

Обогащение эмоционального опыта дошкольника.

Предназначение дошкольного возраста заключается не столько в овладении знаниями, умениями и навыками, сколько в становлении базовых свойств личности: самооценки, образа «Я», нравственных ценностей, социально-психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

Развитие личности, способной к восприятию и пониманию собственных эмоциональных состояний и эмоциональных проявлений других людей, рассматривается как условие успешной ее адаптации в современном обществе. Очень важно научить ребенка рассказывать о своем внутреннем мире, слушать, слышать и понимать окружающих.

Иногда взрослые не совсем владеют вопросами, касающимися сферы эмоций, и не могут оказать необходимую поддержку. А бывает, что ребенка учат сдерживанию чувств до того, как он откроет для себя мир собственных и чужих эмоций. Когда малыш ведет себя непринужденно и естественно, взрослые, оглядываясь вокруг, поспешно говорят: «Не плачь, ты же мужчина!», «Не дерись, ты же девочка!», «Ты что, трусишь?» И как следствие, ребенок прячет свои страхи, слезы и обиды, потому что этим чувства не приветствуются взрослыми. Это приводит к тому, что малыш вообще не овладевает способами распознавания, узнавания эмоциональных проявлений.

Эмоциональное развитие ребенка – задача не из легких. Однако именно родители могут и должны начать эту работу. Прежде всего маме и папе следует учитывать небольшой словарный запас ребенка. Поэтому необходимо, объясняя что-то ребенку, обозначать словом определенные эмоции, тем самым закладывая основы эмоционального словаря: «радость», «грустно», «сердишься», «удивляешься», «испуганный», «злой» и т.д.

И чем больше окружающие взрослые говорят с ребенком о чувствах, настроениях (его собственных и близких людей, героев сказок или мультфильмов), тем более точно малышу удастся их распознать и обозначить словесно. Подобные беседы обогащают внутренний мир ребенка, учат его анализировать собственные эмоции и поведение, а также подводят к пониманию чужих переживаний и поступков.



Развивая эмоциональную сферу своего ребенка, родителям необходимо учитывать следующие моменты.

1. Обогащать активный словарь ребенка словами, обозначающими различные эмоциональные состояния. Помогут в этом герои сказок и мультфильмов. Беседовать о том, какие эмоции испытывают герои в той или иной момент, как меняется их настроение и почему.
2. Называть эмоциональное состояние, точно определяя его словесно: «радость», «удивление», «грусть» и т.д. Запомнить самим и объяснить ребенку: чувства не делятся на «хорошие» и «плохие». Злость иногда помогает вскрыть недовольство чужим поведением или собраться и справиться с тем, что давно не получалось. Страх не дает забывать о правилах безопасности и поэтому позволяет быть осторожным.
3. Научить ребенка разделять чувства и поступки: нет плохих чувств, есть плохие поступки: «Владик рассердился на тебя, ударил. Он поступил плохо. Он не нашел подходящих слов, чтобы выразить свое недовольство».
4. С уважением относиться к чувствам малыша: он, как и взрослые, имеет право испытывать страх, гнев, грусть. Не призывайте его отказываться, например, от проявления гнева: «Не смей грубить мне!» Лучше помогите ему понять свое состояние: «Я понимаю, ты сердисься на меня из-за того, что я занималась с твоим маленьким братом».

Работа по развитию эмоций поможет взрослым (родителям и педагогам) понять мир переживаний ребенка, лучше узнать его состояние в различных ситуациях, понять, что именно его тревожит и радует. Это позволит (при необходимости) уделить особое внимание малышу, который испытывает эмоциональный дискомфорт, помочь преодолеть и исправить отрицательные черты характера.

Таким образом, окружающие ребенка взрослые смогут установить с ним более доверительные отношения, а это в свою очередь сможет облегчить процесс воспитания и развития.

