# Создание эмоциональной среды для ребенка в ДОУ

Ценность эмоциональной составляющей как базисной составляющей человеческой жизни не вызывает сомнений. Эмоции(от латинского emovere – потрясаю, волную) – это часть психической жизни личности, определяющая отношение человека к окружающей действительности  и самому себе.

Эмоции сопровождают все происходящие в жизни события, направляют активность всех психических процессов: мышления, памяти, внимания, речи… Именно потому многие психологи (Л.И. Божович, В.К. Вилюнас, А.В. Запорожец, В.П. Зинченко, К.Э. Изард,  А.Н. Леонтьев, Б.Г. Мещеряков, Н.Я. Семаго и др.) утверждают, что формирование эмоций человека являются важнейшим условием развития его как личности**.**

С.Л. Рубинштейн отмечал, что один и тот же процесс может быть (и обыкновенно бывает) и интеллектуальным, и эмоциональным, и волевым. Однако в зависимости от содержания процесса, возрастных или индивидуальных особенностей ведущей может стать или интеллектуальная составляющая, или эмоциональная, или волевая.

Очевидно, что в отношении к дошкольному периоду в целом, и к раннему дошкольному детству в особенности, именно эмоциональная составляющая является доминантной и определяющей.

Ограничение сенсорной чувствительности ребенка в раннем возрасте, или сенсорная депривация приводит к отставанию в познании и отсутствию интереса к окружающему, снижению активности, вялости, апатичности, в том числе и в общении. Ощущения сенсорной депривации на ранних этапах развития позже приводят к алекситимии — неспособности выразить словами и описать собственные эмоциональные переживания, неумению распознавать и учитывать чувства других людей («эмоциональная невосприимчивость»).

Для ребенка-дошкольника наиболее характерны эмоциональная неустойчивость, яркость, импульсивность проявления эмоций, что постепенно сменяется большей адаптивностью. Все это определяет основную направленность педагогической работы с дошкольником – эмоциональное наполнение жизни ребенка и оказание помощи в осознании эмоций и их регуляции**.**«Что касается воспитания эмоций в собственном смысле этого слова, – считал Л.С. Выготский, – насущной педагогической задачей здесь является овладение эмоциями…».

Очевидно, что важнейшим для ребенка фактором, влияющим на его эмоциональное состояние, является окружающая среда. Как правило, под **средой развития в ДОУ** понимается организация пространства и использование оборудования и другого оснащения в целях безопасности, психологического благополучия ребенка, его развития.

Организуя среду ДОУ, необходимо, чтобы уже на уровне установки воспитатели и методисты ДОУ были сориентированы на создание не столько предметно-развивающей (т.е., исходя из смысла, – развивающей предметы), сколько **эмоционально-развивающей среды,** т.е. такой, которая способствует разностороннему и полноценному развитию эмоционально-чувственной сферы ребенка раннего возраста как условия его дальнейшего успешного и гармоничного развития. Для выполнения такой задачи необходимо определить **условия (или компоненты среды),** влияющие на эмоциональную атмосферу ДОУ. К ним, по нашему мнению, относятся:

* профессиональная установка педагога на организацию эмоционально-развивающей среды в группе ДОУ – *эмоционально-поддерживающий компонент* среды;
* внешняя обстановка (цветовое решение, удобство мебели и пр.) – *эмоционально-настраивающий компонент* среды;
* режимные моменты, определяющие процесс пребывания ребенка в группе детского сада – *эмоционально-стабилизирующий компонент* среды;
* разнообразие занятости детей – игры, занятия, сюрпризные моменты –  *эмоционально-активизирующий компонент* среды ДОУ;
* и наконец, условие, которое не предусмотрено нормами организации жизнедеятельности ДОУ, однако рекомендовано психологами и медиками – проведение психогимнастических упражнений с детьми, или *эмоционально-тренирующий компонент* среды.

Охарактеризуем более подробно каждое из названных условий.

Эмоционально-поддерживающий компонент среды

Для создания оптимальной эмоциональной атмосферы в группе детей раннего возраста, методисту, воспитателю необходимо научиться  соотносить цель и задачи своих педагогических действий с установкой на эмоциональное развитие: возбуждение, расслабление, переживание, организация эмоционально насыщенного общения ребенка со взрослым и окружающими и т.д.

Каковы же общие **педагогические цели** должны предусматриваться воспитателем, музыкальным работником, методистом?

На первом этапе – адаптации ребенка к ДОУ:

* установление эмоционального контакта с ребенком;
* вовлечение его в происходящие вокруг события: «(Имя), посмотри на меня», «Подойди ко мне на минутку», «Покажи игрушку, что она делает» и т.д.;
* создание положительного эмоционального настроя в группе детей по отношению к поступившему ребенку;
* обеспечение эмоционально теплой атмосферы в группе;
* формирование у детей положительного отношения, принятия ситуации пребывания в группе ДОУ и т.д.

В процессе организации жизнедеятельности детей в течение последующего времени:

* создание атмосферы эмоциональной безопасности в группе ДОУ;
* формирование у ребенка позитивного образа своего «я»;
* побуждение у детей совместных эмоциональных переживаний (радости, удивления и т.д.) в подвижных играх, забавах;
* развитие умения обращать внимание и реагировать на мимику и жесты взрослого, его интонации;
* закрепление желания и готовности к совместной со взрослым деятельности;
* приучение детей к тому, чтобы обращаться друг к другу по имени, здороваться, прощаться, проявлять симпатию, сочувствие;
* развитие у детей умений и навыков выразительно в действиях отражать свое эмоциональное состояние;
* содействие оптимизации детско-родительских отношений, поддерживать доброе отношение к маме, папе, близким людям и т.д.

Эмоционально-настраивающий компонент среды

При обустройстве эмоционально-настраивающего компонента окружающей среды учитываются следующие обстоятельства.

**Цветовое решение** в группе должно быть спокойным для восприятия, но не однообразным. Обязательно нужно заботиться об эстетике окружающей обстановки – в спальнях, в раздевалке, при принятии пищи и т.д.

**Музыкальный фон** в группе создает и соответствующая музыка – не только привычные детские песенки, но и классические произведения, народная музыка.

Заботясь о том, чтобы каждый ребенок чувствовал себя комфортно в атмосфере детского сада, воспитатель продумывает организацию жизни ребенка: удобно ли пользоваться шкафчиком для раздевания, не слишком ли тугой кран в умывальной, разнообразны ли игрушки и т.д.

При этом стоит иметь в виду два обстоятельства. Первое – приобретение в группу оборудования, которое способствует оптимизации эмоционально-чувственного развития ребенка. А второе – пересмотреть имеющиеся уже интерьер и оборудование с тем, чтобы усилить их эмоционально-развивающую направленность.

Так, педагогическая задача обеспечения эмоциональной релаксации, снятия эмоционального напряжения решается в зоне двигательной активности детей, центре «Песок-вода», уголке ИЗО-деятельности.

Осуществляя задачу побуждения у ребенка эмоционального отклика на игровое занятие и желания участвовать в совместной игре, воспитатель использует игровые двигательные модули, игровую «жилую комнату», центр развивающих игр и т.д.

Таким образом, эмоционально-настраивающая среда побуждает у ребенка разнообразные эмоции, способствует снятию эмоциональных напряжений, поскольку сам ребенок практически не контролирует свое состояние. Но не менее важно, чтобы среда давала ребенку ощущение стабильности, безопасности.

Эмоционально-стабилизирующий компонент среды

Не случайно в широко известной пирамиде А. Маслоу вторым уровнем удовлетворения базовых потребностей человека названы потребности в безопасности и защите, понимаемые как организацию стабильности, предсказуемости событий, свободу от таких угроз, как болезнь, страх и хаос.

Маслоу полагал, что потребность в безопасности и защите проще всего наблюдать именно у маленьких детей. Дошкольники испытывают тревогу, переходящую в аффекты, если меняется обстановка вокруг. Не случайно, всем известны трудности адаптационных периодов у детей при переходе сначала в ДОУ, затем в школу. Определенным гарантом удовлетворения потребности в безопасности является для ребенка-дошкольника наличие определенных режимных моментов.

**Режим дня** – это определенная продолжительность и чередование различных занятий, сна, отдыха, регулярное и калорийное питание, выполнение правил личной гигиены. Систематическое выполнение необходимых условий для правильной организации режима дня способствует хорошему самочувствию детей, поддержанию на высоком уровне функционального состояния нервной системы, положительно влияет на процессы роста и развития организма.

При этом повторяемость должна соблюдаться по форме: наличие режимных моментов – питание, сон, прогулки, занятия, – но по содержанию они должны отличаться друга от друга. Степень этих отличий зависит от интенсивности происходящих событий и от состояния детей: если последние возбуждены, стоит провести пусть менее впечатляющие занятия, которые помогут снизить растущий эмоциональный накал.

Однако наличие режима может сделать пребывание ребенка в ДОУ более чем традиционным, рутинным, тогда нарушается одна из важнейших характеристик эмоционально-развивающей среды – разнообразие переживаемых эмоций.

Эмоционально-активизирующий компонент среды

Активизация эмоциональных состояний происходит, когда случается «радость узнавания», или при встрече с чем-то новым, необычным (но не пугающим для ребенка). Чаще всего эмоциональная активизация переживаний ребенка происходит в игровой деятельности. Игра является ведущим видом деятельности для дошкольника. Именно в этой деятельности активно формируются или перестраиваются психические процессы, начиная от простых и заканчивая самыми сложными; здесь же развивается воображение как психологическая основа творчества, делающая субъекта способным к созданию нового; в игре закладывается база для других видов деятельности.

Поэтому воспитателю необходимо целенаправленно включать **игры и игровые занятия,** ориентированные на активизацию и оптимизацию эмоционально-чувственной сферы ребенка. К таковым относятся:

* игры с детьми на накопление эмоций;
* игры на эмоциональное общение ребенка со сверстниками и взрослыми;
* игры на преодоление негативных эмоций;
* игры на снятие эмоционального напряжения, релаксацию;
* игры на развитие эмпатии у детей и другие.

Итак, очевидно, что переоценить значение игры в развитии эмоциональности дошкольника практически невозможно. Однако, как уже упоминалось выше, необходимо научить ребенка не только переживать, но и осознавать модальность, интенсивность этих переживаний, что подводит нас к следующему условию эмоционально-развивающей среды.

Эмоционально-тренирующий компонент среды

Психогимнастика представляет собой специальные занятия, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (его познавательной и эмоционально-личностной сферы). Особенно эти занятия нужны детям с чрезмерной утомляемостью, истощаемостью, непоседливостью, обладающим вспыльчивым или замкнутым характером и т.д.

Но не менее важно проигрывать эти комплексы упражнений и со здоровыми детьми в качестве психофизической разрядки и профилактики. Также нужно включать психогимнастический комплекс в дни, когда запланированы занятия с высокими интеллектуальными или  психоэмоциональными нагрузками.

**Основная цель занятий по психогимнастике –** овладение навыками управления своей эмоциональной сферой: развития у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать и  полноценно переживать. Для этого необходимо каждому педагогу решать следующие методические задачи**:**

* фиксировать внимание ребенка на чужих проявлениях эмоций;
* подражательно воспроизводить чужие эмоции;
* фиксировать внимание на своих мышечных ощущениях как проявлений этих эмоций;
* анализировать и словесно описывать мышечные проявления эмоций;
* повторное воспроизведение эмоций в заданных упражнениях;
* контроль ощущений.

Подводя итоги, отметим следующее. Прежде всего, с учетом времени, проводимого ребенком в детском дошкольном учреждении, становится очевидным тот факт, что переживания радости, побуждение позитивных эмоций для раннего детства должно стать одним из доминантных направлений в организации жизнедеятельности ДОУ.

Кроме того, создавая эмоционально-развивающую среду в группе, педагог должен осознавать разносторонность этой работы и в качестве определяющих условий своей деятельности в этом направлении ориентировать на организацию в пространстве ДОУ *эмоционально-настраивающего, эмоционально-стабилизирующего, эмоционально-активизирующего и, наконец, эмоционально-тренирующего  компонент*ов среды.

Итак, каждая ступень развития ребенка как индивида и личности должна быть прожита полноценно, без неоправданных ускорений, так закладывается основательный базис для следующей ступени развития. В дошкольном периоде в целом, и в раннем дошкольном детству в особенности, именно эмоциональная составляющая является доминантной и определяющей. Принятие этого факта помогает более оптимально и целенаправленно конструировать среду детского дошкольного учреждения.