



Новости из "Золотого ключика"

ЕЖЕКВАРТАЛЬНАЯ РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Эмоционально-психологическое состояние детей. Их потребности, заботы и тревоги

Начнем разговор о благополучии ребенка в детском саду с мотивации. Как сказала Анна Быкова в своей книге «Мой ребенок с удовольствием ходит в детский сад»: «Можно хотеть или не хотеть ходить. Это не кино, не кафе, не зоопарк, и мало что зависит от желания. Садик – это то место, куда просто надо ходить, если взрослым надо идти на работу. Поэтому железное правило на каждое утро с понедельника по пятницу: «Хочу – не хочу, иду и молчу.»» Также родителям для благополучия ребенка важно учитывать и уважать режим детского сада. Те ребята, которые приходят вовремя, действуют со своим воспитателем по плану группы в соответствии с программой до завтрака успевают позаниматься, поиграть, накрыть столы к завтраку (дежурство, посетить зарядку, вспомнить (*повторить*) стих или песню - гораздо больше настроены на позитивный день, чем опоздавшие, (в тревоге, в суете, им нужно быстро встроиться. И если родители привели своего ребенка не вовремя, не стоит его торопить и дергать, а лучше вспомнить мудрость «*Опоздываешь, замедли шаг*», во – первых, это не вина ребенка, во- вторых он еще больше расстроится, расставаясь со своим взрослым.

«Потребность ребенка в заботе взрослого – потребность жизненно важная, витальная» Людмила Петрановская Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка. 2015г. Приведя своего ребенка в садик, родитель на это время передает свое чадо заботе воспитателя. И в этом смысле всем сторонам процесса важно сформировать у ребенка чувство привязанности к воспитателю (теперь воспитатель – «его взрослый»). В семье важно поддерживать авторитет воспитателя (выполнять его поручения, отзываться только уважительно. Если у ребенка хороший эмоциональный контакт с родителями, он легко установит такой же и с воспитателем, будет сотрудничать, даже сможет полюбить нового взрослого.

Как правило воспитатель знает индивидуальные особенности детей в своей группе и успевает эмоционально каждого поддержать в течение дня.

Еще важно удовлетворять такую потребность ребенка как притязание на признание. Любой человек стремится получить высокую оценку своих достижений, отвечающих общественным ожиданиям. И также реализация притязаний ребенка делает его совершеннее. Он учится лучше бегать, прыгать, рисовать, петь, читать, А еще он хочет утвердиться в своих моральных качествах: быть хорошим, чтобы люди были ему благодарны, и он так старается. Ребенок должен знать – «Я – хороший», тогда он будет слушаться и стараться. Нельзя обесценивать ребенка и срывать на нем зло («*Уйди, я тебя не люблю!*») Во - первых – это не правда. Во – вторых, это означает, у взрослого не хватило терпения, а ребенок расплачивается, чувство его привязанности к своему взрослому подвергается испытанию. Л. Петрановская «...если ребенок не уверен в своем взрослом, в его привязанности, он будет добиваться подтверждений связи, стремиться её сохранить и укрепить любой ценой» - проявляет негативное поведение, крик, плач. Кроме того, раз он такой плохой, зачем ему стараться? Это лишает ребенка перспективы, обесценивает его личность и в настоящем и в будущем.

«НЕ люблю!» - неправильно.

«Люблю, но так огорчён!» - есть перспектива. У ребенка просыпается совесть, стыд.

Конечно воспитывать, наставлять ребенка нужно и лучше это делать в форме Я-сообщений. Вместо «ты неаккуратный» можно сказать «мне хотелось бы похвалить тебя за порядок в шкафчике».

Ответственные за выпуск Козырев О.Н.

Особенности эмоциональной сферы дошкольников

1. Чувства дошкольника произвольны. Они быстро вспыхивают, ярко выражаются и быстро гаснут. Бурное веселье нередко сменяется слезами. Вся жизнь ребенка дошкольного возраста подчинена его чувствам. Управлять своими переживаниями он еще не может, поэтому дети, гораздо больше подвержены переменам настроения, чем взрослые. Их легко развеселить, но еще легче огорчить или обидеть, так как они почти совсем не знают себя и не умеют владеть собой. Вот почему они способны пережить целую гамму чувств и волнений за необычайно короткий промежуток времени. Ребенок, который катается по полу от смеха, может внезапно расплакаться или прийти в отчаяние, а минутой спустя, с еще не высохшими глазами, опять заразительно смеяться. Подобное поведение детей совершенно нормально. Кроме того, у них бывают «хорошие и плохие дни». Ребенок может быть сегодня спокойным и задумчивым либо капризным и хнычущим, а на завтра — живым и веселым.

Эмоциональное благополучие дошкольника связано с тем, какой опыт он приобрел в семье - в общении с мамой и папой.

2. Со временем детские чувства **становятся более устойчивыми**, глубокими и разумными, однако не теряют своей особой окраски и выразительности. В детской эмоциональности продолжают доминировать непосредственность, отзывчивость и искренность.

3. Эмоциональное развитие дошкольников наглядно характеризуют **изменения во внешних проявлениях чувств**. Дети овладевают умением подавлять резкие и бурные эмоциональные выражения (сдерживая слезы или скрывая страх). Совершенствуется язык чувств – дошкольники усваивают недоступные ранее жесты, мимику, позы, интонации, тонкие взгляды и движения.

4. В старшем дошкольном возрасте **начинает проявляться забота о близких людях**, когда дети стараются оградить родителей от огорчений и беспокойства. В общении со сверстниками ситуативность уступает место взаимным симпатиям и положительному отношению к определенным качествам сверстника.

5. Еще одной важной особенностью эмоционального развития дошкольников является **подчинение всех эмоциональных проявлений определенным поступкам**. Все эмоции приобретают четко выраженную мотивацию. Становится справедливой зависимость "изменилось настроение – ищи почему".

6. В дошкольном возрасте **происходит активное формирование детского самолюбия и самоутверждения**. Ребенок начинает претендовать на уважение, лидерство и внимание со стороны окружающих. Все эти стремления имеют эмоциональный фон и нередко сопровождаются отрицательными проявлениями в виде упрямства или капризов. Наиболее ярко желание самоутвердиться проявляется в играх, где притязания на главные роли особенно заметны.

7. Все большую значимость приобретают **коммуникативные отношения**. К 6 годам дети уже нормально взаимодействуют с окружающими людьми, становятся более заботливыми и внимательными, проявляют готовность сотрудничать с ровесниками. Дошкольники начинают понимать, что взрослые и дети не всегда чувствуют и переживают так, как они, потому адекватнее реагируют на переживания других.

8. Развитие эмоций, чувств ребенка связано с определенными социальными ситуациями. Нарушение привычной ситуации (изменение режима, уклада жизни ребенка) может привести к появлению аффективных реакций, а также страха. Неудовлетворение (подавление) новых потребностей у ребенка в кризисный период может вызвать состояние фрустрации. Фрустрация проявляется как агрессия (гнев, ярость, стремление напасть на противника) или депрессия (пассивное состояние).



Факторы, способствующие развитию эмоций у дошкольников

На эмоциональное развитие дошкольников оказывают влияние и биологические и социальные факторы. Хотя ребенок и появляется на свет с определенными врожденными задатками, они создают лишь известные органические предпосылки для его психического развития в целом и для эмоционального в частности. Решающую роль в развитии эмоциональной сферы детей играют социальная микросреда:

1. Совместное посещение с родителями различных культурных мероприятий – выставок, музеев, концертов, театров. Эстетическое чувство прекрасного формируется с раннего возраста.

2. Прослушивание музыки, пение, обучение игре на музыкальных инструментах, танцы, художественное творчество, чтение художественной литературы. Чтение книг всегда способствует эмоциональному, нравственному и духовному обогащению. Дети окунаются в волшебный мир искусства, начинают сопереживать героям, узнают много нового о жизненных проблемах и способах их решения. После прочтения или просмотра произведения важно разобрать каждую проблему и каждого героя, выявить, какие совершенные им поступки были правильными, нравственными, а какие – неправильными. С помощью искусства можно научить быть честным, уверенным и смелым.

Однако, при создании условий для эмоционального развития необходимо учитывать возраст ребенка, его индивидуальные особенности, интересы и стремления. Родители должны выявить, что способно заинтересовать малыша, дать ему возможность высказать свое мнение или самостоятельно решить, в какой кружок он хотел бы попасть.

3. Эмоции дошкольников можно развивать с помощью занятий, включающих в себя комплекс разнообразных методик, в которых проявляются творческие способности:

рисование, лепка из пластилина, теста и т.д. Через рисунки и поделки дошкольники выражают свои эмоции - делятся позитивными и борются с негативными;

упражнения. Например, одно из них выполняется при помощи карточек с фотографиями людей или рисунками животных, на лицах которых изображены различные эмоции. Малыш должен определить, что это за эмоции и продемонстрировать их на своем лице;

психогимнастика - эффективная методика, развивающая психическую, физическую и эмоциональную сферы как единое целое. Например, малыш может воплощать образ веселого зайчика, скачущего на поляне. Он будет улыбаться, прыгать, махать руками и таким образом учиться выражать эмоции;

трудовая деятельность. Процесс и результат определенной трудовой деятельности заставляет ребенка испытывать целую гамму чувств: от радости за успешное достижение цели, до разочарования от провала.

игра. Во время различных сюжетно-ролевых игр дети учатся сопереживать и помогать друг другу.

4. Особо важным в эмоциональном развитии малыша является психологический климат в семье. У некоторых детей возникают эмоциональные расстройства из-за ситуаций, происходящих дома.

5. Нельзя недооценивать важность похвалы. Она влияет на формирование адекватной самооценки маленького человека. Даже если у него что-то не получается или он в чем-то ошибается,

Зеркало эмоций Ребёнок видит себя и рассказывает о себе всё хорошее, с помощью мимики учится понимать **состояние товарищей**. Остальные дети подсказывают, учатся говорить друг другу комплименты, создают свой положительный образ. Такое зеркало можно использовать в начале дня, чтобы контролировать, с каким настроением приходят дети в детский сад, или в течение дня, что дает возможность отследить комфортность режимных моментов. Можно отследить настроение ребёнка на протяжении всей недели и вести дневник наблюдений воспитателя.

«Мешочки настроений» «Мешочек радости» изготовлен из светлого материала с соответствующим изображением лица хорошего настроения. «Мешочек грусти» изготовлен из тёмного материала с соответствующим изображением лица плохого настроения. Мешочки завязаны шнурками. Если у ребёнка плохое настроение, он может взять мешочек, развязать шнурок и «сложить» в него своё плохое настроение, обиды, злость, а потом тщательно завязать. Потом из другого мешочка берёт хорошее настроение, смех, улыбку, радость.

Главной причиной возникновения тревожности у дошкольников считается: неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью. При этом случае возникает страх, ребенок ощущает условность материнской любви. Высокая вероятность возникновения тревожности у ребенка при воспитании по типу: чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание. Отсрочка чего-то приятного, подкрепления.

Приход в детский сад увеличивает тревожность. Симбиоз личностной тревожности матери и ребенка увеличивает тревожность ребенка.

Н. В. Имедадзе отмечает следующие причины тревожности у детей дошкольного возраста, вызванные характером внутри-семейных отношений:

- излишняя опека;
- второй ребенок в семье;
- плохая приспособляемость (*неумение одеваться, есть, спать*);
- непоследовательность оценок, правил, авторитарный стиль отношений.

Если ребенок чрезвычайно зависим от состояния матери и к нему не найден индивидуальный подход в дошкольном учреждении, то возникает стойкий аффект на разлуку с матерью, что приводит к началу невроза.

К увеличению тревожности приводят также.

Недостаток уверенности в своих силах, проявляется в ситуациях, включающие опасность для чувства собственного достоинства при высоком уровне притязаний. Расхождение между положением, фактически занимаемым ребенком в коллективе и положением, который он хочет занимать. Прямая зависимость эмоциональной чувствительности ребенка и тревожности самих взрослых.

Наблюдается прямая связь между тревожностью и психическими процессами – мышление, память, внимание.

Природные, генетические факторы развития тревожности трудно поддаются коррекции. Социальные факторы поддаются коррекции. Работа ведется в 3-х направлениях.

1. Работа над самооценкой.
2. Формирование адаптивного поведения.
3. Снятие мышечного напряжения.

Положительные взаимоотношения со сверстниками формируют у ребенка доброту, отзывчивость, искренность, правдивость; конфликтные - отчужденность, грубость, скрытность, элементы агрессии.

Классификация конфликтов во взаимоотношениях детей со сверстниками:

а) конфликты, вызванные недостаточной развитостью у ребенка исполнительской стороны игровой деятельности, а также способов сотрудничества с детьми:

- конфликты между ребенком и детьми из-за недостаточной сформированности у него необходимого уровня игровых навыков и умений;
- конфликты, возникающие в связи с несформированностью у ребенка способов сотрудничества с детьми;
- конфликты, возникающие в результате недостаточной сформированности у ребенка способов сотрудничества со сверстниками и игровых навыков (низкий уровень).

б) конфликты, вызванные изменениями в мотивационной стороне игровой деятельности:

- избегание контактов со сверстниками из-за недостаточной сформированности мотивов общения (прямого конфликта в таких случаях не наблюдается);
- конфликты, связанные с преобладанием у ребенка эгоистических мотивов;
- конфликты, возникающие из-за того, что у ребенка мотивы общения в игре вытесняются другими мотивами и целями, не присущими остальным детям группы.

Независимо от того, какая из сторон игровой деятельности (исполнительская или мотивационная) нарушена, дошкольник «терпит» неблагоприятное среди сверстников.

