**Консультация для родителей**

**"Учите детей "языку чувств"".**

Согласитесь, когда мы счастливы, и, кажется, весь мир вокруг радуется и смеётся вместе с нами. Мы грустим, и все грустят тоже.

Мы многому учим своих детей: учим ходить и держим их за руку; учим, как держать карандаш, учим читать, писать. Мы внимательны к формированию у детей знаний об окружающем мире. Но в мир чувств и эмоций наши дети вступают без провожатых. Возможно потому, что мы сами не совсем сведущи, как справляться с собственными эмоциями. Когда малыш пытается вести себя непринуждённо и естественно, оглядываемся вокруг, ожидая получить оценку окружающих. "Не плачь, ты же мужчина! Не дерись, ты девочка! Ты что, трусишь?" Ребёнок прячет свой страх, неуверенность, потому что эти чувства неприемлемы в мире взрослых.

Мы, взрослые, должны научить наших детей в приемлемой для них форме рассказывать нам о самом сокровенном: о своём внутреннем мире. Мы сами должны научиться понимать своего ребёнка, учиться слушать и слышать его.

Попробуйте вместе с ребёнком создать образ определённого эмоционального состояния: как выглядит, например, радость? Как она звучит? Чем пахнет? Какая она на вкус? Какой у неё цвет? Тяжёлая она или невесомая? Какое погодное явление она напоминает? Скорее всего сначала Вам самим будет нелегко найти ответы на подобные вопросы. Поучитесь у своего ребёнка: задайте эти вопросы ему и послушайте ответы. Неправильных ответов не может быть. Ведь ещё никто не придумал единицу измерения веса радости, глубины обиды, вкуса страха. Возможно, Вам будет удобнее обсуждать эмоцию посредством зрительных образов, или, наоборот, вкусовых ощущений.

Такие беседы - размышления помогут Вам лучше узнать своего ребёнка, войти в его мир, посмотреть на окружающее его глазами. Вы поймёте, что помогает Вашему малышу ориентироваться в этом многообразном мире: зрение, слух, осязание, обоняние.

Послушайте с Вашим ребёнком музыку, попросите его рассказать, какие чувства возникли у ребёнка в процессе прослушивания. Если ему трудно, попробуйте с помощью мимики, жестов, взглядов, улыбок, позы, интонации голоса выразить то эмоциональное состояние, которое возникло при слушании.

Если Вы чувствуете, что у Вашего ребёнка есть какие-то страхи, попросите его рассказать о том, как выглядит страх, какой он на ощупь или на вкус. Можно страх нарисовать, хотя бы в виде цветовых пятен. Создание образа эмоционального состояния становится для ребёнка средством контроля над своим поведением. Ему становится легче и проще справляться со страхом или с какими-то негативными проявлениями.

Проявить свои эмоции помогут игры-драматизации. Проигрывая определённую ситуацию, исполняя выбранную роль, ребёнок использует и одновременно развивает выразительные средства коммуникации: мимику, пантомимику, жесты, интонацию, связную речь. Сочинение и разыгрывание историй помогают развитию творческих способностей, воображения, обогащают эмоциональный опыт.

Хочется пожелать Вам и Вашему ребёнку почувствовать вкус радости и запах удивления от совместных игр и занятий!