**Консультация для родителей "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 переступать 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.