Эмоции помогают определённым образом воспринимать действительность, реагировать на неё. Умение искренне радоваться, понимать чувства и эмоциональные состояния людей, чётко выражать свои желания и общаться с людьми, быть восприимчивым к искусству и проявлениям жизни — всё это зависит от того, как сформирован ребёнок эмоционально. То, как развита эмоциональная сфера ребёнка дошкольного возраста, влияет на понимание маленьким человеком мира и успешного взаимодействия с ним.

***Особенности эмоционального развития ребёнка дошкольного возраста.***

Проблема современности в том, что многие дети имеют проблемы в эмоциональном развитии, а именно — не умеют откликаться на чувства и состояния других, неадекватно реагируют на многие вещи. Сегодня лучшими друзьями в ребёнка являются телевизор и компьютер, смартфон и планшет, а любимейшие занятия — просмотр мультфильмов и компьютерные игры. В результате подобного образа жизни дети меньше общаются и с взрослыми, и со сверстниками; дошкольники не внимательны и нечувствительны к окружающим, не умеют контролировать и уместно проявлять эмоции. А ведь общение значительно обогащает жизнь, делая её яркой, наполненной эмоциями и впечатлениями.

*Дошкольный период* — достаточно короткое время жизни человека. Поэтому важно именно в это время заложить хорошие основы личности. Немаловажным является эмоциональное развитие ребёнка, которое имеет свои особенные характеристики.

***Когда ребёнку 1-3 года, то его эмоциональная сфера характеризуется*:**

* отсутствием эмпатии
* характерными эмоциональными реакциями, связанными с его желаниями
* неумением выбирать и принимать решения
* эгоцентризмом
* зарождением самосознания (малыш начинает узнавать своё отражение в зеркале, отзываться на имя, пытается быть самостоятельным, начинает употреблять местоимение «я»
* завышенной самооценки (Я — хороший)
* не умением видеть последствия действий
* важностью для ребёнка оценки взрослого, реакции не неё

***В возрасте 4-6 лет эмоциональная сфера ребёнка характеризуется:***

* более спокойным эмоциональным фоном восприятия
* проявлением эмоций по цепочке «желание, представление, действие, эмоция»
* более управляемыми эмоциональными процессами
* развитием эмоционального предвосхищения (ребёнок старается предвидеть будущий результат и то, как его оценят)
* появлением аффективных реакций
* появлением новых мотивов для деятельности
* способностью оценивать своё поведение

*Ребёнок 4-5 лет* — это маленький человек, обладающий достаточно разнообразным спектром эмоций. Его чувства и переживания связаны, по большей мере, с атмосферой в семейном кругу. Новые умения и интересы способствуют появления целого спектра разнообразных эмоций ребёнка, а также потребностей и мотивов. У дошкольника постепенно усложняется гамма эмоций и чувств: он уже может чувствовать не только радость или страх, но и ревность, грусть, жалость, гнев, бодрость, нежность, застенчивость, удивление, удовольствие и т. д. Дошкольник уже может выражать чувства, применяя разную интонацию и мимику.

***Особенности развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста***:

* они ещё не могут управлять своими эмоциями, переживаниями
* они осваивают социальные формы проявления чувств
* чувства и эмоции у них становятся более разумными и произвольными
* у дошкольников начинают формироваться высшие чувства (эстетические, нравственные, интеллектуальные)

***Диагностика***

Основные диагностические методы эмоциональной сферы детей:

* тестирование
* наблюдение
* опрос
* беседа
* анкетирование
* анализ образцов детского творчества (рисунков).
* Проводя наблюдение за дошкольником, обратите внимание такие факторы, как эмоциональный фон,
* настроение,
* степень выраженности эмоций,
* уровень эмоциональной подвижности.

Наблюдая, можно легко заметить, насколько богат эмоциональный фон ребёнка, умеет ли малыш контролировать свои эмоции, присуща ли ему эмоциональная неустойчивость.  
  
*Используя один из методов диагностики или в комплексе, можно выяснить:*

насколько адекватна реакция дошкольника на явления

как он воспринимает и интерпретирует состояния и настроения других людей

широту диапазона эмоций, которые ребёнок понимает и переживает, глубину его переживаний, способы передачи эмоций с помощью речи;

адекватно ли проявление эмоций при общении.

***Эмпатия у детей***

Важнейшим компонентом эмоционального развития ребёнка дошкольного возраста является развитие эмпатии, а именно — способности к сочувствию и пониманию переживаний и эмоций других людей. Ребёнок, у которого развита эмпатия, всегда войдёт в положение того или иного человека и предложит ему свою помощь.

Формирование эмпатии у дошкольника — это залог успешного обучения в школе, его лёгкой социализации, беспроблемного общения. Хотя бы поэтому родителям обязательно следует уделять внимание развитию эмпатии наряду с развитием интеллектуальных, коммуникативных, познавательных, творческих и других способностей малыша.

***Советы по развитию эмпатии:***

1. Создайте в семье тёплую атмосферу, где будет царствовать любовь и взаимопонимание. 2. Разбирайте с ребёнком разные жизненные ситуации.

3. Знакомьте малыша с принципами существования в обществе.

4. Объясняйте, как правильно поступать с людьми в разных ситуациях.

5. Поясняйте, какие последствия может нести то или иное поведение людей.

6. Развивайте у малыша позитивные социальные черты характера: оптимизм, доверие, прощение, солидарность.

7. Учите малыша делать полезные поступки, помогать другим. Не забывайте о похвале.

8. Сопереживайте ребёнку, общайтесь с ним о том, что он чувствует.

9. Развивайте ребёнка эмоционально: обсуждайте тематические изображения и фотографии, изображайте эмоции перед зеркалом, играйте в эмоциональные игры.

10. Будьте для ребёнка примером для подражания: придерживайтесь тех же принципов, которым вы обучаете малыша.  
  
***Эмоциональное воздействие.***

Секрет воспитания дошкольника с помощью эмоционального воздействия заключается в том, чтобы не подавлять эмоции ребёнка, а направлять их в нужное русло. Если малыш посещает детский сад, то его эмоциональное становление будет более эффективным, так как он будет находиться в обществе сверстников и вместе с ними постигать новое, учиться общаться с ними.

*Работу по эмоциональному совершенствованию дошкольников нужно проводить в двух направлениях:*

* формирование умения распознавать и сравнивать эмоции: весело, скучно, грустно, спокойно, страшно, интересно и пр.
* формирование умения правильно выражать эмоции и определять эмоции, переживаемые окружающими.

Эмоциональное воздействие на ребёнка осуществляется следующими средствами:

* сюжетно-ролевые игры
* психогимнастические игры
* подвижные игры
* коммуникативные игры
* игры и задания на развитие произвольности
* игры для развития воображения
* игровые упражнения
* мимические этюды
* прослушивание музыки и обсуждение её
* чтение сказок и рассказов
* знакомство с живописью  
    
  В ходе занятий малыш будет переживать разные эмоциональные состояния, будет пытаться говорить о том, что чувствует, познакомится с опытом таких же ребятишек, благодаря чему он станет лучше понимать себя и окружающих.

***Формирование эмоциональной сферы***

Формирование эмоций и чувств у дошкольников зависит от условий:

* Дошкольник должен общаться со сверстниками: именно в общении формируются чувства и эмоции.
* Нужно организовывать целенаправленную деятельность, способствующую развитию эмоций и чувств (прослушивание музыки, музыкальные занятия, чтение).
* Развивать эмоции и чувства у дошкольников лучше всего с помощью их основного вида деятельности — игры.
* Трудовая и творческая деятельность помогает формированию эмоциональных переживаний: радости от успеха, вдохновению, сочувствию усилиям сверстников, чувству удовлетворения или недовольства результатом.  
    
  *«А знаете ли вы, что если человек эмоционально благополучен, то у него высокая самооценка, он ориентирован на достижение целей, не имеет проблем в общении, может легко строить и поддерживать отношения. То есть, эмоциональное благополучие — это гарант успешности ребёнка в будущем. Зависит эмоциональное благополучие ребёнка не от его врождённых особенностей, а от оптимальной системы воспитания в семье».*

***Компоненты успешного формирования эмоциональной сферы дошкольника:***

1. Правильная организация режима ребёнка, комфортная для него.
2. Активизация двигательной деятельности малыша, его физического развития (утренняя зарядка, подвижные игры, физкультминутки).
3. Игры (ролевые, сюжетные, дидактические, коммуникативные и проч.).
4. Знакомство с искусством и самостоятельное творчество.
5. Чтение и обсуждение сказок.
6. Психогимнастика (эмоциональные этюды, мимика, пантомимика).
7. Организация совместной деятельности детей.
8. Задания с использованием наглядных пособий.

Эмоции — это основа благополучного душевного состояния ребёнка, его успешного общения, развития и дальнейшей жизни. Малыш реагирует на окружающий мир посредством эмоций. Поэтому нужно развивать эмоциональную сферу ребёнка с раннего возраста с помощью разных видов воздействия, отдавая предпочтение игровым методам.