

Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников

В процессе воспитания ребенка развивается мир его эмоций и чувств, формируется личность. Эмоции воздействуют на все психические процессы: восприятие, ощущение, память, внимание, мышление, воображение, а также на волевые процессы. В процессе взросления и познания мира ребенок научается выражать свои эмоции в общении. Играя, он учится общаться со сверстниками это период творчества. Ребенок осваивает речь, у него появляется творческое воображение и деятельность.

Эмоционально-волевая сфера - это свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Чувства – сложный комплекс разнообразных эмоций, связанных у человека с теми или иными людьми, предметами, событиями.

Настроение - общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течение значительного времени отдельные психические процессы и поведение человека. Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, от работы желез внутренней секреции и, в семье особенно от тонуса нервной системы, от типа, воспитания. Настроения могут различаться по продолжительности. Устойчивость настроения зависит от многих причин: возраста человека, индивидуальных особенностей его характера и темперамента, силы воли, уровня развития ведущих мотивов

поведения. Настроение накладывает существенный отпечаток на поведение, оно может как стимулировать, усиливать, так и подавлять, расстраивать деятельность человека.

Эмоции - это непосредственное, временное переживание какого-либо чувства.

Стресс - эмоциональное состояние, возникающее в ответ на разнообразные экстремальные воздействия.

Воля - сознательная саморегуляция поведения, проявляющаяся в преднамеренной мобилизации поведенческой активности

Развитие эмоционально-волевой сферы личности является сложным процессом, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами *внешнего* воздействия являются условия социальной среды, семейное общение, в которых находится ребёнок, факторами *внутреннего* воздействия - наследственность, особенности его темперамента, физического развития. Именно в дошкольный период закрепляются позитивные и негативные эмоции.

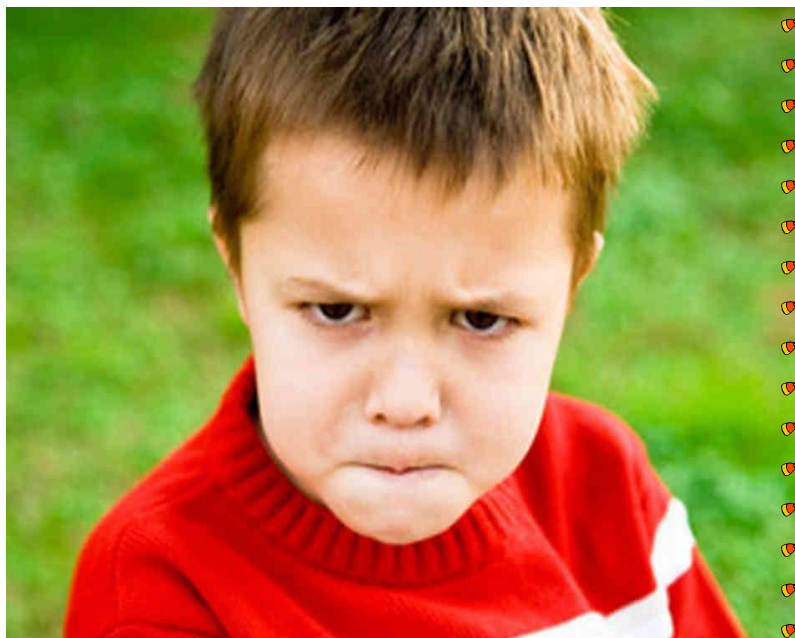
Читая ребенку называйте эмоциональное состояние, точно определяйте его словесно: «радость», «удивление», «грусть» и т.д. Запомните сами и объясните ребенку: чувства не делятся на «хорошие» и «плохие». Злость иногда помогает вскрыть недовольство чужим поведением или собраться и справиться с тем, что давно не получалось. Страх не дает забывать о правилах безопасности и поэтому позволяет быть осторожным.

Научите ребенка разделять чувства и поступки: нет плохих чувств, есть плохие поступки: «Владик рассердился на тебя и ударил. Он поступил нехорошо. Он не нашел подходящих слов, чтобы выразить свое недовольство».

С уважением отнеситесь к чувствам малыша: он, как и взрослые, имеет право испытывать страх, гнев, грусть. Не призывайте его отказаться, например, от проявления гнева: «Не смей грубить мне!». Лучше помогите ему *понять свое состояние*: «Я понимаю, ты сердишься на меня из-за того, что я занималась с твоим маленьким братом».

Родителям необходимо обсуждать с ребенком успехи и его трудности в общении, игре, обучении, называть эмоции и чувства словами.

Часто родители учат ребенка сдерживанию чувств еще до того, как он откроет для себя мир собственных и чужих эмоций. Когда малыш ведет себя непринужденно и естественно, взрослые, оглядываясь вокруг, поспешно говорят: «Не плачь, ты же мужчина!», «Не дерись, ты же девочка!», «Ты что, трусишь?». И как следствие, ребенок прячет свои страхи, слезы и обиды, потому что эти чувства не приветствуются взрослыми. Это приводит к тому, что малыш вообще не овладевает способами



распознавания, узнавания эмоциональных проявлений.

Конечно, эмоциональное развитие ребенка – задача не из легких. Однако именно родители могут и должны начать эту работу. Прежде всего, маме и папе следует учитывать небольшой словарный запас малыша. Поэтому необходимо, объясняя что-то ребенку, обозначать словом определенные эмоции, тем самым закладывая основы эмоционального словаря: «радость», «грусть», «страх», «злость» и др. Анализируя сказку или мультфильм родители учат малыша распознать и обозначить словесно эмоции и чувства героев. Подобные беседы обогащают внутренний мир ребенка, учат его анализировать собственные эмоции и поведение, а также подводят к пониманию чужих переживаний и поступков.



Материалы использованы с открытых сайтов

Педагог- психолог И.А.Тришкина