**Консультация для педагогов**

**«Психологическая безопасность в детском саду»**

Проблема безопасности детей в современном обществе стоит крайне остро в связи с ростом количества чрезвычайных ситуаций с участием детей, проявлениями актов насилия над несовершеннолетними, незащищенностью ребенка в ситуациях отсутствия контроля со стороны родителей.

В дошкольном учреждении обеспечение безопасности ребенка, в том числе [психологической безопасности](https://www.maam.ru/obrazovanie/psihologiya-doshkolnikov), а так же охрана и поддержание физического и психического здоровья всех участников образовательного процесса должно быть приоритетным направлением деятельности.

* Что же такое психологическая безопасность? Как понимаете Вы, уважаемые коллеги?

Понятие «психологическая безопасность» чаще всего раскрывается через использование понятий «здоровье» и «угроза».

**Психологическая безопасность** образовательной среды, по определению Ирины Александровны Баевой (советский педагог, ученый психолог), – это состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия, удовлетворяющее потребности в доверительном общении и характеризующееся позитивным отношением к ней участников образовательного процесса.

В свою же очередь психологическая безопасность образовательного процесса — это состояние защищенности дошкольника от угроз его достоинству, душевному благополучию, позитивному мировосприятию и самоотношению.

При этом психологическая безопасность трактуется как такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка и адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы его психическому здоровью.

Психологическое здоровье проявляется в разные периоды детства различным образом, но всегда – в позитивных психологических характеристиках и качествах. У дошкольника оно обнаруживается в развитой активности и любознательности, открытости взрослым, доверчивости и подражательности наряду со стремлением к самостоятельности и игровым отношением к миру. Исходя из этого, современный детский сад должен стать не только местом, где детей воспитывают и дают ему определенные знания, но и пространством их полноценного роста, питательной средой становления успешных, счастливых и здоровых людей. Это возможно только в атмосфере благоприятного социально-психологического климата и душевного комфорта в образовательном учреждении, поддерживающего и даже инициирующего процессы развития личности и ее психологических потенциалов. А для этого, образовательное учреждение должно быть территорией безусловной психологической безопасности.

Участники образовательной среды учреждения и сама среда могут подвергаться как внутренним, так и внешним угрозам.

*К внешним источникам угроз психологической безопасности ребенка следует отнести:*

* Манипулирование детьми, это проявляется в том, что взрослые стремятся все сделать за ребенка, тем самым лишая его самостоятельности и инициативы, как в деятельности, так и в принятии решений.
* Индивидуально-личностные особенности персонала, участвующего в образовательном процессе и ежедневно вступающего во взаимодействие с детьми.
* Межличностные отношения детей в группе. Бывает так, что детское сообщество отвергает кого-то из сверстников, а воспитатели долгое время этого не замечают или не находят достаточно эффективных средств для устранения такого явления. В результате у отвергаемых детей появляется чувство дезориентации в микросоциуме, каковым является для ребенка дошкольное учреждение. Кроме того, в детском коллективе уже в раннем возрасте могут проявляться грубость и жестокость, на которую также нет должной реакции педагогов.
* Враждебность окружающей ребенка среды, ограничен доступ к игрушкам, не продумано цветовое и световое оформление пространства; отсутствуют необходимые условия для реализации естественной потребности в движении; действуют необоснованные запреты, вызванные псевдозаботой о безопасности ребенка.
* Несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений и, в первую очередь, отсутствие режима проветривания.
* Интеллектуально-физические и психо-эмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей, однообразие будней.
* Нерациональность и скудость питания, его однообразие и плохая организация.
* Неправильная организация общения. Преобладание авторитарного стиля, отсутствие заинтересованности ребенком со стороны взрослых.
* Недооценка значения закаливания, сокращение длительности пребывания ребенка на свежем воздухе.
* Отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.
* Неблагоприятные погодные условия.
* Невнимание к ребенку со стороны родителей, асоциальная семейная микросреда и т. д.

К основным внутренним угрозам на личностном уровне можно отнести внутренний дисбаланс и психологическое напряжение личности, нарушение и нестабильность ее психического здоровья и развития.

*Внутренними источниками угроз психологической безопасности ребенка могут быть:*

* Сформировавшиеся в результате неправильного воспитания в семье привычки негативного поведения. В результате малыш сознательно отвергается детьми и подсознательно взрослыми.
* Осознание ребенком на фоне других детей своей не успешности. Это способствует формированию комплекса неполноценности и зарождению такого, например, отрицательного чувства, как зависть.
* Отсутствие автономности. Прямая зависимость во всем от взрослого, рождающая чувство беспомощности, когда приходится действовать самостоятельно.
* Индивидуально-личностные особенности ребенка, например сформировавшиеся (не без помощи взрослых) боязливость или привычка постоянно быть в центре внимания.
* Патология физического развития, например нарушение зрения, слуха и т. п.

Общими же источниками угроз психологической безопасности ребенка является информация, которая неадекватно отражает окружающий его мир, т. е. вводит его в заблуждение, в мир иллюзий.

Проще говоря, когда взрослые обманывают ребенка. И это может привести к психологическому срыву. Например: *убеждают, что мама скоро придет, и малыш находится в состоянии напряженного ожидания. А мама приходит к 19. 00 вечера. Это не допустимо. Нормально если в адаптационный период педагоги честно объясняют ребёнку, что мама обязательно приедет, уже идёт, надо немножечко потерпеть, бежит-бежит и это работает. А родители оставляют детей вначале на час. Постепенно прибавляя время пока ребёнок не привыкнет.*

Обеспечение целостного развития личности ребенка предполагает решение основной задачи дошкольного учреждения – *охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья воспитанников.* Деятельность дошкольного учреждения по решению этой задачи возможна через обеспечение психологической безопасности личности ребенка.

Для этого выделяют следующие задачи:

Обучение дошкольников безопасному стилю жизни *(умение предвидеть опасное событие, по возможности избежать его, при необходимости действовать)*.

Упражнение в умении управлять собой в трудных, устрашающих ситуациях, используя положительную сторону страха (*мобилизует физические силы, ускоряет работу ума, концентрирует внимание*) во благо себе.

Для решения данных задач можно проигрывать с детьми следующие ситуации: «Заблудился в лесу», «Остался дома один», «Потерялся», «На улице подошел незнакомец» и т. п. Ситуация предлагается детям как идея, а саму историю дети сочиняют сами.

Психоэмоциональное состояние детей во многом зависит и от ритма жизни, который в дошкольном учреждении задается режимом дня, жизнь в заданном ритме должна оказывать положительное воздействие на состояние ребенка.

В дошкольном учреждении должна быть разработана система общей и индивидуальной психологической защиты детей.

Надежным показателем верно выбранных средств психологической безопасности служит хорошее, бодрое настроение детей, проявляемые ими чувства радости, уверенности.

**Для обеспечения психологической безопасности личности ребенка в детском саду существует много техник, приемов, психокоррекционных методов.**

Прежде всего это обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня: использование в практике детского сада таких режимных ритуалов как «Утреннее приветствие», «Минутки вхождения в день», «Утренний круг», которые объединяют детей, настраивают на доброжелательные взаимоотношения со взрослыми и детьми; игровое общение (подвижные игры немецкого психолога К.Фопеля); минутки задушевного общения, когда воспитатель, расположившись на ковре вместе с детьми, хвалит детей, обсуждает их достижения, читает, играет с ними.

А так же применение психолого-педагогических приемов, направленных на блокирование и предупреждение нежелательных аффективных вспышек: релаксационные паузы; психологические настройки для привлечение внимания детей, выравнивания психологического климата в группе, выработки дисциплины; снятие напряженности в организации режимных процессов (профилактика переутомления); использование специальных игр для профилактики конфликтов, которые развивают у детей коммуникативность, навыки сотрудничества, эмоциональность, умение рефлексировать, повышают самооценку.

Система профилактики психоэмоционального состояния детей средствами физического воспитания: водные процедуры, массаж, специальные оздоровительные игры, вызывающие положительные эмоции.

Арома и фитотерапия – путем подбора специальных растений и цветового решения интерьера, способствующих снятию напряжения.

Работа с природным материалом: глиной, песком, водой. Обычно это отвлекает детей от неприятных эмоций. Просто мытье рук теплой водой.

Музыкальная терапия – регулярно проводимые музыкальные паузы, игра на музыкальных инструментах.

Контроль и регулирование психоэмоциональных и физических нагрузок.

Предоставление ребенку максимально возможной в этом возрасте самостоятельности и свободы.

Контроль самочувствия и настроения ребенка, своевременная их коррекция.

Создание предметно-развивающей среды всего учреждения, расширение возможности контактов ребенка с другими детьми и взрослыми

**Для обеспечения психологической безопасности ребенка в группе предлагаю использовать следующие техники:**

*Старайтесь чаще называть ребенка по имени.* Таким образом, вы располагаете его себе. Когда ребенок слышит свое имя – это убеждает его во внимании и собственной значимости.

Общаясь ли просто играя с ребенком, *используйте элементы телесной терапии* (обнимите, погладьте).

*Помогите ребенку выбрать свою зону «спокойствия», «безопасности».* Им может быть уголок книги, зона спокойных дидактических игр и, наконец, лавочка в приемной. Данная зона в группе реализует принцип дистанции при взаимодействии участников образовательного процесса. Каждый ребенок в группе может найти место, удобное для занятий и комфортное с точки зрения его эмоционального состояния.

*Зона уединения* должна быть оформлена так, чтобы не контрастировать с интерьером группы. Она может быть огорожена ширмой или шатром. В шатре (за ширмой) должны располагаться игрушки, способствующие снятию напряжения и саморегуляции, а также мягкие подушки, коврик, книги, альбомы, мягкие детские кресла, пуфы. Помогут достичь снятию напряжения и расслаблению аудиозаписи со спокойной музыкой.

Разновидностью зоны уединения может быть *большой шатер из светлой полупрозрачной ткани.* Шатер символизирует «волшебную страну». Здесь можно рассказать «секретик», придумать сказку, стать волшебником. Чтобы было удобно и комфортно, ребята могут располагаться на полу на мягких подушках. Здесь происходит коррекционная работа с детьми по снижению тревожности, формированию положительной самооценки.

Попробуйте применить *метод «хохочущих фотографий»*. Эффективным будет размещение фотографий всех детей. В результате в сознании детей помимо индивидуального образа «Вот я какой!» формируется дополнительный коллективный «Вот мы какие!».

Используйте в своей работе *игры для создания эмоционально благополучной обстановки в группе*, на привлечение внимания к сверстникам, для группового сплочения.

С целью совершенствования эмоциональной сферы также можно *использовать разнообразные виды кукол*: перчаточные, пальчиковые и маски с разными эмоциональными выражениями.

В каждой группе применяйте *уголок настроения:* в младшей и средней группах – через цветовое решение (веселый, грустный); старшая – подготовительная группы – через схематическое решение (веселый, грустный, спокойный).

И еще один наиболее доступный ребенку и интересный для него способ переработки и выражения впечатлений, знаний и эмоций – это игра. *Театрализованные игры* - это неисчерпаемый источник развития чувств, переживаний и эмоциональных открытий ребёнка. В театрализованной игре дети знакомятся с чувствами, настроениями героев, осваивают способы их внешнего выражения, осознают причины того или иного настроя. Коллективная театрализованная деятельность направлена на целостное воздействие на личность ребёнка, его раскрепощение, самостоятельное творчество, развитие ведущих психических процессов; она способствует самопознанию и самовыражению личности; создаёт условия для социализации, усиливая адаптационные способности, корректирует коммуникативные качества, помогает осознанию чувства удовлетворения, радости, успешности.

Признаки стрессового состояния ребенка при нарушении его психологической безопасности могут проявляться: в трудностях засыпания и беспокойном сне; в беспричинной обидчивости, плаксивости или, наоборот, повышенной агрессивности; в беспокойстве и непоседливости; в отсутствии уверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жмется к ним; в проявлении упрямства; в подергивании плеч, качании головой, дрожании рук и др.

Все вышеперечисленные признаки могут говорить нам, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения, только в том случае, если они не наблюдались ранее.

Очень важно осознать, что стиль отношения взрослых к ребенку влияет не только на детское поведение, но и на психическое здоровье детей; так неуверенность ребенка в положительном отношении к себе взрослого или, наоборот, уверенность в негативной оценке его как личности провоцирует подавленную агрессивность.

И, напоследок, давайте сделаем выводы:

Авторитарное воспитание травмирует ребёнка, делая его злым и закомплексованным, а не добрым, смелым и отзывчивым;

Ребёнок подражает взрослым, а не то, чему они учат его. Какое обращение с ребёнком показывают старшие, этому обращению обучается и дошкольник;

Применение насилия, с целью остановить детские капризы, разрушительно. Ребёнок не управляет возникновением эмоций, но с помощью взрослых может научиться подавлять их. Подавление эмоций приводит к заболеваниям, которые лечить придётся родителям;

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