



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
АДМИНИСТРАЦИЯ НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 1 комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга

Система практических мероприятий
по внедрению технологии обеспечения социально-психологического
благополучия ребёнка

Пояснительная записка

Актуальность

Здоровье – это далеко не просто отсутствие заболеваний. Наиболее всеобъемлющим и общепринятым является определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия».

Одной из основных задач каждого дошкольного образовательного учреждения, обозначенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Мы живем в эпоху экономических кризисов и социальных перемен. Тем не менее, в одних и тех же обстоятельствах мы ведем и чувствуем себя по-разному. Наши дети беспомощны в таких ситуациях, но мудрость взрослых дает им защиту, так как именно окружающие ребенка взрослые способны создать приемлемые условия для его полноценного развития. Основой такого развития является психологическое здоровье, от которого во многом зависит здоровье в целом.

Проблема психологического здоровья детей дошкольного возраста является центральной в разработке научных основ детской практической психологии. Безусловно, такая реальность, как психологическое здоровье, требует всестороннего рассмотрения и глубокого изучения не только на теоретическом уровне, но и на уровне организации практической психологической работы с детьми на всех этапах их онтогенетического развития.

В теории и практике дошкольного воспитания встречается термин «эмоциональное благополучие», содержание которого несколько уже, чем содержание термина «психическое здоровье». Согласно исследованиям Л.А. Абрамян, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной, «эмоциональное благополучие» можно определить как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: биологических и социальных.

Обеспечение психологического здоровья в дошкольном возрасте возможно с помощью реализации психологической поддержки детей, создания системы

психологического сопровождения ребенка в детском саду. Система работы по сохранению психологического здоровья воспитанников должна быть комплексной. Так, необходима работа как с самими воспитанниками, их родителями и значимыми близкими, так и с педагогическим коллективом ДОУ.

Традиционно уделяя внимание физическому здоровью детей (зарядке, закаливанию, профилактике заболеваемости), педагоги многих дошкольных учреждений до конца еще не осознают значение психического здоровья и эмоционального благополучия детей. А ведь проводя в детском саду большую часть времени и находясь в тесном контакте со сверстниками и взрослыми, дети испытывают серьезные психические нагрузки.

Поэтому перед педагогами нашего дошкольного учреждения встала задача разработки системы практических мероприятий по внедрению технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка.

Психическое здоровье.

По определению О.В.Хухлаевой, являясь составным элементом здоровья в целом, включает в себя совокупность психических характеристик, обеспечивающих динамическое равновесие человека со средой и возможность выполнения им социальных функций. Адаптированность к социуму и способность успешно функционировать в нем выступают центральным показателем психического здоровья.

Данный подход реализуется в нашем дошкольном учреждении, отвечая таким **принципам ФГОС ДО**, как:

- поддержка разнообразия детства,
- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых и детей,
- уважение личности ребенка.

В настоящее время технологизация жизни, в которой активно участвует и ребенок, способствует недоразвитию эмоциональных чувств. Замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети стали меньше общаться с взрослыми и сверстниками. А общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других.

Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, очень актуальна и важна. Только здоровый ребенок может быть успешен в процессе личностного и интеллектуального развития, а значит, успешен в обучении. От того насколько грамотно организована здоровьесберегающая деятельность, насколько эффективно используются для этого условия дошкольного учреждения, зависит здоровье ребенка.

Эти задачи решает технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.

Под технологией обеспечения социально-психологического благополучия ребенка понимается совокупность мероприятий, обеспечивающих комфортное и позитивное пребывание ребенка в образовательном учреждении; психологическое самочувствие ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми, т. к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья.

Забота о психологическом здоровье предполагает внимание к внутреннему миру ребенка, к его чувствам и переживаниям, увлечениям и интересам.

Способностям и знаниям, его отношению к себе, сверстникам, взрослым и окружающему миру, происходящим семейным и общественным событиям, к жизни, как таковой. Задача взрослого – помочь ребенку в соответствии с его возрастом овладеть средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития.

Целевая аудитория методической разработки – заведующие, старшие воспитатели, воспитатели, педагоги-психологи, социальные педагоги дошкольных образовательных организаций

Цели и задачи внедрения по внедрению технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка

Цель: обеспечение эмоциональной комфортности и хорошего психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, создание соответствующих условий для сохранения и укрепления психического здоровья детей и обеспечение специально организованных воздействий на дошкольников в условиях образовательного учреждения

Задачи:

- создать атмосферу психологического комфорта и эмоционального благополучия, свободной творческой и активной личности;
- создать условия способствующие развитию произвольной саморегуляции психофизического и эмоционального состояния и двигательной активности детей;
- способствовать развитию коммуникативной компетентности детей.
- снижение гиперактивности;
- снижение тревожности, снятие страхов;
- развитие коммуникативных навыков, коррекция застенчивости; коррекция агрессивности и конфликтности

Проектирование технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка (За основу взята технология здоровьесбережения под ред. Ю.А.Афонькиной, И.А.Галай, Н.И.Трифоновой)

Субъекты образовательных отношений при реализации технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка:

- Дети дошкольного возраста
- Родители
- Педагоги

Проектирование технологии охраны и укрепления здоровья воспитанников ДОО определяется следующими психолого-педагогическими принципами:

- **Принцип развивающего образования**, направленный на развитие ребенка через решение задач ФГОС ДО: поддержка разнообразия детства, сохранение уникальности и самоценности дошкольного детства.
- **Принцип педагогического оптимизма**: предполагающий ориентацию образовательного процесса на потенциальные возможности и сильные стороны каждого ребенка
- **Принцип комплексности**, предполагающий, с одной стороны, единство форм, методов и приемов психолого-педагогической работы с дошкольниками, а с другой, использование различных методически и теоретических подходов.
- **Принцип целенаправленности образовательного процесса**, предполагающий систему, иерархию образовательных целей по степени их сложности на основе прогнозирования достижений ребенка
- **Принцип сознательности и активности ребенка** и его микросоциального окружения в образовательном процессе, когда ребенок и его родители становятся не объектами усилий педагогического коллектива, а субъектами образовательных отношений
- **Деятельностный принцип**, рассматривающий содержание и формы психолого-педагогической работы с точки зрения разных видов детской деятельности и предполагающий необходимость их организации с учетом ведущего вида деятельности
- **Принцип единства психолого-педагогической диагностики, развития и коррекции**, требующий создания диагностической основы для организации психолого-педагогической работы

Исходя из данных принципов и с учетом ряда требований (позитивная форма и оптимистичность; реалистичность в отношении сроков достижения и возможностей ребенка; опора на диагностические данные; учет социально-педагогических и микросоциальных условий, в которых будет протекать процесс достижения поставленных целей) проектируются и четко формулируются цели и задачи технологии, последовательность, этапов их решения, условия организации субъектов образовательной ситуации, его взаимодействие со взрослым.

Предполагаемые результаты внедрения технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка

- Создание в ДОУ атмосферы психологического комфорта и эмоционального благополучия, воспитания и развития свободной творческой и активной личности;
- Создание в ДОУ условий, способствующих развитию произвольной саморегуляции психофизического и эмоционального состояния и двигательной активности детей;
- Развитие коммуникативной компетентности детей.
- Снижение гиперактивности;
- Снижение тревожности, снятие страхов;
- Развитие коммуникативных навыков, коррекция застенчивости; коррекция агрессивности и конфликтности
- Сформированность навыков позитивного взаимодействия детей и родителей; создание в семье здоровьесберегающего режима, освоение родителями правил психогигиены общения с детьми.
- Повышение психологической культуры педагогов,
- Создание условий для охраны и укрепления психического здоровья, повышение стрессоустойчивости педагогов
- Освоение педагогами эффективных техник делового общения

**Последовательность этапов
внедрения технологии обеспечения
социально-психологического благополучия ребёнка**

1. Диагностический этап.

Цель диагностического этапа, согласно ФГОС дошкольного образования, может быть определена, как психоого-педагогическая диагностика развития детей, его динамики, в т.ч. измерение личностных образовательных результатов. Именно особенности динамики психического развития и его разных сторон позволят сделать выводы о состоянии психического здоровья дошкольников.

2 Проектировочный этап. Работа с дошкольниками по технологии здоровьесбережения проектируется на основе принципа интеграции образовательных областей

Образовательная область

Задачи

Физическое развитие

1. Развитие позитивного психосоматического состояния
2. Повышение работоспособности, преодоление нервно-мышечного напряжения
3. Формирование навыков сотрудничества.

Социально –коммуникативное развитие

1. Профилактика и преодоление эмоционального напряжения, невротических тенденций, страхов, вредных привычек, тревожности
2. Освоение моральных норм
3. Развитие самосознания и эмоционально-волевой саморегуляции

4. Формирование структуры и форм общения детей со взрослыми и сверстниками
5. Освоение продуктивных способов коммуникации в разных ситуациях
6. Развитие нравственных чувств

Познавательное развитие

1. Развитие исследовательской активности
2. Обогащение опыта
3. Формирование адекватных представлений о себе
4. Развитие познавательных чувств
5. Формирование навыков сотрудничества.

Речевое развитие

1. Развитие диалогического общения, языковой способности
2. Формирование навыков сотрудничества

Художественно-эстетическое развитие

1. Развитие интересов, индивидуальных способностей, творческого потенциала, адекватной самооценки
2. Укрепление позитивного психоэмоционального состояния
3. Развитие эстетических чувств.
4. Формирование навыков сотрудничества

3. Формирующий этап

Работа с дошкольниками по технологии здоровьесбережения имеет профилактическую направленность и включает блок развивающих занятий по коррекции трудностей в психическом развитии у дошкольников

Задачи психолого-педагогической работы:

- максимальная реализация возможностей возраста;
- развитие индивидуальных особенностей (темпераментных проявлений, интересов и склонностей, гендерных отличий);
- предупреждение и преодоление трудностей развития ребенка;

Технология работы с детьми по охране и укреплению психического здоровья включает два модуля:

1. Педагогическое сопровождение дошкольников в процессе освоения Основной общеобразовательной программы дошкольного образования
2. Психологическая поддержка ребенка как субъекта образовательного процесса.

Условия

организации деятельности субъектов образовательной ситуации, его взаимодействия со взрослым

- Создание образовательной среды с учетом потребностей воспитанников (создание психологически безопасной среды)
- Ориентация на четыре основных критерия при отборе методов воспитания и обучения: разумность, простота, действенность и приемлемость

- Обеспечение психогигиенических условий и психотерапевтического климата в ДОУ
- Построение «индивидуальных траекторий» развития детей в образовательном пространстве с учетом их образовательных потребностей и максимальной стимуляцией комплексаторных механизмов
- Помощь в осмыслении, отреагировании и переработке воспитанниками своего жизненного опыта, являющегося самым надежным способом обучения и воспитания

Условия эмоционального благополучия детей в группе детского сада

- **быстрая адаптация** к условиям детского сада (постепенное приучение к режиму, пище, позволение приносить в группу любимую игрушку, во время утреннего приема использование различных сюрпризных моментов, подвижных игр);
- наличие в группах **«телефонов доверия»**, по которым можно позвонить маме;
- наличие **«семейных альбомов»**, **«уголков психорелаксации»**;
- **«зональность развивающей среды»**, позволяющая детям рассредоточиться;
- разумная **занятость** детей, в течении всего дня;
- применение **физминуток** во время организованной образовательной деятельности;
- часто плаксивым детям можно давать **установку на интересный завтрашний день**;
- проведение **«утра радостных встреч»**, позволяющих каждому ребенку ощутить себя в центре внимания;
- **демократичный стиль общения** воспитателя – не над, а рядом, вместе, глаза в глаза;
- соблюдение воспитателем принципов психолого-педагогического сопровождения детей, главным из которых является:

«Ребенок всегда прав. Неправым может быть только взрослый, чья программа ребенку не интересна». (И.Сеченов)

Создание образовательной среды с учетом потребностей воспитанников (создание психологически безопасной среды)

Психологический уголок в группе

Материалы для уголков подбираются с учетом их основного назначения, а именно:

Назначение

Материалы

Зона для психологической разгрузки

Уголок для уединения(шатёр, палатка),мягкая мебель, фотоальбомы с групповыми с семейными фотографиями, мягкие игрушки

наличие в уголке шатра позволяет детям "спрятаться" от внешнего мира, посекретничать, посмотреть альбом с семейными или групповыми фотографиями

Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме
Боксёрская груша, куклы «Бо-бо», поролоновые подушки, стаканчики для крика, мишени, дротики

Справиться с отрицательными эмоциями, снять напряжение, выплеснуть накопившуюся энергию дошкольникам помогают боксерские груши, подушки для битья.

Обучение детей умению владеть собой в различных ситуациях, приёмам саморегуляции

Аудиозаписи: (шум моря, голоса птиц и т.д.), цветные клубочки, **волшебные предметы** (плащ, шляпа, палочка, башмаки и т.д), свечи, фонтаны, игры с песком, водой, крупами, пуговицами, «Мешочки настроений», «**Коробочки добрых дел**».

Разнообразные волшебные предметы: шляпа, палочка, плащ, башмачки и т. д. помогают воспитателю вместе с детьми совершать чудесные путешествия и превращения, сделать общение с дошкольниками сказочным, насыщенным приятными сюрпризами, причем не только во время СД, но и в свободной игровой деятельности.

Обучение детей бесконфликтному общению с помощью эмоционально-развивающих игр

«Азбука настроений», «Коврик дружбы», настольно-дидактические игры «Что такое хорошо и что такое плохо?», «Подушка примирения», «Коробочка примирения», «Доска настроений»

Определение эмоционального состояния каждого ребенка в группе, выделение детей, которым необходима эмоциональная поддержка, выяснение причины положительного или отрицательного эмоционального состояния и планирование работы по устранению отрицательных воздействий как в семье, так и в дошкольном учреждении.

Повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей.

Подиум. медали, «сонные игрушки»

Систематические игры детей с использованием мягких игрушек различных размеров после занятий или в период проявления негативных эмоции (после конфликтов, ухода родителей и т. п.) служат средством релаксации. "Сонные

игрушки" активно применяются в период адаптации воспитанников к дошкольному учреждению, его режиму и требованиям, когда эмоциональные дети испытывают чувства тревоги, беспокойства, а иногда и раздражения, проявляют агрессию.

Обучение детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде.

«Твистер», «Гусеница», «Весёлый коврик»

На веселом коврике воспитанники развивают ловкость, эмоциональную отзывчивость, умения действовать в команде.

Игра «Гусеница» формирует умение детей взаимодействию со сверстниками, способствует сплочению детского коллектива.

Можно оборудовать и других уголки в группе, исходя из возрастных и индивидуальных особенностей детей - уголок приветствия «Здравствуйте! Я пришел!», уголок «Настроений», уголок «Достижений» (цветок успеха, копилка добрых дел,.), уголок гнева, уголок поздравлений, зона воды и песка, зона уединения, уголок сенсорного развития и др.)

4.Обобщающий этап

Оценка эффективности работы
по внедрению здоровьесберегающей технологии

Критериями эффективности психолого-педагогической работы с дошкольниками является овладение детьми нормами здоровьесберегающего поведения:

- умение осуществлять самоконтроль и самоанализ своего поведения;
- умение положительно оценивать свои возможности и способности;
- умение переживать эмпатию (эмоционального реагирования на воспринимаемые внешние, часто почти незаметные, проявления эмоционального состояния другого человека — поступков, речи, мимических реакций, жестов и так далее);
- умение словесно выразить свои желания, чувства;
- умение конструктивно общаться со взрослыми и сверстниками, конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- умение проявлять себя в творческой деятельности;
- умение ставить и достигать цели

Работа с родителями по технологии здоровьесбережения

Цель: Научить родителей создавать условия для охраны и укрепления психического здоровья детей через формирование у них функций позитивного родительства.

Задачи:

1. Создание в семье здоровьесберегающего режима
2. Освоение правил психогигиены общения с детьми
3. Освоение правил организации деятельности ребенка в соответствии с психогигиеническими требованиями

Этапы работы:

1. Диагностический.

Цель: изучение особенностей детско-родительских отношений.

Анализируются:

- типы доминирующего отношения родителей к детям с точки зрения мотивации требований;
 - виды оценки родителями детей (положительная и отрицательная);
 - типы отношения родителей к ребенку на основе характера требований (справедливо-требовательное, нетребовательное, восторженно-опекающее, нормально-требовательное, непоследовательно-требовательное, дезориентирующее отношение)
2. **Проектирующий** (исходя из психологического портрета родителей, проблем детско-родительских отношений) В соответствии с ними определяются задачи, содержание и формы психологической работы.
 3. **Формирующий этап** (комплексное использование традиционных и интерактивных форм работы)
 - Занятия с детьми. Предполагающие участие родителей
 - педагогические беседы с родителями;
 - родительские собрания;
 - консультации;
 - выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями;
 - дни открытых дверей;
 - участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов;
 - совместное создание предметно – развивающей среды;
 - работа с родительским комитетом группы,
 - анкетирование.
 - семинары-практикумы

Работа в детско-родительской группе – мощное средство психологического воздействия на участников, на систему и характер их отношений

4. Обобщающий этап

Критерии эффективности психолого-педагогической работы является формирование у родителей следующих здоровьесберегающих умений:

- замечать изменения психоэмоционального состояния детей, использовать приемы поддержания и восстановления позитивного состояния;
- понимать мотивы поступков детей и учитывать их в процессе взаимодействия с детьми;
- определять потребности детей и выбирать адекватные потребностям способы их удовлетворения;
- поддерживать положительный эмоциональный фон общения с ребенком, в том числе в трудных воспитательных ситуациях;
- конструктивно использовать педагогическую оценку;
- адекватно определять возможности ребенка и перспективы его развития.

Достижение результатов определяется на основе процедур, применяемых на диагностическом этапе. Вносятся изменения в психологический портрет родителя. С учетом изменений проектируется дальнейшая работа с родителями.

Работа с педагогами.

Цель: формирование профессионально-личностной основы для деятельности
Организация работы включает в себя **два содержательных модуля:**

1.Повышение психологической культуры педагогов

- Повышение диагностической культуры педагогов
- Обогащение представлений о возрастных особенностях дошкольников
- Развитие умений педагогического общения с детьми в разных образовательных ситуациях
- Основные профессиональные важные личные качества педагога: эмпатия, коммуникативность, доброжелательность, тактичность, толерантность.

2.Создание условий для охраны и укрепления психического здоровья педагогов

Профилактика и преодоление «Эмоционального сгорания» педагогов

Задачи :

- преодоление психоэмоционального напряжения и улучшение психологического самочувствия педагогов, снижение негативных переживаний, их трансформация в положительные;
- формирование потребности в саморегуляции эмоциональных состояний;
- ознакомление с техниками саморегуляции эмоциональных состояний

Ожидаемый результат – повышение стрессоустойчивости педагогов

Развитие коммуникативной компетентности у педагогов: умение строить коммуникативный процесс, используя продуктивные способы общения с педагогическими целями на основе эмпатии, анализа коммуникативной ситуации, в процессе которого происходит обмен духовными ценностями между партнерами по общению.

Задачи работы с педагогами:

- развитие процессов эмпатии
- обучение анализу коммуникативных ситуаций и выбору адекватной коммуникативным условиям стратегии поведения:

- формирование умений бесконфликтного делового общения
- Ожидаемый результат – освоение педагогами эффективных техник делового общения**

Диагностический этап

Составляется психологический портрет педагога. В нем отражается типология отношения педагога к детям, отношение воспитанников к воспитателю, которые определяются на основе наблюдений за профессиональной деятельностью педагогов.

Типы эмоционального отношения педагога к детям:

- устойчиво-положительный;
- пассивно-положительный;
- неустойчивый;
- открыто-отрицательный ;
- пассивно-отрицательный

Результативность педагогической деятельности обусловлена и тем, как дети отражают, интерпретируют облик воспитателя, его поведение. Как относятся к нему. Поэтому в психологическом портрете воспитателя отражаются виды доминирующего отношения детей к личности воспитателя (типология А.Г. Рузской):

- приятное или неприятное;
- доверчивое или недоверчивое;
- заинтересованное или равнодушное;
- спокойное или тревожное.

А также выделяются показатели отношения дошкольников к личности воспитателя (по Е.А. Панько):

- содержание и частота обращений к нему;
- форма общения;
- характер ответных реакций на его воздействие;
- доминирующий тип поведения детей в присутствии воспитателя

Проектировочный этап

Задачи работы дифференцируются, исходя из педагогического стажа

Стаж

в годах

Характеристика

профессиональной деятельности

Задачи взаимодействия педагогов с педагогом-психологом

1-5

- Преобладание знаний над умениями;
- концентрация на собственных возможностях;
- склонность к самоизменениям;
- открытость новому;
- профессиональный поиск;
- преобладание дисциплинарных форм воздействия на детей, неустойчивость в педагогических оценках

- Эмоциональная поддержка;
- развитие уверенности в своих силах;
- акцентирование профессиональных достижений;
- Устойчивость профессиональной позиции
- расширение и совершенствование методов образовательной работы
- повышение субъективной значимости профессии;
- Помощь в осознании личностных оснований профессиональных достижений
- расширение позитивных возможностей профессионального роста;
- помощь в рефлексии собственной профессиональной деятельности
- Осознание противоречий между имеющимися возможностями и желанием профессиональных изменений;
- возникновение стереотипов в работе, расширение коммуникативных умений
- Привлечение к наставнической и экспериментальной деятельности;
- помощь в рефлексии достижений;
- расширение возможностей в реализации инноваций
- Кризис профессионального самосознания между «Я – реальным» и «Я - идеальным»;
- возможное снижение профессионализма и формирование устойчивых механизмов психологической защиты;
- рост увлеченности работой
- Привлечение к наставнической деятельности
- помощь в обобщении инновационного опыта работы и его распространения среди коллег для повышения самооценки педагога
- Увлеченность работой;
- критичность и настороженность во взаимодействии с другими специалистами
- Привлечение к наставнической деятельности
- помощь в освоении инноваций

Формирующий этап

Формы работы с педагогами:

- семинары-практикумы;
- мастер-классы;
- консультации;
- круглый стол;
- деловая игра;
- тренинги

Обобщающий этап

Достижение результатов определяется на основе процедур, применяемых на диагностическом этапе. Вносятся изменения в психологический портрет педагога. С учетом изменений проектируется дальнейшая работа с педагогами.

Вывод

Позитивные изменения – это результаты деятельности всего педагогического коллектива, эффективного управления, полученные во взаимодействии с родителями воспитанников и другими социальными партнерами.

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