(cc) BY

Гребеникова Ирина Васильевна
воспитатель
Тарасова Татьяна Петровна
воспитатель
МБДОУ Д/С №72 «Мозаика»
г. Белгород, Белгородская область

КАК ПОМОЧЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА

Аннотация*: в статье рассмотрена проблема эмоционального развития ребенка. Авторы подчеркивают важность эмоциональной готовности детей к общению с окружающим миром.*

Ключевые слова*: эмоциональное развитие, эмоции.*

Цель: показать важность эмоциональной готовности детей к общению с окружающим миром.

Задачи:

1) изучить теоретические основы эмоционального развития личности ребенка;

2) способствовать осознанию собственных эмоций;

3) развивать способность выражать свои эмоции;

4) формирование навыка управлять собственными чувствами и способами поведения;

5) формировать умение выражать свои негативные эмоции социально – приемлемыми способами.

Люди уже рождаются с определенной системой эмоций. У детей младшего возраста она представляет собой реакции на внешние и внутренние стимулы, которые выражаются с помощью мимики, голоса и жеста.

Так как же способствовать эмоциональному развитию ребенка?

Коммуникация с внутренним миром, то есть понимание самих себя и механизмов возникновения собственных эмоций. Если взрослые позволяют ребенку свободно выражать эмоции, он понимает, что они разрешены, их прини-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

мают и ценят. Если ребенку не позволено выражать определенные эмоции, например беспокойство или гнев, он теряет контакт со своим внутренним миром. Подавление эмоций может вызвать различные симптомы. При этом ребенок также упускает возможность обучиться способам проявления эмоций и чувств, которые допустимы в социуме.

Коммуникация с внешним миром: окружением, родителями, близкими и т. д. Ребенок убеждается в том, что испытывать эмоции – это нормально. Важно позволять ребенку не только чувствовать, но и выражать свои эмоции. От них напрямую зависит его поведение. Поэтому, чтобы понять причины поведения ребенка, нужно сначала понять, что он чувствует.

Взрослые должны помочь ребенку социализироваться, то есть научиться корректировать или сдерживать проявление некоторых эмоций: «Я вижу, что ты взволнован, но давай не будем кричать». «Я знаю, что ты злишься, но пожалуйста, не кусайся». В младшем возрасте дети выражают свои эмоции как с помощью слов, так и с помощью действий (кричит, кусается и т. д.). Родителям следует научить ребенка называть и объяснять свои эмоции.

Взрослые должны максимально способствовать тому, чтобы ребенок испытывал интерес и радость. Чувство интереса и удовлетворенности ребенок выражает с помощью игры. Игра очень важна для него, она вызывает у него веселье и оптимизм.

Устраняйте причины негативных эмоций (печаль, гнев, страх, стыд и отвращение). Родителям нужно выяснить причины, вызвавшие негативные эмоции у ребенка, и помочь справиться с ними. Понимание того, что помощь близко, малыш успокаивается, и со временем он сам становится спокойнее, а также учится самостоятельно справляться с причинами негативных эмоций.

Не следует допускать, чтобы страх или стыд влияли на поведение ребенка. Взрослые не должны вызывать у него эти эмоции с воспитательной целью. В ситуации, когда ребенку угрожает опасность (например, когда он находится около раскаленной плиты), можно объяснить ему ситуацию, не пытаясь при этом его запугать. Провоцирование стыда в воспитательных целях занижает

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

самооценку ребенка. Для его психического развития гораздо полезнее использовать похвалу и поощрения, которые вызывают у него интерес и удовлетворение.

Положительные и отрицательные эмоции тесно взаимосвязаны. Иными словами, для того, чтобы испытать положительные эмоции, часто требуется выдержать стресс и негатив.

Итак, мы рассмотрели различные эмоции, которыми человек обладает с рождения. Вначале они представляют собой ответные реакции на различные стимулы. Когда мы взрослеем, эти реакции соединяются с нашим опытом, формируя сложную систему эмоций. Эти эмоции и определяют наше поведение.

Список литературы

1. Анисимов В. Эмоциональная саморегуляция детей: механизмы и условия развития / В. Анисимов // Дошкольное воспитание. – 2010. – №3.

2. Выготский Л.С. Эмоции и их развитие в детском возрасте / Л.С. Выготский // Собр. соч. – Т. 2. – М., 1982.

3. Как помочь эмоциональному развитию ребенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.saphris.ru/kak-pomoch-emocionalnomu-razvitiyu-rebenka/ (дата обращения: 07.10.2022).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)