**«Эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста»**

Эмоциональное благополучие предусматривает удовлетворение потребности в общении, установлении доброжелательных взаимоотношений в семье, между детьми и педагогами в учебно-воспитательных учреждениях, создание благоприятного микроклимата в группах; создание благоприятных условий для пребывания детей в детском саду. Таким образом, оно зависит не только от культурных и индивидуальных особенностей ребенка, но и от оптимальности систем: «мать-дитя», «педагог-воспитанник». На эмоциональное благополучие детей влияют семейные отношения, полноценность семьи, педагог, методы и приемы воздействия на ребенка как в семье, так и в дошкольном учреждении, то есть формирующим фактором является сама жизнь, взаимоотношения в семье, окружающем мире.

Последствиями эмоционального неблагополучия ребенка являются страх, депрессия, враждебность, агрессивность;

Значит, при эмоциональном неблагополучии ребенок не может полноценно развиваться, поэтому дошкольное учреждение должно помочь ситуации.

Психологическая поддержка – это один из приемов педагогического воздействия на ребенка, с помощью которого можно влиять на его эмоциональную сферу, закреплять положительные переживания и состояния;

Значительную роль в этом играют родители и педагоги. Работа педагогов и родителей является целостным единым процессом, проходящим в разных педагогических системах (детский сад, дом). Педагог, как профессионал, должен управлять им на всех стадиях: и в детском саду, и в семье. Таким образом, при постоянной работе, направленной на формирование эмоционального благополучия детей можно достичь больших результатов в исправлении имеющихся эмоциональных проблем и их предупреждения.

Наиболее адекватным для современной ситуации представляется личностно-ориентированное образование, обеспечивающее развитие и саморазвитие личности ребенка, исходя из выявления его индивидуальных особенностей как субъекта познания и предметной деятельности.

Чем меньше ребенок, тем сложнее определить «норму» эмоциональной жизни. Тем не менее приведем ориентировочные представления о здоровых и нездоровых эмоциональных проявлениях в разные возрастные периоды

**Признаки здорового эмоционального состояния**

*От полутора до двух лет*

• все чаще играет и ведет себя «понарошку», в том числе изображая эмоциональные реакции;

• начинает использовать для выражения чувств арсенал определенных жестов и интонаций;

• время от времени, в состоянии огорчения или замешательства, ищет спокойствия и уединения;

• развивает все большую способность распознавать эмоциональные состояния других людей (особенно родителей) ;

• начинает все более подходящим образом и конструктивно реагировать на разные эмоциональные состояния других (особенно родителей) ;

• разрабатывает вместе с родителями репертуар способов или «кодов» для передачи эмоций и чувств.

*От двух до трех лет*

• развивает способность «закатывать» вспышки гнева и успокаиваться после них;

• все больше ведет себя так, чтобы проверить настроение и получить эмоциональный ответ других людей;

• проявляет все больше воображения в игре и переживаниях;

• пытается выражать свои чувства с помощью слов;

• начинает беспокоиться о том, что могут произойти неприятные события;

• ищет подтверждения благополучия своего и своих близких.

*От трех до четырех лет*

• все больше упражняется в управлении эмоциями;

• пытается манипулировать эмоциями других (особенно сверстников) ;

• проявляет интерес к своей половой принадлежности, что находит отражение в эмоциональном самовыражении;

• проявляет больше привязанности к родителю противоположного пола, что может приводить к некоторой соревновательности и противоречиям в отношениях с родителем того же пола;

• стремится к пониманию и обсуждению эмоций;

• начинает проявлять заметный эмоциональный отклик (положительный или отрицательный) на сны.

*От четырех до шести лет*

• ищет конструктивный выход эмоциональному напряжению в спокойной и осмысленной форме (например, рисование или игра) ;

• начинает высказывать суждения о причинах и проявлениях эмоций;

• становится все более самостоятельным в плане получения удовлетворения и разрешения эмоциональных затруднений;

• проявляет все большее сочувствие и интерес к другим людям (особенно сверстникам) ;

• ищет и признает справедливость в эмоциональных конфликтах.

*От шести до семи лет*

• склонен проявлять крайние формы эмоционального ответа, например, неудержимый восторг вместо спокойной радости или истерический плач вместо просто грусти;

• очень восприимчив к эмоциональным травмам;

• может проявлять опасения перед посещением школы и испытывать в связи с этим отношение родителей к себе;

• формирует многочисленные, относительно поверхностные и кратковременные взаимоотношения со сверстниками;

• начинает включаться в «сексуальные игры» со сверстниками, чтобы удовлетворить любопытство, связанное с гениталиями;

• чаще вступает в конфликты с братом или сестрой;

• может прибегать ко лжи и воровству как форме противодействия и непослушания.

**Симптомы эмоциональных проблем**

*От одного года до двух лет*

• склонность к уединению;

• избыточное качание и позирование;

• отсутствие видимой тревоги при разлуке с родителями;

• чрезмерная отвлекаемость;

• частая раздражительность, не поддающаяся успокоению (помимо периодических вспышек гнева) ;

• лунатизм.

*От двух до трех лет*

• постоянная пугливость;

• неудачные попытки заговорить;

• неспособность сосредоточенно играть с чем-либо в течение десяти минут;

• напряженные и длительные конфликты с братьями и/или сестрами;

• избыточная активность;

• повышенная гневливость и агрессивность;

• медленное восстановление после вспышек гнева;

• тяжелая и длительная реакция на разлуку с родителями.

*От трех лет до шести лет*

• частые случаи самонаказания и нанесения себе травм;

• частые и тяжелые конфликты с другими детьми;

• постоянное уединение, избегание контактов с другими детьми;

• общая неспособность следовать правилам и указаниям;

• нежелание разговаривать и договариваться;

• внезапные, заметные и продолжительные периоды снижения общей уверенности в себе, невнимания или утраты интереса к окружающему;

• постоянная меланхолия.

**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 (создание поддерживающей, доброжелательной, искренней, домашней атмосферы в группах);

• равенство в отношениях между взрослым и ребенком (организация продуктивного пошагового сотрудничества, своевременное получение дошкольниками помощи, поддержки и защиты при возникновении потребности в ней); обеспечение детям возможности свободно перемещаться в пространстве группы, в других помещениях детского сада (например, в музыкальном и физкультурном залах), непосредственно общаться со сверстниками;

• гибкий, личностно ориентированный подход: отказ от любых "ярлыков", учет психических и личностных особенностей каждого ребенка, выражающийся, например, в дифференцированном подборе заданий и упражнений, а также индивидуального темпа их выполнения;

• тесное профессиональное сотрудничество педагога-психолога, воспитателей и других специалистов детского сада при планировании и организации взаимодействия с дошкольниками (в частности, при разработке индивидуальных образовательных маршрутов для детей с проблемами со здоровьем и развитием);

• создание условий для раскрытия личностной индивидуальности воспитанников, т. е. раннее выявление их творческих возможностей и способностей, своевременный мониторинг (периодическое отслеживание динамики), 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;

• конфиденциальность информации об участниках психолого-педагогического взаимодействия, осуществление профессиональной деятельности под девизом "Не навреди!"

*Материал подготовила педагог-психолог Ю.А. Гудко*