

## **Психологический комфорт ребенка в детском саду**

Детский сад — это особое место в жизни малышей. Это «второй» дом, где принимают и понимают каждого ребёнка таким, какой он есть, и помогают ему развиваться как личности.

Психологический комфорт для ребёнка в детском саду зависит от удобства развивающей среды и положительного эмоционального фона, а также от отсутствия напряжения психических и физиологических функций организма. Общая атмосфера и настрой группы определяются взрослыми, несмотря на индивидуальные особенности детей.

Что влияет на атмосферу в группе детского сада?

Одна из главных задач педагогов — создать для детей комфортную психологическую обстановку. Очень важно, с каким настроением ребёнок приходит в детский сад. Хочется, чтобы каждый ребёнок шёл туда счастливым и не обременённым заботами, которые для него слишком сложны.

Воспитатель играет ключевую роль в формировании гармоничной атмосферы в группе детского сада. От его эмоционального состояния зависит настроение детей и их взаимоотношения. Поэтому важно, чтобы педагог сам был спокойным и приветливым.

Безусловно, большое значение имеет отношения между воспитателями и детьми, а также между самими детьми. Если между людьми установится прочный контакт, то в процессе общения возникнет атмосфера доверия и принятия, в которой можно будет обсуждать любые вопросы.

Ведь когда говорят: «У нас хороший контакт», это означает, что мы понимаем друг друга, нам интересно вместе, мы доверяем друг другу.

Атмосфера и настрой группы определяются взрослыми, несмотря на индивидуальные особенности детей. Можно выделить критерии, составляющие психологический комфорт ребёнка в детском саду:

**-Спокойная эмоциональная обстановка в семье.** Эмоциональная стабильность и отсутствие напряжения у ребёнка в семье оказывает большое влияние на психологический комфорт в детском саду. Уверенность в любви, уважении и понимании близких настраивает ребёнка на открытые, доброжелательные отношения с педагогами и сверстниками.

**-Распорядок дня.** Для дошкольника важно, чтобы распорядок жизни был стабильным. Ребёнок, который привык к определённому порядку, более уравновешен. Он представляет себе последовательность занятий, смену видов деятельности в течение дня и заранее настраивается на них.

**-Обеспечение комфортности предметно-развивающей среды.** Соответствие возрасту и актуальным особенностям группы; доступность игрушек, не раздражающее цветовое решение интерьера, наличие растений с ароматом, способствующим снятию напряжения.

**-Стиль поведения воспитателя.** Пребывание в группе 20–25 сверстников в течение целого дня — это большая нагрузка на нервную систему ребёнка. Как же создать спокойную обстановку? Прежде всего, воспитатель сам должен быть спокоен и доброжелателен. Необходима ровная манера поведения с детьми. Педагогу необходимо отслеживать своё психологическое состояние, чтобы предотвратить агрессивные

вспышки и апатичную усталость. Недопустимость психологического давления на детей и грубости с ними.

**-Добрые традиции.** В каждодневной жизни постоянно возникают ситуации, когда кому-то делают больше замечаний, кого-то чаще хвалят и т. п. Это может создавать у детей ощущение, что воспитатель относится к ним неодинаково. Чтобы донести до каждого ребёнка, что его ценят наравне со всеми, желательно ввести в жизнь группы некоторые традиции и строго придерживаться твёрдых принципов в собственном поведении.

**-Работа с родителями.** Только совместными усилиями можно создать благоприятный психологический климат для ребёнка.

**-Работа с природными материалами.** Глина, песок, вода, краски, крупы — всё это увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций.

**-Музыкальная терапия.** Регулярные музыкальные паузы, игра на детских музыкальных инструментах.

**-Предоставление ребёнку максимально возможных в его возрасте самостоятельности и свободы.**

Педагоги несут ответственность за психологическое здоровье детей, поэтому им следует заботиться о своем состоянии. Важна личность педагога, его культурный уровень, интеллект и личные качества. Только личность может воспитать личность.