

«Как помочь ребенку преодолеть негативные эмоции»

Консультация для педагогов ДОУ

"Как помочь ребёнку преодолеть негативное эмоциональное состояние"

Что делать, если ребёнок импульсивно реагирует на травмирующие ситуации? Хвалите его в тех случаях, когда он сдерживается, пытается взвесить "за" и "против", потерпеть. Почаще обращайтесь к играм, успех которых зависит от терпения. Чтобы довести задуманное до конца, ребёнок будет стараться переступить через мелкие недоразумения и обиды, ради достижения общей цели. Для этого организуйте небольшую группу детей, каждому дайте конкретное задание, которое должно являться частью основного.

Чтобы помощь ребёнку в преодолении негативных эмоциональных состояний была действенной, необходимо изучить его интересы и склонности, желания и предпочтения. С этой целью можно **предложить ему ответить на следующие вопросы:**

- Что любишь больше всего на свете?
- Чем бы ты стал заниматься, если бы тебе разрешили делать всё?
- Расскажи о своём любимом занятии: как ты гуляешь, играешь?
- Тебе всё нравится в детском саду? Что бы ты хотел изменить?
- Представь, что я волшебница и могу выполнить любое твоё желание. Что ты хочешь попросить?

Можно использовать приём, который заключается в завершении предложений.

Ребёнку предлагаются незаконченные фразы. Чтобы ему было интересно, используйте кукол или игрушечных животных. Пусть он вообразит, что помогает мишке, который не умеет говорить, или переводит с языка животных вам, взрослому. Создайте непринуждённую обстановку. Объясните, что правильных и неправильных ответов в этой игре не бывает. Все ответы верны.

- Когда я вырасту, я буду...
- Мне скучно, когда...
- Не люблю, когда...
- Самое интересное - это...
- Мой лучший друг...
- Мне нравится...
- Взрослые любят, когда...
- Летом я люблю...
- Когда я пойду в школу...
- Мама сердится, если...
- Моё самое любимое дело - это...
- Мама всегда хвалит за...
- Как меня ругали, когда...
- Зимой лучше всего...
- Папа всегда меня хвалит за...

Обратите внимание на то, какие предложения вызвали у вашего испытуемого затруднения, а какие он завершил быстро и легко. Это может дать косвенную информацию о психологическом климате в семье, наличии противоречий между желаниями ребёнка и требованиями родителей. Чтобы проследить динамику самоощущения ребёнка в детском саду, можно предложить тестирование, направленное на изучение того, насколько продвинулось социально-эмоциональное развитие ребёнка в

результате ваших воспитательных работ и воздействий. Основные аспекты этого развития касаются отношений со взрослыми и сверстниками, а также самостоятельности.

Таким образом, ознакомившись с теоретическими и практическими разработками в области изучения эмоциональных состояний дошкольников, вы теперь понимаете, что создание эмоционального благополучия и комфорта оказывает влияние практически на все сферы психического развития.