Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников как фактор сохранения их здоровья.

Ребенок приходит в этот мир беспомощным и беззащитным. Его жизнь, здоровье, развитие целиком зависят от родителей. Под влиянием типа родительских отношений формируется личность ребенка. Тревожность как личная характеристика формируется в дошкольном возрасте. Число тревожных детей, к сожалению, увеличивается. Тревожные переживания, наряду с психологическими (беспокойство, нервозность, напряженность), ведут к физиологическим изменениям (активация вегетативной нервной системы) и поведенческим (боязнь неудачи, отсутствие поисковой активности). Когда тревожность остается незамеченной, ее уровень год от года и даже день ото дня будет возрастать, и если не будут устранены травмирующие факторы, данное болезненное состояние может перерасти в невроз.

Причиной появления повышенной тревожности у детей дошкольного возраста является нарушение отношения родителей к ребенку, а именно: использование ими неоптимальных приемов взаимодействия с ним; трансляция постоянного недовольства поступками и поведением ребенка; отсутствие у родителей когнитивно четкого образа того, каким должен быть ребенок, непредсказуемость поведения и суждений взрослых; склонность к доминированию в общении; гиперсоциальность родителей: стремление все делать правильно, соответствовать стандартам и нормам. Кроме того, характер взаимодействия воспитателя с детьми в группах детского учреждения может также спровоцировать появление у ребенка страхов, а затем и тревожности.

Целью деятельности педагогов Дома детского творчества г.Анива, работающих в рамках программы «Дошкольник», являлось создание условий для укрепления и развития психического и физического здоровья детей. Основные используемые средства - активизация сенсомоторного, физического развития дошкольников; соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм; пропаганда здорового образа жизни. А ресурсами стали материально-технические, информационные, специальные технологии, личный пример педагогов и родителей.

В работе важными стали несколько аспектов. *Валеологический* предполагал создание оптимальных условий среды внутри коллектива, организацию мероприятий, направленных на профилактику заболеваний и вредных привычек. *Педагогический* позволил осуществить подбор и изучение необходимой литературы, создать здоровьесберегающее пространство, повысить квалификацию педагогов через различные формы,произвести отбор специальных технологий и форм обучения, разработать и выполнить грантовую программу «Растем вместе», направленную на оздоровление детей. *Психологический* аспект был реализован через блоки: диагностический (групповая и индивидуальная диагностика);**к**оррекционный (коррекционно-развивающие занятия специалистов с детьми);просветительский блок (комплекс психолого-педагогической поддержки и обучения дошкольников и их родителей).

Специфические для работы с повышенной тревожностью принципы, методы и техники ориентированы в первую очередь на развитие личности и повышение эффективности деятельности ребенка. Как профилактическая, так и коррекционная работа, связанная с тревожностью, подразумевает пять взаимосвязанных направлений.

*1.Психологическое просвещение родителей.*

Оно состоит из трех составляющих. Первая посвящена роли в возникновении и закреплении тревожности в семье. Вторая касается влияния на детей разного возраста страхов и тревог близких взрослых. А третья демонстрирует значение развития у детей уверенности в собственных силах, ощущение компетентности. Основная задача работы педагога - формирование у родителей представления о том, что им принадлежит решающая роль в сохранении здоровья ребенка. Встречи со взрослыми проходили в форме занятий в «Школе практической психологии» по трем возрастным группам: для родителей детей 2 - 3 лет, 4 - 5 лет, 6 -7 лет. Использовались лекции, практикумы, встречи со специалистами, мультимедийные презентации, анкетирование и тестирование.

*2.Психологическое просвещение педагогов.*

Здесь прежде всего внимание уделялось объяснению того, какое влияние может оказать тревожность на развитие ребенка, на успешность егодеятельности, его будущее. Обговаривались четкие, последовательные и предсказуемые единые требования к детям. Рассматривались вопросы, связанные с дидактогениями (болезненными состояниями детей, вызванными нарушением педагогического такта воспитателями, педагогами).

Для сохранения психического здоровья коррекционную работу с тревожными детьми целесообразно начинать как можно раньше и в игровой форме. Педагоги Дома детского творчества, работающие в объединениях детей 2- 6 лет, осуществляли совместную деятельность по трансдисциплинарной модели. Она подразумевает, что педагоги отдельных дисциплин постоянно реализуют межпредметные связи, используют свой опыт и обмениваются им с другими членами команды через работу методического объединения, «Школу специалиста», открытые занятия, мастер-классы. Сотрудники Дома детского творчества и родители дают совместную оценку развития ребенка на основе диагностических данных и наблюдений во время открытых занятий, совместных воспитательных мероприятий, намечают план сопровождения ребенка. Поставленных задачи решались с использованием следующих известных методик: тест тревожности (Р.Тэттл, М.Дорки, В.Амен); тест «Моя семья»; (Г.Т.Хоментаускас); «Тест-опросник родительского отношения» (А.Я.Варга, В.В.Столин); диагностические методики для оценки психомоторного развития Н.О.Озерецкого и Н.И.Гуревич. Обмен информацией между специалистами и родителями происходил постоянно. Педагоги в работе придерживались следующих рекомендаций: не привлекать тревожных детей к видам деятельности соревновательного характера; не подгонять тревожных детей флегматического и меланхолического темперамента, давать им возможность действовать в привычном темпе; хвалить за любые достижения; формировать правильное отношение к ошибкам; не заставлять вступать в новые виды деятельности (пусть посмотрит, как это делают другие).

Использование специальных психотехнологий в работе с тревожными детьми (куклотерапия, сказкотерапия, песочная терапия) позволили значительно снизить у них интенсивность тревожности: снять внутренние зажимы, обрести двигательную свободу, пластику движений. Такая работа проводилась педагогами на занятиях «Музыка с элементами ритмики», «Оздоровительные игры», «Коррекционно-развивающие занятия по логопедии», «Коррекционно-развивающие занятия по психологии», «Изобразительная деятельность».

*3.Обучение родителей конкретным способам преодоления повышенной тревожности у детей, а также помощи детям в овладении средствами преодоления тревожности.*

К процессу коррекции необходимо привлекать ближайшее социальное окружение ребенка. Эффективность гармонизации семейных и детско-родительских отношений обеспечивается взаимосвязью детской и родительской программ. Для взрослых основным методом коррекции родительского отношения является социально-психологический тренинг, направленный на установление доверительных отношений между детьми и родителями и повышение сензитивности родителей к чувствам и переживаниям детей. Использовались и другие активные формы обучения родителей: практикумы, занятия-консультации, тренинги **(**двигательный, игровой, кинезиологический, аутотренинг). Родители знакомились с упражнениями на снятие мышечных зажимов, обучались играм с крупой, песком, водой, которые очень полезны их детям.

*4.Непосредственная работа с детьми.*

При психопрофилактике она ориентирована на оптимизацию тех областей, с которыми связаны «возрастные пики» тревожности; при коррекции – на «зоны уязвимости», характерные для конкретного ребенка или группы детей. Значимым элементом является выработка индивидуальных эффективных моделей поведения в значимых и оценочных ситуациях. Это легче было сделать в условиях игры, драматизации, этюдах психогимнастики.

*5.Помощь и поддержка со стороны педагогов и психолога за пределами обучающей ситуации.*

Нередки случаи обращения родителей выпускников по проблемам, не касающихся обучения детей в дошкольных объединениях. В таких случаях назначались индивидуальные консультации, проводилась диагностика по запросу родителей, выполнялась диспетчерская деятельность (направление к нужному специалисту) и определялась дальнейшая программа сопровождения ребенка.

Мониторинг за последние учебные годы подтвердил эффективность проводимой работы по сохранению и укреплению здоровья детей-дошкольников: отмечается эмоциональное благополучие дошкольников, снижение уровня их тревожности, психолого-педагогическая подготовка к школе, адекватное восприятие возможностей своего ребенка родителями. В результате повышается адаптационный потенциал ребенка в семье и облегчение процесса социальной интеграции в обществе.