

## Психологическая безопасность ребенка

«Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию и отдыху. Это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех его физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества», - пишет В.А. Сухомлинский.

Забота о психологическом здоровье ребенка сегодня – не просто модная тенденция или очередной педагогический изыск. Забота о здоровье детей в образовательном пространстве – это национальный приоритет, это забота о безопасности каждого сегодня растущего человека и безопасности нации завтра.

Создание условий психологического комфорта, когда окружающая среда оказывает не травмирующее, а развивающее воздействие на ребенка, получило название «психологической безопасности». Такие условия начинают создаваться в нашем детском саду с первой минуты пребывания ребенка в группе.

Отношения в нашем коллективе, с детьми строятся на принципах сотрудничества, взаимной помощи, доброжелательности. Детям нравится участвовать в совместной деятельности, вместе играть, создавать проекты и коллективные творческие работы. В детско-взрослых отношениях преобладают одобрение и поддержка, критика высказывается с добрыми пожеланиями. В нашем детском садике существуют нормы справедливого и уважительного отношения ко всем его членам.

Индивидуальная программа психологической защиты выстраивается на основании изучения личностных особенностей данного ребенка, его опыта, привычек, условий воспитания в семье. Делает это педагог-психолог нашего учреждения при участии родителей и воспитателей группы.

Надежными показателями того, что средства психологической безопасности выбраны верно, служат хорошее настроение малыша, проявляемое им чувство бодрости, радости, уверенности. Устойчивый оптимистический настрой говорит о том, что адаптация в социально-гигиенической среде сада проходит или уже прошла успешно.

**Психологическая безопасность** — такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка.

В нашем детском саду для психологической разгрузки проведена работа по созданию в каждой группе психологических уголков – уголков уединения, в которых ребенок может отдохнуть от шума группы, порисовать, полистать детские журналы книги, поиграть с любимой игрушкой, послушать музыку и др.

На психосоматическое состояние ребенка оказывает влияние эмоциональное состояние педагога, стиль его общения с детьми. Педагоги нашего ДОО имеют возможность освоить и внедрить с воспитанниками методические приемы и психокоррекционные методы, способствующие сохранению психического здоровья и предупреждению психоэмоциональных перегрузок у детей:

1. Обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня: использование в практике детского сада таких режимных ритуалов как «Утреннее приветствие», «Минутки вхождения в день», которые объединяют детей, настраивают на доброжелательные взаимоотношения со взрослыми и детьми; игровое общение (подвижные игры немецкого психолога К.Фопеля); минутки душевного общения, когда воспитатель, расположившись на ковре вместе с детьми, хвалит детей, обсуждает их достижения, читает, играет с ними.
2. Применение психолого-педагогических приемов, направленных на блокирование и предупреждение нежелательных аффективных всплесков: релаксационные паузы; психологические настройки для привлечения внимания детей, выравнивания психологического климата в группе, выработки дисциплины; снятие напряженности в организации режимных процессов (профилактика переутомления); использование специальных игр для профилактики конфликтов, которые развивают у детей коммуникативность, навыки сотрудничества, эмоциональность, умение рефлексировать, повышают самооценку.

Для обеспечения психологической безопасности ребенка разработана система мероприятий:

- профилактика психоэмоционального состояния ребенка средствами физического воспитания: гимнастика, массаж;
- работа с природными материалами — глиной, песком, водой, красками. Арттерапия (лечение искусством, творчеством) увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма;
- музыкальная терапия — регулярно проводимые музыкальные паузы, игра на детских музыкальных инструментах. Положительное влияние на развитие творческих способностей оказывает театрализованная деятельность. Дети полностью погружаются в роль;
- предоставление ребенку максимально возможных в этом возрасте самостоятельности и свободы;
- расширение возможности контактов ребенка с другими детьми и взрослыми; создание развивающей предметно-пространственной среды.

Общепризнанным фактом является то, что успешность влияния развивающей среды на ребенка обусловлена его активностью в этой среде. Среда в нашем детском саду организована таким образом, что она побуждает детей взаимодействовать с её различными элементами, повышает функциональную активность ребёнка, даёт разнообразные, меняющиеся впечатления. Таким многофункциональным комплексом в нашем детском саду является кабинет педагога-психолога. Кабинет педагога-психолога – это маленький рай, где все светится, звучит, журчит, переливается, манит, ненавязчиво успокаивает, а если нужно, мотивирует к активной деятельности. Развивающие занятия проводятся с детьми с низкой работоспособностью, чрезмерно утомляемыми, с адаптационными расстройствами, замкнутыми, тревожными. Яркость, привлекательность, красочность, необычность оборудования обеспечивает быстрое установление эмоционально положительного контакта между ребенком и педагогом, повышает уровень доверия к взрослому, погружает ребенка в атмосферу игры, пробуждает позитивную мотивационную настроенность на активное выполнение той или иной задачи.

Использование кабинета педагога-психолога направлено на решение следующих задач:

- развитие познавательной активности;
- стимуляция сенсорных процессов;
- коррекция психоэмоционального состояния (преодоление замкнутости, застенчивости, агрессивности, снятие мышечного и эмоционального напряжения);
  - повышение мотивации;
  - развитие общей моторики;
  - стимуляция ослабленных сенсорных функций;
  - облегчение социальной адаптации;

В ходе игровых сеансов педагогом-психологом используются различные методики для воздействия на ребенка через соответствующие органы чувств: свето-, звуко-, и цветотерапия. Самым сильным и наиболее эмоционально окрашенным, сказочным эффектом обладают световые стимулы:

- пучок волокон оптического волокна “Звездный дождь”. Его использование способствует развитию тактильных и зрительных ощущений, снятию напряжения. Блестящие, сверкающие волокна позволяют концентрировать внимание, формируют представления о цвете;
- зеркальный шар, звездное небо способствуют развитию зрительного восприятия, ориентировке в пространстве, созданию психологического комфорта, снижению тревожности, развитию воображения.

Все проводимые игровые сеансы носят развивающий характер.