**Консультация для воспитателей.**

**"Развитие эмоциональной отзывчивости детей дошкольного возраста"**

**Подготовила: Супрун Т.И.**

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. Безусловно, неудивительно, что язык эмоций -это единый язык для всех людей Земли.

Эмоции воздействуют на все компоненты познания: на ощущение, восприятие, воображение, память и мышление. Хорошее настроение улучшает настроение. Человек быстро забывает то, что эмоционально нейтрально и не имеет для него значения.

На протяжении детства особенности эмоций (их сила, длительность, устойчивость) изменяются в связи в связи с изменением общего характера деятельности ребенка и ее мотивов, а так же в связи с усложнением отношений ребенка с окружающим миром. Наряду с переживаниями удовольствия и неудовольствия, связанные с удовлетворением и неудовлетворением непосредственных желаний, у ребенка возникают более сложные чувства, вызванные тем, насколько хорошо он выполнил свои обязанности, какое значение имеют совершаемые им действия для других людей и в какой мере соблюдаются им самим и окружающими определенные нормы и правила поведения.

Существенное значение для эмоционального развития детской личности имеет деятельность не только реальная, но и воображаемая, позволяющая эмоционально предвосхитить отдаленные последствия своих поступков. В процессе такого воображения происходит своеобразное проигрывание данной ситуации, во время которого можно обнаружить ценность для субъекта сложившихся обстоятельств или действий, которые в этих обстоятельствах могут быть выполнены.

Ребенок, достигший относительно высокого уровня эмоционального воображения, пытается, прежде чем приступить к решению задачи, предварительно проиграть в воображаемом плане различные варианты действия и предугадать их последствия для окружающих людей, а следовательно, и для него самого. Так он стремится определить направление своего последующего поведения, избегая тех поступков, которые может совершить под влиянием случайных обстоятельств и мимолетных желаний.

Существенным отличием эмоций от органических ощущений является их связь с предметным миром. За одним и тем же качеством эмоций может стоять бесконечное разнообразие предметных связей. Эмоция может лишь казаться беспредельной, но не являться таковой. Внимательное наблюдение позволяет обнаружить адресованность эмоций к чему-то внешнему, взволновавшему человеку, выведшему его из душевного равновесия. Вернемся еще раз к обсуждению проблемы жизненной роли эмоций, и в частности к той функции, которую они выполняют по отношению к мотивам поведения. Наиболее явно обнаруживается роль эмоций в реализации уже имеющихся у ребенка мотивов поведения. Есть основание предполагать, что эмоции играют существенную роль не только в регуляции деятельности в соответствии с уже сложившимися у ребенка потребностями, но и способствуют формированию, развитию и активизации мотивов.

По-видимому, эмоции оказывают специфическое влияние на актуализацию мотивов поведения. Например, у некоторых детей уже в известной мере сложились простейшие социальные мотивы поведения в виде стремления сделать что-то полезное для детей и взрослых, однако для реализации этого желания требуются особые условия. Так, старшим дошкольникам предлагают убрать помещение или, изготовить игрушку для малышей, чтобы им было удобно и интересно играть. Пока малыши, для которых надо что-то сделать, находятся вне поля зрения и дети плохо представляют себе их нужды и потребности, предложенная работа обычно выполняется без интереса и в большинстве случаев, не доводится до конца.

Отношение детей к предложенному заданию меняется, и эффективность его выполнения значительно возрастает, когда с помощью образных описаний и наглядных пособий (например, картин) взрослый пробуждает у ребенка эмоциональное воображение. Оно позволяет не только представить, но и прочувствовать, как плохо и неуютно малышу в неубранной комнате и без игрушек и как ему будет хорошо и радостно, когда работа, связанная с уборкой помещения или с изготовлением игрушек, будет доведена до конца. В этом случае эмоции придают мотивам действенный характер.

Остановимся и на роли эмоций в формировании новых мотивов поведения. Обычно новые формы деятельности ребенка организуются таким образом, чтобы эта деятельность привела к определенному социально значимому результату (трудовому, учебному и т. д.), но на первых порах, такого рода результаты в ряде случаев не являются содержанием мотивов поведения. Ребенок действует вначале под влиянием других, ранее развившихся побуждений (стремления использовать данную деятельность как повод для общения со взрослым, желания заслужить его похвалу, избежать его порицания). Конечный социально значимый результат в этих обстоятельствах выступает пока для ребенка как промежуточная цель, которая достигается ради удовлетворения другого рода побудительных мотивов.

Этот процесс может при неблагоприятных условиях надолго задержаться на данном уровне, и ребенок, например, долго будет учиться не ради обогащения знаниями, а для того, чтобы получить соответствующую отметку, или трудиться не ради изготовления полезного для окружающих продукта, а для того, чтобы избежать упреков и наказания. Однако истинный прогресс в развитии заключается в превращении целей деятельности в ее побудительные мотивы. Такое превращение является процессом сложным, для него недостаточно одного понимания ребенком значимости достигаемого результата.

Для того, чтобы мотивы приобрели побудительную силу, необходимо, чтобы ребенок приобрел соответствующий эмоциональный опыт. При определенной организации, социально значимая деятельность способна принести ребенку то эмоциональное удовлетворение, которое может перерасти его первоначальные побуждения.

Так, интеллектуальное наслаждение, которое ребенок получает при овладении новыми знаниями, может при правильной организации учебного процесса оказаться более богатым и волнующим, чем тревоги по поводу получения или неполучения соответствующей отметки, достижение которой ранее являлось основным побуждением в его деятельности. Подобно этому, удовлетворение при выполнении полезного для окружающих дела, усиливающееся чувство собственного достоинства ребенка, позволяющее ему пережить возможность выполнения более важных, более ответственных обязанностей, может глубже взволновать детскую личность, чем боязнь наказания или удовольствие от полученной похвалы.

Однако из условий возникновения у дошкольников сложных эмоций и чувств обнаруживаются взаимосвязь и взаимозависимость эмоциональных и познавательных процессов – двух наиболее важных сфер его психического развития: счастье имеет тенденцию способствовать выполнению познавательной задачи, тогда как несчастье тормозит ее выполнение. Положительные эмоции увеличивают мотивацию, а отрицательные ее уменьшают.

Разбалансировка чувств способствует возникновению эмоциональных расстройств, приводящих к отклонению в развитии личности ребенка, к нарушению у него социальных контактов.

Следовательно, развитие эмоциональной сферы дошкольников способствует социальному развитию ребенка и формированию детской личности.

Занятия строятся на материале близком и доступном детям, связанном с актуальными для них проблемами.

На занятиях большое внимание уделяется сохранению тесной взаимосвязи знания, чувства, поведения, в раскрытии и осмыслении решаемых проблем. То, что познается детьми, проводится через эмоциональную сферу, чтобы ребенок мог почувствовать другого человека, его проблемы, откликнуться на его эмоциональное состояние, обогащая этим свою личность.

Основными структурными элементами являются: психогимнастические упражнения, этюды, беседы, игры, рисование.

**Этюды** – упражнения на восприятие внешнего выражения эмоций. Определить особенности внешнего проявления эмоциональных состояний можно по мимике выразительным движениям мышц лица, пантомимике – выразительным движениям всего тела, по вокальной мимике – выразительным свойствам речи. Восприятие внешнего выражения эмоций возбуждает ответные эмоциональные переживания и реакции у людей и играет ведущую роль в человеческом общении. Имитация детьми различных эмоциональных состояний имеет психопрофилактический характер. Во-первых, активные мимические и пантомимические проявления чувств помогают предотвратить перерастание некоторых эмоций в патологию. Во-вторых, благодаря работе мышц лица и тела обеспечивается активная разрядка эмоций.

Рисование эмоций помогает обучать детей навыкам адекватного восприятия и выражения эмоций. Рисование помогает снимать напряжение у детей. С помощью цвета ребенок может сигнализировать о своем эмоциональном состоянии. Сам процесс рисования способен влиять на поведение детей: они делаются спокойнее и доступнее.

**Игры и упражнения**

Беседа о чуткости

– Сегодня я прочту вам стихотворение. У него нет названия (заглавия). Вы должны сами его назвать (озаглавить).

Папа разбил драгоценную вазу.  
Бабушка с мамой нахмурились сразу.  
Но папа нашелся: взглянул им в глаза  
И робко и тихо “простите” сказал.  
И мама молчит, улыбается даже:  
– Мы купим другую, есть лучше в продаже...  
“Простите!” – казалось бы, что в нем такого?  
А вот ведь какое чудесное слово!

Н. Юсупов

|  |  |
| --- | --- |
| http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/314281/Image895.gif | * Какую вазу разбил папа? (Драгоценная – это значит красивая, дорогая.) * Почему нахмурилась мама и бабушка? * Как вы понимаете слово “но папа нашелся”? * Что папа сказал? (Папа не просто сказал, он взглянул в глаза и тихо сказал. Вежливые слова – очень важные слова, и их нужно уметь говорить.) * Каким же оказалось слово простите? * Как мы озаглавим это стихотворение? |

После того как дети придумают несколько названий, воспитатель должен сказать, что это стихотворение будет называться по-разному, так, как его придумали дети.

Заботливая подруга

Лена и Катя очень дружили. Но вот Катя заболела и долго не ходила в детский сад. Лена скучала и ни с кем не хотела играть. Каждый день она спрашивала у своего воспитателя, Галины Николаевны, скоро ли придет Катя? Но Галина Николаевна не знала – девочка поправлялась медленно.

Однажды пришла Лена в группу, подошла к Галине Николаевне и говорит: “Сегодня я попрошу маму, чтобы мы пошли к Кате”.

Галина Николаевна ласково посмотрела на девочку и говорит: “Очень хорошо, Леночка, что ты такая заботливая подруга, но ходить тебе к Кате пока нельзя. Лучше ты нарисуй рисунок, а я его передам Кате”.

|  |  |
| --- | --- |
| http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/314281/Image896.gif | * Почему Лене нельзя было пойти к Кате? * Как вы пожжете позаботиться о заболевшем друге? |

**Методы саморегуляции и снятия психоэмоционального напряжения у детей**

Нередко родителей тревожит появление у детей несобранности, излишней активности, напротив, замкнутости, робости, а часто агрессивности, плаксивости. Уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Все это признаки внутреннего психо-эмоционального напряжения, следствие какой-то “детской” проблемы, в которой взрослые еще не разобрались. Как помочь ребенку в такие моменты? Самое правильное – научить его помогать самому себе, то есть познакомить с методами саморегуляции. Некоторые упражнения ребенок сможет выполнить самостоятельно, в других ему должны помочь родители или взрослые. Автор научила этим методам огромное количество детей, и они успешно ими пользуются. Ребенок много может сам, родители способны понять и успокоить его. Вот и успокойте!

*“Возьмите себя в руки” (для детей с 5 лет)*

Ребенку говорят: “Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди - это поза выдержанного человека”.

*“Врасти в землю” (для детей с 5 лет)*

“Попробуй сильно-сильно надавить пятками на пол, руки сожми в кулачки, крепко сцепи зубы. Ты – могучее, крепкое дерево, у тебя сильные корни, и никакие ветры тебе не страшны. Это поза уверенного человека”.

*“Ты – лев!” (для детей с 5 лет)*

“Закрой глаза, представь льва – царя зверей сильного, могучего, уверенного в себе, спокойного и мудрого. Он красив и выдержан, горд и свободен. Этого льва зовут, как тебя, у него твое имя, твои глаза, твои руки, ноги, тело. Лев – это ты!”

*“Просыпайся, третий глаз!” (для детей с 5 лет)*

“Человек видит не только глазами. Мудрость и ум, выдержка и спокойствие могут проснуться в твоем третьем глазе. Вытяни указательный палец, напряги его и положи на лоб между бровей над носом. Здесь твой третий глаз, глаз мудрости. Помассируй эту точку, приговаривая: “Просыпайся, третий глаз, просыпайся, третий глаз...” 6–10 раз.

**Игры и упражнения на снижение агрессии и ослабление негативных эмоций**

Злой, агрессивный ребенок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, “гроза” дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

Такие дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать других. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокаиваются до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку. Например, такой ребенок будет сознательно одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит ее крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешения и ласку от мамы, успокоится. Не правда ли, очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребенка единственный механизм “выхода” психо-эмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

Причины агрессивности почти всегда внешние: семейное неблагополучие, лишение чего-то желаемого, разница между желаемым и возможным.

Только поняв и приняв это, взрослые “догадаются”, что ребенок ни в чем не виноват, и если его не будут обижать, то он будет доброжелателен и приятен в общении.

Обнаружив у своего ребенка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в описанные в данном разделе игры, полезными будут и игры из разделов о нарушениях в общении и использовании методов художественного творчества, танцевальной и двигательной терапии.

*“Подушечные бои” (для детей с 5 лет)*

Для игры необходимы маленькие подушки. Играющие кидают друг в друга подушками, издавая победные кличи, колотят друг друга ими, стараясь попадать по различным частям тела. Сюжетом игры может быть “Сражение двух племен” или “Вот тебе за...”

**Замечание:** Игры начинает взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия, снимая запрет на агрессию.

*“Выбиваем пыль” (для детей с 4 лет)*

Каждому участнику достается “пыльная” подушка. Он должен, усердно колотя руками, хорошенько ее “почистить”.

*“Детский футбол” (для детей с 4 лет)*

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на 2 команды. Взрослый – судья. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

**Замечание:** Взрослый следит за соблюдением правил: нельзя пускать в ход руки и ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.