

# "Эмоции в жизни ребенка"



Формирование человеческих эмоций - важнейшее условие развития ребёнка как личности. Эмоции включены во все психические процессы и состояния человека. Эмоции помогают приспосабливаться к различным жизненным ситуациям, побуждают ребенка к деятельности, влияют на его жизненный опыт.

Современные дети недостаточно развиты эмоционально; часто они не умеют откликаться на чувства и состояния других людей, неадекватно реагируют на многие вещи. Сегодняшние дети все чаще проводят время за телевизором и компьютером, смартфоном и планшетом, их любимые занятия — просмотр мультфильмов и компьютерные игры. Это приводит к тому, что дети меньше общаются и с взрослыми, и со сверстниками; дошкольники невнимательны и нечувствительны к окружающим, не умеют контролировать свои эмоции, и распознавать эмоциональное состояние других людей.

## **Развитие эмоций у дошкольников зависит от ряда условий:**

- Эмоции формируются в процессе общения ребенка со сверстниками (группа в детском саду, друзья во дворе, кружки);
- Эмоции и чувства интенсивно развиваются у дошкольников в виде деятельности - в игре;
- В процессе трудовой деятельности, направленной на достижение результата полезного для общества

## Как научить ребенка выражать свои эмоции

### ✚ Родителям необходимо самим говорить о своих чувствах с ребенком

Постарайтесь каждый раз высказываться по поводу своих чувств, проговаривать с ребенком и радостные и печальные моменты в жизни.

### ✚ Играйте с детьми в ролевые игры.

В игре создаются благоприятные условия для эмоциональных проявлений, творческой самореализации. В процессе ролевых перевоплощений, выполнении игровых задач ребенок непроизвольно обогащается способами выражения эмоций.

### ✚ Пойте вместе с детьми, слушайте музыку.

Музыкальная деятельность развивает эмоциональную отзывчивость через восприятие музыки, исполнительство, творчество.

### ✚ Рисуйте с детьми, рассматривайте картины.

Рассматривая картины или рисуя, ребенок учится выражению эмоциональных состояний человека в изобразительных образах. Необходимо обучать детей рисованию, оно помогает понять человеческие эмоции.

### ✚ Читайте вместе с ребенком сказки, сочиняйте рассказы.

Ребенок в ходе прочтения сказок учится сопереживать героям, эмоционально реагировать на события происходящие с главными героями.

### ✚ Трудитесь вместе с ребенком

Через труд достигаются радости успеха удовольствия результатом своего труда.

Важнейшим компонентом эмоционального развития ребенка дошкольного возраста является развитие **эмпатии**, а именно способности к сочувствию и понимаю переживаний и эмоций других людей. Ребенок, у которого развита эмпатия, всегда войдет в положение человека и предложит ему свою помощь.

Родители должны, как можно больше времени проводить с собственным ребенком, не позволяя ему поменять общение с людьми на гаджеты. Создавать в семье теплую атмосферу, разбирать вместе с ребенком различные жизненные ситуации, развивать позитивные черты характера, учить делать полезные поступки.

Эмоции — это основа благополучного душевного состояния ребенка, его успешного общения, развития и дальнейшей жизни. Человек реагирует на окружающий мир посредством эмоций. Поэтому необходимо развивать эмоциональную сферу ребенка с раннего возраста.