**Эмоциональное благополучие педагогов ДОУ:**

**ключ к успешной работе с детьми.**

Педагогическая деятельность – это особый вид профессиональной деятельности, направленный на обеспечение культурного и производственного потенциала нашей страны. При этом ведущая роль принадлежит педагогу как фасилитатору образовательного процесса, транслятору определенного мировосприятия и мироотношения. Изменения, происходящие в системе образования в настоящее время, предъявляют особые требования не только к нравственным, моральным качествам членов педагогических коллективов, уровню их культуры и компетентности, но и к психологическим характеристикам. Умение управлять собственными негативными эмоциями и состояниями, стрессоустойчивость, владение приемами и способами психической саморегуляции, позитивный стиль мышления и другие психологические качества являются важными компонентами профессионального успеха и факторами внутреннего благополучия. Тогда как дефицит, несформированность профессионально значимых качеств снижает эффективность обучения, воспитания, развития обучающихся, повышает конфликтность во взаимоотношениях с коллегами и другими участниками образовательного процесса, приводит к возникновению и закреплению в структуре характера педагога.

В связи с вышесказанным изучение внутреннего благополучия / неблагополучия и его психологических предикторов у педагогов представляется нам актуальным и значимым.

Профессия педагога ДОУ требует огромных физических и эмоциональных затрат. Особенно в условиях, когда воспитателю приходится работать на протяжении всего дня, не имея возможности отлучиться и отдохнуть ни на одну минуту. Порой, педагоги не замечают истощение своих эмоциональных сил и своего здоровья, что негативно сказывается на образовательном процессе. Сохранение и укрепление здоровья педагога, создание благоприятной психоэмоциональной обстановки в коллективе является залогом успешного воспитательно-образовательного процесса и успеха деятельности детского сада в целом. В образовании, в частности в дошкольном, большое внимание уделяется укреплению и сохранению здоровья детей, а проблеме здоровья педагогов уделено недостаточное внимание. А ведь от того, с каким здоровьем, настроением, с какими эмоциями входит воспитатель в группу, зависит успешность, здоровье и настроение воспитанников.  Одной из важнейших составляющих нашего здоровья является эмоциональное благополучие и душевный покой, но у всех это благополучие зависит от разных факторов.

 Педагогам требуется психологическая поддержка, поскольку введение любых инноваций для многих педагогов может сопровождаться стрессом, эмоциональными и нервными перегрузками. Это связано с тем, что педагогам бывает трудно адаптироваться к новым условиям, которые диктует современное образование.

С чем мы как педагоги ежедневно имеем дело: не всегда культурные и образованные родители; разные дети, среди которых - дети с проблемами в поведении, эмоциональной сфере; публичные выступления (открытые мероприятия, аттестация, ответственность, необходимость являться объектом наблюдения и оценивания других людей, постоянно подтверждать свою педагогическую компетентность) и множество других моментов, являющихся стрессовыми факторами. Эти и многие другие факторы оказывают негативное влияние на наше эмоциональное благополучие.

Эмоциональное состояние педагога играет ключевую роль в формировании благоприятной атмосферы в детском саду и способствует развитию гармоничной личности ребенка.

Почему важно заботиться об эмоциональном состоянии воспитателя?

1. Здоровье педагога

Постоянные стрессы, перегрузки и эмоциональное выгорание негативно сказываются на здоровье педагога, приводят к снижению иммунитета, повышению риска сердечно-сосудистых заболеваний и депрессии.

2. Качество взаимодействия с ребенком.

Дети чрезвычайно чувствительны к настроению взрослого. Если педагог раздражителен, тревожен или подавлен, дети быстро реагируют на это своими негативными эмоциями и поведением.

3. Развитие детей

Положительные эмоции способствуют созданию условий для полноценного развития ребенка, повышают мотивацию к обучению и формируют позитивное отношение к детскому саду.

4. Эффективность педагогического процесса.

Педагог, находящийся в гармонии с собой, способен творчески подходить к своей работе, придумывать интересные занятия и игры, создавать комфортную атмосферу для каждого воспитанника.

Что влияет на эмоциональное состояние педагога?

Факторы, способствующие возникновению стресса и выгорания среди педагогов дошкольных учреждений:

- Высокая нагрузка, обусловленная большим количеством детей в группе.

- Недостаточная поддержка руководства учреждения.

- Конфликты с родителями или коллегами.

- Неправильная организация рабочего пространства и времени отдыха.

- Отсутствие возможности профессионального роста и повышения квалификации.

Однако существуют способы профилактики негативных состояний и поддержания положительного эмоционального фона:

- Организация системы поддержки коллег и взаимопомощи внутри коллектива.

- Регулярное повышение квалификации и обучение новым методикам работы.

- Создание комфортной рабочей среды, позволяющей отдыхать и восстанавливать силы.

- Использование психологических техник саморегуляции и релаксации.

Педагоги детского сада ежедневно сталкиваются с множеством ситуаций, требующих терпения, внимания и заботы. Но заботясь о себе, педагоги создают условия для успешного воспитания нового поколения.

Литература

1. Развитие профессиональной компетентности педагогов: программы и конспекты занятий с педагогами/ авт.- сост. М.И. Чумакова, З.В. Смирнова.- Волгоград: Учитель, 2008.

2. Семенова Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога: учеб. пособие. - М.:Изд-во Ин-та психотерапии, 2002.

3. Черникова Т.В. Профессионально- личностная позиция педагога и руководителя образовательного учреждения: метод. рекомендации. -Волгоград: ВГПУ, 2002.