Представление педагогического опыта
Артамошкиной Екатерины Николаевны
педагога-психолога
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
«Центр развития ребенка – детский сад №58»

1. **Тема:** «Психологическое сопровождение детей дошкольного возраста как фактор сохранения психологического здоровья»
2. **Сведения об авторе:** Артамошкина Екатерина Николаевна

Образование: 2004-2009 гг., высшее, ГОУ ВПО «Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарева»

Квалификация по диплому: «Психолог преподаватель психологии»

Специальность: «Психология»

Стаж работы в данной организации: 13 лет

3. **Актуальность, проблема массовой практики, решаемая автором**

Данный опыт актуален тем, что проблема психологического здоровья дошкольников является одной из центральной в работах по детскойпрактической психологии. Конечно, психическое здоровье детей дошкольного возраста, 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 настоящее время из-за экономического и социального положения в нашем обществе возникает множество факторов риска для подрастающего поколения, что ведет к целому ряду проблем, требующих незамедлительного решения.

Так, часто используемое нами понятие «здоровьесберегающие технологии» предусматривает объединение всех усилий образовательной организации, нацеленных на формирование, сохранение и укрепление как физического, так и психологического здоровья обучающихся.

Сегодня проблема психологического здоровья дошкольников является очень важной и разрабатывается рядом исследователей (В.А. Ананьев, Б.С. Братусь, И.Н. Гурвич, Н.Г. Гаранян, А.Н. Леонтьев, В.Э. Пахальян, А.М. Степанов, А.Б. Холмогорова и др.). Проблеме психологического здоровья детей посвящены труды И. В. Дубровиной, В.В. Давыдова, О.В. Хухлаевой, Г. С. Никифорова, Д. Б. Эльконина и др.

Одна из главных ролей в концепции модернизации образования отводится именно здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных организациях, сохранению и укреплению их

психологического здоровья. Сегодня еще продолжают оставаться вне поля видения и позитивного вмешательства дети, чье состояние можно охарактеризовать как пограничное относительно нормы и квалифицировать как «психически не болен, но психологически уже не здоров».

В теории и практике дошкольного воспитания часто можно встретить термин «эмоциональное благополучие», содержание которого ни так уже значимо, чем содержание термина «психологическое здоровье». Согласно исследованиям Л.А. Абрамян, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной, «эмоциональное благополучие» определяется 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 целостной системы психологического сопровождения ребенка в условиях детского сада. Система работы по сохранению и укреплению психологического здоровья обучающихся должна быть комплексной. Таким образом, необходимо проводить работу как с самими обучающимися, их родителями и значимыми близкими, так и с педагогами дошкольной образовательной организации.

4. Основная идея опыта

Основной идеей моего опыта была разработка эффективной комплексной модели психологического сопровождения детей дошкольного возраста, которая будет способствовать сохранению и укреплению их психологического здоровья в системе взаимодействия «Ребенок - родитель - педагог».

Принятая Правительством РФ Концепция модернизации российского образования рассматривает высокое качество образования через такие категории, как «здоровье, социальное благополучие, психологическая защищенность, защита прав личности». И я считаю, что обеспечение психологического здоровья в дошкольном возрасте возможно только с помощью реализации психологической поддержки детей, создания целостной системы психологического сопровождения ребенка в детском саду.

Анализ результатов проведенных исследований семей обучающихся ДОО позволяет сделать вывод, что в оказании помощи по вопросам психологического благополучия нуждаются не только и не столько дети, но и их родители. И в первую очередь им нужно овладеть навыками, которые способствовали бы развитию позитивных детско-родительских отношений, формированию и сохранению психологического здоровья детей. Это определило поиск новых подходов и методов в работе с семьёй.

Сохранение и укрепление психологического здоровья дошкольников невозможно без комплексного сотрудничества педагогов дошкольной

организации с семьей ребенка. Кроме того, необходима целенаправленная работа педагога-психолога с педагогическим коллективом по профилактике профессиональной дезадаптации, так как психологическое здоровье педагогов напрямую влияет на психологическое здоровье обучающихся ДОО.

Были поставлены следующие задачи:

- изучить уровень психологической безопасности образовательной среды ДОО;
- создать необходимые условия, способствующие эффективному выстраиванию и реализации элементов психологической безопасности для сохранения и укрепления психофизического здоровья обучающихся в детском саду;
- познакомить педагогов ДОО с основами научных трудов о факторах, которые нарушают и ухудшают психологическое здоровье участников образовательного процесса в современных условиях;
- разработать и апробировать технологию работы с детьми дошкольного возраста по сохранению и укреплению психологического здоровья;
- разработать и апробировать технологию работы с родителями (законными представителями) обучающихся по сохранению и укреплению психологического здоровья и оптимизации детско-родительских отношений;
- подобрать наиболее эффективные методы работы с педагогическим коллективом по сохранению психологического здоровья;
- оценить при помощи аналитических срезов эффективность выбранных мной методов и технологий работы.

5. Теоретическая база, опора на современные педагогические теории, заимствование новаторских систем и их элементов.

Термин «психологическое здоровье» введен в научный лексикон И. В. Дубровиной. Этот термин подчеркивает неразделимость телесного и психического в человеке. В настоящее время методологическими основами системы поддержки психологического здоровья детей дошкольного возраста являются:

- личностно ориентированный (личностно центрированный) подход (К. Роджерс, И. С. Якиманская, Н. Ю. Синягина), определяющий важность потребностей, целей и ценностей развития личности ребенка, максимальный учет индивидуальных, субъектных и личностных особенностей детей;
- концепция психического и психологического здоровья детей (И. В. Дубровина), рассматривающая проблемы развития личности в условиях конкретного образовательного пространства, которые влияют на состояние ее

психологического здоровья и отдающая приоритет психопрофилактике возникновения проблем, в том числе через мониторинг и коррекцию параметров образовательного пространства;

- проектный подход в организации психолого-медико-социального сопровождения (Е. В. Бурмистрова, М. Р. Битянова, А. И. Красило), направляющий на создание (проектирование) в образовательной среде условий для объединения всех субъектов образовательного процесса в проблемной ситуации;

- концепция психологически безопасной образовательной среды (И. А. Баева), рассматривающая образовательный процесс как одно из условий повышения качества образования, как состояние защищённости обучающихся от угроз его достоинству, душевному благополучию, позитивному мировосприятию, положительному самоотношению.

6. Новизна, творческие находки автора.

Новизна данного опыта заключается в создания специальных условий для самоактуализации детей, реализующихся через систему работы по оптимизации взаимоотношений в детской группе, эмоционального состояния детей, формированию у них позитивной «Я-концепции». Данная система включает в себя игро-, арт-, сказкотерапию, создание «ситуаций успеха» в различных видах деятельности (преимущественно игровой) и др.

Все это способствует гуманизации воспитательно-образовательного процесса и укреплению психологического здоровья детей.

7. Технология опыта

Технологии работы с обучающимися

Основными педагогическими формами и методами укрепления и сохранения психологического здоровья детей дошкольного возраста являются:

- проведение специально разработанных психологических занятий с детьми: «Наши эмоции», «Давай дружить», «Какой Я», «Я и моя семья», «Мир отношений» и др.;
- упражнения: «Добрый друг», «Что хорошо, а что плохо», «Настроение в кармашке», «Клубочек» и др.;
- психологические игры: «Рассерженные шарики», «Злюка успокоилась», «Разорванная бумага» и др.;
- этюды: «Лисичка подслушивает», «Ласка», «Покажи свое настроение» и др.;
- решение проблемно-практических ситуаций: «Добрые пожелания»,

«Добрый взгляд», «Не поделили игрушку»;

- элементы арттерапии: «Нарисуй настроение», «Наша группа», «Моя семья»;
- сказкотерапия: «Моя семья», «Разноцветная звезда» и др. ;
- игры-драматизации: «Паучок и волшебный цветок», «Елочка», «В гости к нам пришел зайчонок»;
- подвижные игры: «Змейка», «Замок», «Шустрый мышонок» и др.;
- чтение и анализ сказок: «Сказка о ежике с которым никто не хотел дружить», «Сказка о вороненке», «Сказка про смелого Гномика» и др.;
- беседы: «Наше психологическое здоровье», «Наши друзья эмоции» и др.

В своей практической работе мной были выделены следующие направления работы по психологическому сопровождению дошкольников:

1. Обогащение эмоциональной сферы ребенка положительными эмоциями.
2. Развитие дружеских взаимоотношений через игру, общение детей в повседневной жизни.
3. Коррекция эмоциональных трудностей детей (тревожность, страхи, агрессивность, низкая самооценка).
4. Обучение детей способам выражения эмоций, выразительным движениям.

Технологии работы с родителями

В нашем детском саду созданы все условия для организации единого пространства развития и воспитания ребенка. Совместная работа специалистов ДОО (учитель-логопед, педагог-психолог, инструктор по физической культуре, медицинская сестра) по реализации образовательной программы обеспечивает психолого-педагогическое сопровождение семьи на всех этапах дошкольного возраста, что делает родителей действительно равноответственными участниками образовательного процесса.

В своей работе я использовала наиболее активные формы и методы работы с родителями:

- общие и групповые родительские собрания: «Сохраним психическое здоровье наших детей», «Как не навредить нашим детям….» и др.;
- консультации: «Как сохранить и укрепить психологическое здоровье детей», «Как контролировать свои эмоции, «Наше настроение и как оно влияет на наших детей» и др. ;
- занятия с участием родителей: «Дружить – не тужить», «Тепло семьи», «Я и мой ребенок»;
- выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями: «Нарисуй свое настроение», «Мир эмоций» и др.;
- беседы с детьми и родителями: «Какой я родитель?», «Что меня тревожит» и др.

- семинар-практикум «Психологические особенности взаимодействия с детьми дошкольного возраста»;
- проведение детско-родительских групп и др.

Работа в детско-родительской группе - мощное средство психологического воздействия на участников, систему их взаимоотношений. В содержание работы были включены следующие методы, эффективные как для взрослого, так и ребёнка:

- метод игровой терапии;
- метод продуктивной деятельности;
- музыкотерапия;
- домашние задания и др.

Каждое занятие строилось на основе принципов позитивного воспитания детей дошкольного возраста, а также включало в себя проработку родителями проблемных вопросов и ситуаций, с помощью методов позитивного воспитания, позволяющих сохранять психологическое здоровье обучающихся.

Одной из наиболее эффективных форм работы с родителями стало проведение акции «Цветик-семицветик». В рамках акции родители учились эмоционально чувствовать своего ребенка, выражать свои собственные эмоции, формировали и развивали коммуникативные навыки и совместно с детьми участвовали в творческих проектах. Данная форма работы также подтвердила свою эффективность в практической деятельности.

Технологии работы с педагогическим коллективом

Работа с педагогами по технологии здоровьесбережения направлена на обеспечение условий, необходимых для создания в ДОО социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста. Организация работы включает в себя два направления:

1. Повышение психологической культуры педагогов:

- формирование умений педагогического общения с детьми в разных образовательных ситуациях;
- повышение диагностической культуры педагогов;
- обогащение представлений о возрастных особенностях детей дошкольного возраста.

2. Создание условий для сохранения и укрепления психического здоровья педагогов.

В работе с педагогами так же использовались активные методы работы:

– беседы: «Психологическое здоровье обучающихся и способы его сохранения и укрепления», «Психоэмоциональное здоровье дошкольников» и др.;

– семинары-практикумы «Как найти индивидуальный подход к

ребенку», «Психологические игры и сказки»;

– тренинги: «Психологическое здоровье дошкольников», «Психологическое здоровье педагогов»;

– консультации: «Что такое психическое здоровье дошкольников», «Психологические игры-помощники в укреплении психического здоровья дошкольников», «Показатели психологического комфорта детей» и др.;

– круглые столы: «Роль ДОО в сохранении психологического здоровья детей», «Здоровьесберегающие технологии по сохранению и укреплению психического здоровья детей дошкольного возраста» и другие.

8. Результативность опыта

В ходе итоговой диагностики у детей уровень негативных эмоциональных состояний значительно снизился. К тому же дети коррекционной группы показали изменения в поведении дома и в детском саду, а также и в межличностных отношениях со сверстниками и со взрослыми. Они стали более самостоятельными, активными, решительными, уверенными, менее боязливыми. Хотя у них пока отсутствует внутренний источник оценки и они все еще ориентированы на реакцию окружающих, но теперь у этих детей нет постоянного ожидания негативной оценки их поведения и результатов деятельности.

По словам родителей (законных представителей), у них повысилась самооценка, появилось чувство, «что нет неразрешимых ситуаций», отмечается появившееся уважение к чувствам ребенка, принятие его личного пространства.

Опрос педагогов ДОО показал, что у родителей, обучающихся коррекционной группы, повысилась активность: вовлеченность в детские праздники, участие в семейных клубах, родительских комитетах, организации выставок, участие в различных творческих конкурсах и мероприятиях совместно с детьми.

К несомненным достижениям следует отнести, что все приобретенные родителями, педагогами и детьми навыки, умения и способы взаимодействия естественным образом переносятся в реальную жизнь.

И так, подводя итоги проделанной работы, можно с уверенностью говорить о том, что взрослые способны самостоятельно создать приемлемые условия для полноценного развития личности ребенка. Основа такого развития - психологическое здоровье, от которого во многом зависит здоровье человека в целом.

Позитивные изменения – это результат совместной деятельности всего педагогического коллектива, эффективного управления, полученный во взаимодействии с родителями обучающихся и другими социальными партнерами. Я считаю, что забота о психологическом здоровье ребенка, а значит,

забота о психологическом здоровье родителей и педагогов – не просто новомодная 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.

9. Список литературы

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: методические материалы в помощь психологам и педагогам./ М.:ТЦ Сфера, 2011г.
2. Бехтерев В.М. Личность и условия ее развития и здоровья. Избранные труды по психологии личности. Т. 2. Объективное изучение личности /Под ред. Г.С. Никифорова, Л.А. Коростылевой. СПб., 2009.
3. Детская практическая психология/ под ред. Т.Д. Марциновской/ / М: Гардарика, 2013г.
4. Дубровина, И.В. Психическое здоровье детей и подростков. / И.В. Дубровина. – М.: Академия, 2013. - 256 с. 3.
5. Михайлина, М.Ю. Психическое здоровье как основа модернизации системы образования / М. Ю. Михайлина. / Ежегодник РПО. Материалы III Всероссийского съезда психологов 25-28 июня 2003 года. - СПб., 2003, 79 с. 2.
6. Пахальян, В.Э. Психопрофилактика и безопасность психологического здоровья детей. / В.Э. Пахальян // Прикладная психология. - 2012. - №5 – 6. – С. 23 – 294.
7. Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаева, И.М. Первушина. - М.: Генезис, 2014. -175 с.
8. Урунтаева Г.А. «Практикум по детской психологии», Москва. «Просвещение». «Владос», 2015г.