**Создание условий**

**для эмоционального благополучия –**

**необходимое условие позитивной социализации**

 **детей дошкольного возраста**

 **в дошкольной образовательной организации.**

Сегодня не составляет большого труда найти готовые игры на развитие эмоциональной сферы детей. Они отличаются качественной полиграфи­ей, но часто стандартны и мало вариативны. Содержание данных игр не может в полной мере отразить всего разнообразия чувств и эмоций, свой­ственных детям 3-7 лет. Чтобы их заинтересовать и увлечь, вызвать живой эмоциональный отклик, педагогу-психологу желательно адаптиро­вать уже известные игровые упражнения в соответствии с возникающими в жизни ситуациями. А еще лучше - разработать собственные варианты.

Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста - одно из важнейших направлений деятельности педагога 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. Делать это профессионально и грамотно призван педагог.В наши дни уместно вспомнить феномен "засушенного серд­ца", открытый еще Л.С. Выготским. Под этим термином понимается черствость, обедненность 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 со 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 при ведущей роли пе­дагогов-психологов объединить усилия воспитателей и всех спе­циалистов детского сада, 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 (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!"

На развитие эмоциональной сферы дошкольников позитивно влияет создание в группах **уголков психологической разгрузки:**

* для малышей - **"домотека"**, в специально отведенном пространстве группы де­ти размещают предметы, принесенные из дома: фотографии, игрушки или дру­гие вещи, напоминающие о доме. Это по-настоящему приближает обстановку детского сада к семейной, решает про­блему адаптации и преодоления неред­ко возникающего чувства одиночества, способствует установлению в группе позитивного эмоционального микрокли­мата;
* для детей 4-5 лет -**"дерево эмоций"**, на котором ребенок, приходя утром, раз­мещает свою фотографию в соответствии с настроением - в центре или по краям, на темном или светлом фоне. В течение дня по своему желанию он мо­жет вносить изменения. Его внутреннее состояние становится таким образом более понятным, а помощь взрослого в случае необходимости - эффективной и своевременной;
* старшим дошкольникам для эмоциональной разрядки подходит уголок с мягкой мебелью или модулями с подобранными для данного возраста книга­ми, журналами, иллюстрациями, интересными настольными играми и игрушками.   Возможность 5-7-летнему ребенку иногда побыть одному, ненадолго сменить обстановку и немного отдохнуть от стремительного потока событий и информации приобретает все большую актуальность, т. к. способ­ствует профилактике эмоциональных срывов, перенапряжения, негативных настроений.

В качестве эффективно работающих нестандартных игр можно предложить.

**"Необычный колобок"**

Для организации общения с дошкольниками в кругу большин­ство педагогов-психологов обычно использует мяч, передаваемый от одного ребенка к другому. Это помогает создать настрой на об­щую деятельность, сформировать "единое пространство группы".

Опыт показывает, что интерес детей 3-5 лет к работе в под­группе значительно возрастает, если им предлагается не просто мячик, а "колобок" (небольшой шарик с двумя нанесенными маркером контрастными выражениями лица: с одной стороны - веселым, с другой - грустным).  Вспоминая сказку, ребенок младшей и средней группы воспринимает "колобка" как реального собеседника, эмоционально сопереживает ему и, как правило, по­ворачивает к себе именно той стороной, которая отражает его на­строение. С помощью такого сказочного посредника даже не очень общительные дети легче идут на контакт с педагогом-психо­логом и сверстниками, охотнее высказывают свои впечатления от участия в совместных играх и упражнениях, а значит - активнее действуют и эмоционально раскрываются.

**"Живые картинки"***(игра для работы с подгруппой детей 3-5 лет)*

Педагог-психолог поочередно рассматривает с детьми схема­тические изображения людей и объясняет, какие действия нужно выполнить. Например, улыбающееся лицо на картинке (рот "ло­дочкой", уголками вверх) - значит, настроение веселое, можно всем вместе порадоваться, попрыгать; спокойное лицо (линия рта прямая) - отдыхаем, стоим на месте; грустное лицо («лодочка» пе­ревернута уголками вниз) - мы расстроены, приседаем, закрывая глаза ладошками. Поочередно меняя изображения и выполняя вместе с детьми соответствующие действия, педагог-психолог как бы оживляет картинки. Игра способствует закреплению Вариант игры - под музыку дети берут из "волшебного мешоч­ка" по одному рисунку с изображением сказочного персонажа и внимательно его рассматривают. По завершении музыкального фрагмента каждому ребенку нужно найти обладателя такого же рисунка и встать с ним в пару. Правильность выполнения задания педагог-психолог проверяет каждый раз, при этом аплодисмента­ми награждаются все участники - для развития у них позитивного эмоционального отклика на общее игровое взаимодействие.

**"Волшебное зеркальце"** *(игровое упражнение для индивидуаль­ной работы с детьми 5-7лет)*

Ребенку предоставляется двусторонний макет зеркала, выра­жения лица на котором, как и в игре с "колобком", изображаются по принципу контраста (доброе - злое, радостное - печальное). Поворачивая зеркало и разглядывая отражения, дошкольник ста­рается определить, какое из них ему нравится и более привычно, т. е. подходит лично для него. Данное игровое упражнение способ­ствует активному самовыражению ребенка, проговариванию ос­новных переживаний, предупреждению различных комплексов и случаев необоснованного недовольства собой, т.е. профилакти­ке детских депрессивных состояний.

**"Дорисуй портрет"** *(игра для детей 4-7лет проводится индиви­дуально или в подгруппе по 2-3 человека)*

Каждый ребенок получает возможность «помочь художнику», завершив его работу. На портрете-заготовке с уже имеющимися изображениями глаз и носа ему предстоит самостоятельно нари­совать рот (по своему выбору, например, с уголками вверх - улы­бающийся, радостный; с уголками вниз - грустный, расстроенный). А затем вместе с педагогом-психологом он пробует отгадать, какое настроение было у человека, изображенного на картине. Дети та­ким образом в занимательной и непринужденной форме упражня­ются в умении отличать проявления основных чувств человека и сопоставлять их с разными эмоционально окрашенными ситуа­циями.Для работы со старшими дошкольниками (5-7 лет) в подгруппе аналогичную игру можно провести с объемной моделью - воздуш­ными шариками, прикрепляя к ним с помощью двухстороннего скотча разные улыбки (веселые, грустные, растерянные, жалобные). В результате портрет становится завершенным и выразительным, а разговор с педагогом-психологом о совместно выполненной ра­боте - более непосредственным и живым. С помощью данного уп­ражнения у старших дошкольников появляется возможность узна­вать свое настроение среди прочих, называть его, определенным образом реагировать, наводя порядок в своем внутреннем мире. Нахождение похожих изображений среди получившихся в даль­нейшем стимулирует детей к совместной игре, развивая необходи­мые навыки самостоятельного общения со сверстниками.

**"Разноцветные бабочки"** *(игровое упражнение для работы инди­видуально или по два человека с дошкольниками 4-6 лет)*

Детям среднего дошкольного возраста предлагается, исполь­зуя магнитную доску или мольберт, составить изображения бабо­чек из 4-5, а старшим - из 5-7 цветных фрагментов. Для педагога-психолога это упражнение информативно, т. к. соотнесение цветов напрямую свидетельствует о внутреннем эмоциональном состоя­нии ребенка. Кроме того, параллельно можно заняться профилак­тикой эмоционального перенапряжения, предложив детям «разбу­дить» получившихся бабочек, изобразив их полет под музыку (например, с помощью движений рук). Как показывает опыт прове­дения подобных игровых упражнений, дошкольники с удоволь­ствием в них участвуют и таким образом осваивают несложный способ самовыражения и активной эмоциональной разрядки.

**"Оле-Лукойе"** *(игра для индивидуального взаимодействия со старшими дошкольниками)*

Многим детям 5-7 лет хорошо знаком персонаж Г.Х. Андерсена, раскрывавший один из зонтиков - разноцветный или темный - над детьми в зависимости от их персональных особенностей и поступ­ков. Вспомнив сказку про Оле-Лукойе, целесообразно сначала по­работать с плоскостным изображением зонтика, предложив его самостоятельно раскрасить. Таким об­разом, педагог получает пред­ставление о самооценке ребенка и его эмоциональном самочувствии. Игровое упражнение в момент, когда дошколь­ник по сигналу взрослого (например, чуть слышному хлопку в ладоши) закры­вает глаза, завершается «превращением» нарисованного зонтика в настоящий. Практика показывает, что доверительная беседа под зонтиком Оле-Лукойе повышает эмоциональный статус ребенка, корректирует самооценку и дарит яркие впечатления, так необхо­димые дошкольнику.

Оле-Лукойе можно сделать также героем игрового взаимодей­ствия с отдельными детьми, испытывающими затруднения в разви­тии эмоциональной сферы, создав свои "карты-схемы" воображае­мых путешествий с этим персонажем. Смысл игры будет заключаться тогда в "прокладывании" с каждым ребенком своего "маршрута" по определенным эмоциональным состояниям, их ри­совании, назывании и "примеривании" на себя, т. е. активном и глубоком "проживании" в целях обогащения чувственных впечат­лений данного конкретного дошкольника.

**"Сказочная радуга"** *(игровое упражнение для работы с подгруп­пой детей 5-7 лет)*

Под музыкальное сопровождение (например, можно использо­вать композиции из альбома А.П. Чайковского "Времена года") участники игры "превращаются" в разноцветные карандаши из ко­робки художника. Каждый "волшебный карандаш" пробует с помо­щью движений, мимики и жестов показать, какие предметы он сво­им цветом может раскрасить, остальные стараются этот цвет отгадать и назвать. В случае точного ответа свои силы пробует сле­дующий участник, а правильно названные "карандаши" берутся за руки, образуя свою "волшебную" сказочную радугу. Последова­тельность ее цветов и их сочетание подробно обсуждается с до­школьниками. С очередным включением музыкального фрагмента волшебство завершается, а на память о "чудесном превращении" дети совместно с педагогом-психологом воспроизводят получив­шуюся у них радугу, выкладывая ее перед собой из цветных каран­дашей или рисуя на большом общем листе. Данное игровое уп­ражнение не только способствует проявлению индивидуальных цветовых предпочтений детей, но и стимулирует к объединению в игровое сообщество, вызывая у них позитивный эмоциональный отклик на совместную деятельность со сверстниками.

Этим несложным играм и упражнениям на развитие "гаммы чувств" можно научить не только детей, но и родителей. Ведь для каждого ребенка, только еще открывающего для себя мир, важно, чтобы микроклимат в детском саду и семье был по возможности позитивным, устойчивым и стабильным. К сожалению, не все роди­тели готовы к эмоциональному общению со своими детьми. При­ходится учить их этому в ходе индивидуальных встреч и консульта­ций, направленных на активизацию творчества взрослых и создание потенциала авторских игровых вариантов.

Новые, нестандартные игры на развитие эмоций могут успешно сочетаться с самыми разными видами деятельности  (от  бесед   и   рисования до танцевальных  движений).  При этом  включение музыки и применение современных технических средств (на­пример, мультимедийной системы для показа наиболее ярких фрагментов детско-родительского взаимодействия) также служит улучшению общего настроения всех присутствующих и повыше­нию их эмоционального тонуса.

Практика свидетельствует, что главное в деле обеспечения эмоционального благополучия ребенка - искренняя заинтересо­ванность в успехе, а также единство взглядов значимых взрослых - родителей, воспитателей, специалистов детского сада. Задача пе­дагога при этом состоит в том, чтобы наглядно показать: эмоциональная сфера, определяющая детям 3-7 лет их будущее, не терпит стандартных подходов. Поиск оптимальных путей дости­жения эмоционального благополучия дошкольников необходимо вести постоянно, применяя фантазию и творчество, находя свои варианты решений в ходе непосредственного общения и активно­го взаимодействия взрослых и детей.