



Развитие гармоничной эмоционально-волевой сферы ребенка

Эмоционально-волевая сфера включает в себя как содержание, динамику, а также качество эмоций и чувств каждого человека. Роль эмоций и воли в развитии ребенка сложно переоценить. Оказывая влияние на практически все познавательные процессы (мышления, внимание, память и т.д.), они влияют на то, каким именно малыш увидит окружающий мир и каким будет его восприятие в дальнейшем. Закрепление фундаментальных аспектов эмоций происходит, главным образом, в дошкольном возрасте. Именно поэтому развитие эмоционально волевой сферы ребенка — дошкольника требует к себе особого внимания со стороны семьи.

Основу эмоционально-волевой сферы составляют:

1. Эмоции – наиболее простые реакции ребенка на окружающий мир. Условно подразделяются на положительные (восторг, радость), отрицательные (гнев, страх), нейтральные (удивление и т.д.).
2. Чувства – более сложные комплексы сферы, включающие в себя различные эмоции и проявляющиеся по отношению к определенным предметам, людям, либо событиям.
3. Настроение – более устойчивое эмоциональное состояние, которое зависит от целого ряда факторов, в том числе тонуса нервной системе, состояния здоровья, окружающей обстановки, социального окружения, деятельности и т.д. В зависимости от продолжительности настроение может быть устойчивым, либо неустойчивым, стабильным, либо переменчивым – эти факторы определяются темпераментом, характером человека и некоторыми другими особенностями. Оно способно оказывать серьезное воздействие на деятельность человека, то стимулируя, то расстраивая ее.

4. Воля – еще один компонент эмоционально-волевой сферы человека, отражает его способность к сознательной регуляции деятельности и достижению поставленных перед собой целей. Уже достаточно хорошо развита у детей в младшем школьном возрасте.

Что нужно знать о развитии эмоционально-волевой сферы вашего ребенка? Полезные советы родителям.

Для того чтобы ребенок знал, что представляют собой эмоции, чувства и какие оттенки они имеют, словарный запас нужно периодически расширять новыми для него понятиями. В дошкольном возрасте у ребенка преобладают наглядные формы мышления. Поэтому изучать проявления эмоций и чувств очень удобно на конкретных примерах с помощью наблюдения за героями сказок и мультфильмов. Например, во время просмотра мультика или чтения сказки можно поговорить о том, что именно чувствует персонаж, что вызвало у него такие чувства и эмоции, к каким действиям эти переживания приводят, могут ли что-нибудь сообщить о герое и т.д. Также, ребенку важно объяснять его поведение описывая эмоциональное состояние, вот, малыш увидел любимую игрушку и обрадовался «Ты радуешься своей игрушке, улыбаешься» или у ребенка, что-то не получилось, вы видите, что он сердит «Ты топаешь ножкой и кричишь, когда сердит». Для того, чтобы научить ребенка-дошкольника уважать чувства других людей, необходимо чтобы он сам ощущал понимание со стороны взрослых своего эмоционального состояния. Для этого не нужно запрещать ему проявлять разные переживания и, параллельно – поощрять говорить о том, что он чувствует. Задача взрослого объяснить ребенку, что каждый человек может испытывать и недовольство, и гнев, и страх, и что все это – абсолютно здоровые эмоции, без которых невозможна жизнь любого человека. Важно просто научиться выражать их максимально корректно. Ребенку нужно научиться подбирать описание эмоций и чувств таким образом, чтобы они как можно лучше соответствовали его эмоциональному состоянию. А также – правильно распознавать эмоции окружающих. Это значительно облегчит его коммуникацию с другими людьми и будет способствовать более успешной адаптации в различных коллективах (детский сад, школа и т.д.).