муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 267 «Рябинка»

**Статья**

на тему:

**«Предупреждение и коррекция нарушений в эмоциональной сфере дошкольников»**

 Старший воспитатель

МАДОУ «Детский сад № 267 «Рябинка»

Рябова Наталия Владимировна

Нижний Новгород

2019 год

В сложившейся ныне ситуации острейшего дефицита культуры общения, доброты и внимания друг к другу педагоги испытывают трудности в вопросах профилактики и коррекции таких негативных проявлений детей, как грубость, эмоциональная глухота, враждебность.

В каждой возрастной группе детского сада есть дети, которые отличаются эмоциональной неустойчивостью поведения, выходящего из обычных рамок. Воспитатели часто жалуются на таких детей: «Нет сладу, родителям говоришь, а они как будто не слышат».

Мы предлагаем Вам составить список трудностей в эмоциональном развитии детей, с которыми Вы наиболее часто сталкиваетесь в своей профессиональной деятельности.

*Процедура*. Упражнение проводится в подгруппах, каждая из которых в течение 10 минут методом мозгового штурма составляет перечень проблем в эмоциональном развитии детей, с которыми наиболее часто сталкиваются взрослые, общаясь с детьми. Затем каждая подгруппа зачитывает свой список и в результате группового обсуждения на доске появляется общий перечень трудностей, которые являются наиболее значимыми.

Учреждение дошкольного образования призвано обеспечить ребенку гармоничное взаимодействие с миром, правильное направление его эмоционального развития, пробудить его добрые чувства, стремление к сотрудничеству и положительному самоутверждению. Важная задача родителей и педагогов, по мнению Росса Кэмпбелла, – научиться правильно общаться с детьми, пока они «психически здоровы».

Для нашей страны этот профилактический подход крайне важен, потому что именно сейчас у нас очень много детей с эмоциональными нарушениями. Эти вопросы обращены прежде всего к педагогам, так как большую часть времени дети находятся в детском саду.

Эмоционально-комфортное состояние ребенка в референтных для него группах общения с взрослыми и сверстниками является показателем успешности работы педагога, его профессиональней деятельности, успешности образовательных и воспитательных действий.

Эмоции играют важную роль в жизни детей. Эмоции ребенка – это послание окружающим о его состоянии. Эмоции участвуют в формировании социальных взаимодействий и привязанностей. Дети очень эмоциональны. Эмоции они выражают более бурно и непосредственно по сравнению со взрослыми, придавая их жизни особую выразительность. Вы видели, как проявляют свои эмоциональные реакции дети, которые еще не научились подавлять свои чувства и желания.

Если малыши расстроены, обижены, рассержены или не удовлетворены, они начинают кричать и безутешно рыдают, чем быстро и эффективно снимают напряжение мимической и дыхательной мускулатуры, расслабляют мышцы брюшного пресса и верхнего плечевого пояса. Расстроенные дети раздраженно сучат ножками, стучат ими по полу или же просто подгибают их и падают, чтобы не идти туда, «куда следует». Эта стратегия позволяет им полностью выплеснуть все возникающие в теле физические напряжения и одновременно открыть защелку душевным треволнениям.

Малыши могут специально поломать игрушки или ударить своих обидчиков, «невзирая на лица и звания». Провинились? Получай! У малышей все просто: кто что заслужил, тот то и получил. Стимул должен получить ту реакцию, которую он спровоцировал, – это позиция ребенка.

Наиболее часто встречающимися эмоциональными нарушениями являются: агрессивность, тревожность, страхи, чрезмерная робость, застенчивость. Эти дети чрезвычайно активны, взвинчены или недостаточно деятельны, замкнуты, боязливы. Вспышки гнева, жестокости, повышенная чувствительность мешают этим детям приспособиться к жизни в коллективе.

Среди проблемных форм межличностных отношений выявились также обидчивость как болезненное переживание ребенком игнорирования или отвержения со стороны партнера по общению, демонстративность как устойчивая личностная особенность. Кроме того, на фоне таких нарушений легко возникают вторичные личностные отклонения, обусловливающие негативный характер способов поведения, общения.

Эмоциональная система детей дошкольного возраста еще незрелая, поэтому в неблагоприятных ситуациях у них могут возникнуть неадекватные эмоциональные реакции, поведенческие нарушения, которые являются следствием сниженной самооценки, переживаемых чувств обиды, тревоги. Все эти чувства являются нормальными человеческими реакциями, но детям трудно выражать отрицательные эмоции надлежащим образом.

Находясь долгое время в состоянии обиды, злости, подавленности, ребенок испытывает эмоциональный дискомфорт, напряжение, а это очень вредно для психического и физического здоровья. Если один ребенок быстро выходит из негативного состояния, то другому это удается с трудом. Необходимо как можно быстрее вывести его из этого состояния.

Организованная педагогическая работа может не только обогатить эмоциональный опыт детей, но и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личностном развитии. Дошкольный возраст – благодатный период для организации работы по эмоциональному развитию детей. Ребенок-дошкольник впечатлителен, открыт для усвоения социальных, культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей. По данным психологов, опыт эмоционального отношения к миру, обретаемый в дошкольном возрасте является весьма прочным и принимает характер установки.

Рекомендации «Методы и приемы управления поведением детей в условиях пребывания в детском саду».

1.Всем известно, что у детей развита интуитивная способность улавливать эмоциональное состояние взрослых. Каждый ребенок очень впечатлительный и опыт взаимодействия получает также от взрослых. Особенно важно устраивать каждому педагогу собственную психологическую разрядку в течение рабочего дня.

Это может быть общение с коллегами, психогимнастика, аутотренинг, музыкотерапия и т.п.

2.Использование принципа М.Монтессори: принцип изолированности ребенка от группы в случае конфликтной ситуации между детьми. Обратите внимание! Не выгонять ребенка из группы, а предложить побыть одному!

3. Выстраивать систему правил. В рамках правил ребенок учится отличать себя от других, правила развивают чувство уверенности и собственной полноценности, таким образом, укрепляется «Я» ребенка. Больше внимания уделять игре, ритуалам, символам (решение проблемы поведения и агрессивности).

4. Сделать каталог в группах «Этого нельзя!» для того, чтобы дети учились запретам в игре с помощью игры, а не содрогались от окриков воспитателей. В этом каталоге может быть перечислено, например, то, чего нельзя делать, когда нападает ярость, или внесены правила, как нужно приветствовать новичков в группе и др.

5. Ввести в режим дня «часы тишины» и «часы можно» (как ритуал).

6. Эмоциональные трудности часто приводят к возникновению конфликтов. У таких детей фактически не развита произвольность. В этом случае можно использовать в течение дня игры с правилами: «Обзывалки», «Кричалки-шепталки-молчалки», «Поем и молчим», «Что слышно?», «Пожалуйста», «Четыре стихии», «Да и нет» ( для выплеска накопившейся отрицательной энергии у детей и обучения взрослых управлению их поведением).

7. Использовать идею Гельмута Фигдора о создании в группе «Уголка ярости», где дети могли бы выплескивать накопившиеся негативные эмоции, чувства гнева.

8. Ввести ритуал утреннего приветствия «Давайте поздороваемся» (сплочение группы, психологический настрой на занятия).

9. Сглаживать по возможности конфликтные ситуации при общении с родителями, используя основные правила:

* Говори с собеседником не о своих проблемах, а о том, что его интересует!
* Не отвечай на агрессию встречной агрессией!

10. Обучение детей способам снятия мышечного и эмоционального напряжения – выполнять релаксационные упражнения. Подобные упражнения приводятся в книгах М.И.Чистяковой, К.Фопеля, Н.А.Кряжевой.

11. Используйте технику «Я-сообщение». Оно передает отношение человека к происходящему, искренне выражение его чувств в необидной для собеседника форме: «Мне не нравится, я бы хотела и т.п.», «Меня раздражает, когда дети хнычут», «Я злюсь», «Я сержусь», «Я огорчена», «Мне скучно».

12. Ведение беседы по способу «активного слушания».

Если у ребенка эмоциональная проблема, его надо активно выслушать. Активно слушать ребенка — это значит возвращать ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство. Активное слушание предполагает не только общую заинтересованность в личности партнера, но и умение слушать. Необходимо повторить, что случилось с ребенком (как вы это поняли), а потом обозначить его чувство. Это исчезает или, по крайней мере, сильно ослабевает переживание ребенка. Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы. «Ты обиделся. Тебе стало обидно, потому что…»

13. Использование настенного панно «Моё настроение». Панно можно использовать в начале дня, чтобы контролировать, с каким настроением приходят дети в детский сад, или в течение дня, что дает возможность отследить комфортность режимных моментов.

14. Проведение игр и упражнений на снятие негативного состояния и восстановления сил: «Разрывание бумаги», игра «Тух-тиби-дух», «Доброе животное», всякого рода жужжалки, рычалки, пыхтелки.

15. Чтобы помочь ребенку в преодолении негативных эмоциональных состояний, необходимо изучать его интересы и склонности, желания и предпочтения, пронаблюдать, какие предметы, действия и ситуации вызывают положительные эмоции.

Эффективную помощь можно оказать, только находясь в непосредственном взаимодействии с ребенком. Для обеспечения этой эффективности важно помнить некоторые моменты:

* Стремление взрослого научить подавлять отрицательные эмоции пагубно сказывается на психологическом здоровье ребенка. Необходимо научить ребенка адекватно выражать свои эмоции, в социально-приемлемой форме.
* Не надо пытаться оградить детей от отрицательных переживаний. «Тепличное воспитание» выливается в последствия более острые.
* Необходимо учитывать не просто модальность эмоций (положительные – отрицательные), а их интенсивность.
* Изобилие однотипных эмоций, пусть и положительных, может привести к «эмоциональному отупению» (А.В. Запорожец).
* Чувства нельзя оценивать, нельзя заставить ребенка чувствовать то и не чувствовать это.
* Не существует плохих и хороших эмоций.
* Не копите в себе негативные эмоции, лучше скажите о них сразу.

Список литературы.

1. Аралова, М.А. Формирование коллектива ДОУ [Текст]: психологическое сопровождение/ М.А.Аралова. – М.: Сфера, 2005. – 64 с. – ISBN 5-89144-521-2.

2. Быкова М. Я в детском саду. Тест на проверку психологической комфортности пребывания детей в группе детского сада [Текст]/ М.Быкова//Дошкольное образование. – 2002. - №12.

3. Волков, Б.С. Детская психология в вопросах и ответах. [Текст]/ Б.С.Волков, Н.В.Волкова. – М.: Владос, 2002. – 324 с.

4. Гиппенрейтер, Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? [Текст]/ Ю.Б.Гиппенрейтер. – Изд. 3-е. – М.: Че Ро.ю 2003. – 240 с.: ил. – ISBN 5-88711-058-9э

5. Данилина, Т.А. В мире детских эмоций [Текст]/ Т.А.Данилина, В.Я.Зедгенидзе, Н.М.Степина. – М.: Айрис-Пресс, 2004.

6. Коротаева, Е.В. Условия создания эмоционально-развивающей среды дошкольного учреждения для ребенка [Электронный ресурс]/ Е.В.Коротаева. –

7. Лютова Е.К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми [Текст]/ Е.К.Лютова, Г.Б.Монина. – СПб.: Речь, 2004. – 190 с. – ISBN 5-9268-0029-3.

8. Педагогические игры [Текст]/ под ред. В.В.Петрусинского. – М.: Новая школа, 1994. – 136 с.