

Консультация для родителей «Формирование эмоционально-коммуникативной сферы у детей: формы и методы работы дома»

Педагог – психолог: Титаренко Ю.А.
Педагог по музыкальной ритмике: Тюрина С.В.



Эмоциональная сфера играет ключевую роль в формировании личности ребёнка. Она влияет на успешность общения, умение понимать себя и окружающих, строить взаимоотношения и справляться с трудностями. Родителям важно уделять внимание развитию эмоционально - коммуникативного потенциала своего малыша ещё в дошкольном возрасте, создавая условия для осознания эмоций и позитивного взаимодействия.

Основные направления формирования эмоционально-коммуникативной сферы:

1. Игры и упражнения, направленные на знакомство с эмоциями человека и осознания своих эмоций.



Игра «Угадай эмоцию»

Показывать ребёнку карточки с изображениями различных выражений лица и просить определить настроение персонажа («радость», «грусть», «страх»).

Игра «Волшебный мешочек»

Перед этой игрой Вы с ребенком обсудите какое у него сейчас настроение, что он чувствует, может быть, он обижен на кого-то, расстроен из-за чего-либо и т.п. Затем предложить Вашему ребенку сложить в волшебный мешочек все отрицательные эмоции, злость, обиду, грусть (можно предложите ребенку нарисовать эмоции, чувства, которые он испытывает, либо предложить уже подготовленные пиктограммы). Этот мешочек, со всем плохим, что в нем есть, крепко завяжите и уберите в сторону, а еще лучше - спрячьте. Можно использовать еще один «волшебный мешочек», из которого ребенок может взять себе те положительные эмоции, которые он хочет. Игра направлена на осознание своего эмоционального состояния и освобождение от негативных эмоций.

Игра «Лото настроений»

Для проведения этой игры дома Вам необходимы наборы картинок, на которых изображены животные с различной мимикой (например, один набор: собака веселая, грустная, сердитая и т. д.: следующий набор: кошка веселая, грустная, сердитая и т.д.). Количество наборов соответствует числу участников. Родитель показывает детям схематическое изображение той или иной эмоции. Задача детей – отыскать в своем наборе животное с такой же эмоцией.

Упражнение «Зеркало»



Родитель передает по кругу зеркало и предлагает ребенку и другим членам семьи посмотреть на себя, улыбнуться и сказать: «Здравствуй, это я!» После выполнения упражнения Вам надо обратить внимание на то, что, когда человек улыбается, у него уголки рта направлены вверх, щеки могут так подпереть глазки, что они превращаются в маленькие щелочки. Если ребенок затрудняется с первого раза обратиться к себе, не надо на этом настаивать. В этом случае зеркало лучше сразу передать следующему участнику. Это упражнение можно разнообразить, предложив всем участникам показать грусть, удивление, страх и т.д. Перед выполнением можно показать детям пиктограмму с изображением заданной эмоции, обратив внимание на положение бровей, глаз, рта.

2. Музыкально-ритмических игр, которые могут помочь развить эмоционально-коммуникативные навыки у детей.

Игра «Ракета»

Цель — познакомить с игрой на детских музыкальных инструментах (барабанах), сформировать ритмический слух, развить мелкую моторику и быстроту реакции. Оборудование: барабан. Родитель объясняет ребёнку, что в равном ритмическом рисунке по четвертям будут двигаться пальцы по барабану. На счёт «пять» — удар по барабану пятым пальчиком правой и левой руки одновременно. Далее аналогично 4-м, 3-м, 2-м, 1-м, а на слово «пуск» — ребёнок делают хлопок перед собой. Родитель говорит: «У кого взлетела ракета? Чьи пальчики справились с заданием?».

Игра «Паровозик»

Цель — активировать интерес к игре на детских музыкальных инструментах (барабанах), сформировать ритмический слух, развить фантазию и тренировать память. Оборудование: барабаны. Родитель объясняет ребёнку, что в равном ритмическом рисунке по четвертям, не отставая и не опережая, будут двигаться вагончики поезда после слова: «Поехали!». У ребёнка в руках барабан, при ударе он произносит слова: «Чух-чух». Основное правило игры — все должны играть в одном ритме, а в конце все говорят «Приехали!».

«5 весёлых барабанов»

Цель — расширить музыкально-ритмический кругозор, сформировать ритмический слух, развить фантазию и тренировку памяти, творческое воображение. Оборудование: барабаны, деревянные палочки, музыка П. И. Чайковского «Марш деревянных солдатиков». Сначала родитель знакомит ребёнка с музыкальным произведением. Затем совместно с ним продумывают ритмические рисунки и воспроизводят их.

«Стаканчик»

Цель — активировать интерес к игре на стаканчиках, сформировать различные приёмы игры (постукивание, вращение, передача соседу), развить коммуникативные навыки. На первые две строчки каждого куплета ритмично стучать стаканчиком по столу.

«Мячик»

Играющие стоят по кругу, в руке у одного ребёнка мячик. Необходимо передавать его друг другу в определённом ритме. Например: на музыкальный размер 4/4 нужно на «раз, два» передать мяч, на «три, четыре» захватить его двумя руками и т. д.

Упражнение «Музыка и эмоции»

Прослушав вместе с ребенком музыкальный отрывок, опишите ребенку настроение музыки, какая она: веселая грустная, довольная, сердитая, смелая трусливая, праздничная будничная, душевная отчужденная, добрая усталая, теплая холодная, ясная, мрачная. Это упражнение способствует не только развитию понимания передачи эмоционального состояния, но и развитию образного мышления.

- Рассказывание историй: Обсуждение чувств героев сказок, книг или мультфильмов, задавая вопросы: «Почему герой поступил именно так?» или «Что бы ты почувствовал на месте героя?»

- Обучение вербальному проявлению чувств: учить говорить о собственных переживаниях словами («Я рад/обижен/счастлив...»), помогая малышу осознать связь между чувствами и поведением.

3. Тренировка умения общаться и взаимодействовать

Коммуникационные способности помогают детям лучше интегрироваться в коллектив сверстников и выстраивать дружеские отношения.

Игры и занятия:

- **Ролевые игры:** Организация сюжетно-ролевых игр («магазин», «больница», «детский сад») позволяет ребенку освоить разные социальные роли и научиться конструктивному общению.
- **Совместные настольные игры:** Играя вместе с родителями или друзьями, ребёнок учится соблюдать правила, договариваться, сотрудничать и решать конфликты мирным путём.
- **Арт-терапия:** Совместное рисование, лепка, аппликация способствуют развитию творческого самовыражения и повышению уровня доверия друг к другу.

4. Формирование саморегуляции поведения

Саморегуляция помогает управлять своими действиями и реакциями, развивает самоконтроль и ответственность.

Упражнения и советы родителям:

- Дыхательные техники: Простое упражнение «вдох-выдох» способствует расслаблению и снижению тревожности.
- Игровая ситуация «Светофор»: попросите ребёнка останавливаться на красный свет, замедляться на жёлтый и двигаться спокойно на зелёный, учась контролировать импульсивность.
- Сказкотерапия: Чтение специальных терапевтических сказок помогает развивать внутренний контроль над поступками.

5. Создание атмосферы принятия и поддержки

Родители играют важнейшую роль в развитии эмоционально устойчивого ребёнка. Их поддержка, внимание и любовь создают базу для успешной социализации и личностного роста.

Рекомендации родителям:

- Проявляйте искренний интерес к чувствам и интересам вашего ребёнка.
- Создавайте ситуации успеха, хвалите даже небольшие достижения.
- Будьте примером доброжелательного общения и уважительного отношения к окружающим.

Заключение

Работа по формированию эмоционально-коммуникативной сферы ребёнка должна стать частью повседневной жизни семьи. Это обеспечит гармоничное развитие ребёнка, повысит уровень социальной адаптации и заложит основу для успешного будущего.