

ДЕТИ УВАЖАТЬ ЧУВСТВА ДРУГИХ ЛЮДЕЙ»

Эмоциональное развитие
детей 3-4 лет



**МБДОУ «Детский сад №245»
Подготовила: педагог-психолог
Носкова Ирина Сергеевна**



*Жизнь не часто бывает сказкой,
Всё бывает, увы, не так.
На лицо надеваем маску,
Закрываясь от глаз зевак.
И никто никогда не знает,
Что у каждого за душой:
Дружба ненависть закрывает,
Злость улыбкою убивает.
А в реальности что бывает,
Остается только с тобой.*

**ЭМОЦИИ НЕ ЗНАЮТ ЯЗЫКА,
ПО НИМ ОПРЕДЕЛЯЮТ НАСТРОЕНИЕ -
ОНИ КАК ДУНОВЕНИЕ ВЕТЕРКА:
В НИХ И ПЕЧАЛЬ, И РАДОСТЬ, И СМЯТЕНИЕ**





В дошкольном возрасте у детей часто изменчиво настроение. Хотя негативные переживания непродолжительны, они захватывают ребенка полностью, с чем бывает трудно справиться в одиночку.

Печаль и грусть – это особые эмоции, они имеют свое своеобразное выражение и свои исключительные, необыкновенные особенности; эти эмоции причисляют к отрицательным проявлениям.



Из-за чего ребёнок может печалиться?

- Разочарование, вызванное крушением надежд и ожиданий.
- Неудача в достижении поставленной цели.
- Индивидуальная предрасположенность к печальным переживаниям (*может носить как биологический, так и социальный характер*).
- Восприятие ребенком своей социальной роли (*восприятие и оценка себя, видение мира и своего будущего в нем*).
- Потеря или поломка значимой, любимой вещи или предмета и т. д.



СТУЛ



Игра «**Волшебный стул**»

Цель: снять негативные переживания,
стимулировать положительные эмоции.

Ребенку, у которого плохое настроение предлагается сесть на стул, а другие дети выполняют для него различные задания. Например, сказать грустному ребёнку все ласковые слова, которые они знают, или украсить оригинально чем-нибудь его стул. Когда ребята подходят малышу, сидящему на волшебном стуле, говорят ему нежные слова, украшают стульчик чем-то необычным, играют с ним, то от грустного настроения их товарища не остаётся и следа.



КОРОБКА ПЕРЕЖИВАНИЙ



- Цель: снятие психологического напряжения
снятие психологического напряжения; развитие
умения осознавать и формулировать свои проблемы.

Дети высказывают «в коробку» свои переживания, обиды, огорчения.

«В эту коробку мы соберём сегодня все неприятности, обиды и огорчения. Если вам что-то мешает, вы можете прошептать это прямо в коробку. Я пушу её по кругу. Потом я её заклею и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши переживания.»



- Страхам и фобиям в основном склонны впечатлительные, восприимчивые, ранимые, обладающие большим самолюбием дети. Чтобы помочь малышу справиться с теми страхами, которые его беспокоят, нужна помощь взрослого. В первую очередь нам нужно определить фактор, из-за которого у ребёнка появился данный страх.

ПРИЧИНЕ ПОЯВЛЕНИЯ ДЕТСКОГО СТРАХА:

- гиперопека;
- обособленность родителей;
- конфликты в семье;
- отсутствие одного из родителей;
- суровые наказания и запреты;
- жесткое обращение и физическое насилие;
- компьютерные игры;
- бесконтрольный просмотр телевизионных программ и фильмов;
- сильный испуг (*особенно в ситуации внезапности*);
- пребывание в экстремальной ситуации (*пожары, наводнения, взрывы, землетрясения, теракты и т. д.*).

УПРАЖНЕНИЕ «ВОСПИТАЙ СВОЙ СТРАХ».



Цель: ребенок убеждается в том, что страх относителен, с ним можно справиться, изменив его или свое отношение к этому страху.

- Нарисовать свой страх, предварительно с ним побеседовав. После того, как рисунок готов, перевоспитать страшилку (*для этого нужно сделать его добрым*). Вместе мы придумываем, как это сделать: пририсовываем шары, конфеты в руках у страшилки; исправляем злое выражение лица на доброе, улыбочное; одеваем страшилку в нарядный, веселый костюм – и другие веселые атрибуты.

УПРАЖНЕНИЕ «ЧУЖИЕ РИСУНКИ».

Цель: предоставляет детям возможность обсудить свои и чужие страхи, попытаться всем вместе найти пути и способы, как с этими страхами справиться.

Выставка рисунков - дети, рассмотрев чужие рисунки должны рассказать, чего, по их мнению, боялись авторы этих рисунков и как им можно помочь



УПРАЖНЕНИЕ «ДОМ УЖАСОВ»



- Цель: актуализировать свой страх, возможность поговорить о нем, понять необоснованность своих страхов.

Заселить нарисованный на доске Дом ужасов страшными персонажами. Затем дети по очереди рисуют своих страшилок, «**строя**» тем самым Дом ужасов. Остальные играют роли его обитателей и по заданию автора рисунка выполняют те или иные действия.

УПРАЖНЕНИЕ «ОДЕНЬ СТРАШИЛКУ».



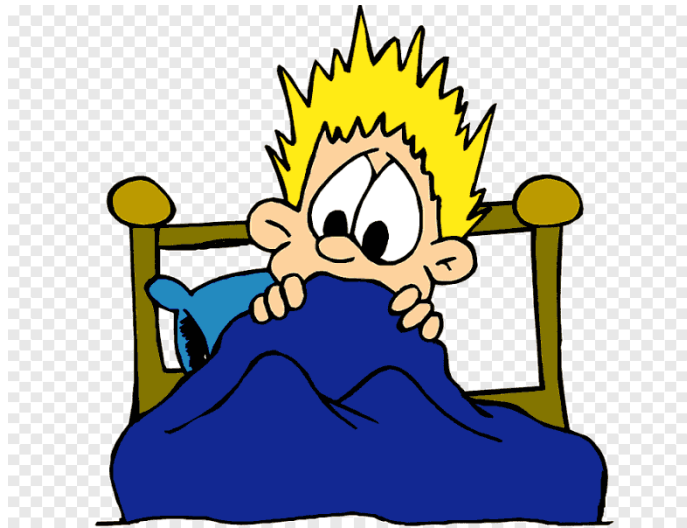
Цель: поработать с предметом своего страха, а педагогу – провести его коррекцию.



На доске вывешиваются черно-белые рисунки какого-нибудь страшного персонажа: Бабы-Яги, привидения и т. п. Ребенок должен **«одеть его»** при помощи пластилина. Выбирая пластилин нужного цвета, отрывая маленькие кусочки и размазывая их внутри контура, ребенок **«одевает»** своего страшилку, рассказывает о нем группе. Во время рассказа стимулируем его своими вопросами. Например: что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто боится его и т. п.



- Главное в упражнениях – это помочь детям в проявлении осознанных чувств по отношению к предмету страха, научить его справляться с ним.





- Маленькие дети не всегда способны выразить своё эмоциональное состояние. Для того, чтобы помочь ребёнку избавиться от гнева, хорошо использовать игровые приёмы.



«КОВРИК ЗЛОСТИ».



- С его помощью тоже можно избавиться от гнева. Если на занятие пришёл ребенок в плохом расположении духа, агрессивно настроен на окружающих, то ему предлагается коврик, который избавляет от злости. Это обычный коврик с ярким, неоднородным верхним слоем. Можно изготовить коврик самостоятельно: из ткани, шерстяной пряжи, колготок, бантов и т.д. Ребёнку предлагается снять обувь, наступить на коврик и вытирать об него ноги до того времени, пока ему не захочется улыбнуться.

«МЕШОЧЕК ДЛЯ КРИКА»



Ребёнку даётся установка, пока мешочек у него, можно кричать столько, сколько захочешь, но если мешочек отпустил, то общаться с окружающими он должен со спокойно, обсуждая то, что произошло.

«МУСОРНОЕ ВЕДРО»



- В это ведро мы с ребятами выбрасываем все лишние, бесполезные, негативные проявления, которые нам мешают и мы хотим от них освободиться.
- «У всех нас накапливаются разные чувства и мысли, которые зачастую бывают ненужными и бесполезными, когда мы накапливаем в себе отрицательные эмоции, чувства, переживания, например, обиду, грусть или печаль, злость или ненависть. Для человека это не нужно, бесполезно, и даже может быть опасно для здоровья.

«ПОДУШЕЧКА ДЛЯ БИТЬЯ»



- С помощью такого упражнения дети учатся избавляться от отрицательных эмоций, не оставлять их в себе, что, зачастую, очень сложно сделать нам, взрослым людям, но чему просто необходимо учиться.



- **Будьте внимательными родителями и педагогами.** Каким-либо образом реагируйте на чувства своих детей. Когда вы обращаете внимание на проявление их эмоций, дети непосредственно от вас получают уроки уважения.
- **Словесно обозначайте чувства своих детей.** Например, "так приятно видеть тебя довольным и радостным", когда ребенок смеется. Или "это так досадно", когда у ребенка не получается головоломка и он расстроен.
- **Словесно обозначайте свои собственные чувства.** "Мне грустно", если ребенок ушибся, или "Мне больно и обидно", если ребенок говорит вам грубости.
- **Обосновывайте проявления чувств у ребенка.** Как, например, в таком случае. "Я вижу, что ты сердит. Ты хочешь еще поиграть, но пора идти спать. Это показывает, что ты воспринимаешь мир со своей позиции. Это хорошо".
- **Остановите агрессивное поведение** и объясните ребенку, как вы себя чувствуете, когда ребенок ведет себя плохо. Если ваш ребенок обижает другого ребенка, скажите: "Ты не должен обижать этого мальчика. Ты делаешь ему больно".
- **Научите ребенка видеть вещи не только с его собственной позиции, но и с точки зрения других людей.** В том же случае, если ваш ребенок обижает кого-то, задайте ему вопрос, как по его мнению чувствует себя обижаемый и как бы он чувствовал себя в такой же ситуации.
- **Помните, что дети чаще всего просто копируют окружающих взрослых.** Подавайте им хороший пример своим собственным поведением. И будьте теми, кем хотите, чтобы стали Ваши дети.



**Улыбка на лице как много это
значит,**

Когда смеются а никто не

