

Заклад дошкільної освіти №23 «Лелека»

Консультація для вихователів

«Позитивні емоції — запорука успішної адаптації дітей»

**практичний психолог
Риба Оксана Федорівна**

2020 р

Позитивні емоції — запорука успішної адаптації дітей

Дошкільне дитинство — головний та особливий період, наповнений радістю та іграми; це період, коли дитина відкриває для себе світ, коли відбуваються значні зміни в емоційній сфері дитини. Завдання дорослих полягає в тому, щоб цей процес був природним, без тиску і зайвого повчання. Кожна дитина — це особливий і неповторний світ, пізнати його може тільки мудра людина, яка любить дитину, розуміє її, ураховує унікальність та індивідуальність кожної дитини, може створити умови для розвитку особистості через задоволення базових потреб відповідно до соціокультурних норм. Очікування суспільства пов'язані сьогодні насамперед з формуванням життєздатної, гнучкої, свідомої, творчої дитини. А чи подумали дорослі про здоров'я дитини, що безпосередньо залежить від позитивних емоцій? Емоційність є основною психофізіологічною особливістю дитячого віку. Її вікові зміни зумовлюють своєрідну поведінку дітей на різних етапах їхнього розвитку. Велике значення для нормального психічного розвитку й життєдіяльності має емоційне благополуччя, що залежить від багатьох зовнішніх і внутрішніх чинників. Розширення і поглиблення межових із педагогікою сфер (філософії, педагогіки, соціології) ставить перед педагогічною спільнотою дошкільної освіти завдання щодо впровадження в практику роботи підходів, спрямованих на розвиток та формування емоційного розвитку дитини. Коли йдеться про емоційне благополуччя дітей, то завжди необхідно звертати увагу на її постійне оновлення принципів, гуманізації мети і завдань дошкільної освіти, оптимізації життя сучасної дитини відповідно до її здібностей, нахилів і потреб.

Період від двох до шести років називають віком ефективності, що характеризують бурхливі, нестійкі емоції, швидкий перехід від одного емоційного стану до іншого. І саме в цей період дитина потрапляє у дошкільний навчальний заклад. Для неї ця подія є головною.

У дошкільному навчальному закладі діти переживають та отримують спектр емоцій. Емоції та переживання загострюються. Саме в цей період велике значення для нормального психічного розвитку і життєдіяльності має емоційне благополуччя, що залежить від багатьох зовнішніх та внутрішніх чинників. Саме педагоги та батьки повинні об'єднати зусилля, спрямувати їх на розвиток і виховання дітей, створити сприятливі та емоційно комфортні умови для життєдіяльності дітей, оточити дітей атмосферою взаємної підтримки і взаєморозуміння. Для дитини розуміння і передавання емоцій є дуже складним процесом. Стимулювати дітей до розуміння власних емоцій та вміння володіти ними необхідно починати з дошкільного дитинства. Розвиток емоційної сфери дитини справедливо належить до важливих показників психічного стану й благополуччя. Саме емоції, особливо позитивні, відіграють важливу роль у житті дитини.

Дорослі повинні працювати з дитиною щодо формування та розвитку емоційної лабільності, що виражається в легкості та швидкості переходу від одного емоційного стану до іншого та поступово трансформується в пластичність емоцій, яка характеризується гнучкістю зміни емоційних переживань, опосередкованої нейтральними формами емоційних станів. Ураховуючи це, під час адаптації дитини у дошкільному навчальному закладі педагоги проводять з дітьми спеціальні заняття, ігри, вправи та етюди. (Дод. 1).

Провідне місце у формуванні особистості дитини належить сім'ї. Саме там дитина набуває первинних навичок сприйняття дійсності, привчається усвідомлювати себе повноправним представником суспільства. Важливо донести до батьків, що за виховання дітей та їхній розвиток відповідають саме вони. Існують певні проблеми щодо якісного та гармонійного емоційного розвитку, емоційного супроводу дітей, зокрема:

- несприятливі соціально-побутові умови;
- низький рівень психологічної культури, інтелектуальної та педагогічної грамотності батьків;
- зниження виховного потенціалу сім'ї, розбіжність у соціальних статусах сім'ї;

- невміння батьків налагодити довірливі стосунки між собою та між собою і дітьми;
- емоційний клімат сімейного оточення;
- духовний вплив на дитину;
- невміння управляти емоціями дітей;
- недостатній рівень залучення батьків до спільної праці із закладами освіти.

Сім'я і дошкільний навчальний заклад — два важливі інститути соціалізації дитини. І хоча їхні виховні форми різняться, для всебічного розвитку дитини необхідна їхня взаємодія.

Якщо дошкільний навчальний заклад сприяє інтеграції дитини в соціумі, то сім'я повинна забезпечити індивідуалізацію розвитку дитини, але не всі батьки розуміють, як це слід робити. Зважаючи на наявні проблеми, необхідно узгодити позиції та визначити зміст співпраці з батьками:

- розкриття важливості ролі матері та батька (об'єднання їхніх зусиль) у вихованні дитини;
- ознайомлення батьків з ефективними методами та прийомами адаптації дітей засобами використання позитивних емоцій;
- формування в батьків віри в дитину;
- розвиток впевненості в собі, уміння враховувати свої здібності, довіряти власному життєвому досвіду, своїм життєвим враженням та відчуттям;
- створення в сім'ї та дошкільному навчальному закладі сприятливих умов для успішної адаптації дитини;
- надання батькам інформації щодо показників сформованості емоційного розвитку дитини;
- актуалізація важливості створення в сім'ї життєвого простору, сприятливого для формування та розвитку позитивних емоцій.

Пріоритетним у своїй роботі дошкільний навчальний заклад повинен визначити трансформацію традиційних та нетрадиційних форм роботи з батьками щодо формування позитивних емоцій під час адаптації дитини до дошкільного навчального закладу. Відповідальна й складна просвітницька робота дошкільного навчального закладу спрямована на ознайомлення, розширення та поглиблення уявлень членів родини про сучасні освітні завдання, роль вікових та індивідуальних особливостей дитини в період адаптації, сутність компетентності як інтегративної якості особистості. Застосування інтерактивних методів роботи

дає змогу значно посилити вплив педагога на батьків. Слід активно використовувати нетрадиційні форми роботи з батьками, засновані на співпраці та взаємодії. Використовуючи такі форми роботи, учасникам не нав'язують готову точку зору, їх змушують думати, шукати власний вихід із ситуації для досягнення результату. Однією з результативних форм такої роботи є сімейні клуби. Засідання клубу батьки відвідують добровільно, за власним бажанням, кількість членів сім'ї не обмежена. У сімейному клубі батьків об'єднує загальна проблема, що допомагають розв'язувати педагоги дошкільного закладу.

Роль позитивних емоцій у період адаптації дитини до дошкільного навчального закладу дуже велика! Дорослі не повинні забувати, що емоції дитини — це частина її життя. Емоції забарвлюють внутрішній світ дитини. Її позитивні емоції в період адаптації — це запорука спокою, радості, надії, задоволення і зрештою — психологічне здоров'я дитини. Таким чином, ключі до здоров'я знаходяться в руках батьків та педагогів. Саме від їхнього тандему залежить успішна адаптація дитини.

Додаток 1

Ігри для успішної адаптації дитини

Гра «Назвіть мене...»

Мета: учити позитивно сприймати вербальні способи спілкування; сприяти підвищенню емоційного тону.

Хід гри

Діти утворюють коло. Вихователь по черзі запитує, якими лагідними словами матуся ласкаво називає свою дитину. Дитина, яка відповідає, робить крок уперед та називає себе, потім діти разом з вихователем промовляють (ласунчик, янголятко, красуня, сонечко, пташенятко, квітонька, цукерка, рибка тощо).

Гра «Я хочу щоб мене називали...»

Мета: учити позитивно сприймати себе, отримувати позитивні емоції від лагідного слова; сприяти позбавленню нервового напруження; формувати позитивну життєву компетентність.

Хід гри

Діти утворюють коло. Вихователь називає лагідні слова, якими можна називати дитину (ясне сонечко, левенятко, любчик, кохана, золотце, солоденька, вкусняшка, їжачок, знайко, всезнайко, добряшко, серденько, манюня, чарівниця, мій красень, сонце моє, мій хороший, радість моя, гордість моя тощо). Діти, які хотіли б, щоб їх так називали, підводяться, посміхаються і кажуть: «Я — ясне сонечко», «Я — всезнайко» тощо.

Гра «Я най-най...»

Мета: учити використовувати лагідні слова, отримувати від почутих лагідних слів позитивні емоції; сприяти подоланню пасивності та замкненості; формувати позитивну життєву компетентність.

Хід гри

Діти утворюють коло. Вихователь перебуває у посередині кола та називає слова, якими можна охарактеризувати дитину (розумна, смілива, кмітлива, красива, слухняна, обережна, любляча, самостійна, охайна тощо) та запитує: «Хто розумний?». Діти, які вважають, що вони саме такі, роблять крок уперед та кажуть: «Я найрозумніший!», «Я найсміливіший!» тощо. Кожна дитина може зробити стільки кроків, скільки забажає. Наприкінці гри діти згуртовуються навколо вихователя.

Гра «Кошик бажань»

Мета: розвивати вміння визначати свої бажання, отримувати позитивні емоції від спільних ігрових дій з однолітками.

Хід гри

Діти утворюють коло. У кожної дитини є різнокольорові фішки. Вихователь називає бажання. Якщо бажання дітей збігається з бажаннями, що називає вихователь, вони кладуть фішки в кошик (наприклад: я хочу щоб було весело, я хочу гуляти, я хочу співати, я хочу в подарунок цуценя, я хочу

грати з іграшками, я хочу бути веселим, я хочу плавати в басейні, я хочу слухати цікаву казку, я хочу мати друзів, я хочу поливати квіти, я хочу солодку цукерку тощо). Якщо дитині бракує фішок, вихователь дає додаткові.

Гра «Сонячні промінчики»

Мета: сприяти позбавленню нервового напруження; розвивати тактильно-кінестичну чутливість; формувати навички позитивної комунікації.

Хід гри

Вихователь пропонує дітям уявити себе промінчиком сонця, обрати колір промінчиків, вибрати декілька промінчиків та викласти їх. Кольори промінчиків можуть бути різних відтінків. Коли викладено всі промінчики, вихователь хвалить дітей та каже: «Я так вас усіх люблю! Вас так багато! Ви як промінчики в сонечка — усі дружні, привітні!». Вихователь пропонує взятися за руки, утворивши одне коло, або декілька.

Гра «Я милуюся собою»

Мета: сприяти позбавленню емоційного напруження; розвивати почуття ідентифікації себе, позитивну самооцінку, упевненість, самоповагу; формувати позитивне ставлення до себе.

Хід гри

У кожної дитини є люстерко. Діти розглядають себе. Вихователь акцентує увагу на тому, що кожна дитина індивідуальна, красива, в кожній — чарівна посмішка. Діти схожі на своїх матусь та татусів. Він спонукає дітей після кожної фрази милуватися собою та посміхатися.

Гра «Гарно, затишно, спокійно»

Мета: викликати почуття психологічної безпеки завдяки індивідуальній та груповій регуляції голосом; сприяти позбавленню емоційного напруження; розвивати емоційне прийняття дитини іншими дітьми.

Хід гри

Діти сидять навколо колиски. Вихователь тихим та лагідним голосом співає колісанку. Вони тихо повторюють слова. Вихователь пропонує кожній

дитині підійти до колиски та промовити: «Слухай ніжну колисанку й спи солодко до ранку».

Гра «Вежа дружби»

Мета: учити впізнавати та знаходити на зображенні позитивні емоції; розвивати інтерес до змісту людських взаємин; формувати позитивну життєву компетентність.

Хід гри

На столах перед дітьми лежать картинки із зображенням різних емоцій. Діти обирають емоції, що можуть належати дитині, з якою можна дружити. Обравши картку із зображенням емоції, кожна з них прикріплює її на ігровому полі.

Гра «Хто може бути другом?»

Мета: розвивати здатність розрізняти прикметники, що характеризують людину; учити правильно розуміти людські стосунки; формувати цілеспрямованість, упевненість у собі.

Хід гри

Діти утворюють велике коло. Вихователь стоїть посередині нього, називає слова, якими можна охарактеризувати дитину (активний, цілеспрямований, безтурботний, гордий, гуманний, добрий, жадібний, жорстокий, кмітливий, заздрісний, замкнутий, злий, хитрий, лінивий, брехливий, цікавий, надійний, настирливий, наївний, неслухняний, відважний, відповідальний, чуйний, пасивний, позитивний, байдужий, розсудливий, скромний, сміливий, справедливий, талановитий, терплячий, тихий, розумний, впертий, чутливий, щедрий). Діти плескають у долоні, почувши ті слова, що характеризують дитину, з якою можна дружити.

Література

1. Гумовська Л. М. Розвиток соціально-емоційної сфери дошкільників.— Х. : Видавнича група «Основа», 2011.
2. Дудкевич Т. В. Дошкільна психологія : навчальний посібник.— К. : Центр учбової літератури, 2007.
3. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / упор. І. В. Молодушкіна.— Х. : Вид. група «Основа», 2010.
4. Індивідуальний підхід до дитини в ДНЗ / упор. Л. А. Шик.— Х. : Видавнича група «Основа», 2010.
5. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка.— К. : Видавництво «Академвидав», 2006. 6. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології та педагогіки.— К. : Видавництво «Академвидав», 2012.