

Консультация для родителей «Этапы развития эмоциональной сферы у детей»

Без эмоций невозможно представить себе нашу жизнь. Они сопровождают нас во всех сферах деятельности и чувственных переживаний, зачастую диктуя нам поведение и обуславливая поступки. Но если взрослый человек способен правильно не только выражать, но и контролировать эмоции, то малыши этому только учатся, постепенно наращивая объем самых разных чувств. Поэтому родителям важно знать, как происходит эмоциональное развитие ребенка в дошкольном возрасте.

С САМОГО РОЖДЕНИЯ развитие эмоциональной сферы начинается в самом раннем возрасте с выражения простейших чувств. Что такое эмоция? Это состояние психики человека, которое выражает его отношение к самому себе и окружающему миру, его процессам. Отсюда следует, что эмоциональное развитие – это процесс, при котором человек постепенно учится откликаться на различные явления окружающей действительности, а также быть хозяином своих эмоций, управлять ими. Уже с рождения малыш наделен простейшими эмоциями. Это плач, а чуть позже – улыбка и смех. Плач – способ сигнализировать родителям о своих потребностях, недуге, дискомфорте, нехватке внимания. Улыбка – первое выражение радости и хорошего самочувствия. Постепенно к ним добавляются удивление, интерес – естественные спутники познавательного развития малыша раннего возраста. С 1 года до 3 лет ребенок учится использовать плач для просьбы о помощи и для психологической защиты. У него появляются первые истерики, как способ добиться желаемого или протестовать против нежелаемого. Источниками эмоций на раннем этапе являются, во-первых, общение с окружающими (прежде всего, родителями). Кроме этого, различные чувства у ребенка вызывает все, что его окружает: игрушки, мелодии, мультфильмы, книжки, животные и т. д. Начиная с 3 лет малыш активно развивается в речевом, интеллектуальном и эмоциональном плане. Можно сказать, что в этот период закладывается фундамент его будущего характера и способностей к пониманию эмоций, желаний и мотивов других людей.

ДЛЯ ЧЕГО НУЖНО РАЗВИВАТЬ ЭМОЦИИ РЕБЕНКА?

Как известно, малышей всему нужно учить: ходить, говорить, обслуживать себя, думать. Выражать, распознавать и контролировать эмоции – в том числе. Почему? Если не уделять достаточно внимания эмоциональному воспитанию дошкольника, он не научится правильно выражать радость или обиду, делиться своими чувствами с окружающими. А это уже серьезный коммуникативный барьер. Соответственно, малыш будет расти неуверенным в себе, не таким счастливым, как другие детки. Эмоции отражаются на характере ребенка, его поведении. Они помогают (или мешают) ему правильно воспринимать происходящее вокруг, реагировать на события действительности. В раннем детском возрасте эмоции довольно импульсивны. Их нужно «доращивать» до устойчивых симпатий или

антипатий, которые со временем будут складываться в такие чувства, как дружба, взаимопонимание, любовь, ненависть. В наши дни, когда с экранов телевидения, газетных и книжных страниц на нас потоком льются насилие и жестокость, правильное эмоциональное развитие ребенка приобретает первостепенную значимость. Умение выражать и контролировать эмоции помогает ему приспособиться к различным ситуациям, формировать социальное взаимодействие, развиваться социально и нравственно. Кроме того, нельзя отбрасывать тот факт, что дети учатся на примере (зачастую – на примере неблагополучного поведения других детей). Поэтому если взрослые не управляют процессом становления эмоций своего ребенка, чаще всего он развивает в себе эмоции негативные – в качестве способа самозащиты и обеспечения собственного благополучия в детском понимании (чтобы не лишали, не запрещали, купили желаемое, и т. д.). В арсенале такого ребенка будут преобладать обида, страх, стеснительность, скука, усталость, гнев, отчаяние.

Эмоции развиваются поступательно, в связи с общим развитием ребенка, появлением у него новых навыков, потребностей, мотивов, социального опыта. В общем понимании в дошкольном возрасте выделяют следующие особенности эмоционального развития. Ребенок учится социальным способам выражения своих чувств, чему способствует расширение сферы его общения (родители – родственники – соседские дети – коллектив детского сада). Появляется эмоциональное предвосхищение: ребенок учится понимать, какие чувства вызовут его действия у других, к какому результату это приведет. Развиваются чувства: постепенно они становятся все более осознанными, произвольными, разумными, внеситуативными. Начинают формироваться интеллектуальные, нравственные, эстетические чувства.

Если говорить более подробно, то условно эмоциональное развитие малыша можно разделить на 2 этапа. До 3 лет большинство эмоций обусловлено потребностями ребенка, способы выражения их довольно примитивны (в основном это выражение лица, смех или слезы). Такие эмоции направлены на удовлетворение основных инстинктов (питания, самосохранения). В этот период появляются первые неустойчивые представления об окружающей действительности, формируется отношение к близким людям. Появляется первая социальная форма гнева – ревность (или зависть) ребенка, проявляемая по отношению к другим детям, если его мама уделяет им внимание. В том числе – младшим детям в семье. Если ребенок на этом этапе лишен возможности полноценного выражения своих эмоций, его эмоциональная сфера не развивается. С 4 до 6 лет биологические потребности сохраняются, но ребенок постепенно учится контролировать свое эмоциональное состояние (например, немного потерпеть, если голоден). Под непосредственным влиянием окружающей среды начинают формироваться высшие нравственные эмоции. Ребенок учится оценивать действия окружающих (хорошо или плохо). Эмоции становятся менее

импульсивными. У ребенка появляются устойчивые чувства к родным и окружающим (любовь, привязанность, дружба).

Это важно: Не ругайте своего ребенка за то, что он капризничает, прося накормить его или утолить жажду, когда вы, к примеру, еще едете в общественном транспорте. Дети вообще с трудом могут контролировать свои биологические процессы. Даже в возрасте 4 – 5 лет малыш не сможет себя сдерживать долго. Лучше отвлеките его чем-то интересным, скажите, что до дома осталось совсем немного, – проявите понимание.

ЧТО ВЛИЯЕТ НА РАЗВИТИЕ ДЕТСКИХ ЭМОЦИЙ?

Эмоциональное развитие дошкольника зависит от его личностного развития, в частности от появления новых мотивов, потребностей, интересов, развития познавательной деятельности. Среди мотивов можно выделить, к примеру, такие: интерес к окружающему миру; интерес к игре; сохранение хороших отношений с родными, другими значимыми взрослыми, а также сверстниками; самоутверждение, самолюбие и др.

Это важно: В познавательном развитии на изменение эмоций влияет, прежде всего, включение в эмоциональные процессы дошкольника его речи, что делает его чувства более обобщенными и осознанными. Эмоции ребенка развиваются в социуме – маленьком (семья) или более широком (двор, детский сад). Малыш учится эмоциям, которые позволяют ему управлять родителями, одновременно они обучают его эмоциям, которые считают правильными. Общаясь с окружающими, ребенок постепенно усваивает нормы поведения и проявления эмоций, принятые в конкретном обществе. Дошкольник учится дружбе, благодарности, патриотизму, любви. Мальчики осваивают свою роль (мужчины, защитника, будущего отца), девочки – роль женщины, хозяйки, матери.

ЧТО ПОМОГАЕТ РАЗВИВАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ СФЕРУ?

Гуманные чувства дошкольника прекрасно помогает развивать игровая деятельность, в частности сюжетно-ролевые игры. Играя с другими детьми, малыш учится понимать других, сочувствовать им, понимать их желания, состояние, настроение. Ребенок к старшему дошкольному возрасту постепенно переходит от простого воссоздания, проигрывания ситуаций или чувств к передаче тех эмоций, которые игра содержит. Ребенок учится сопереживать другим, разделять их чувства. Приобщение дошкольника к трудовой деятельности, которая направлена на достижение полезного для окружающих результата, дает малышу новые эмоции: сочувствие усилиям других детей, радость от достижения общей цели, удовлетворение от своей работы или недовольство, если сделал ее плохо. Занятия спортом также несут ребенку множество эмоциональных открытий. Он учится быть выдержанным, стремиться к цели, переживать первые неудачи и радоваться достижениям. В групповых видах спорта дети учатся сплоченности, ответственности за свои действия перед другими, учатся работать на спортивный результат сообща. Любая познавательная деятельность непременно обогатит эмоциональный багаж дошкольника. Это радость нового открытия (пусть и не такого глобального), сомнения, удивление,

стремление совершить для себя очередное открытие. Эстетические чувства развиваются у детей дошкольного возраста в процессе собственной творческой деятельности и общения с искусством. Прекрасные скульптуры, картины, литературные произведения помогают ребенку научиться таким понятиям, как «красивое», «гармония», «вкус», «ужасное», «истинное», «ложное», «правда», «добро», «зло». Дошкольник учится не только выражать свои эмоции художественными средствами, но и защищать правду, протестовать против лжи и зла, ценить доброе и прекрасное в людях.

ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ

Итак, один из основных видов развивающей деятельности дошкольника – игра. Вот несколько примеров игр, способствующих эмоциональному развитию детей.

Художник: Можно играть группой, можно – вдвоем. Участникам игры предлагают несколько карточек с изображениями детей, выражающих различные эмоции. Нужно выбрать себе карточку, а затем придумать и нарисовать историю, в которой основой сюжета станет именно это эмоциональное состояние. В групповом варианте в конце игры организуют выставку, на которой можно угадывать героя и автора картины, а автор может рассказать нарисованную историю.

Кто куда? Точно так же малышу (или малышам) предлагается несколько изображений детей с разными эмоциями. Задача ребенка – выбрать из всех картинок изображения детей, которых, к примеру, можно пригласить к праздничному столу, отвести к доктору, успокоить, тех, кто обижен на взрослых, не хочет слушаться и т. д. Нужно объяснить, по каким признакам был сделан именно такой выбор.

Крошка Енот: Игра групповая. Один малыш изображает крошку Енота из известного мультфильма. Остальные становятся «рекой», в которой он увидит свое отражение. Енот становится перед рекой и изображает различные эмоции (радость, злость, испуг, интерес), а дети должны точно повторить его мимику, жесты. По очереди Енотами могут стать все. Итак, программа развития эмоций ребенка должна кроме активной социализации включать игровую деятельность, приобщение дошкольника к спорту, труду, искусству, чтению книг, собственному творчеству. И один из важных моментов здесь – пример родителей.