



**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка - детский сад «Колокольчик» п. Витим» муниципального  
образования «Ленский район» Республики Саха (Якутия)**

678150, Республика Саха, Ленский район, п. Витим, ул. Полевая, д.20 (kolokolvitim@mail.ru) т/ф.8(41137)35677

*Консультация для родителей*  
**«Эмоциональное благополучие детей  
дошкольного возраста»**

**2024 год**



## ЭМОЦИОНАЛЬНО БЛАГОПОЛУЧНЫЙ РЕБЕНОК

УЛЫБЧИВ

НЕПОСРЕДСТВЕНЕН

РАЗГОВОРЧИВ

НЕ ДРАЧЛИВ

НЕ ГРУБИТ  
РОДИТЕЛЯМ

ОБЛАДАЕТ  
ЧУВСТВОМ  
ЮМОРА

НЕ ВОКРУЕТ

НЕ КРИКЛИВ

ДОБРОЖЕЛАТЕЛЕН

СЛУШАЕТ ДРУГИХ

СПОСОБЕН ПРЕОДОЛЕВАТЬ  
ЭГОЦЕНТРИЧЕСКУЮ  
ПОЗИЦИЮ

НЕ ОБИЖАЕТ  
ДРУГИХ



## ЧТО ТАКОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ?

Эмоциональное благополучие является одним из базисных качеств жизни человека. Его фундамент закладывается в детском возрасте, следовательно, зависит от окружающих ребенка взрослых: отношений и реакций на его поведение.





## УСЛОВИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СОБСТВЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ ДЛЯ СОЗДАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОМФОРТА РЕБЕНКУ В СЕМЬЕ

принятие ребенка в единстве его позитивных и негативных качеств;

создание в семье атмосферы положительных эмоций;

создание в семье атмосферы безопасности для ребенка;

поощрение и стимуляция развития всех способностей ребенка - эмоционально-волевых, интеллектуальных, психомоторных (например, родители часто совершают ошибку, не придавая эмоциональному благополучию ребенка должного значения, а считая, что успешность обучения является более важным показателем его развития, что впоследствии может довольно негативно сказаться на психическом здоровье ребенка);



в зависимости от возраста и поведения ребенка варьирование взрослыми собственных стратегий поведения, включая формы поощрений и ограничений (например, хвалить за реальные результаты и игнорировать демонстративные

реакции ребенка в зависимости от степени их выраженности и места проявления);

включенный в детскую жизнь, в том числе и в игровую деятельность ребенка.



С каждым годом появляется все больше дошкольников с отклонениями в эмоциональной сфере. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других.

Детство - время, когда закладываются основы эмоционального и психологического благополучия у дошкольника и нам надо попытаться понять своего ребенка, как он воспринимает семью, себя, родителей. Ведь дети воспринимают и оценивают окружающее по-своему, не так как взрослые. Зачастую родители об этом забывают, либо не желают принять особенности детского осмысления.





***Основные причины нарушения эмоционального благополучия детей.***

- Несогласованность требований к ребёнку дома и в детском саду.
- Нарушение режима дня.
- Избыток информации, получаемой ребёнком (интеллектуальные перегрузки).
- Желание родителей дать своему ребёнку знания, которые не соответствуют его возрасту.
- Неблагополучное положение в семье.

## ТРИ ГРУППЫ ФАКТОРОВ

влияющих на гармонию семейных отношений, от которой в прямую зависит психоэмоциональное состояние ребенка

1. Социально-  
психологический  
фактор



2. Социально-  
культурный  
фактор



3. Социально-  
экономические  
факторы



## Рекомендации для достижения эмоционального благополучия в группе:

1. Контакт глаз
2. Физический контакт
3. Пристальное внимание





# Оформление интерьера группового помещения :

1. Уголок приветствия
2. Уголок достижений.
3. Уголок гнева.



**ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ  
НА САМОРЕГУЛЯЦИЮ И СНЯТИЕ  
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ**





## Игра «Пиктограммы»

Детям предлагается набор карточек, на которых изображены различные эмоции Петрушки.

На столе лежат пиктограммы различных эмоций Петрушки. Каждый ребенок берет себе карточку, не показывая ее остальным. После этого дети по очереди пытаются показать эмоции, нарисованные на карточках. Зрители, они должны угадать, какую эмоцию им показывают и объяснить, как они определили, что это за эмоция. Воспитатель следит за тем, чтобы в игре участвовали все дети. Эта игра поможет определить, насколько дети умеют правильно выражать свои эмоции и "видеть" эмоции других людей.



# УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА (КН. В.ШИМАНСКОЙ "ГДЕ ЖИВУТ ЭМОЦИИ?")

## СПИННЕР ГРУСТИ

Когда мне грустно, я могу...





# Подвижные игры

Подвижные игры широко используются в ДОУ как самостоятельная форма работы по физическому воспитанию. Они проводятся со всеми детьми одновременно на дневной, вечерней прогулке. Так же дети могут объединяться в подгруппы и играть утром (до утренней гимнастики) и в перерывах между занятиями.

*Утром* (до утренней гимнастики), особенно летом и весной, рекомендуются игры с физкультурными пособиями и игрушками, побуждающими детей к движениям.

*В перерывах между занятиями* особенно если они связаны с неподвижной позой, полезны игры средней и малой подвижности хорошо знакомые детям.

*На вечерней прогулке* полезно организовывать игры большой и средней подвижности, в которых участвуют все дети одновременно.



В каждом ряду один человечек лишний.  
Найди и обведи его. Назови эмоции человечка.

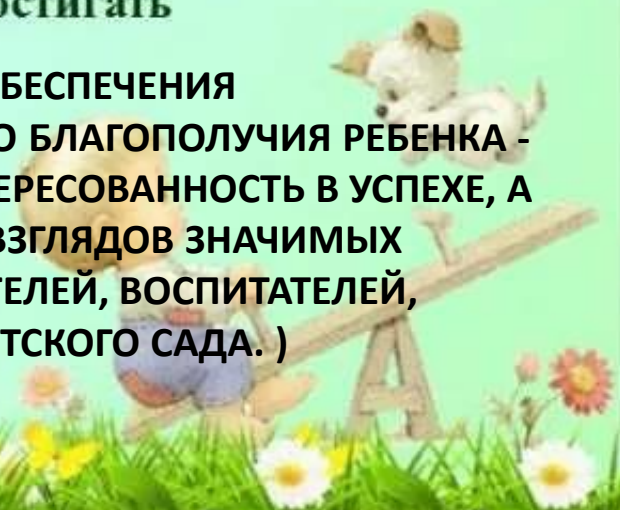




## Возможности игры огромны, они:

- ❖ Развивают познавательные процессы личности – внимание, память, восприятие, мышление, воображение;
- ❖ Тренируют наблюдательность и ум;
- ❖ Развивают творческие способности у детей;
- ❖ Формируют эмоционально-чувственную сферу личности дошкольника;
- ❖ Способствуют познанию ребенком самого себя и побуждают его к самосовершенствованию;
- ❖ Учат самодисциплине, настойчивости, выдержке – всем тем качествам, без которых трудно жить и достигать поставленных целей и задач

(ГЛАВНОЕ В ДЕЛЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ РЕБЕНКА - ИСКРЕННЯЯ ЗАИНТЕРЕСОВАННОСТЬ В УСПЕХЕ, А ТАКЖЕ ЕДИНСТВО ВЗГЛЯДОВ ЗНАЧИМЫХ ВЗРОСЛЫХ - РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, СПЕЦИАЛИСТОВ ДЕТСКОГО САДА. )





## РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО СОЗДАНИЮ БЛАГОПРЕЯТНОЙ СЕМЕЙНОЙ АТМОСФЕРЫ

1. Помните: от того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день.
2. Время ночного отдыха для каждого сугубо индивидуально. Показатель один: ребенок должен выспаться и легко проснуться к тому времени, когда Вы его будите.
3. Если у Вас есть возможность погулять с ребенком, не упускайте ее. Совместные прогулки - это общение, ненавязчивые советы, наблюдения за окружающей средой.
4. Научитесь встречать детей после их пребывания в дошкольном учреждении. Не стоит первым задавать вопрос: «Что ты сегодня кушал?», лучше задать нейтральные вопросы: «Что было интересного в садике?», «Чем занимался?», «Как твои успехи?» и т.п.
5. Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы о событиях в его жизни.
6. Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации.

**СОЗДАЙТЕ В СЕМЬЕ АТМОСФЕРУ РАДОСТИ,  
ЛЮБВИ И УВАЖЕНИЯ**





## ЦИТАТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

У каждого ребенка должно быть счастливое и спокойное детство, защищенное от бед и невзгод. Если детям хорошо в семье, если они чувствуют со стороны родителей понимание и поддержку, они обязательно вырастут достойными, хорошими и добрыми людьми.



## Памятка «Что нужно знать об эмоциональном развитии ребёнка-дошкольника»

### 4 года

**Ведёт себя «хорошо» более продолжительное время:**

- способен к сотрудничеству со сверстниками;
- способен усвоить правила очередности;
- может проявлять заботу о младшем или животном и сочувствие обиженным.

**Нормальное «плохое» поведение:**

- напоминает поведение ребёнка более младшего возраста (Снимается лаской и терпимостью взрослых к временному регрессу в поведении).

### 5 лет

**Ведёт себя «хорошо» в течение всего времени пребывания в ДОУ:**

- соблюдает распорядок дня. Ориентируется во времени по часам;
- лучше понимает стремление взрослых к порядку и опрятности и способен в какой-то мере помогать им в этом.

**Нормальное «плохое» поведение:**

- разоблачает любое отступление в поведении взрослых от правил;
- бурно реагирует на ложь взрослых, допущенную в разговоре друг с другом.

### 6 лет

**Теряет непосредственность в поведении, «хорошее» поведение становится самостоятельно поддерживаемой нормой:**

- способен подчинять эмоции своим не очень отдалённым целям;
- удерживает принятую на себя роль до окончания игры или достижения поставленной цели;
- начинает осознавать свои переживания;
- начинает активно интересоваться отношением окружающих к самому себе, формировать свою собственную самооценку.

**Нормальное «плохое» поведение:**

- ложь как форма ухода от соблюдения нормы;
- повышенная двигательная активность;
- ябедничество;
- небрежность в выполнении монотонных операций.



# Эмоциональное здоровье

Помните:

- ❖ *От того, как родители разбудят ребёнка, зависит его психологический настрой на весь день;*
- ❖ *Как можно чаще улыбайтесь своему ребёнку;*
- ❖ *Поощряйте своего ребёнка жестами;*
- ❖ *Радуйтесь успехам ребёнка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы о событиях в его жизни;*
- ❖ *Ребёнок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, маты.*

