

Эмоции важны ли они для ребёнка и почему.

Радость, грусть, гнев, страх, интерес...

Каждый день мы и наши дети испытываем все эти эмоции. Эмоции-это реакция человека на определенные события или действия к происходящему вокруг нас или внутри нас. В дошкольном возрасте дети получают представление о человеческих эмоциях и учатся распознавать психологическое состояния. Это помогает в дальнейшем ребёнку овладевать своими эмоциями, понимать чувства других людей. Для того, чтобы ребёнок учился выражать эмоции, очень важно дать ему возможность выразить любые, даже самые сложные чувства в безопасной обстановке без осуждения. Маленькие дети часто находятся «В плену эмоций», потому что они ещё не могут управлять своими чувствами. На протяжении дня ребенок может испытать целую вереницу различных эмоций, они могут меняться достаточно быстро. Эмоции влияют на взаимоотношения между детьми, по этому очень важно понимать свои эмоции и уметь справляться с ними. Чтобы помочь развить эмоциональную сферу ребёнка необходимо рассказать и показать ему какие эмоции существуют и для чего они нужны. Очень часто дети учатся делать то же самое что видит в поведении родителя. Если вы будете выражать свои эмоции, то ребенку будет легче этому научиться. Для того, чтобы ребенок мог выражать свои эмоции и чувства ему нужно научиться обозначать их через «Я». «Я расстроен», «Мне было неприятно». Так ребёнок не будет винить в чем то другого человека, а будет выражать своё отношение к произошедшему.