



## «Развитие эмоциональной сферы детей раннего возраста»

Консультация для родителей

Подготовил:

Ковалевская М. А.

март, 2023 г

С первых дней жизни ребенок сталкивается с многообразием окружающего мира (*люди, предметы, события*).

Взрослые, прежде всего родители, не только знакомят малыша со всем тем, что его окружает, но всегда в той или иной форме выражают свое отношение к вещам, поступкам, явлениям с помощью интонации, мимики, жестов, речи. Благодаря нашей врожденной способности к выражению эмоций мы можем понимать друг друга, не используя речевых средств.

Для того чтобы ребенок не только понял объективное значение норм и требований, но и проникся к ним соответствующим эмоциональным отношением, чтобы они стали критериями его эмоциональных оценок своих и чужих поступков, недостаточно объяснений и указаний воспитателя и других взрослых. Эти объяснения должны найти подкрепление в собственном практическом опыте ребенка, в опыте его деятельности.

Причем решающую роль здесь играет включение дошкольника в содержательную, совместную с другими детьми и взрослыми деятельность. Это позволяет ему непосредственно пережить, прочувствовать необходимость выполнения определенных норм и правил для достижения важных и интересных целей.

Итак, эмоции ребенка развиваются в деятельности и зависят от ее содержания и структуры.

Воспитатель должен поддерживать благоприятную эмоциональную атмосферу в группе детей, которая зависит от:

собственного эмоционального настроения;

- отношения к детям;
- от эмоциональных особенностей поведения и речи;
- эмоциональной устойчивости.

Особое значение имеет материнская функция педагога, проявляющаяся в теплом, сердечном и эмоционально поддерживающем отношении к каждому малышу, в готовности прийти на помощь.

Особую роль в развитии эмоциональной сферы играет подкрепление эмоциональной реакции ребенка соответствующим действием

если ребенок ласкается, его необходимо обнять и поцеловать,

если он шалит — выразить недовольство

Эти эмоционально обусловленные действия закрепляются в сознании ребенка и, во-первых, влияют на мотивацию поведения, а, во-вторых, играют роль в формировании умения «предчувствовать» реакции окружающих, т. е. в формировании «эмоциональной компетентности». Следует помнить, что возрастающее чувство самостоятельности не должно подрывать сложившегося базового доверия ребенка к миру. Контроль со стороны взрослых позволяет сохранить это чувство через разумное ограничение растущих желаний ребенка требовать, присваивать, разрушать, когда он как бы проверяет силу своих новых возможностей.

Любому ребенку необходимо, чтобы на него обращали внимание, откликнулись на проявленные им эмоции. Если этого не происходит, малыш начинает «накапливать» эмоции, и, переполняясь ими, демонстрирует внезапные бурные реакции. Часто истерика представляет собой выход накопившегося эмоционального напряжения.

Нарушения поведения, демонстрация негативных эмоций являются для воспитателя индикатором эмоционального неблагополучия ребенка, неудовлетворения его базовых (по А. Маслоу) потребностей.

Лучшей формой организации эмоционального поведения детей является игра, которая пользуется особой любовью маленьких детей, она возникает без принуждения со стороны взрослых и является ведущей деятельностью. Это означает, что самые важные изменения в психике ребенка, в развитии его социальных чувств, в поведении происходят в игре.

Освоение детьми раннего возраста игрового опыта происходит в процессе специальных обучающих игр:

- показы-инсценировки,
- театрализованные игры,
- сюжетно-дидактические,
- подвижные игры с сюжетом,
- музыкальные игры.

Освоение детьми игрового опыта происходит так же в процессе игры воспитателя с детьми, при его длительном или кратковременном участии.

Каждая кукла – это персонаж в игре, с которым у ребенка связаны разнообразные эмоции. И надо заботиться, чтобы ребенок не просто выполнял какие-то обязанности, но и глубоко переживал роль.

По-настоящему игра осуществляется только тогда, когда ее содержание дано в острой эмоциональной форме. Ребенок получает от успешной игры громадное удовольствие. Он самоутверждается в своей роли, испытывая неподдельную гордость.

Кроме игровой деятельности активизируют и насыщают эмоциональное развитие ребенка различные

- сюрпризные моменты,
- яркие эмоционально окрашенные события и ситуации (*театральные представления, праздники, утренники и пр.*).

Не следует считать, что дети должны получать только положительные эмоции. Переживание одинаково заряженных положительных эмоций рано или поздно вызывает скуку. Невозможно, да и не нужно, полностью ограждать ребенка от отрицательных переживаний. Их возникновение в образовательной деятельности может сыграть и позитивную роль, побуждая к их преодолению. Важной здесь является интенсивность: слишком сильные и часто повторяющиеся отрицательные эмоции приводят к разрушению усвоенных действий, и, становясь устойчивыми, приобретают невротический характер.

Для снижения подверженности ребенка воздействиям окружающей среды он должен усвоить образцы и приемы регуляции эмоций. Для этого специалисты рекомендуют использовать ритм, ритмические упражнения, стишки, потешки, детские песенки. Ритмическая организация действий естественна для ребенка. Первые игры, которые осваивает ребенок с помощью взрослого, в значительной степени построены на ритмичной основе. Ритм может выступать и как фон, организующий и собирающий ребенка. Например, под ритмичное раскачивание на лошадке-качалке ребенок способен прослушать сказку, в то время как в другой ситуации он не выдержал бы и двух минут.

Ритм задают и книги, адресованные детям раннего возраста («Колобок», «Теремок»). Они задают ритм не только словами, рифмами, но и иллюстрациями, событиями.

Задачам тренировки навыков регуляции эмоций наиболее отвечают психогимнастические упражнения с детьми.

Особенно психогимнастика нужна детям с чрезмерной утомляемостью, истощаемостью, непоседливостью, повышенной тревожностью и страхами, обладающим вспыльчивым или замкнутым характером и т. д. Но не менее важно проигрывать эти комплексы упражнений и со здоровыми детьми в качестве психофизической разрядки и профилактики.

При проведении упражнений по психогимнастике педагог развивает у ребёнка следующие умения:

- фиксировать внимание на чужих проявлениях эмоций;
- подражательно воспроизводить чужие эмоции;

- фиксировать внимание на своих мышечных ощущениях как проявлениях эмоций;
- повторно воспроизводить эмоции в заданных упражнениях;
- контролировать ощущения.

Помогает фиксировать внимание ребенка на своем эмоциональном состоянии игра в уголке эмоций.

И как глоток свежего воздуха можно рассматривать в этом контексте – театрализованную игру. Театр – это волшебный мир, в котором ребенок радуется, играя, а, играя, познает окружающее.

Театрализованная деятельность является важнейшим средством развития эмпатии – условия, необходимого для организации совместной деятельности детей. По мнению В. А. Петровского, основа эмпатии – в умении распознавать эмоциональное состояние человека по мимике, выразительным движениям и речи, ставить себя на его место в различных ситуациях, находить адекватные способы содействия.

Таким образом, мы видим, что благоприятное развитие эмоциональной сферы детей в раннем возрасте зависит от правильно организованной деятельности педагога. Нельзя произвольно, по заказу, вызвать у детей те или иные чувства, они не подвластны воле. Но чувства можно косвенно направлять и регулировать через деятельность, в которой они и проявляются, и формируются.