

Воспитание чувств ребенка. Развитие эмоциональной сферы у детей

Развитие эмоциональной сферы у дошкольников и младших школьников.

Во многом успешность социальной адаптации ребенка зависит от того, как он умеет владеть своими чувствами. Это умение во многом определяет его место в кругу сверстников. Да и со взрослыми гораздо легче общаться, если чувства будут подвластны разуму. Владея чувствами, индивид учится управлять своим поведением, что, естественно, примиряет его с обществом. Ребенок зачастую стесняется проявлять свои чувства. Почему это происходит? Отчасти потому, что взрослые его стыдят за их проявление. «Как тебе не стыдно плакать, ты же мальчик», — говорит отец, думая, что именно этим он вырастит из сына мужчину. Или: «Что ты так восторгаешься, надо быть сдержаннее». И ребенок, соотнося замечания близких с насмешками сверстников, вырастает в уверенности, что чувства проявлять плохо. Нет более печального зрелища, чем 6-7-летние мудрые старички. Но, с другой стороны, проявляя чувства, нужно научиться управлять ими.

У дошкольников и младших школьников чрезвычайно развита эмоциональная сфера. Эмоциональное благополучие складывается из отношения к нему взрослых людей, и прежде всего его родителей и близких родственников. Семья должна постоянно демонстрировать ребенку свою любовь, поддерживая в нем уверенность в его нужности и ценности.

➡ **Потребность в любви** — самая сильная потребность ребенка в этом возрасте. Именно она определяет «букет» чувств ребенка. И среди самых сильных, конечно, чувство любви. Ребенок учится любви, если в доме, где он растет, доминирует это чувство. Для родителей очень важно научить ребенка выражению своих чувств. Если члены семьи относятся друг к другу с нежностью, то ребенок впитывает такое поведение и смотрит на мир доброжелательно.

Эмоциональное насыщение жизни ребенка может доводить его до истощения. Ведь весь день насыщен эмоциями, чувства переполняют

ребенка. По каждому, может быть, на взгляд взрослого, пустяковому случаю ребенок «фонтанирует» сложной гаммой чувств. Когда ребенок эмоционально устает, он перестает адекватно воспринимать окружающий его мир. Здесь родители могут заметить отказ ребенка от выполнения элементарных правил, сопротивление указаниям родителей. Это сигнал к перемене ситуации, в которой находится ребенок. Необходимо дать ему эмоционально отдохнуть.

➡ **Вторым после любви у ребенка востребовано чувство справедливости.** Он трепетно относится к словам и действиям взрослых людей, направленных на оценку его поступков. Взрослые часто бывают несправедливы по отношению к ребенку, не задумываясь о том, что такое отношение его больно ранит. К примеру, мама не разобравшись, выговаривает сыну за поступок, который он не совершил. Ребенок плачет, доказывает, что это сделал не он. Но маме некогда разбираться, она куда-то торопится по своим делам и прекращает выяснение обстоятельств. Ребенок обижен, ему больно, он не понимает, почему мама так себя ведет. Его эмоции пульсируют, несправедливость разъедает душу ребенка, учит его так же несправедливо поступать и со сверстниками.

Другой пример не менее показателен. Мама с ребенком повстречала свою подругу и пересказывает ей какой-то случай, происшедший с ней. Но ребенок строго следит за правильностью пересказа. А мама то ли по забывчивости, то ли из желания приукрасить меру своего участия в описываемой коллизии сказала то, чего не было. И тут ребенок во всеуслышание поправляет ее. Часто в таких случаях мамы одергивают ребенка, а то и наказывают, поскольку им кажется, что ребенок ставит их в неловкое положение. Но это не так. У ребенка нет желания унижить или уличить взрослого, неточно выражающегося. У него очень развито чувство «правды», и он добивается точности в пересказе истории, в которой он участвовал или которую слышал от взрослых.

В эмоциональной обойме у ребенка еще много чувств. Это и ревность, и сочувствие, и злость, и зависть, и радость и... Можно еще много перечислять. Все эмоции, которые испытывает взрослый человек, испытывает и ребенок. Только в отличие от взрослого он еще не научился ими управлять. В этом ему необходимо помогать.

Воспитание чувств может идти разными путями. Нужно помнить одно, что последовательные и разумные действия родителей могут принести ощутимые плоды. Ребенок подражает всем действиям родителей. А значит, он им подражает и в проявлении чувств. Если родители сочувствуют окружающим людям, то сочувствие сформируется и у ребенка. Но ему надо помочь в этом. К примеру, если у мамы болит голова, а ребенок бегают, шалит, необходимо обратить его внимание на то, что остальные домочадцы ходят тихо и разговаривают негромко. Полезно переносить ситуацию на ребенка. Можно сказать ему приблизительно так: «Помнишь, как у тебя болел зуб? Мы все старались тебе помочь, не кричали и не топали ногами. Вот сейчас у мамы болит голова так же, как у тебя болел зуб, поэтому все стараются ей помочь».

Все проявления чувств необходимо обсуждать. Вот сосед пожалел котенка и взял его домой. Обязательно с ребенком обсудить этот поступок, объясняя при этом, почему семья не смогла поступить так же. Если у ребенка заболел его друг, желательно подсказать ему, что друга необходимо навестить.

■ И уж, конечно, ни в коем случае нельзя стыдить ребенка за проявление чувств. Наоборот, лучше вместе с ним восхититься радугой и синим небом или каплями росы на цветке, которые утром увидел ребенок. Это полезно и для девочек, и для мальчиков.

Полезно также в семье нежно здороваться, с помощью поцелуя благодарить за еду, помощь в чем-либо. Ребенок с большим удовольствием проявляет свои чувства, если родители и родственники поддерживают подобные проявления.

На развитии чувств сказывается и чтение книг, где герои проявляют разные чувства или совершают поступки, которые могут вызывать проявления чувств со стороны окружающих. Полезно после прочтения обсудить с ребенком прочитанное и обязательно с помощью вопросов выяснить, понял ли он текст. Вопросы могут быть разные. Главное, чтобы они были направлены на обсуждение чувств. Примерный перечень вопросов может выглядеть следующим образом:

- * Какие чувства испытывал герой, совершая поступок?
- * Почему ты так думаешь?
- * Какие действия героя вызывают у тебя чувство одобрения, а какие порицания?
- * Почему именно эти чувства?
- * Как бы ты себя повел на месте героя книги?
- * Какие чувства ты бы испытывал, когда совершал бы такие же поступки? И пр.

Безусловно, это примерный перечень вопросов. Он вполне может быть расширен и дополнен в зависимости от темы беседы. Полезно родителям составить цикл бесед по воспитанию чувств. Можно взять несколько чувств, которые на взгляд родителей слабо развиты у ребенка, и заниматься их развитием. К примеру, можно взять такие чувства, как ревность, злость, несдержанность, гордость, зависть. Подобрать рассказы или сказки, где эти чувства проиллюстрированы. Прочитать вместе с ребенком, обсудить коллизии, попросить его нарисовать запоминающиеся моменты или героев, которые ему понравились.

Ребенок не должен догадываться, что идет процесс воспитания. Не надо ему объявлять, что сейчас будут формировать у него чувства. Деликатно, ненавязчиво, прибегая к игре, организовывать так деятельность ребенка, чтобы проявление его чувств было логичным для всей системы семейного воспитания.

Памятка для родителей.

«Искусство наказывать и прощать»

- Чаще хвалите ребенка, чем осуждайте.
- Подбадривайте его, а не подмечайте неудачи.
- Вселяйте надежду, а не подчеркивайте, что изменить ситуацию невозможно.
- Чтобы ребенок поверил в свой успех, в это, прежде всего, должны поверить взрослые. Наказывать легче, воспитывать труднее.
- Не создавайте сами опасных прецедентов и резко ограничьте круг запретов (если вы что-то разрешили ребенку вчера, разрешите и сегодня).
- Будьте последовательны.
- Запреты всех взрослых в семье должны быть одинаковыми.
- Воинственность ребенка можно погасить своим спокойствием.
- Не ущемляйте достоинство и самолюбие ребенка.
- Попробуйте понять ребенка и оценить с его позиции плохой поступок.
- Если есть сомнение, наказывать или нет – не наказывайте!
- Помните, что детское непослушание всегда имеет психологические мотивы:

- нарочитое непослушание означает, что ребенок хочет быть в центре внимания;

- проказы свидетельствуют о том, что ребенок жаждет эмоциональных впечатлений;

- упрямство – свидетельство желания быть независимым;

- агрессия – ребенок ищет способ самозащиты;

- суета, беготня – ребенок дает выход энергии.

- Помните, каждый имеет право на ошибку, и ребенок не исключение. Помогите ему достойно выйти из неприятной ситуации, и он будет вам благодарен.

ЧТОБЫ РЕБЕНОК НЕ ПОТЕРЯЛСЯ: техника безопасности!

О чем стоит подумать заранее и чему научить ребенка:

1. **Имя, возраст, адрес** - это то, что ваши дети должны знать. У ребенка во внутреннем кармане одежды всегда должна быть ваша визитка (визитку может заменить простой листок). Здесь стоит указать не только телефоны его родителей, но и домашний адрес, контакты ваших друзей (дополнительные телефоны помогут дозвониться, даже если ваш телефон будет недоступен). Если у ребенка есть медицинские противопоказания, эти данные также стоит внести на визитку.

2. **Научите ребенка пользоваться сотовым.** Для самых маленьких подойдут телефоны с ограниченным числом кнопок (каждая из них соответствует номеру близкого человека). Важно: телефон помогает определить местоположение ребёнка. (от редакции - у этого совета есть серьезный минус: хотя прямая связь между мобильниками и раком мозга еще не доказана из-за слишком короткого времени использования мобильников в целом, но многие медицинские эксперты уже сейчас советуют НЕ давать детям мобильные телефоны в активное использование до 12 лет).

