**Консультация для воспитателей с элементами практикума: «Эмоциональное благополучие детей в группе детского сада», «Мои эмоции»**

Для ребенка нет ничего важнее эмоционального благополучия, без него не сложится нормальная личность. Важнейшим фактором, влияющим на эмоциональное состояние ребенка, является правильно организованная работа воспитателя. Одним из компонентов эмоционально-развивающей среды является взаимодействие педагога с детьми.

Проигрывается упражнение «Бабочка» (с педагогами)

Ситуация 1:

«Дети» выходят за дверь. «Взрослым» дается задание: не обращать внимание на детей. Дети должны подбежать к взрослому и показать пойманную бабочку: «смотрите, какую бабочку я поймал (а)»

Ситуация 2:

«Дети» выходят за дверь. «Взрослым» дается задание со вниманием отнестись к ребенку.

Какие чувства испытывали «дети» в первом случае?

Какие чувства испытывали «взрослые» в первом случае?

Какие чувства испытывали «дети» во втором случае?

Какие чувства испытывали «взрослые» во втором случае?

Вывод:

Дети нуждаются в поддержке взрослых. Если ребенка не поддерживают, он часто легко сдается, использует выражения «я не могу», «я не знаю», защищается, создает конфликты, жалуется на самочувствие, обвиняет других, избегает общения, жалуется на отсутствие друзей, выглядит печальным.

Таким образом, ребенок пытается нам доказать, что он нуждается в любви и поддержке.

Ни для кого не секрет, что профессия педагога относится к разряду стрессогенных и требует большого самообладания и саморегуляции. Поскольку в педагогической деятельности постоянно отмечается эмоциональная напряженность, поэтому возникает необходимость овладения педагогами умениями и навыками саморегуляции эмоционального состояния с целью сохранения и укрепления психического здоровья.

«Самый сильный то, у кого есть сила управлять самим собой»

Сенека

Профилактика нервного напряжения требует учета характера воздействия цвета на человека. Одним из методов профилактики эмоционального состояния является цветотерапия.

Тест на «эмоциональное отношение»

Материал: лист бумаги, цветные карандаши.

Затем проводится психологический душ – комплекс упражнений, которые способствуют повышению энергетического потенциала.

«Нарисуй настроение» - получится «букет» эмоций.