***«Эмоциональное благополучие дошкольников***

 ***и пути его достижения***

***в условиях внедрения ФГОС».***

В последнее время на фоне активного реформирования системы дошкольного воспитания развитию **эмоциональной** сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание в отличие от его интеллектуального развития. Вместе с тем, как справедливо указывали Л. С. Выгодский, А. В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем, их единства может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Формирование *«умных»* эмоций, коррекция недостатков **эмоциональной** сферы должны рассматриваться в качестве одной из наиболее важных, приоритетных задач воспитания. У ребенка, обделенного заботой и вниманием, нет второй возможности для нормального роста и здорового развития, поэтому проблеме охраны детства на всех уровнях нужно уделять первостепенное внимание.

**Дошкольное детство** – период, когда закладываются основы физического, психического развития и здоровья будущего человека. Одним из центральных положений Концепции дошкольного воспитания является обеспечение эмоционального благополучия ребенка в дошкольном образовательном учреждении, которое является показателем эффективной работы детского сада и составляет основу психологического здоровья дошкольника.

Интерес к проблеме психологического здоровья, в том числе и эмоционального благополучия, вызван тем, что с каждым годом появляется все больше детей с отклонениями в эмоциональной сфере. Кроме того, сокращается число здоровых детей. Увеличивается и число отклонений, приобретенных в раннем детстве в физическом и умственном развитии.

Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста - одно из важнейших направлений деятельности педагога-психолога в современном детском саду. Ведь эмоции - это своеобразный калейдоскоп впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, одновременно познавая его.

Психологической наукой доказано, что у ребенка в возрасте 3-7 лет происходят качественные изменения в сфере эмоций, преобразуются взгляды на мир и отношения с окружающими. Малыши, например, живо и непосредственно реагируют на все происходящее. Старшие дошкольники со временем начинают осознавать и контролировать свои чувства, являющиеся своеобразным индикатором наиболее значимых потребностей. С развитием эмоциональной сферы качественно меняется сам внутренний мир ребенка, который для достижения гармонии чувств и ощущений, а также для полноценной реализации личности в жизни должен быть ярким, комфортным и позитивным.

Эмоциональная сфера при этом сама по себе стать совершенной не может. Ее необходимо внимательно изучать и бережно развивать.

В наши дни уместно вспомнить феномен "засушенного сердца", открытый еще Л. С. Выготским. Под этим термином понимается черствость, обделённость или даже полное отсутствие чувств во взаимоотношениях людей. Сложность нынешней ситуации состоит именно в том, что, помимо часто встречающихся недочетов в воспитании и образовании, "обесчувствованию" людей способствует сама современная жизнь, в которую напрямую включен ребенок. Например, подолгу находясь у телевизора или компьютера, мальчики и девочки стали меньше взаимодействовать с взрослыми и сверстниками. А ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому дети и становятся более эгоистичными, эмоционально изолированными, переутомленными и менее отзывчивыми к чувствам других. Кроме того, со стороны взрослых также не всегда встречается должное внимание к настроениям и переживаниям ребенка. Родители нередко бывают слишком заняты, чтобы тратить время на "детские" проблемы. Между тем, ростки негативных чувств и эмоций могут принести самые нежелательные плоды.

Таким образом, сейчас особенно важно объединить усилия воспитателей, всех специалистов детского сада и родителей, направив их на развитие чувственной сферы детей и обеспечение благоприятного эмоционального микроклимата.

**Условия обеспечения эмоционального благополучия детей**

Для обеспечения эмоционального благополучия детей необходимо:

• безусловное принятие каждого ребенка взрослыми для развития у него жизненно важного чувства безопасности и уверенности в себе, в собственных силах;

• позитивность окружающей детей обстановки;

• равенство в отношениях между взрослым и ребенком; обеспечение детям возможности свободно перемещаться в пространстве группы, в других помещениях детского сада;

• гибкий, личностно ориентированный подход: отказ от любых "ярлыков", учет психических и личностных особенностей каждого ребенка;

• создание условий для раскрытия личностной индивидуальности воспитанников, т. е. раннее выявление их творческих возможностей и способностей, своевременный мониторинг, поощрение даже небольших достижений каждого ребенка и его стремления к самостоятельности;

• внимательное отношение и чуткая реакция на возникающие детские проблемы, тревоги и страхи;

•тактичное общение с ребенком для совместной *«переработки»* чрезмерно волнующих его впечатлений *(часто негативных)* с целью их постепенного уменьшения и преодоления, а также повышения самооценки.

В соответствии с ФГОС для успешной реализации программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

1. уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

2. использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;

3. построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

4. поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

5. поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;

6. возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

7. защита детей от всех форм физического и психического насилия.

Жизнь в нашем детском саду организованна таким образом, что ребёнок имеет возможность играть, заниматься, укреплять физическое и психическое здоровье. Созданы все условия для эмоционального благополучия детей. Большое внимание уделяется развитию эмоционально-личностной сферы.

Знакомство с базовыми эмоциями осуществляется, как в ходе всего воспитательно - образовательного процесса, так и на специально организованных занятиях, где дети переживают эмоциональное состояние, знакомятся с опытом сверстников, с литературой, изобразительным искусством, отражающими эмоции и чувства. Ценность таких занятий состоит в том, что у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, что они начинают лучше понимать себя и других, у них развивается чувство эмпатии.

С помощью сюжетно-ролевых, подвижных игр, игровых упражнений, элементов психогимнастики, техники выразительных движений, этюдов, мимики и пантомимики, психомышечной тренировки мы способствуем развитию эмоциональной сферы детей.

В каждой группе создан экран настроения в соответствии с возрастом. Каждое утро дети, приходя в группу, прикрепляют свою фотографию на ту эмоцию, которая соответствует их настроению.

Таким образом, эмоциональное благополучие формируется под влиянием воспитания, развития и обучения, в ходе приобретения индивидуального жизненного опыта. Эмоциональная жизнь, эмоциональное благополучие, эмоциональное самовыражение и все высшие человеческие чувства развиваются в процессе слаженной работы всех участников процесса.

В дошкольном возрасте эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи, что является необходимым условием интеграции детей с нарушениями речи в среду нормально развивающихся сверстников.

Очень важно, чтобы ещё в дошкольном детстве ребёнок приобрёл опыт эмоционального реагирования, поскольку этот период является сензитивным для развития эмоциональной сферы.

[***Эмоциональное благополучие ребенка в детском саду***](http://xn--16-6kcq7d.xn--p1ai/index.php/rabota-s-pedagogami/781-emotsionalnoe-blagopoluchie-rebenka-v-detskom-sadu)

"Эмоциональное благополучие для ребенка,

                                                все равно, что для ростка свет, тепло,

                    влага, удобрение…

                                                      Чтобы нормально расти, ребенку нужна

                                                  любовь, уверенность в своих силах,

                                                         в своей значимости и ценности для нас,

      взрослых".

И.Сеченов

**Дошкольное детство** – период, когда закладываются основы физического, психологического развития и здоровья будущего человека. Одним из центральных положений Концепции дошкольного воспитания является обеспечение эмоционального благополучия ребенка в дошкольном учреждении, которое является показателем эффективности работы детского сада и составляет основу психологического здоровья детей.

Внимание к проблеме эмоционального благополучия у дошкольников, привлечено тем, что с каждым годом появляется все больше детей с отклонениями в эмоциональной сфере. А ведь эмоциональная сфера и является ведущей в психологическом развитии ребенка дошкольного возраста и поэтому является основной для осознания ребенком себя.

**Детство** – это не только светлый и радостный промежуток времени, это не только состояние беззаботности, но и нехватка общения, неуверенности в себе, недостаток любви и понимания. Вот что сказал В.А. Сухомлинский в своей книге «Сердце отдаю детям»: «В период большого эмоционального подъема мысль ребенка становится особенно ясной, а запоминание происходит наиболее интенсивно. Дети могут забыть то, что им сказали, но они никогда не забудут те чувства, которые вы у них вызвали. Проводя в детском саду большую часть времени, находясь в постоянном контакте со сверстниками и взрослыми, дети могут испытывать психологическую нагрузку. Для ребенка нет ничего важнее психологического, эмоционального благополучия – без него не сложится нормальная личность. Именно комфортность самочувствия дошкольника, обязана занять достойное место среди основных показателей качества дошкольного образования.

Комфортное состояние дошкольника определяется следующими признаками: он спокоен, жизнерадостен, активен, охотно включается в детскую деятельность и общение со сверстниками, инициативен в контактах с взрослыми, с удовольствием посещает детский сад.

Показателями дискомфорта являются следующие признаки: ребенок вял, сторонится детей, робок, плаксив смущается при обращении к нему взрослых и детей, нерешителен, проявляет тревожность в новых ситуациях, видно, что ходит в детский сад без желания, по необходимости.

Для развития эмоциональной сферы, как базиса психики ребенка, важно, чтобы его развитие проходило в свойственных ребенку видах деятельности – игре, рисовании, танцах… Воспитателю важно научить дошкольников пользоваться языком эмоций для выражения собственных чувств и переживаний.

Важно отметить, что эмоциональная сфера является составляющей в развитии дошкольника, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых управлять своими эмоциями. Компетентный педагог устанавливает в группе такую атмосферу общения, которая помогает детям чувствовать себя свободно и комфортно. Поэтому деятельность взрослых, как родителей, так и работников ДОУ должна включать в себя создание определенных условий эмоционально-психологического благополучия каждого ребенка, а значит и группы в целом.

В связи с эти можно выделить следующие условия:

1) Быстрая адаптация ребенка к условиям детского сада;

2) Эмоциональное самочувствие ребенка во многом зависит от его отношений со сверстниками. Доброжелательные отношения между сверстниками создают положительный эмоциональный климат в группе;

3) Важным и необходимым условием является стиль общения воспитателя с ребенком. Ребенок с радостью идет в детский сад, где его ждут, радуются успехом, помогают преодолевать трудности. Воспитатель в общении с ребенком – не над, а рядом, вместе, глаза в глаза.

4) Предметно-развивающая среда, которая служит интересом и потребностям каждого ребенка.

5) Большую роль в эмоциональном благополучии ребенка играет тон воспитателя, он должен быть доброжелательным, располагающим к общению.

6) Проведение в группе «Утра радостных встреч», позволяющих каждому ребенку ощутить себя в центре внимания.

7) Обстановка в семье, характер семейных отношений часто влияют на эмоциональное благополучие и на развитие ребенка.

Все эти условия взаимосвязаны и взаимозависимы и в совокупности позволяют судить о том,  насколько хорошо ребенку в детском саду.

Таким образом, грамотно построенная педагогическая работа обогащает эмоциональный опыт детей, что значительно снимает или даже устраняет недостатки в их эмоциональном развитии и благополучии. Дошкольный возраст – благодатный период для того, чтобы научить дошкольников соответствующим образом направлять и проявлять свои эмоции. Со стороны воспитателя необходим контроль за появлением возрастных психологических новообразований и эмоциональном состоянии каждого ребенка.