

## Консультация для родителей

### КАК РАЗВИВАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВУЮ СФЕРУ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА?

Важнейшей задачей, стоящей перед ответственными родителями, является развитие эмоционально-волевой сферы у детей. Есть несколько техник и большое количество упражнений, которые позволят развить волевые качества малыша, их можно и нужно применять.

С детских лет люди сильно различаются между собой по эмоциональной сфере: некоторые впечатлительны, эмоционально развиты, а другие – страдают так называемой эмоциональной тупостью.

Эмоционально-волевая сфера характеризуется как сущность и динамические изменения чувств, эмоций и волевых проявлений личности.

Эмоциональность напрямую связана с индивидуальностью, нравственными установками, жизненными ценностями и интересами человека, мотивационным потенциалом, волевым управлением. С детских лет люди сильно различаются между собой по эмоциональной сфере: некоторые впечатлительны, эмоционально развиты, а другие – страдают так называемой эмоциональной тупостью. **Воля же представляет способность человека разумно управлять собственной деятельностью и протеканием психических процессов, умение преодолевать внешние и внутренние трудности.** Можно выделить такие ее ключевые функции:

- определение цели и того, для чего ее необходимо достигнуть;
- превращение побуждения в действие при недостаточной или, напротив, избыточной мотивации;
- мобилизация возможностей человека в тех случаях, когда на пути достижения цели возникают препятствия.

**Как отличить эмоции и чувства?** Если первые присущи и людям, и животным, то на вторые способен исключительно человек. Кроме того, чувства более сложны, устойчивы и продолжительны, одна и та же эмоция может проявляться в различных чувствах – и наоборот.

#### СПЕЦИФИКА РАЗВИТИЯ

Эмоционально-волевое развитие малышей проходит под влиянием двух групп факторов:

внутренних (индивидуальные, врожденные способности малыша);  
внешних (обстановка в семье, общение с родителями, окружение).  
И если на первые факторы повлиять родители не могут, то в их силах создать для ребенка дома такие условия, которые будут развивать в нем и волю, и положительные эмоции.

Также с возрастом происходит и обогащение словарного запаса, ребенок становится в состоянии детально описать свои эмоции и настроение. Развитие эмоционально-волевой сферы, таким образом, представляет собой сложный процесс.

## **ВАЖНЕЙШИЕ ОСОБЕННОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ**

Исследователями выделяется несколько ключевых особенностей эмоционально-волевой сферы дошкольного периода:

**Эмоции управляют всеми поступками ребенка.**

**Они произвольные и яркие, быстро вспыхивают и способны моментально угасать.**

Ребенок расстраивается из-за того, что что-то у него не получилось, обижается, не получив желаемого, однако столь же легко и забывает об этом. Чаще всего не способен скрывать или подавлять собственные чувства и эмоции. Хотя некоторым детям удается это сделать.

Уже к старшему дошкольному периоду у крохи появляются мотивы, потребности и интересы, которые будут обуславливать его поступки и деятельность. Также малыши понимают ритм и гармонию, у них складывается понятие о прекрасном.

## **НАРУШЕНИЯ**

Как мы выяснили, в период дошкольного детства происходит интенсивное развитие эмоциональной и волевой сфер, однако в этот же период можно отметить и риск появления различных расстройств. Отсутствие у ребенка эмоциональной децентрации, то есть он не способен к сопереживанию. Отсутствие эмоциональной синтонии – ребенок не может отозваться на эмоциональное состояние близкого ему человека. Отсутствие чувства вины. Повышенная эмоциональная возбудимость, гнев по самым незначительным причинам, агрессия, раздражительность. Часто становится причиной межличностных конфликтов. Внутриличностные конфликты, выражающиеся в беспричинных и частых сменах настроения. Кроме того, у отдельных детей могут наблюдаться одновременно несколько типов нарушений, сочетание

внутриличностного и межличностного конфликтов. С одной стороны, они раздражительны и агрессивны, с другой – капризны, обидчивы и ранимы, испытывают страхи.

### **Родителям следует обратить внимание на следующие признаки нарушений в эмоционально-волевой сфере:**

гиперактивность ребенка; невнимательность;

постоянные страхи и тревоги (одиночества, темноты, смерти), что ведет к появлению безынициативности, чрезмерной скромности;

вредные привычки (грызть ногти, карандаши, сосать палец).

Причин, которые вызвали такие проявления, может быть большое количество – от просмотра агрессивных передач по телевизору до невнимательности родителей и недостатка общения с ними. Очень важно вовремя провести корректировку подобных отклонений, в противном случае незрелость эмоциональной и волевой сфер может привести к инфантилизму.

### **РАЗВИТИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ**

Для этого необходимо регулярно заниматься с ребенком, научить его контролировать свое поведение.

#### **Помогут в достижении цели следующие правила.**

Предлагать малышу задания умеренной сложности, чтобы он имел объективную возможность справиться с ними.

Постепенно уровень повышается.

Соблюдать умеренность и осторожность, помня о том, что дошкольник еще не готов к длительным интеллектуальным и физическим нагрузкам.

#### **Придерживаться режима дня.**

Выполнение конкретных действий в определенный для них временной промежуток отлично дисциплинирует.

**У ребенка обязательно должны быть его собственные дела, которые кроме него никто не выполнит (убрать за собой игрушки, полить цветы). Это поможет ему стать более собранным, а также разовьет силу воли. Родителям нужно следить за тем, чтобы малыш завершал начатое дело, а как только это войдет в привычку – ослабить контроль.**

Научить малыша ставить цель и достигать ее поможет веселая игра

«Котенок». Детям дается задание представить, что домой принесли котика, – один из них на время перевоплощается в животное. Другие должны позаботиться о нем. Дети поставят цель (стать котенком или ухаживать за ним) и предпримут определенные действия для ее достижения. Подвижные и настольные игры с правилами также станут отличным подспорьем родителям. Игра «Да и нет» также поможет развитию волевых качеств. Суть ее проста – малышу задаются вопросы, например: «Ты любишь маму?», «Тебя зовут Маша?», его задача – давать на них ответы, не используя слова «да» и «нет». Если дошкольник уже знаком с некоторыми буквами, улучшить его волю и усидчивость поможет **упражнение «Найди букву и вычеркни ее»**. Мама дает ребенку лист, на котором в хаотичном порядке размещены буквы, символы, цифры, и просит его найти и вычеркнуть все буквы «А».

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ**

Для коррекции нарушений в эмоционально-волевой сфере детей можно использовать арт-терапию (терапию искусством), которая поможет ребенку избавиться от эмоционального дискомфорта, будет стимулировать самосознание и саморегуляцию. Занятия способны снизить состояние тревожности, агрессию, повысить самооценку малыша, а кроме того, помогут развить его художественные способности. В ходе такой терапии следует чередовать самостоятельную работу ребенка над созданием определенного продукта с диалогом, обсуждениями, обменом эмоциями, мыслями, впечатлениями. Использовать следует различные формы арт-терапии.

Назовем основные, часто применяемые в ходе занятий с дошкольниками.

#### **Рисование тычками.**

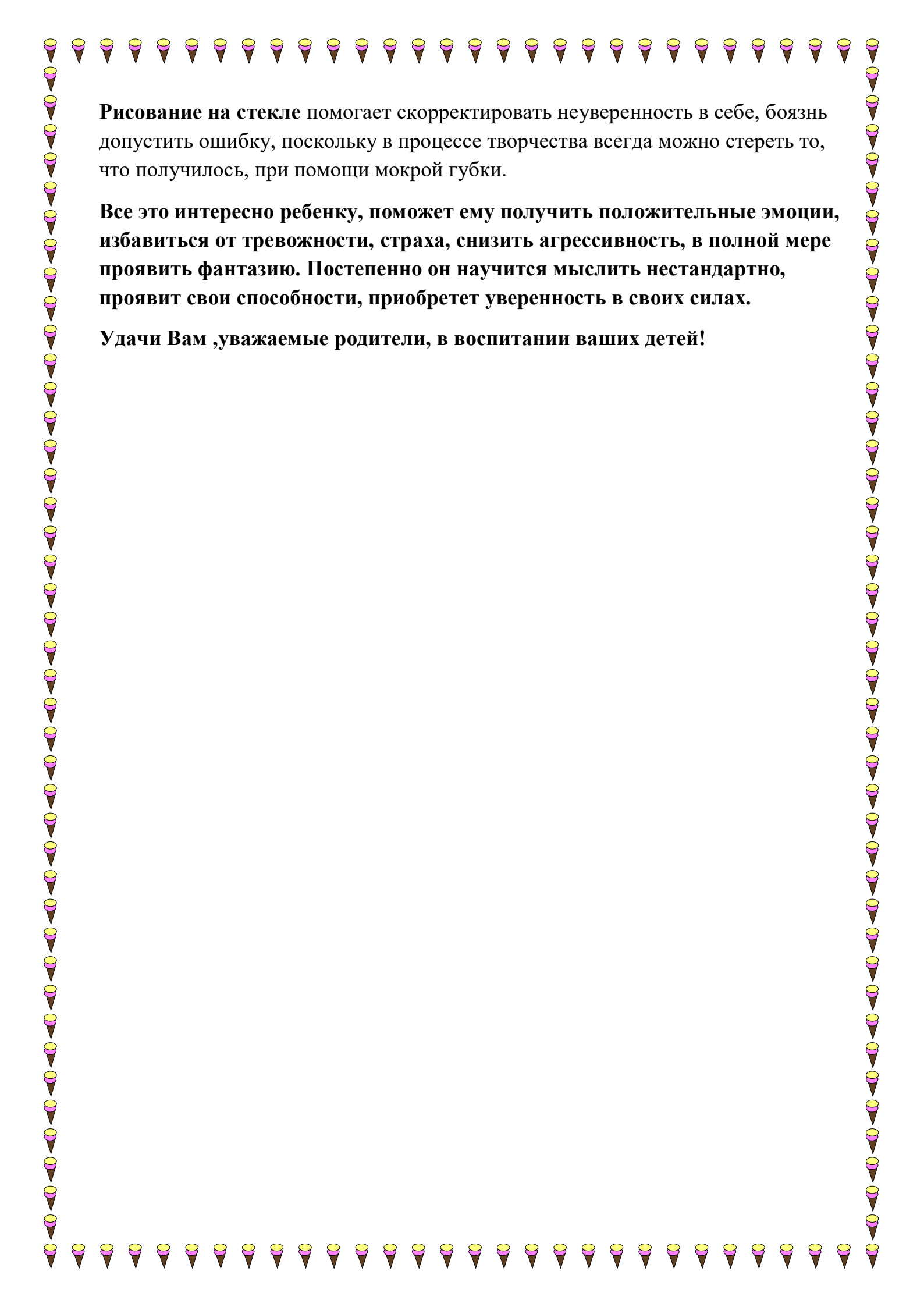
**Монотипия** (на пластмассовой доске малыш при помощи гуаши наносит рисунок, затем сверху накладывается лист бумаги – получившийся оттиск и есть результат творчества).

**Сыпучими предметами**, сухими листьями (на лист бумаги клеем наносят рисунок, потом его посыпают либо сахаром, рисом, другой крупой, либо измельченными листьями. Приклеившись, они создадут оригинальное изображение).

#### **Пластилинография**

#### **Рисунки на спине.**

**Парная игра** – один ребенок водит пальцем по спине другого, «изображая» солнышко, домик, цветок, а первый малыш должен постараться отгадать.

A decorative border of small ice cream cones with yellow and purple scoops surrounds the text.

**Рисование на стекле** помогает скорректировать неуверенность в себе, боязнь допустить ошибку, поскольку в процессе творчества всегда можно стереть то, что получилось, при помощи мокрой губки.

**Все это интересно ребенку, поможет ему получить положительные эмоции, избавиться от тревожности, страха, снизить агрессивность, в полной мере проявить фантазию. Постепенно он научится мыслить нестандартно, проявит свои способности, приобретет уверенность в своих силах.**

**Удачи Вам ,уважаемые родители, в воспитании ваших детей!**