

# **Тема: Создание эмоционально-развивающей среды в группе.**

## **Формы и методы работы с родителями по вопросам эмоционального развития детей**

**Целевая аудитория:** Воспитатели, педагоги-психологи, методисты ДОУ.

**Цель:** раскрыть сущность эмоционально-развивающей среды как фактора психологического благополучия ребенка и представить алгоритмы взаимодействия с семьей в области развития эмоционального интеллекта (EQ).

### **ВВЕДЕНИЕ**

**Эмоционально-развивающая среда** — это совокупность материально-технических, информационных и социально-психологических условий, которые способствуют возникновению и развитию у ребенка эмоциональной отзывчивости, способности к саморегуляции и формированию позитивного отношения к миру.

В отличие от обычной предметной среды, эмоционально-развивающая среда не просто «окружает» ребенка, а побуждает его к исследованию своих чувств и чувств окружающих.

### **БЛОК 1. СТРУКТУРА ЭМОЦИОНАЛЬНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ**

Среда состоит из двух неразрывных компонентов:

- 1. Предметно-пространственный** («Материальная оболочка»).
- 2. Психологический** («Духовное наполнение»).

#### **КОМПОНЕНТ 1. ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ (ЗОНИРОВАНИЕ)**

Это «тело» среды — то, что мы можем потрогать, увидеть и использовать. Группа должна быть разделена на функциональные микро-зоны.

##### **1. Зона психологической разгрузки («Уголок уединения»)**

Место, где ребенок может спрятаться от внешних раздражителей, шума и взглядов.

**Цель:** Снятие психоэмоционального напряжения, восстановление сил, возможность побывать наедине с собой.

**Оборудование (Примеры):**

«Шатер тишины»: Вигвам, палатка или просто легкий балдахин над мягким креслом.

«Гнездо»: Большой мягкий пuf или напольные подушки пастельных тонов.

«Телефон доверия»: Игрушечный телефон, по которому можно «позвонить» маме или сказочному герою и пожаловаться.

«Коробочка переживаний»: Шкатулка, куда ребенок может прошептать или положить рисунок со своим страхом/обидой и закрыть его.

##### **2. Зона эмоционального отреагирования (Активная зона)**

Место для легального и безопасного выплеска негативных эмоций (гнева, агрессии).

**Цель:** Трансформация деструктивной энергии в приемлемое русло (сублимация), снятие мышечных зажимов.

**Оборудование (Примеры):**

«Подушка для битья»: Специальная подушка (желательно темного цвета), которую можно колотить.

«Стаканчик для крика»: Пластиковый стакан с набивкой (вата/ткань) и крышкой с отверстием. Ребенок кричит в него, звук глушится, эмоция выходит.

«Коврик злости»: Резиновый коврик, на котором можно топать ногами.

«Ведро для мусора эмоций»: Контейнер, где рвут бумагу, сминают газеты или комкают фольгу.

**Мишени:** Мягкие дротики или шарики-липучки для метания в цель (снимает агрессию через замах рукой).

**3. Зона рефлексии и самопознания (Зеркальная зона)**

Место для изучения себя и своего настроения.

**Цель:** Развитие навыка идентификации эмоций (понимания, что я чувствую) и работа с мимикой.

**Оборудование (Примеры):**

«Зеркало эмоций»: Безопасное зеркало, по периметру которого наклеены пиктограммы разных эмоций (ребенок смотрит на картинку и пытается повторить выражение лица).

«Уголок настроения»: Стенд, где каждое утро дети отмечают свое состояние (вешают свой брелок на тучку, солнышко или грозу).

«Азбука эмоций»: Плакаты или карточки с фотографиями людей в разных состояниях.

---

## **КОМПОНЕНТ 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ (ИНСТРУМЕНТАРИЙ)**

Это «инструменты» среды — игры, пособия и дидактические материалы, которые использует педагог и дети.

### **1. Игровой и дидактический материал**

- Настольные игры:**

- *Лото настроений*: Подбор карточки ситуации к карточке эмоции.
- *«Конструктор лиц»*: Наборы магнитных глаз, ртов, бровей для сбора разных выражений лица.

- Атрибуты для сюжетно-ролевых игр:**

- *Маски*: Маски животных или персонажей с ярко выраженными эмоциями (Злой волк, Грустный заяц).
- *Кукольный театр*: Куклы-перчатки для проигрывания конфликтных ситуаций.

### **2. Визуальные опоры (Алгоритмы)**

- Схемы-подсказки:** Плакаты, висящие на уровне глаз детей.

- *Пример:* Алгоритм «Мирилка» (картинки пошагово: остановись -> выдохни -> скажи словами -> пожми руку).
- *Пример:* «Градусник гнева» (шкала от зеленого «Я спокоен» до красного «Я взрываюсь»).

### **3. Сенсорные стимулы (Терапевтические материалы)**

- **Тактильные материалы:** Кинетический песок, крупы, вода (центр воды и песка), кусочки разных тканей (мех, шелк, наждакка — ассоциации «злой как наждакка», «добрый как пух»).
- **Аудио-фон:** Подборки музыки для разных режимов (для сна, для бодрости, звуки природы для релаксации).
- **Арт-терапевтические средства:** Краски, пластилин, соленое тесто для лепки своего настроения.

## **КОМПОНЕНТ 3. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ (АТМОСФЕРА)**

Это «душа» среды — стиль общения и правила, установленные в группе. Самый важный, хоть и невидимый компонент.

### **1. Стиль общения педагога**

Воспитатель выступает живой моделью эмоционального поведения.

**Вербализация чувств:** Педагог постоянно озвучивает происходящее.

*Пример:* «Я вижу, Дима расстроился из-за сломанной башни. Это обидно».

**Безоценочное принятие:** Отсутствие запрета на «плохие» эмоции.

### **2. Традиции и ритуалы группы**

- **Ритуал встречи:** (обнимашки, «дай пять», особые приветствия).
- **Ритуал «Круг добра»:** Ежедневная пятиминутка, где дети сидят в кругу, смотрят в глаза и делятся чувствами.
- **Ритуал прощания:** «Свеча» (передача электрической свечи с добрыми пожеланиями на вечер).

### **3. Нормы и правила**

- **Правило «Стоп»:** Любой ребенок может сказать «Стоп», если ему неприятна игра, и другие обязаны остановиться.
- **Правило «Я-сообщений»:** учим говорить: «Мне больно», а не «Ты дурак».

## **БЛОК 2. ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ КОМПОНЕНТ**

Пространство группы должно работать на развитие EQ и обеспечение психологического комфорта.

### **2.1. Центр уединения и релаксации («Уголок уединения»)**

В условиях высокой скученности в группе ребенку необходимо место для психологической разгрузки.

**Оснащение:** Шатёр, вигвам или ширма, мягкие подушки, пледы пастельных тонов.

**Правило:** «Если шторы закрыты — входить нельзя». Это учит детей уважать границы и право на приватность.

**Наполнение:** Семейные фотоальбомы (дает чувство безопасности), мягкие игрушки-антистресс.

## **2.2. Визуальные опоры и маркеры эмоций**

Абстрактные чувства нужно сделать наглядными.

**«Экран настроения» или «Дерево эмоций»:** Приходя утром, ребенок вешает свой значок/фото на соответствующий сектор (грустно, весело, спокойно, злюсь). Это помогает воспитателю мониторить состояние группы.

**Зеркало эмоций:** Специальное зеркало, рядом с которым висят пиктограммы различных эмоций для самоконтроля и тренировки мимики.

**Плакаты-подсказки:** «Что делать, если ты злишься?» (алгоритм действий в картинках).

## **2.3. Материалы для отреагирования эмоций (Работа с агрессией и напряжением)**

В группе должны быть легальные способы выплеснуть негатив.

**«Стаканчик для крика»:** Емкость с крышкой и отверстием, куда можно «прокричать» свою злость (звукозащита).

**«Коврики злости»:** Специальный коврик, на котором можно потопать.

**Материалы для деструкции:** Коробка с бумагой, которую можно рвать и мять («Мешочки для метания» — безопасное кидание в цель).

**Сенсорные коробки:** Кинетический песок, вода, крупы — для снятия мышечного тонуса и тревожности.

## **2.4. Тематическая библиотека («Книжный уголок»)**

- Подборка литературы, где акцент сделан на чувствах героев (книги про страхи, обиды, дружбу).
- Наличие картотеки сюжетных картинок «Угадай эмоцию».

# **БЛОК 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ СРЕДЫ**

Даже самое лучшее оборудование бесполезно без грамотного педагога.

## **3.1. Роль педагога как «эмоционального камертон»**

Воспитатель задает тон всей группе. Дети «считывают» состояние взрослого через механизм эмоционального заражения.

**Требование к педагогу:** Развитый собственный эмоциональный интеллект. Умение контейнировать эмоции детей (выдерживать сильные чувства ребенка, не разрушась и не нападая в ответ).

**Принцип:** «Сначала маску на себя, потом на ребенка». Спокойный воспитатель = спокойная группа.

### **3.2. Безусловное принятие чувств ребенка**

Это фундамент доверия.

**Запрет на обесценивание:** нельзя говорить: «Мальчики не плачут», «Не бойся, это ерунда», «Прекрати злиться».

**Техника:** Принятие чувства + Называние чувства + Коррекция поведения (если нужно).

**Пример:** «Я вижу, ты очень разозлился (принятие и называние). Но бить Катю нельзя. Можно побить подушку (коррекция поведения)».

### **3.3. Правила и традиции группы**

Ритуалы создают ощущение предсказуемости и безопасности.

**«Утренний круг»:** Приветствие, обсуждение планов и настроения.

**«Свеча» или «Клубочек»:** Ритуалы окончания дня, рефлексия.

**Традиции именин:** Особое чествование ребенка, подчеркивание его значимости.

## **БЛОК 4. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ**

Родители часто ориентированы на когнитивное развитие (чтение, счет), игнорируя эмоциональную сферу. Задача педагога — сделать родителей союзниками.

**Три вектора работы:**

1. **Просвещение:** дать знания.
2. **Практика:** научить применять.
3. **Индивидуальный подход:** решить конкретную проблему.

### **4.1. Просветительские формы (Информационные)**

- **Родительские собрания в формате TED или круглого стола:**

Темы «Почему он кусается?», «Как пережить кризис 3 лет», «Эмоциональный интеллект: мода или необходимость?».

- **Информационные стенды и буклеты:** Лаконичная инфографика.

«5 игр для снятия стресса по дороге домой», «Словарь эмоций для папы и мамы».

- **Цифровая среда:** Рассылка полезных статей и подкастов в чат группы.

### **4.2. Практико-ориентированные формы (Интерактивные)**

- **Мастер-классы и тренинги:** «Играем с эмоциями дома». Обучение родителей конкретным играм.
- **Совместные досуги:** Вечера, где родители и дети выполняют задания на взаимодействие (рисование общего рисунка, театрализация).

- **Дни открытых дверей:** Демонстрация того, как воспитатель применяет «Уголок уединения» или разрешает конфликты.

#### 4.3. Индивидуальные формы

- **Консультации:** Разбор конкретных ситуаций (страхи, агрессия, застенчивость).
- **«Почта доверия»:** Анонимный ящик, куда родители могут положить записку с вопросом, который стесняются задать лично.
- **Маршрутный лист развития:** Совместное с родителями ведение дневника достижений ребенка (акцент на социальные успехи, а не только учебные).

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Создание эмоционально-развивающей среды — это инвестиция в психическое здоровье детей. Предметы (уголки, пособия) являются инструментами, но «душой» среды выступает личность педагога и включенность родителей. Только в треугольнике «Педагог — Ребенок — Родитель» возможно гармоничное развитие личности дошкольника.

#### Чек-лист для воспитателя (Рефлексия):

1. Есть ли в моей группе место, где ребенок может побыть один?
2. Знают ли мои дети, как безопасно выразить злость?
3. Разрешаю ли я детям плакать и грустить, не пытаясь мгновенно их «развеселить»?
4. Знают ли родители, что такое активное слушание?