

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 24 города Кузнецка**

**Консультация для педагогов:
«Эмоциональное воспитание дошкольников»**

Педагог-психолог
Серебрякова Г.Г.

Кузнецк, 2022

Проблема эмоционального самочувствия детей является одной из самых актуальных в современном дошкольном образовании, так как положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности ребенка.

Через общение в педагогическом процессе складывается неуловимая, но чрезвычайно важная система воспитательных взаимоотношений, которая способствует эффективности воспитания и обучения.

Современная социальная ситуация далеко не всегда насыщает детей эмоционально, да леко не всегда обогащает их впечатлениями. Вот почему специально организованное общение, способное структурировать эмоциональный мир, создавать условия для разнохарактерных эмоциональных проявлений, самовыражения движениями, голосовыми реакциями, музыкальными звуками и т.д., должно по праву стать важным аспектом педагогической работы.

Основная задача процесса эмоционального воспитания заключается не в том, чтобы не подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять.

Невозможно, да и не нужно, полностью оградить ребенка от отрицательных переживаний. Их возникновение в детской деятельности может сыграть и позитивную роль, побуждая их к преодолению. Важной здесь является интенсивность: слишком сильные и часто повторяющиеся отрицательные эмоции приводят к разрушению действий (например, сильный страх мешает ребенку прочитать стихотворение перед публикой) и, становясь устойчивыми, приобретают невротический характер. Безусловно, воспитатель или взрослый должен главным образом ориентироваться на положительное подкрепление деятельности дошкольника, на то, чтобы вызвать и поддержать у него положительный эмоциональный настрой в процессе деятельности. С другой стороны, ориентация дошкольника только на получение положительных эмоций, связанных с успехами, тоже является малопродуктивной. Изобилие однотипных положительных эмоций рано или поздно вызывает скуку. Ребенку (как и взрослому) необходим динамизм эмоций, их разнообразие, но в рамках оптимальной интенсивности.

Эмоции и чувства плохо поддаются волевой регуляции. Взрослым полезно помнить об этом, сталкиваясь с нежелательными или неожиданными для них детскими эмоциями. Чувства ребенка в таких острых ситуациях лучше не оценивать — это повлечет за собой лишь непонимание или негативизм. Нельзя требовать от ребенка не переживать то, что он переживает, чувствует; можно ограничивать лишь форму проявления его негативных эмоций.

Влияние эмоций на познавательные процессы

Под влиянием эмоций течение всех познавательных процессов может изменяться. Эмоции могут избирательно способствовать одним познавательным процессам и тормозить другие.

Человек, находящийся в эмоционально нейтральном состоянии, реагирует на предметы в зависимости от их значимости, при этом, чем важнее для него тот или другой фактор (предмет, его свойство), тем лучше он воспринимается.

Эмоции умеренной и высокой степени интенсивности вызывают уже отчетливые изменения в познавательных процессах, в частности, у человека появляется сильная тенденция к восприятию, припоминанию и т.д. только, что соответствует доминирующей эмоции. При этом содержание воспринимаемого, мнемического и мыслительного материала усиливает и упрочивает эмоцию, что в свою очередь еще больше укрепляет тенденцию к сосредоточению на содержании, вызвавшем эту эмоцию. Поэтому, как правило, безуспешным оказываются попытки повлиять на сильные эмоции при помощи уговоров, объяснений и других способов рационального воздействия.

Одним из способов выхода из порочного эмоционального круга является образование нового эмоционального очага, достаточно сильного, чтобы затормозить прежнюю эмоцию.

Одним из главных факторов, определяющих, будет ли данный человек более или менее подвержен влиянию эмоций на его познавательные процессы, является степень упрощенности этих процессов. Поэтому ребенок более подвержен влиянию эмоций, чем, как правило, взрослый.

Эмоциональное возбуждение улучшает выполнение более легких заданий и затрудняет - более трудных. Но при этом положительные эмоции, связанные с достижением успеха, обычно способствуют повышению, а отрицательные, связанные с неуспехом снижению уровня выполнения деятельности; когда успех вызывает эмоции большой силы, то протекание деятельности нарушается, но и в случае, когда успех достигается ценой особых усилий, возможно появление усталости, которая может ухудшить качество деятельности; когда неуспех следует за серией успеха, то он может вызвать кратковременное повышение уровня выполнения деятельности; положительная эмоция способствует лучшему, а отрицательная - худшему выполнению деятельности, в результате которой эти эмоции возникли.

Эмоции и мышление имеют одни и те же истоки и тесно переплетаются в своем функционировании. Однако особенностью сознательного человека является то, что эмоции не определяют его поведение. Формирование решения о том или ином действии принимается таким человеком в процессе тщательного взвешивания всех

обстоятельств и мотивов. Этот процесс обычно начинается с эмоциональной оценки и завершается ею, но в самом процессе доминирует мысль. Но если действия и поступки производятся человеком на основе одних лишь холодных доводов рассудка, то они значительно менее успешны, чем в том случае, когда такие действия поддерживаются эмоциями

5 ступеней эмоционального воспитания:

- 1) понять эмоцию ребенка;
- 2) отнестись к эмоции как к возможности для сближения и обучения;
- 3) сочувственно выслушать ребенка и подтвердить обоснованность его чувств;
- 4) помочь ребенку правильно назвать свои эмоции;
- 5) обозначить пределы переживаний, одновременно помогая решить проблему.

Наиболее благоприятным для эмоционального развития детей и формирования их активности, позитивного опыта переживаний является демократический стиль педагогической деятельности, опирающийся на потребности ребенка в положительных эмоциях и притязании на признание. Воспитателю в каждой конкретной ситуации необходимо понять причину эмоционального дискомфорта ребенка и выбрать ту форму общения с ним, которая адекватна типу поведения ребенка и неудовлетворенной потребности:

- если дети стремятся быть как можно ближе к воспитателю, необходимо выбрать непосредственно-эмоциональную форму общения и постепенно переходить к ситуативно-деловой форме;
- дети, желающие общаться любой ценой с лидерами группы, нуждаются в личностном и деловом общении с воспитателем;
- для детей, неспособных установить продолжительный контакт со сверстниками при наличии доброжелательного отношения к ним, предпочтительнее деловая форма общения, помощь в налаживании контактов, одобрение;
- в случае, если дети не испытывают потребности в общении со взрослыми и сверстниками, предпочтительнее личностная форма общения (подчеркивание интересов, внимание к успехам).

Полученные данные, с одной стороны, позволили нам оценить возможности осознания и регуляции эмоциональных состояний старшими дошкольниками, с другой стороны, убедили нас в необходимости реализации в совместной образовательной деятельности с детьми старших и подготовительных к школе групп комплекса педагогических условий формирования у детей произвольной регуляции эмоций.

Необходимое педагогическое условие для формирования у детей произвольной регуляции эмоций – это создание эмоционально насыщенной развивающей предметно-пространственной среды для развития внимания детей к собственным

эмоциональным состояниям и эмоциям других людей, углубления понимания ими причин возникновения эмоций и способов эмоционального реагирования.

С этой целью можно организовать в группе «Уголок настроений», где дошкольникам будут предоставлены возможности:

- для ознакомления с различными эмоциогенными ситуациями и способами выражения эмоций посредством рассматривания наглядного материала (дидактических карточек и картин, иллюстраций и фотографий с изображениями детей и взрослых в разных эмоциональных состояниях);
- для организации самостоятельных дидактических игр («Кубик настроений», «Угадай настроение» и др.);
- для изготовления пиктограмм и масок различных эмоциональных выражений, создания психотерапевтических игр-рисунков «Мои сердилки», «Мои страшилки», «Наши улыбки»;
- для разыгрывания жизненных ситуаций из опыта взаимодействия детей со сверстниками с помощью настольного или пальчикового театра («Как дети помирились», «Не грусти!» и т. п.);
- для выражения детьми собственного настроения посредством выбора и размещения соответствующей пиктограммы эмоции на «Экране настроения», рисования собственных эмоций, избавления от гнева («Стаканчик для крика», «Коврик злости»).

Очень важно, чтобы отрицательное эмоциональное состояние ребенка не осталось без внимания воспитателя и стало поводом для отражения чувств ребенка, переключения его на положительные эмоции. Это можно осуществить посредством предложения одной из возможных стратегий регуляции эмоций с учетом специфики эмоционального переживания и причины его возникновения:

- участие в приятной деятельности,
- социальная поддержка,
- замена цели,
- положительное переосмысление ситуации,
- выполнение упражнения на релаксацию и др.

Для актуализации положительных эмоций детей, стимулирования их моторного и эмоционального самовыражения, снятия мышечных зажимов рекомендуется педагогам включать телесно-ориентированные упражнения Н. Л. Кряжевой («Джаз тела», «Танец огня», «Ожерелье» и др.) в структуру музыкальных и физкультурных занятий, так как для их выполнения требуются музыкальное сопровождение и просторное помещение. Упражнения, направленные на снижение агрессивности и страхов (О. В. Хухлаева), могут быть организованы воспитателями старших и подготовительных возрастных групп в психопрофилактических целях для

актуализации, обсуждения и преобразования страхов у детей с тревожным эмоциональным фоном настроения («Конкурс “боюсек”», «Одень страшилку», «Больница» и пр.); для разрушения стереотипного восприятия агрессивных сказочных персонажей, развития способности анализировать причины и следствия агрессивного поведения, отреагирования гнева и формирования умения использовать агрессивные действия в социально желательных целях у детей с агрессивными проявлениями («Конкурс художников», «Почему подрались мальчики», «Я могу защитить...» и др.).

Совершенно очевидно, что наличие позитивных изменений в овладении детьми навыками управления эмоциями, особенно у дошкольников с низким уровнем произвольной регуляции эмоций, зависит от степени участия их родителей в образовательном процессе. Поэтому значимым условием является разработка системы консультаций для родителей и оформление буклетов с различными видами игр и упражнений на развитие эмоционально-волевой сферы детей.

Список используемой литературы:

1. Занятия для детей с задержкой психического развития. Старший дошкольный возраст/ авт.-сост. Н.В. Ротарь, Т.В. Карцева. – Изд. 3-е, испр. – Волгоград: Методкнига. – 153 с.
2. Карелина И. О. Возможности использования игр на развитие эмоционально-волевой сферы в образовательном процессе дошкольного образовательного учреждения для формирования у детей 6–7 лет произвольной регуляции эмоций // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2016.
3. Карелина И. О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации : избранные научные статьи. – 2017.
4. Кошелева А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников / Под ред. О. А. Шаграевой, С. А. Козловой. – М. : «Академия», 2003. – 176 с.
5. Лисина В. Р. О влиянии педагогического общения на эмоциональное самочувствие дошкольника // Дошкольное воспитание. – 1994. – № 3. – С. 4–7.