



Издательство и Образовательный Центр "Лучшее Решение"

www.лучшееерешение.рф www.lureshenie.ru www.высшийуровень.рф
www.лучшийпедагог.рф www.publ-online.ru www.полезныекниги.рф
www.t-obr.ru www.1-sept.ru www.v-slovo.ru www.na-obr.ru

Консультация для родителей "Эмоциональное развитие детей"

Авторы:

**Ухливанова Елена Владимировна,
Аброськина Юлия Анатольевна,
Куделькина Наталья Николаевна
Палагичева Ольга Николаевна,
МБОУ г.о. Тольятти "Лицей № 51",
структурное подразделение
"Детский сад "Реченька"**

Эмоции — это реакции человеческой психики, возникающие как своеобразный ответ на нечто волнующее и возбуждающее. Эмоции могут быть как положительными, так и отрицательными.

Уже в возрасте 1-1,5 месяца эмоции ребенка очень яркие: он раздражительно кричит, если мама его не понимает; он готовится заплакать, выражая свою обиду. В то же время плохие эмоции малыш быстро забывает и снова становится веселым, если все его требования быстро выполняются. При приближении взрослого, который с ним начинает весело разговаривать, ребенок очень радуется, двигает ручками и ножками.

В процессе развития ребенка происходят изменения и в его эмоциональной сфере. Меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность ребенка осознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Эмоциональная сфера не может качественно развиваться сама по себе. Её необходимо развивать.

Каждому ребенку необходимо учиться обозначать свои эмоции. А как это сделать, если, допустим, его родители и со своими-то разобратся не могут? Зачастую детям приходится слышать в свой адрес вполне конкретные родительские высказывания:

«Я от тебя устала».

«Ты делаешь все неправильно».

«Ты вызываешь у меня раздражение».

«Я возмущена твоим поведением» и т.д.

Ребенок услышав такое из уст родителя, чувствует негатив и автоматически начинает считать себя виноватым в проблемах взрослого.

Существует четыре эмоции, наиболее часто дающие о себе знать у детей:

1. Гнев.
2. Печаль.
3. Радость.
4. Страх.

Каждая эмоция - неотъемлемая часть развития ребёнка. Взрослым важно помнить, что основная задача заключается в том, чтобы научить ребенка понимать и принимать эмоции, а так же научить управлять ими.

В среднестатистических семьях же происходит всё с точностью до наоборот. Мамы и папы с малых лет твердят своим чадам :

- Не плачь, а то смеяться над тобой будут!
- Не жадничай! А то дразнить будут!
- Мальчики не должны ничего бояться! Это стыдно!
- Не смейся слишком громко, это не воспитанно...

Сплошные запреты без объяснения причин! В результате у малыша складывается мнение, что выражать эмоции, говорить о них с близкими - это плохо.

Наукой же давно доказано, что накопленный внутри себя эмоциональный комок может привести к возникновению у ребенка всевозможных заболеваний. Учитывая всё вышеизложенное, можно обратиться к родителям: Не спешите учить ребенка буквам и счету, лучше развивайте эмоциональный интеллект. Умение распознавать свои и чужие эмоции — очень важный навык, а в эпоху засилья гаджетов овладеть им становится все труднее.

Что могут сделать родители для правильного эмоционального воспитания:

1. Самим говорить ребенку как о положительных, так и о негативных чувствах и эмоциях, которые вы испытываете.
2. Проговаривать ребенку его чувства: “Я знаю, что ты расстроен, потому что...”. Так ребенок будет учиться не только различать свои и чужие эмоции, но и принимать и переживать их. Вы как бы признаете его право так себя чувствовать и помогаете ему справиться со своими эмоциями.
3. Читать книги и смотреть мультфильмы с обсуждением чувств героев.

Вот примеры игр-упражнений, которые помогут малышу понять себя и окружающих.

- Давай-ка вспомним! Вспомните вместе с ребенком его удивление и чем оно сменилось. Что в тот момент показалось таким неожиданным?

- Я удивлюсь (злюсь, грущу, ...) если ... В эту игру можно играть где угодно. По дороге в школу или в садик, во время поездки в транспорте, во время ожидания очереди в поликлинике. Количество участников может быть любым. По очереди каждый приводит свой вариант окончания фразы "Я удивлюсь, если...".

Например:

"Я удивлюсь, если наш кот заговорит человеческим голосом".

"Я удивлюсь, если папа придет с работы в костюме клоуна".

"Я удивлюсь, если встречу на улице инопланетян".

Эта игра не только объясняет, что же такое удивление, — она смешит, развивает фантазию и потихоньку приближает к пониманию того, что такое "ожидаемое" и "неожиданное".

- Изображаем эмоции.

Дайте ребенку зеркало и попросите изобразить на лице эмоцию: страха, гнева, отвращения, печали, радости, интереса, удивления

Потом сделайте это сами. Еще раз — вместе! Понравилось?

- Угадай эмоцию.

Можно играть вдвоем или в компании. Один изображает какую-нибудь эмоцию, а остальные должны угадать.

- Читаем эмоции.

Посмотрите на лица на картинке. Обсудите с ребенком, какие эмоции они выражают? Умение читать по лицу эмоции очень помогает в общении. Вы можете не ограничиваться этими заданиями, а придумывать свои. Например, повести ребенка в музей, в зал, где представлены портреты или картины бытового жанра, рассматривать лица, строить предположения о том, какие эмоции изобразил художник.

Можно рассматривать семейные фотографии или составить свой альбом эмоций, вырезая картинки из журналов.

Можно пойти на прогулку в компании друзей, прихватив фотоаппарат, и устроить "эмоциональную фотосессию". Каждый будет по очереди изображать "я злюсь", "я боюсь", "я радуюсь", "я удивляюсь", "я грущу", "я испытываю отвращение", "я интересуюсь", "я обижаюсь". Чем больше людей в этом поучаствует, тем больше возможностей увидеть сходства и различия в проявлении эмоций.

В завершение хочется привести слова А.С. Макаренко: Только живой пример воспитывает ребенка, а не слова, пусть самые хорошие, но не подкрепленные делом.