

## Консультация для родителей «Эмоционально-волевая сфера. Эмоции ребенка».

Подготовила педагог-психолог Лысенко С.В.

Чрезвычайно распространёнными у старших дошкольников являются психологические трудности из-за недоразвития аспектов эмоционального и волевого контроля. Эти проблемы могут проявляться следующими особенностями поведения: повышенной агрессивностью, неспособностью сосредоточиваться на задачах, постоянными тревожными состояниями, излишней зависимостью от взрослых, частым обидчивостям и склонностью к конфликтам. Также характерны неуверенность в себе или чрезмерная стеснительность у таких детей. Возможны бурные реакции в виде истерик при малейшем разочаровании; причём степень ответной эмоциональной реакции на удачу или неудачу часто кажется необоснованно высокой, подчеркивая проблемы с самоконтролем. Ребёнку затруднительно управлять собственными поступками и справляться с трудностями из-за слабости регулирования поведения и воли. Кроме того, наблюдаются нарушения познавательной деятельности: снижение памяти, концентрации внимания, ухудшение мыслительных операций или ограниченное воображение.

Принимая активное участие в развитии и воспитании детей дошкольного возраста, бывает возникновение схожих проблем, что ставит перед родителями задачу: или прибегнуть к профессиональной консультации психолога для внесения корректировок, либо предпринять собственные меры по поддержке и помощи своему чаду.

Множество факторов сказываются на формировании эмоционально-волевой сферы. Существуют внутренние аспекты, такие как генетика и особенности физического роста, включая развитие нервной системы, а также внешние обстоятельства, влияющие на ребенка в процессе его взросления. В то время как внутренние обстоятельства заданы от рождения, на внешние факторы мы можем оказывать прямое воздействие.

Как вы можете помочь ребенку?

- Четкое и ясное формулирование целей – это основа успешного совместного взаимодействия с ребенком, которая помогает ему развивать эмоциональную и волевою сферы. При приготовлении теста для пирога, забивании гвоздя или рисовании картины важно объяснять малышу, что именно получится в итоге. Результат должен быть понятен и доступен для восприятия ребенка. Задача, которую вы выполняете вместе, должна быть сложнее, чем уровень навыков ребенка, но в то же время быть выполнимой, то есть не слишком трудной. Это позволит ребенку почувствовать себя уверенно и достигать успеха, развивая свои способности и уверенность в собственных силах. Если трудностей не будет, и все будет очень легко, то ребенок будет говорить: «А, это? Это не интересно!»

- Играйте. Игра - эти слова подчеркивают важность игровой деятельности в жизни дошкольников и её влияние на эмоциональное

развитие и учебные достижения. Игра действительно является ключевым элементом в этом возрасте, так как именно через неё дети исследуют мир, развивают воображение и учатся взаимодействовать с окружающими.

Игры, в которых дети могут создавать свои истории и сюжеты, развивают не только креативность, но и навыки критического мышления, коммуникации и сотрудничества. Такие занятия могут стать мостиком к более глубокому пониманию социальных норм и эмоциональных реакций.

Компьютерные игры, хотя и могут быть увлекательными, часто не предоставляют такой же степени творчества и самостоятельности, поскольку многие из них предполагают заранее заданные сценарии. Поэтому заниматься игрой «на полную катушку», в которой можно импровизировать и принимать активное участие в создании сюжета, считается более ценным для развития дошкольников.

Важно также прививать детям самостоятельность, позволяя им время от времени играть самостоятельно после совместной деятельности. Исследование результатов своей игры, поиск новых сюжетов могут стать для ребенка не только увлекательным досугом, но и шагом к развитию уверенности в собственных силах. Но ребенок не может остановиться, ему очень интересно, что будет дальше – и он начинает читать сам.

- Несформированность эмоционально-волевой сферы у детей может проявляться в различных ситуациях, особенно в моменты стресса, связанного с ожиданиями и общественным выступлением. Рассмотрим несколько аспектов данной проблемы и предложенные стратегии помощи.

### **1. Эмоциональная реакция на успехи и неудачи**

Ребенок, который испытывает трудности с саморегуляцией, может реагировать на неудачи чрезмерно эмоционально. В приведенном примере, когда ребенок не может справиться с заданием, он демонстрирует неумение контролировать свои эмоции, что приводит к стрессу и панике.

### **2. Подход через сказку**

Создание сказки с аналогичной ситуацией может помочь ребенку идентифицировать свои чувства и найти успешные способы справления. Персонажи, которые преодолевают преграды и учатся с ними справляться, будут блоками для формирования успешного опыта. Такой подход:

- Развивает воображение.
- Позволяет ребенку прожить ситуацию в безопасной форме.
- Учит находить альтернативные решения.

### **3. Игра в песочнице**

Игровая терапия через песочницу позволяет ребенку не только выразить свои чувства, но и проработать их в контексте игры. Игрушки могут служить метафорами для его проблем и переживаний, что может облегчить процесс.

### **4. Создание историй**

Задание, при котором ребенок сам придумывает окончание истории, может разбудить его внутренние ресурсы. Он учится искать решения, осознавая, что даже в сложной ситуации можно найти выход. Здесь важны:

- Стимуляция критического мышления.
- Действие в роли автора, что увеличивает уверенность в своих силах.

### **5. Коммуникация и поддержка родителей**

Важно, чтобы родители активно вовлекались в процесс. Их поддержка и понимание, а также готовность помочь преодолеть трудности, создают безопасную атмосферу. Обсуждение эмоций, страхов и успешных решений помогает ребенку не только справляться с текущими проблемами, но и выстраивать эмоциональную устойчивость на будущее.

#### **Заключение**

Эмоционально-волевая сфера детей может развиваться через практики, игры и взаимодействие с родителями. Использование игровых элементов и творческого подхода обеспечивает создание безопасного пространства для самовыражения и прогрессирования. Рекомендуется практиковать такие методы регулярно, чтобы укрепить доверие и научить ребенка лучше справляться с вызовами.