**Консультация**

**«Как развивать понятие эмоций у младших дошкольников»**

*Старший воспитатель МКДОУ «Подгоренский детский сад №1»*

На фоне прогрессивных изменений в сфере образования (внедрения ФГОС) мы видим, что существующая модель  воспитания меняется, несколько меняются и приоритеты воспитания и обучения детей в дошкольных учреждениях. Социальный портрет ребенка семи лет, говорит нам о том, что наш выпускник в первую очередь должен обладать таким набором качеств как:

**(Сл. №2)**

* физически развитый; овладевший основными культурно-гигиеническими навыками;
* любознательный, инициативный, активный;
* эмоционально отзывчивый;
* овладевший средствами общения, взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
* способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения;
* способный решать интеллектуальные и личностные задачи  (проблемы), адекватные возрасту;
* имеющий первичные представления о себе, семье, обществе (ближайшем  социуме), государстве (стране), мире и природе;
* овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности;
* овладевший необходимыми умениями и навыками.

**(Сл. №3)**

**Эмоциональная сфера является важной составляющей** в развитии дошкольников, так как никакое общение не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, понимать эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств также является важным моментом в становлении личности растущего человека.

**(Сл. №4)**

Выделяют такие основные характеристики формирования эмоциональной сферы детей раннего возраста (1-3 года):

* отсутствие эмпатии;
* характерные эмоциональные реакции связаны  с непосредственными желаниями;
* эмоциональность обусловлена конкретной ситуацией: может ли получить предмет, успешно ли действует с игрушкой, помогает ли ему взрослый;
* отсутствует соподчинение мотивов;
* ребенок не в состоянии принять решение, сделать выбор;
* присутствует эгоцентризм;
* зарождается самосознание (узнавание себя в зеркале, называние себя по имени, переживание кризиса 3-х лет «Я- сам», употребление в речи местоимения «Я»);
* появляется первичная самооценка «Я хороший». Как правило, в этом возрасте она максимально завышена;
* восприятие аффективно окрашено;
* включаясь в действие, ребенок не предвидит последствий;
* важна оценка взрослого (похвала – порицание);
* реакция на оценку взрослого, аффект – последнее звено в цепочке реакций.

**(Сл. №5)**

 Эмоциональное благополучие формируется под влиянием воспитания и обучения, в ходе приобретения индивидуального жизненного опыта.

Главную роль в развитии эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста  приобретает  фигура взрослого - воспитателя, позволяющая создать оптимальные условия для  эмоционального благополучия ребенка.

Основная задача педагога – воспитателя заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять.

Одним из главных условий,  способствующих эмоциональному развитию детей, считают организацию в группах дошкольного учреждения *эмоционально-развивающей среды*.

**(Сл. №6)**

***Эмоционально развивающая среда* –**это создание эмоциональной поддержки и стабилизации эмоционально комфортной атмосферы в группе, создающая соответствующий эмоциональный настрой.

Была разработана следующая компонентная структура эмоционально - развивающей среды ДОУ:

**(Сл.№7)** – отношения между участниками совместной жизнедеятельности;

**(Сл. №8** – режимные моменты, организующие процесс пребывания ребенка в группе детского сада – внешняя обстановка (цветовое решение, удобство мебели и пр.);

**(Сл. №9)** – организация занятости детей – игры,

**(Сл. №10)**  **-** занятия, сюрпризные моменты;

**(Сл. №11)** – проведение психогимнастических упражнений с детьми.

Уточним содержание каждого из компонентов эмоционально развивающей среды для группы детей раннего возраста.

**(Сл. № 12) Эмоционально-поддерживающий компонент среды**

К этому компоненту относятся эмоционально поддерживающие взаимоотношения между участниками совместной жизнедеятельности в ДОУ.

Маленький ребенок, придя в детский сад, испытывает потребность быть принятым, получить эмоциональную поддержку и внимание окружающих. Решающая роль в создании эмоциональной атмосферы в группе принадлежит воспитателю, его собственному эмоциональному настрою, отношению к детям, эмоциональным особенностям поведения и речи, а также эмоциональной устойчивости. Особое значение имеет материнская функция педагога, проявляющаяся в теплом, сердечном и эмоционально поддерживающем отношении к каждому малышу, в готовности прийти на помощь.

Важнейший сигнал положительного эмоционального состояния ребенка – выражение радости (улыбка, смех). Радостные переживания благотворно влияют на организм человека.

**(Сл. № 13)**

Чувствуя себя принятым, ребенок активно исследует мир, осваивает новые навыки, испытывая при этом радость от достижения. Во многом эмоции ребенка раннего возраста – это эмоции окружающих его людей.

Окружающие должны делиться своей радостью с ребенком, позволяя ему «присоединиться» к чужой эмоции, в результате действия механизмов социального научения у ребенка формируется и развивается эмоция радости. Постепенно круг обстоятельств, вызывающих радость ребенка, расширяется: он начинает испытывать радость от игры, общения со сверстниками, учения и т.п.

**(Сл. №14)** Особую роль в развитии эмоциональной сферы играет подкрепление эмоциональной реакции ребенка соответствующим действием: если ребенок ласкается, его необходимо обнять и поцеловать, если он шалит – выразить недовольство.

**(Сл №15)** Как говорил А. Маслоу, любому ребенку необходимо, чтобы на него обращали внимание, откликались на проявленные им эмоции. Если этого не происходит, ребенок начинает «накапливать» эмоции, и, переполняясь ими, демонстрирует внезапные бурные реакции. Часто истерика представляет собой выход накопившегося эмоционального напряжения. Нарушения поведения, демонстрация негативных эмоции являются для воспитателя индикатором нарушения эмоционального благополучия ребенка, неудовлетворения его базовых потребностей**.**

**(Сл. №16) Эмоционально-настраивающий компонент среды**

Под ним подразумевается особенности внешней обстановки – благоприятное цветовое оформление, удобная мебель, комфортный температурный режим, пространственное решение группы и пр.

Ребенок должен получать достаточное количество впечатлений, обеспечивающих активное состояние коры головного мозга и способствующих его психическому развитию. Следовательно, для эффективного развития эмоциональной сферы необходимо обеспечение различных сенсорных раздражителей и условий для двигательной активности: сенсорные уголки, яркие игрушки (заводные, звучащие, сделанные из разного материала), красочные эмоционально окрашенные предметные и сюжетные картинки, место для подвижных игр со сверстниками, детские книги, музыкальное сопровождение и т.п.

**(Сл. №17)** При формировании пространственной структуры группы должно выделятся «я-пространство» (пространство личных переживаний, проблем и способов их решения; событийное пространство; пространство взаимоотношений и взаимодействия с детьми, воспитателями; пространство предметное).

**(Сл. №18)** Индивидуальные игрушки, шкафы для личных вещей - это некие символы личной территории ребенка. Дети заботятся о ней.

**(Сл. №19)** В этом возрасте дети не умеют хорошо взаимодействовать со сверстниками, предпочитая игры рядом. Поэтому стоит организовать игровые зоны одновременной игры для 2-3 человек, а также учесть возможность организации совместной деятельности взрослого и ребенка, т.к. взрослый – это основной партнер в играх и занятиях ребенка (большая мебель, удобный подход к игровому уголку). Все игрушки размещаются на открытых стеллажах. Замена игрушек делается периодически. Выкладывают их не много, чтобы не затруднять выбор ребенка и не пропадал интерес к ним*.*

Предметная среда, организованная сообразно доминантам возрастного и индивидуально-типологического развития ребенка, помогает обеспечить полноценное развитие ребенка и создать эмоционально настраивающую атмосферу в группе.

**(Сл. №20) Эмоционально-стабилизирующий компонент среды**

Основное содержание данного компонента – обеспечение стабильности окружающей среды, способствующее устойчивому чувству безопасности и эмоционального комфорта.Ощущение безопасности связывается с повторяемыми событиями, ежедневное чередование которых несет стабильность, уверенность. Именно поэтому для малыша 2-3 лет так важны режимные моменты.

**(Сл. №21)** Кроме того, режим дня позволяет удовлетворить потребность ребенка владеть ситуацией (знать, что можно ожидать, какие события произойдут).

Эффективно воздействуют на психическое состояние детей, снимая напряжение и стресс **(Сл. №22,№23)** закаливающие процедуры.Но для достижения должного результата должны быть созданы соответствующие условия.

Известно, что физическая нагрузка является лучшим средством для снятия нервного напряжения**.**

В некоторых случаях режим не помогает. Существует такой термин, как социальные эмоции. Социальные эмоции - основа поведения ребенка, причина его благополучия или неблагополучия.

**(Сл.№24)** Под эмоциональным неблагополучием понимается отрицательное самочувствие ребенка. Главной причиной выступает неудовлетворенность ребенка общением со взрослыми, прежде всего с родителями и со сверстниками.

Недостаток тепла, ласки, разлад между членами семьи, отсутствие тесных эмоциональных контактов с родителями приводит к формированию у ребенка тревожно-пессимистических личностных ожиданий. Их характеризует неуверенность малыша, чувство незащищенности, иногда страх в связи с прогнозируемым отрицательным отношением взрослого.

Такое отношение взрослого провоцирует у ребенка упрямство, нежелание подчиняться требованиям родителей, то есть является серьезным "психологическим" барьером между взрослым и детьми.

(**Сл. №25)** Тогда как тесные, насыщенные эмоциональные контакты, при которых ребенок является объектом доброжелательного, но требовательного оценочного отношения как личность, формирует у него уверенно-оптимистические личностные ожидания. Для них характерно переживание возможного успеха, похвалы, одобрения со стороны близких взрослых.

(**Сл. №26)** Другой существенной причиной, вызывающей эмоциональное неблагополучие, являются индивидуальные особенности ребенка, специфика его внутреннего мира (впечатлительность, восприимчивость, ведущие к возникновению страхов). Чаще всего страхи порождаются болью, инстинктом самосохранения.

В раннем детстве для малыша непереносима даже короткая разлука с матерью, поэтому ребенок становится плаксивым, плохо засыпает и просыпается в слезах, а днем старается быть поближе к матери.

**(Сл. №27)** Эмоциональный комфорт в семье, внимание к чувствам и переживаниям малыша, готовность прийти на помощь предупреждают детские страхи.

**(Сл. №28)** Неоправданно строгая позиция взрослого и неадекватные средства воспитания приводят к перенапряжению нервной системы и создают благоприятную почву для появления страхов. К таким средствам воспитания относятся угрозы, суровые или телесные наказания (шлепки, удары по рукам, голове, лицу), искусственное ограничение движений, пренебрежение интересами и желаниями малыша и пр.

**(Сл. №29)** Необходимо давать правильные ответы на детские вопросы. Важно обогащать знания детей о предметах и явлениях. Не следует оставлять ребенка одного в незнакомой, в сложной обстановке. Следует поучаствовать в пугающей деятельности, например, вместе войти в темную комнату.

Дети очень впечатлительны. Эмоциональное возбуждение оказывает сильное влияние на все поведение малыша.

**(Сл. №30)** Отрицательные эмоции чаще всего вызывают:

. нарушение режима дня;

.неправильные воспитательные приемы кормления, укладывания и умывания;

. недостаточно продолжительное и эмоционально насыщенное общение со взрослыми;

. отсутствие условий для самостоятельной игры;

. возникновение привязанности к какому-либо члену семьи;

. отсутствие единства требований к ребенку и рассогласование в приемах его воспитания;

Эмоции во многом определяют поведение ребенка. Он действует не задумываясь, под влиянием сиюминутно возникших переживаний. Чувства выполняют побуждающую роль, являясь мотивом поведения, которое поэтому импульсивно. Чувства побуждают к поступкам и в них закрепляются. Значит, ребенку нужно помочь, подсказать, как действовать.

**(Сл.№31)** Поэтому мы стараемся создать эмоционально благоприятную атмосферу в группе.

С поступлением ребенка двухлетнего возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни. Можно выделить следующие цели, которые в своей работе должны реализовать работники дошкольных учреждений во время адаптационного периода у детей: создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

**(Сл. №32)** Просвещаю родителей по вопросам адаптации детей. Для успешной адаптации дошкольника раннего возраста к условиям дошкольного учреждения необходимо, прежде всего, создать у него положительное впечатление о детском саде, чтобы он ходил туда с желанием. А это зависит в первую очередь от воспитателей, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе.

**(Сл. №33)** Еще одним важным моментом при создании благоприятной атмосферы в группе является проведение 1 сентября Праздника Знакомства, то есть первый день пребывания в детском саду для ребенка становится праздником. В этот день детей и их родителей встречают оба воспитателя, их помощник. Они знакомят детей и родителей с группой (показывают шкафчики, игрушки, кроватки и пр.), проводят игры, направленные на знакомство детей между собой и родителей; игры, в которых участвуют и дети, и родители, и, конечно же, воспитатели

**(Сл. №34**) Поскольку при переходе к новому укладу жизни у ребенка меняется все: режим, окружающие его взрослые, дети, обстановка, пища, - воспитатели стараются к моменту прихода нового ребенка в группу расспросить родителей и узнать как можно больше о его привычках и стараются по возможности создать хоть некоторые условия, схожие с домашними (например, посидеть с ребенком перед сном на кровати, попросить помочь убрать игрушки, почитать его любимую сказку, докормить обедом, предложить поиграть в лото). С целью получения дополнительной информации о ребенке воспитатели используют различные анкеты и просто

**(Сл. №35) Эмоционально-активизирующий компонент среды**

Предполагает эмоционально активизирующие занятия, игры, сюрпризные моменты и пр.

**(Сл. №36)** К проводимым в группе занятиям необходимо ставить «эмоционально окрашенные» задачи, соотнося их с задачами эмоционального развития ребенка: своевременного «обыгрывания» эмоций, эмоционального возбуждения и расслабления и т.д.

**(Сл.№37)** Лучшей формой организации эмоционального поведения детей является игра, поэтому целенаправленное использование различных игр является обязательным условием создания эмоционально развивающей среды ДОУ.

Это могут быть:

* Игры, способствующие благоприятной адаптации ребенка к условиям ДОУ;
* Игры, направленные на сближение детей друг с другом и с воспитателем;
* Игры с песком и водой;
* Игры-ситуации, активизирующие общение;
* Игры, направленные на развитие психической устойчивости;
* Эмоциональные паузы;
* Физические упражнения, направленные на стабилизацию эмоционального состояния;
* Игры, активизирующие познавательные и творческие способности детей.

**(Сл.№38)** Кроме игровой деятельности активизируют и насыщают эмоциональное развитие ребенка различные сюрпризные моменты, яркие эмоционально окрашенные события и ситуации (театральные представления, праздники, утренники и пр.).

Не следует считать, что дети должны получать только положительные эмоции. Невозможно, да и не нужно, полностью ограждать ребенка от отрицательных переживаний. Их возникновение в образовательной деятельности может сыграть и позитивную роль, побуждая к их преодолению.

**(Сл. №39) Эмоционально-тренирующий компонент среды**

Основное содержание данного компонента – формирование навыков эмоциональной регуляции. Основная задача заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять. Для поддержания эмоционального комфорта ребенок должен «отыгрывать» свои эмоции, как положительные, так и отрицательные.

Например, вместе с ребенком выглянуть за дверь, потрогать пугающий предмет.

**(Сл. №40)** Для регуляции эмоционального состояния ребенка, в том числе и эмоции страха, специалисты рекомендуют использовать ритм – ритмические упражнения, стишки, потешки, детские песенки. Ритмическая организация действий естественна для ребенка. Первые игры, которые осваивает ребенок с помощью взрослого, в значительной степени построены на ритмичной основе. Ритм может выступать и как фон, организующий и собирающий ребенка. Например, под ритмичное раскачивание на лошадке-качалке ребенок способен прослушать сказку, в то время как в другой ситуации он не выдержал бы и двух минут. Ритм задают и книги, адресованные детям раннего возраста («Колобок», «Теремок»). Они задают ритм не только словами, рифмами, но и иллюстрациями, событиями.

**(Сл.№41)** Очень хорошо регулируют эмоции психогимнастические занятия с детьми. Это специальные занятия этюды, игры, упражнения), направленные на развитие и коррекцию эмоционально-личностной сферы ребенка. контроль ощущений.

**(Сл.№42)** Таким образом, важнейшим для ребенка фактором, влияющим на его эмоциональное состояние, является окружающая его среда. Важно, чтобы воспитатели были сориентированы не столько на создание предметно-развивающей, а на эмоциональной развивающей среде в группе, как условию дальнейшего успешного и гармоничного развития).

Согласно ФГОС ДО одно из направлений социально-коммуникативного развития, которое педагоги осуществляют в детских садах, – развитие эмоционального интеллекта дошкольника.

**(Сл.№43,44)** Дети должны понимать собственных эмоций, эмоций других людей и управлять ими.

### (Сл.№45) Фундаментальные эмоции и их оттенки

|  |  |
| --- | --- |
| Базовая эмоция | Некоторые оттенки |
| Радость | Хорошее настроение, восторг, ликование, на седьмом небе от счастья, торжество, приподнятое настроение, веселье |
| Грусть | Печаль, страдание, горе, скорбь, уныние, плохое настроение, безутешность, подавленность |
| Удивление | Изумление, недоумение, быть пораженным |
| Интерес | Увлеченность, страсть |
| Гнев | Злость, рассерженность, сердитость, ярость, ожесточенность, язвительность, возмущение, негодование |
| Страх | Беспокойство, тревожность, ужас, боязнь, опасение |
| Стыд | Застенчивость, смущение |
| Вина | – |
| Отвращение | Омерзение |
| Презрение | Пренебрежение, игнорирование |

К концу дошкольного возраста ребенок открывает 9 в разной степени эмоций. Эмоция вины возникает в подростковом возрасте, когда формируется самосознание и подросток четко осознает отступление своего поступка от социальных норм. Эмоция стыда только зарождается в дошкольном возрасте.

Список используемой литературы.

1. Основные педагогические условия эмоционального развития детей раннего возраста. Материалы сайта (http://www.superinf.ru/)

2. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду. М. ТЦ Сфера, 2003

3. Смиронова Е.О., Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю. Первые шаги. Программа воспитания и развития детей раннего возраста. – М.: Мозаика-Синтез, 2007. – 160 с.

4. Профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста. Коррекционная программа/ И.В. Ковалева. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2008. – 48 с. – (Дошкольное воспитание и развитие)

5. В мире детских эмоций: пособие для практ. работников ДОУ/ Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина. – 4-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2008. – 160 с. – (Библиотека психолога образования).