциональной сферы ребенка, особенно по сравнению с интеллектуальным развитием. При воспитании эмоций важно не просто научить детей стимулировать себя в процессе волевого действия с помощью положительных эмоций, но и не бояться отрицательных, неизбежно возникающих в процессе деятельности, творчества, ибо невозможно представить какую-либо деятельность без неудач, ошибок.

Часто возникающие отрицательные ситуации, невнимательные окружающие, неумение справиться с возникшей проблемой приводят к нарушению эмоционального состояния ребенка, внутреннему дискомфорту. И если вовремя не обратить внимания на возникшие проблемы, это может привести не только к нежеланию посещать ДОУ, но и к отклонениям в личностной сфере личности ребенка, к нарушению социальных контактов.

Огромное влияние на эмоциональное состояние ребенка, формирование его личности оказывает умение педагога создавать ситуации успеха каждому ребенку. Этому способствует включение ребенка в праздники, спектакли. Даже самая незначительная роль дает уверенность ребенку в собственной значимости, повышает самооценку. Доверие ребенка к взрослым и личностная стабильность нарушаются, если ребенок «остается за бортом» группового публичного выступления. Это - важнейшее условие доверия ребенка к взрослым в детском саду и ощущения общего психологического комфорта. При построении учебно-воспитательного процесса важно учитывать индивидуальные особенности детей, возрастные возможности.

**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, радуется 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 вышеназванным правилам, согласованное функционирование развития эмоциональной сферы и интеллектуального развития позволят обеспечить психологический комфорт ребенка в ДОУ, а значит его полноценное развитие.