**Развитие эмоционально – личностной сферы старших дошкольников и его влияние на психологическое благополучие ребенка**

Педагог-психолог МКДОУ БГО ЦРР – детского сада №11

Пащенко Нина Михайловна

Особое место в психическом развитии детей дошкольного возраста занимают эмоции. Эмоции — особый класс субъективных психологических состояний, отражающихся в форме непосредственных переживаний по отношению к окружающему миру и людям. К классу эмоций относятся настроения, чувства, аффекты, стрессы. Они включены во все психические процессы и состояния человека.

Изучением эмоциональной сферы человека занимались многие исследователи. Физиологи, психологи разрабатывали теории эмоций (Ч. Дарвин, У. Джемс, К. Ланге, У. Кеннон, П. Бард, Л.Фестингер, П.В. Симонов). Психологом К. Изардом были выделены *основные* *эмоциональные* *состояния:* интерес, радость, удивление, страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд.

Многие психологи занимались исследованием развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста (Запорожец А.В., Неверович *Я.* *З.,* Кошелева А.Д., Кулагина И.Ю., Минаева В.М. и др.) По мнению А.В. Запорожца, в вопросе развития эмоциональной сферы детей очень важным является включение их в совместную с другими детьми и взрослыми деятельность. Эта деятельность позволяет ребенку *пережить,* *прочувствовать* различные эмоциональные состояния.

Эмоции - это своеоб­разный калейдоскоп впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, од­новременно познавая его. Эмоциональную жизнь старшего дошкольника формиру­ют взаимоотношения с воспитателем, отно­шения в семье с родителями, коллектив группы - отноше­ния с детьми и положение в коллективе.

Психологической наукой доказано, что у ребенка в возрасте 3-7 лет происходят качественные изменения в сфере эмоций, преоб­разуются взгляды на мир и отношения с окружающими. Малыши, напри­мер, живо и непосредственно реагируют на все происходящее. Стар­шие дошкольники со временем начинают осознавать и контролировать эмоции. Главное направление развития эмоциональной сферы дошкольника – проявление способности управлять эмоциями, т.е. произвольность поведения. Развитие возможности управлять своим поведением составляет один из существенных моментов, образующих психологическую готовность к обучению в школе.

Я обратила внимание на то, что заботясь о физическом и познавательном развитии ребенка, взрослые не всегда уделяют достаточное внимание эмоциональному развитию, которое напрямую связано с психологическим и социальным благополучием ребенка. По-моему мнению, воспитание и обучение дошкольника должно быть ориентировано как на развитие когнитивных процессов, так и на развитие чувственной сферы ребенка. Еще А. В. Запорожец, отмечая значимость развития эмоциональной сферы, говорил о необходимость «выращивать», воспитывать и развивать эмоции дошкольника.

Мы учим ребенка ходить, показываем, как держать ложку и ка­рандаш, учим читать и писать. Мы предельно внимательны к формированию у ребенка знаний об окружающем мире. Но в мир чувств и эмоций зачастую ребенок вступает без провожатого, без поддержки и совета. А ведь эмоциональная сфера сама по себе стать совершен­ной не может. Ее необходимо внимательно изучать и бережно раз­вивать.

В наши дни уместно вспомнить феномен "засушенного серд­ца", открытый еще Л.С. Выготским. Под этим термином понимается черствость, обедненность или даже полное отсутствие чувств во взаимоотношениях людей. Сложность нынешней ситуации состоит именно в том, "обесчувствованию" людей способствует сама современная жизнь, в которую напрямую включен ребенок. Например, подолгу находясь у телевизора или компьютера, маль­чики и девочки стали меньше взаимодействовать со взрослыми и сверстниками. А ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому дети и становятся более эгоистичными, эмоционально изолированными, переутомленны­ми и менее отзывчивыми к чувствам других.

Родители и педагоги нередко обращаются в психологическую службу нашего ДОУ за помощью, сталкиваясь с такими трудностями в поведении детей, как частая смена настроения, повышенная раздражительность, плаксивость, утомляемость. Дети грызут ногти, крутят волосы, плохо засыпают, много и бесцельно двигаются. Велико число запросов по проблемам гиперактивности, агрессивности, замкнутости, тревожности у дошкольников. Такие проявления у детей иногда приводят к возникновению конфликтов с другими детьми, трудностям в общении с родителями и педагогами. В целом, нельзя не отметить, что в последние годы увеличилось число детей с нарушениями психоэмоционального развития.

Отсюда следует, что работа, направленная на развитие эмоционально-личностной сферы очень актуальна и важна.

Наблюдая за детьми, их общением и поведением, работая с ними, я поняла, что **проблема** заключается в том, дети затрудняются выражать свое эмоциональное состояние социально приемлемым способом, рассказывать о своем внутреннем мире, зачастую им сложно понять, описать свое эмоциональное состояние и чувства других людей. В связи с этим могут дошкольники испытывать эмоционально-психологическое неблагополучие. К тому же, в дошкольном возрасте еще не сформирована способность управлять своими эмоциями и контролировать свое поведение. Так, еще В. С. Мухина, рассматривая проблему развития эмоциональной сферы ребенка, отмечала, что дошкольник находится «в плену» эмоций.

Я пришла к выводу, что развитие и коррекция недостатков эмоционально-личностной сферы, необходимо рассматривать в качестве одного из наиболее важных направлений работы детского психолога. В связи с этим мною была запланирована и проведена работа по развитию и коррекции эмоциональной сферы и профилактике возникновения эмоционального дискомфорта у детей. Велась она мною по трем направлениям: с детьми, родителями, педагогами.

Для детей старшего дошкольного возраста была разработана комплексная система коррекционно-развивающих занятий направленных на развитие эмоциональной сферы личности ребенка. На занятиях были использованы такие методы как:*игротерапия (*сюжетно-ролевые игры;игры-упражнения на эмоции и эмоциональный контакт;коммуникативные игры;дидактические игры);*арттерапия (*рисование;танец;музыкально-ритмические движений); *сказкотерапия; психогимнастика, телесно-ориентированные методы, психомышечная тренировка, посещение уголка психологической разгрузки.*

 Каждое занятие носило интегрированный характер, имело определенную тематику и структуру (приветствие, разминка основная часть, рефлексия, прощание). Например, занятие «Веселый, грустный или…» было направлено на формирование у детей знаний об эмоциях, о том как проявляются. На этом занятии было использовано сказкотерапевтическое упражнение «Чудо - острова», где детям предлагалось выбрать понравившийся кораблик. На ковре я выкладывала вырезанные различные по форме острова. Остров Удивления, остров Радости, остров Печали. Предлагала детям занять понравившийся остров. Большинство детей отдавали предпочтение острову Радости. С участниками была проведена беседа, где обсуждались вопросы - почему ребенок сделал такой выбор, в каких случаях люди радуются, а в каких печалятся. На одном из занятий был использован арттерапевтический этюд «Совместный рисунок «Я+Ты» направленный на развитие способности чувствовать состояние другого человека, развитие навыков взаимодействия со сверстниками. На полу необходимо расстелить листы бумаги в рост ребенка. Дети начинают игру парами. Один ребенок ложится на большой лист бумаги, а второй обводит одну сторону его тела фломастером. Потом они меняются.  В ре­зультате получается один общий портрет. После этого дети самостоя­тельно раскрашивают свою половину и дают получившемуся на портрете ребенку имя, состоящее из частей своих имен.

Первым шагом в работе с родителями было налаживания контакта, в процессе индивидуальных консультаций, на родительских собраниях. Оформление в группах информационных уголков для родителей, где помещались консультативные материалы. В специальных папках размещались подборки методических рекомендаций для родителей составленных мной  на темы: «Как правильно взаимодействовать с детьми», «Любовь без условий», «Необходимо ли детям наказание?», «Как быть с детской агрессией», «Детские страхи» и др.

Следующим шагом в работе по развитию и коррекции эмоциональной сферы у детей и профилактики возникновения эмоционального неблагополучия была организация работы родительского клуба «Родничок». Задачи работы клуба: информирование родителей о развитии эмоциональной сферы ребенка, сохранение социально-психологического благополучия детей и родителей, укрепление детско-родительских отношений.

Работа родительского клуба реализовывалась в различных формах: заседание, родительское собрание, тематическая консультация, круглый стол, семинар–практикум, тренинг, дискуссия, делова игра, семейные альбомы, газеты. Интересной формой работы с родителями стало использование  закрытых ящиков, (в виде почтового ящика) для предложений. Анонимные записки, где родитель мог выразить свое отношение к группе, идеи по оформлению, советы, предложения и т.д.

Содержание работы по третьему направлению, заключалось в оказании психологической и информационной помощи педагогам. Приоритетные задачи: ознакомить педагогов с особенностями и закономерностями развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста; обучить адекватным способам взаимодействия с детьми с определенными трудностями; помочь создать условия, способствующие повышению эмоционального комфорта в группе и стимулирующие развитие положительных сторон личности ребенка.

С педагогами проводились индивидуальные консультации, семинары- практикумы, тренинги и мини-тренинги. Систематически для педагогов проводились релаксационные паузы для снятия эмоционального напряжения, использовались различные приемы изотерапии, ауторелаксации, музыку, упражнения-медитации. Все это способствует повышению чувства эмоционального комфорта у педагогов, что опосредованно влияет и на повышение чувства комфорта у детей.

Опираясь на результаты повторной психодиагностики, отзывы родителей и педагогов, я пришла к выводу, что работа по эмоционально-личностному развитию детей старшего дошкольного возраста дала хорошие результаты.

Эмоционально-личностное развитие детей является одним из компонентов деятельности дошкольного учреждения, направленной на обеспечение преемственности воспитательно-образовательного процесса дошкольного учреждения и школы и облегчение перехода детей к выполнению важной социальной функции – функции ученика. В перспективе я планирую продолжать работу в том же направлении, помогая посредством различных форм и методов работы подготовить детей к следующему шагу в большую жизни – к лучшей адаптации в школе.