***Статья "Мир эмоций дошкольника. Как сделать его ярче."***

Эмоциональная сфера – это своеобразный калейдоскоп впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, одновременно познавая его. В процессе становления и развития человека происходят качественные изменения в его эмоциональной сфере. Преобразуются сами взгляды на мир и отношения с окружающими. У старших дошкольников, например, постепенно вырабатывается способность осознавать и контролировать свои чувства, которые являются живым индикатором наиболее значимых потребностей.

Следовательно, с развитием эмоциональной сферы качественно меняется сам внутренний мир человека. И очень важно для достижения гармонии, личностной реализации в социуме, чтобы чувственный мир был ярким, комфортным и позитивным.

Эмоциональная сфера при этом сама по себе стать совершенной не может. Её необходимо внимательно изучать и бережно развивать.

В наши дни вспоминается феномен ***«засушенного сердца»***, открытый ещё Л.С. Выготским. Под этим термином понимается человеческая чёрствость, обеднённость или даже полное отсутствие чувств. Сложность нынешней ситуации состоит именно в том, что помимо часто встречающихся недочетов в воспитании и образовании ***«обесчувствованию»*** способствует сама современная жизнь, в которую напрямую включен ребенок.

 Например, подолгу находясь у телевизора, компьютера, наши мальчики и девочки стали меньше общаться со взрослыми и сверстниками. А ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому современные дети и становятся более эгоистичными, эмоционально изолированными, переутомленными и менее отзывчивыми к чувствам других. Кроме того, со стороны взрослых также не всегда встретишь должное внимание к настроениям и переживаниям ребенка. Родители нередко бывают слишком заняты, чтобы тратить время на ***«детские»*** проблемы. Между тем, ростки негативных чувств и эмоций могут дать свои самые нежелательные плоды.

Таким образом, сейчас очень важно объединённые усилия психологов, воспитателей и специалистов направить на развитие чувственной сферы детей и обеспечение эмоционального благополучия в дошкольном учреждении.

**Состояние эмоционального благополучия ребёнка в современном детском саду определяют следующие компоненты:**

* безусловное принятие дошкольника взрослыми для формирования у него необходимого и очень важного чувства безопасности
* позитивность обстановки *(создание поддерживающей, доброжелательной, искренней,****«домашней»****атмосферы в группе)*
* равенство в отношениях между взрослым и ребёнком *(реальная помощь, своевременное получение её в любой необходимый момент, а также организация продуктивного пошагового сотрудничества)*
* обеспечение детям возможности свободно перемещаться в пространстве группы и непосредственно общаться со сверстниками
* гибкий личностно ориентированный подход *(максимальный учёт психических и личностных особенностей каждого ребенка на основе индивидуального образовательного маршрута при интеграции педагогов и специалистов, отказ от каких-либо****«ярлыков»****)*
* создание условий для развития личностной индивидуальности *(раннее выявление творческих возможностей и способностей дошкольника, своевременный их мониторинг (то есть отслеживание динамики)*, поощрение реальных достижений ребенка и его стремления к самостоятельности)
* внимательное отношение и чуткая реакция на детские проблемы, тревоги и страхи в случае их появления
* тактичное общение с ребенком для совместной ***«переработки»*** волнующих его, часто лишающих покоя впечатлений с целью их уменьшения и преодоления, а также повышения самооценки.
* конфиденциальность, то есть закрытый характер информации об участниках психолого-педагогического взаимодействия, осуществление профессиональной деятельности под девизом: ***«Не навреди!»***

***Что может способствовать эмоциональному благополучию ребенка в д/с:***

**1) создание в группах уголков психологической разгрузки:**

* для младших дошкольников– это домотека *(так необходимая любому малышу возможность разместить в помещении группы предметы, принесённые из дома: фотографии, игрушки и т.д.)* или ***«дерево эмоций»*** *(когда каждый ребенок, приходя утром, сам располагает своё изображение на общем сюжетном панно в соответствии со своим настроением (в центре, по краям и т.д.)*, а в течение дня вполне может вносить по желанию необходимые изменения)
* для старших дошкольников – это условия для эмоционального уединения в небольшом пространстве с мягкой мебелью или модулями, интересными книгами, журналами, иллюстрациями, любимыми настольными играми и игрушками.

**2) творческое применение игр и игровых пособий, направленных на совершенствование эмоциональной сферы детей. В их числе:**

* ***«Кубик настроений»***

Детям предлагается объёмная модель: кубик с изображением на его сторонах разных эмоциональных состояний человека: от позитивных и нейтральных до негативных. С его помощью у дошкольников появляется возможность узнавать своё настроение среди прочих, называть его, определённо реагировать, ***«наводя порядок»*** в своём внутреннем мире. Здорово, когда этот кубик есть у каждого ребенка и размещается на шкафчике, являясь доступным в любой момент ***«эмоциональным тренажером»***.

* ***«Азбука эмоций»***

Представляет собой набор картинок, с помощью которых в третьем лице, то есть опосредованно можно говорить с ребенком о том, что его волнует. Это способствует активному самовыражению дошкольников, проговариванию основных переживаний, предупреждению различных комплексов и необоснованного недовольства собой, то есть профилактике детских депрессивных состояний.

* ***«Зоопарк настроений»***

Игровое упражнение, заключающееся в ознакомление через образы животных с разнообразными эмоциональными проявлениями человека *(гордостью, робостью, злостью и т.д.)* с целью лучшего понимания себя. Возможность нахождения одинаковых изображений или их вариантов стимулирует детей к объединению в диаду *(по двое)* и малую подгруппу, развивая навыки самостоятельного общения с окружающими.

* ***«Страна колобков»***

Игра, снабженная широким игровым полем, позволяет взаимодействовать как с одним ребенком, так и с несколькими. Её смысл заключается в составлении своего ***«маршрута»*** по изображенным эмоциональным состояниям, их узнавании, назывании и ***«примеривании»*** к себе.

* ***«Пойми меня»***

Игровое упражнение содержит карточки – схемы основных чувств. Дети в занимательной, непринуждённой форме упражняются в умении различать их, сопоставлять между собой, а также с помощью мимики, жестов, движений реагировать на различные эмоционально окрашенные ситуации.

Важно заметить, что перечисленные игры не являются единственными в своем роде, точно заданными и статичными. Возможность внесения своих корректив, применения фантазии и творчества, создания собственных вариантов делает их по-настоящему доступными, универсальными и эффективными.

3) эмоциональному благополучию ребёнка в детском саду может также содействовать обучение родителей играм и упражнениям на развитие ***«гаммы чувств»*** для создания равных эмоционально благоприятных условий в д/с и семье. Ведь для детей, только еще открывающих для себя мир, очень важно, чтобы основные требования к ним и микроклимат отношений были по возможности устойчивыми и стабильными.

4) применение различных изобразительных техник *(например, рисование человека в разных эмоциональных состояниях: гневе, радости, покое)* с последующим обсуждением получившихся работ с их авторами относится к проективным методам и способствует активной рефлексии, то есть обратной связи между всеми участниками проводимого творческого процесса.

5) использование музыки и современных технических средств влияет на улучшение настроения детей и взрослых, обогащение чувственных впечатлений, повышение жизненного тонуса.

Главным же в деле обеспечения эмоционального благополучия дошкольника является позитивный пример, заинтересованное отношение к его успехам и переживаниям значимых взрослых – родителей, воспитателей, психологов. Девизом в этом актуальнейшем направлении психолого-педагогического взаимодействия могут служить слова: ***«Мы доверяем друг другу!»*** ***«Мы вместе!»***, ***«Всё в наших руках!»***.

педагог-психолог МКДОУ д/с №443 Мирошникова К.Ю.