**Статья по теме: Как развить эмоции у детей?**

**«Ребёнок учится тому,**

**что видит у себя в дому:**

**Родители пример ему.**

**Коль видят нас и слышат дети,**

**Мы за дела свои в ответе.»**

**Себастьян Брант**

**Цель: повышение компетентности родителей в вопросах проявления**

**эмоций и как можно развивать эмоции у детей.**

Люди – существа эмоциональные. Разнообразные эмоции мы испытываем

каждый день. Если мы счастливы, то нам кажется, что мир радуется вместе

с нами. Если мы чем-то недовольны, то и мир окрашивается в грустные тона.

Когда что-то нас сердит, то и окружающие усиливают раздражение.

Дети проявляют эмоции более ярко и непосредственно, чем мы, взрослые.

Сжатые кулачки, громкий смех и плач, надутые губки – всё это проявление

детских эмоций, благодаря им мы, взрослые, можем понимать как дети отно-

сятся к тем или иным событиям. Эмоции бывают отрицательные и положи- тельные. Причины возникновения отрицательных эмоций у ребёнка могут

быть совершенно разные. Это могут быть: частые негативные эмоциональные

состояния взрослых, решающих свой конфликт при ребёнке; противоречие

между сильным желанием что-то получить и невозможностью удовлетворить

его; повышенные требования к ребёнку, неуверенному в своих силах.

Но самая частая причина – это состояние стресса, которое испытывает ребёнок у авторитарных родителей. Они постоянно приказывают выполнить

их волю, применяют угрозы, обвинения, оскорбления. В то время, как правиль-

ней было бы провести с ребёнком совместный анализ возникшей проблемы.

В мир эмоций ребёнок вступает один, без поддержки взрослых и их муд-

рых советов. Однако детские эмоции нуждаются в постоянном развитии и это

достигается путём проявления одобрения и внимания со стороны взрослых.

Похвала и выделение ребёнку всего нескольких минут, в любых ситуациях,

играют огромную роль в формировании его как личности, они послужат пло- щадкой для достижения дальнейших успехов. В противном случае у малыша

наступит спад эмоций, который приведёт к пассивности, пессимизму.

Когда вы ваше внимание акцентируете даже на маленьком успехе ребён-

ка, то это создаёт положительную атмосферу для его творчества и самооценки.

Таким образом ребёнок учится верить в собственные способности и силы.

Однако, тут надо и не перестараться. Дети очень чутки к эмоциональной

фальши. Довольно часто встречаются ситуации, когда ребёнку запрещают внешне проявлять определённые эмоции. Малыш, который пытается вести

себя непринуждённо и естественно получает много замечаний взрослых.

В результате ребёнок начинает прятать внутри себя страх, гнев, неуверенность,

обиду, т.к. не хочет быть непонятым, неприятным, смешным. Но есть взрослые,

которые просто наказывают ребёнка за проявления им отрицательных эмоций,

вместо того чтобы задуматься о причинах частых капризов и нередкого раздра-

жения ребёнка. Скорее всего, это сигнал, который может говорить о неблагопо-

лучных отношениях в семье или в коллективе сверстников.

На фоне положительных эмоций лучше развиваются все психические про-

цессы. Благодаря памяти эмоциональной долго помнятся пережитые события.

Эффективному выполнению разнообразных познавательных задач способствует

ощущение счастья и радости, оно также мотивирует к учебной деятельности,

повышает способность к волевому усилию.

Сбаллансированность эмоций необходима для психического здоровья ребёнка, поэтому важно не просто развивать положительные эмоции, но и не

бояться отрицательных, неизбежно возникающих в процессе нашей деятель- ности.

Игрушки, которые окружают ребёнка, играют большую роль в формиро- вании его эмоциональной сферы. Рекомендуется приобретать игрушки для

малыша, которые соответствуют его возрастным потребностям и чтобы они вызывали только положительные эмоции.

Искусство занимает особое место в развитии эмоциональной сферы ребён-

ка. Можно с малышом прослушивать детские песенки, рисовать, ходить на выставки и концерты. Произведения искусства вызывают способность сопере-

живать. Ребёнок испытывает всю гамму человеческих чувств, при этом совер-шенствуется его мышление, он становится более чутким к красоте и в жизни.

Огромную роль в формировании позитивных эмоций играют сказки. Читать

с малышом перед сном нужно выразительно, с яркими эмоциями, а затем побе-

седовать о поступках героев, причинах и следствиях.

Ребёнка можно и нужно научить находить самые разные источники положи-тельных эмоций, главное – чтобы они не были материальными.

Их легко можно найти повсюду: во время прогулки обратить внимание

на рисунок крыльев бабочки, благоухание цветов, песни птиц. При этом очень

важно радоваться вместе с ним.

Ещё одним важным моментом в воспитании ребёнка является фокусирование

его внимания на положительных моментах в его общении со сверстниками.

Можно предложить ребёнку нарисовать радостные моменты , которые он пере-

жил за прошедший день и поговорить с ним о ситуациях, в которых он испытал

чувство радости и удовольствия. Таким образом можно ребёнка научить фик-сировать его внимание на положительных эмоциях, позднее он начнёт осозна-

вать их сам.

Игры являются самым лучшим способом развития эмоционального мира.

В процессе игрового взаимодействия расширяется детский эмоциональный

словарь, который даст возможность обозначить словом те эмоции, которые

захлёстывают и переполняют ребёнка, в доступной форме объяснить ему,

как лучше понять то или иное состояние – своё или других детей.

Игровое упражнение «Первый снежок»

Цель:учить детей передавать заданное эмоциональное состояние,используя

различные выразительные средства.

Ведущий: «Долгое время моросил противный дождик.Задувал ветер.На улице

было грязно и уныло.Ребят Петю и Наташу не выпускали на прогулку.Вот и

сегодня они подумали,что опять не пойдут гулять.Дети подошли к окну и за-

мерли от изумления:земля,машины,деревья были покрыты белым-белым

снегом.Чисто и очень красиво!Ура!Пойдем на прогулку!»

Ребята,что почувствовали дети,увидев первый снежок и поняв,что наступила

зима?

Правильно!Они почувствовали радость!

Как вы можете показать ваше хорошее настроение?

Да,можно улыбнуться,подпрыгнуть от радости,захлопать в ладоши,прищурить

от удовольствия глаза!Ура,у нас все получилось!Мы молодцы!