

## ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Автор-упорядник Олена Пономаренко, практичний психолог ЗДО № 771, м. Київ

*Головне завдання дорослих – пояснити дитині суть емоцій, навчити розпізнавати їх і керувати своїм емоційним станом.*

Дошкільний вік – це первинний етап соціалізації в житті дитини. В цей період дитина долучається до загальнолюдських цінностей, встановлює перші взаємини з людьми, в неї бурхливо розвивається емоційна сфера, яка має величезний вплив на її подальший особистісний розвиток, на оволодіння нею різноманітними видами діяльності.

Емоції допомагають певним чином сприймати дійсність, реагувати на неї. Уміння широко радіти, розуміти почуття та емоційні стани людей, чітко висловлювати свої бажання і спілкуватися з людьми, бути сприйнятливим до мистецтва і проявів життя - все це залежить від того, як сформована дитина емоційно. Те, як розвинена емоційна сфера дитини дошкільного віку, впливає на розуміння маленькою людиною світу і успішної взаємодії з ним.

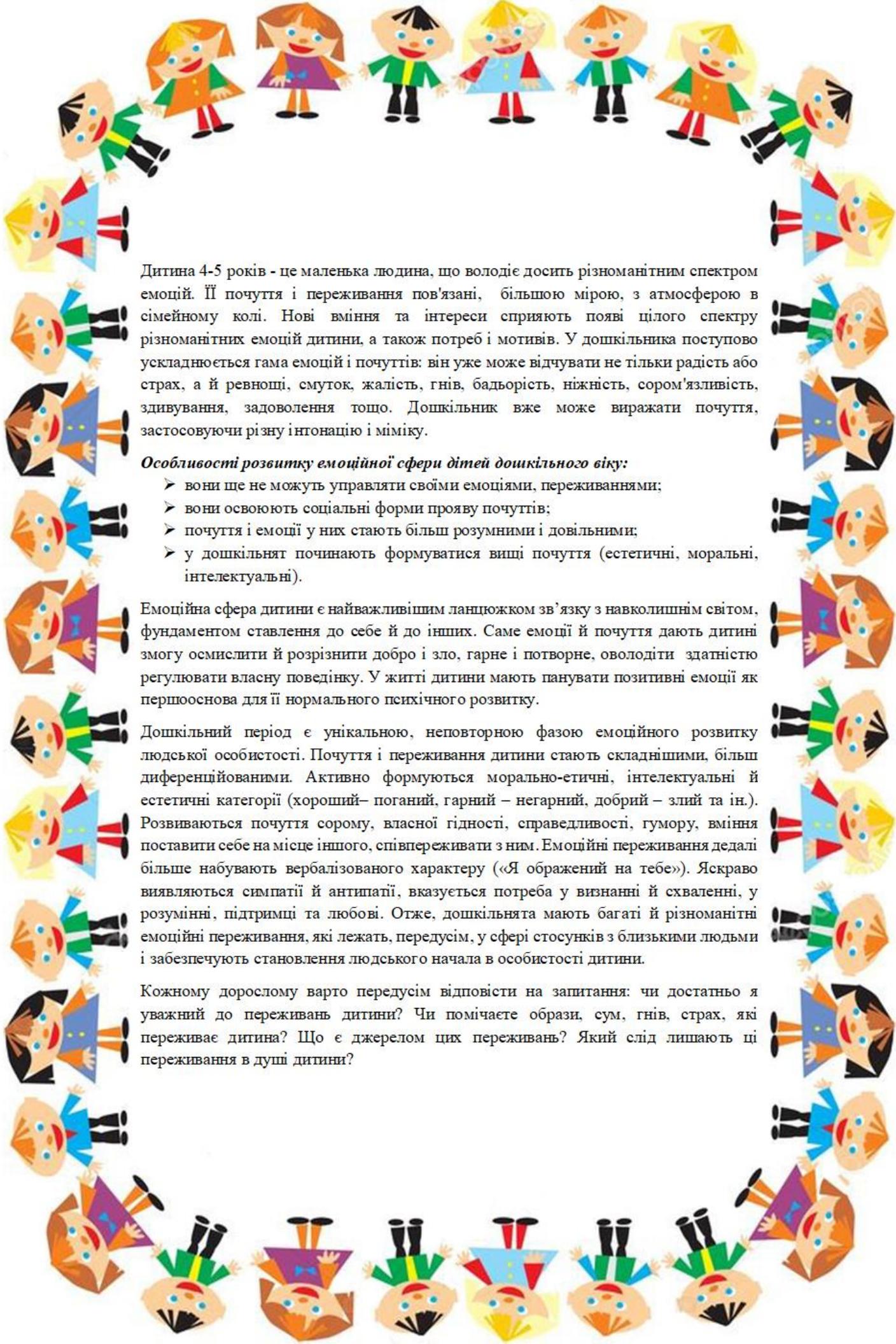
Важливим є емоційний розвиток дитини, який має свої особливі характеристики.

Коли дитині 1-3 роки, то її емоційна сфера характеризується:

- відсутністю емпатії;
- характерними емоційними реакціями, пов'язаними з її бажаннями;
- невмінням вибирати і приймати рішення;
- egoцентрізмом;
- зародженням самосвідомості (малюк починає пізнавати своє відображення в дзеркалі, відгукуватися на ім'я, намагається бути самостійним, починає вживати займенник «Я»);
- завищеної самооцінки (Я - хороший);
- невмінням бачити наслідки дій;
- важливістю для дитини оцінки дорослого, реакції не її.

У віці 4-6 років емоційна сфера дитини характеризується:

- спокійнішим емоційним фоном сприйняття;
- проявом емоцій по ланцюжку «бажання, уявлення, дія, емоція»;
- більш керованими емоційними процесами;
- розвитком емоційного передбачення (дитина намагається передбачити майбутній результат і те, як його оцінить);
- появою афективних реакцій;
- появою нових мотивів для діяльності;
- здатністю оцінювати свою поведінку.



Дитина 4-5 років - це маленька людина, що володіє досить різноманітним спектром емоцій. Її почуття і переживання пов'язані, більшою мірою, з атмосферою в сімейному колі. Нові вміння та інтереси сприяють появлі цілого спектру різноманітних емоцій дитини, а також потреб і мотивів. У дошкільника поступово ускладнюється гама емоцій і почуттів: він уже може відчувати не тільки радість або страх, а й ревнощі, смуток, жалість, гнів, бадьорість, ніжність, сором'язливість, здивування, задоволення тощо. Дошкільник вже може виражати почуття, застосовуючи різну інтонацію і міміку.

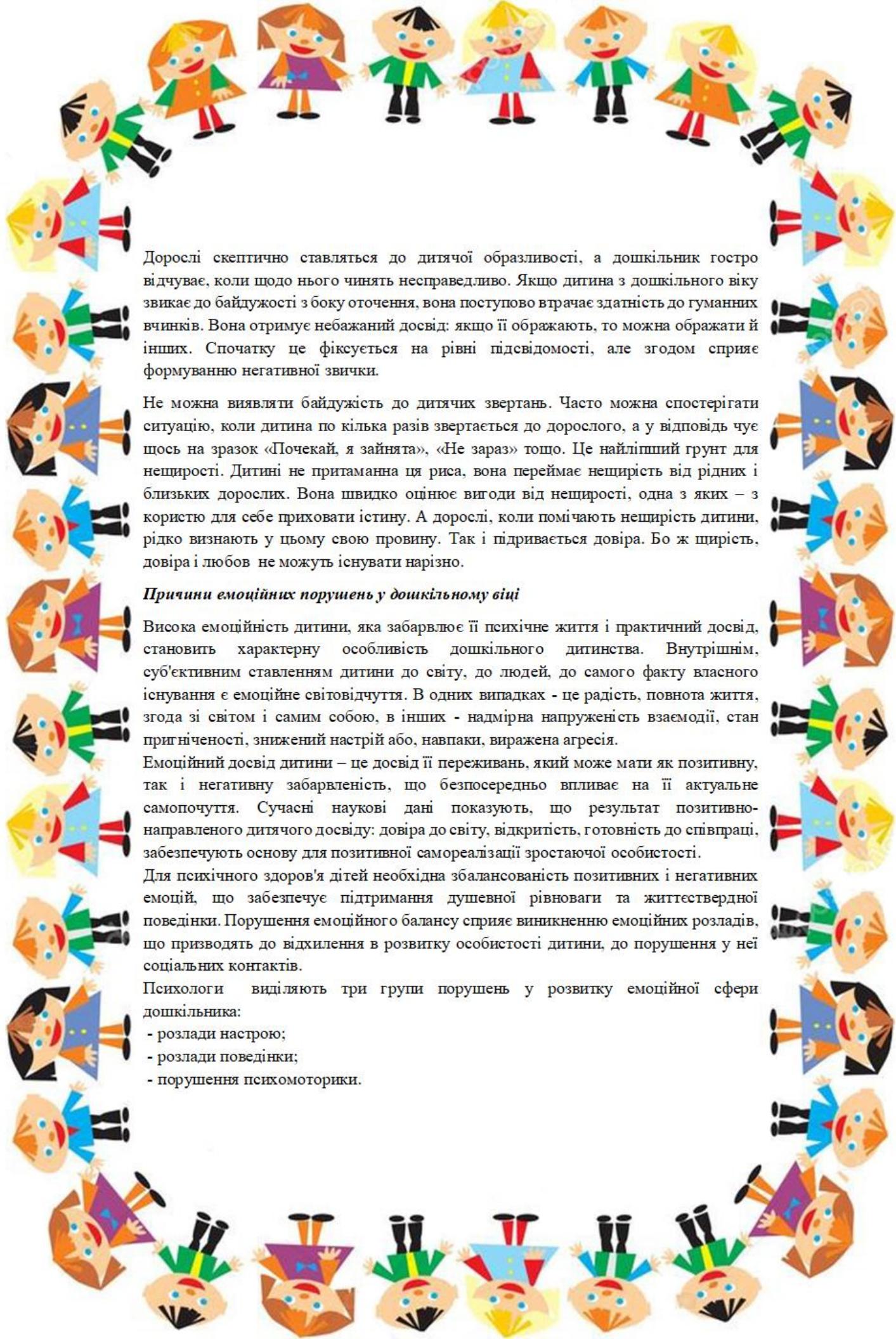
**Особливості розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку:**

- вони ще не можуть управляти своїми емоціями, переживаннями;
- вони освоюють соціальні форми прояву почуттів;
- почуття і емоції у них стають більш розумними і довільними;
- у дошкільнят починають формуватися вищі почуття (естетичні, моральні, інтелектуальні).

Емоційна сфера дитини є найважливішим ланцюжком зв'язку з навколоишнім світом, фундаментом ставлення до себе й до інших. Саме емоції й почуття дають дитині змогу осмислити й розрізнати добро і зло, гарне і потворне, оволодіти здатністю регулювати власну поведінку. У житті дитини мають панувати позитивні емоції як першооснова для її нормального психічного розвитку.

Дошкільний період є унікальною, неповторною фазою емоційного розвитку людської особистості. Почуття і переживання дитини стають складнішими, більш диференційованими. Активно формуються морально-етичні, інтелектуальні й естетичні категорії (хороший-поганий, гарний – негарний, добрий – злий та ін.). Розвиваються почуття сорому, власної гідності, справедливості, гумору, вміння поставити себе на місце іншого, співпереживати з ним. Емоційні переживання дедалі більше набувають вербалізованого характеру («Я ображений на тебе»). Яскраво виявляються симпатії й антипатії, вказується потреба у визнанні й схваленні, у розумінні, підтримці та любові. Отже, дошкільнятамають багаті й різноманітні емоційні переживання, які лежать, передусім, у сфері стосунків з близькими людьми і забезпечують становлення людського начала в особистості дитини.

Кожному дорослому варто передусім відповісти на запитання: чи достатньо я уважний до переживань дитини? Чи помічаєте образи, сум, гнів, страх, які переживає дитина? Що є джерелом цих переживань? Який слід лишають ці переживання в душі дитини?



Дорослі скептично ставляться до дитячої образливості, а дошкільник гостро відчуває, коли щодо нього чинять несправедливо. Якщо дитина з дошкільного віку звикає до байдужості з боку оточення, вона поступово втрачає здатність до гуманних вчинків. Вона отримує небажаний досвід: якщо її ображають, то можна ображати й інших. Спочатку це фіксується на рівні підсвідомості, але згодом сприяє формуванню негативної звички.

Не можна виявляти байдужість до дитячих звертань. Часто можна спостерігати ситуацію, коли дитина по кілька разів звертається до дорослого, а у відповідь чує щось на зразок «Почекай, я зайнята», «Не зараз» тощо. Це найліпший ґрунт для нешиrostі. Дитині не притаманна ця риса, вона переймає нешиrostі від рідних і близьких дорослих. Вона швидко оцінює вигоди від нешиrostі, одна з яких – з користю для себе приховати істину. А дорослі, коли помічають нешиrostі дитини, рідко визнають у цьому свою провину. Так і підривається довіра. Бо ж ширість, довіра і любов не можуть існувати нарізно.

#### *Причини емоційних порушень у дошкільному віці*

Висока емоційність дитини, яка забарвлює її психічне життя і практичний досвід, становить характерну особливість дошкільного дитинства. Внутрішнім, суб'єктивним ставленням дитини до світу, до людей, до самого факту власного існування є емоційне світовідчуття. В одних випадках - це радість, повнота життя, згода зі світом і самим собою, в інших - надмірна напруженість взаємодії, стан пригніченості, знижений настрій або, навпаки, виражена агресія.

Емоційний досвід дитини – це досвід її переживань, який може мати як позитивну, так і негативну забарвленість, що безпосередньо впливає на її актуальне самопочуття. Сучасні наукові дані показують, що результат позитивно-направленого дитячого досвіду: довіра до світу, відкритість, готовність до співпраці, забезпечують основу для позитивної самореалізації зростаючої особистості.

Для психічного здоров'я дітей необхідна збалансованість позитивних і негативних емоцій, що забезпечує підтримання душевної рівноваги та життєствердної поведінки. Порушення емоційного балансу сприяє виникненню емоційних розладів, що призводять до відхилення в розвитку особистості дитини, до порушення у неї соціальних контактів.

Психологи виділяють три групи порушень у розвитку емоційної сфери дошкільника:

- розлади настрою;
- розлади поведінки;
- порушення психомоторики.



Умовою соціально-емоційного розвитку дитини виступає її здатність «прочитувати» емоційний стан оточуючих людей, співпереживати і, відповідно, активно відгукуватися на це. Тому до порушень в емоційному розвитку дошкільника можна віднести і труднощі в адекватному визначення емоційних станів людей, тому що в практиці навчання і виховання дітей завдання формування емоційності вирішується лише фрагментарно, а переважно увага приділяється розвитку розумових процесів.

**Порушення емоційного розвитку в дошкільному віці зумовлені трьома групами причин:**

1. Конституціональні причини – тип нервової системи дитини, біотонус, соматичні особливості, порушення функціонування будь-яких органів. Соматична ослабленість внаслідок частих захворювань сприяє виникненню різних реактивних станів і невротичних реакцій переважно з астенічним компонентом. У дітей з хронічними соматичними захворюваннями емоційні порушення можуть бути не прямим результатом хвороби, а пов’язані з труднощами соціальної адаптації хворої дитини і з особливостями її самооцінки.

2. Психологічні причини – особливості емоційно-вольової сфери дитини, а саме порушення адекватності її реагування на вплив ззовні, недоліки у розвитку навичок самоконтролю поведінки.

3. Особливості взаємодії дитини з соціальним оточенням. Дошкільник має свій досвід спілкування з дорослими, однолітками і особливо значущою для нього групою - сім'єю. Цей досвід може бути несприятливим:

- ✓ якщо дитина систематично піддається негативним оцінкам з боку дорослого, вона змушена витісняти в несвідоме велику кількість інформації, що надходить з навколишнього середовища (нові переживання, що не збігаються з негативними судженнями, навіяними дорослим, сприймаються дитиною негативно, внаслідок чого вона опиняється у стресовій ситуації).
- ✓ при неблагополучних відносинах з однолітками виникають емоційні переживання, які характеризуються гостротою і тривалістю: розчарування, образа, гнів.
- ✓ сімейні конфлікти, різні вимоги до дитини, нерозуміння її інтересів також можуть викликати в дитині негативні переживання.
- ✓ зростання нервово-психічного напруження в складних соціально-економічних умовах. Батьки, які перебувають у стані емоційного стресу, переживають тривогу, хвилювання, не можуть забезпечити дитині психологічний комфорт. Навпаки, вони є джерелом підвищеного неспокою, що створює передумови для виникнення емоційних розладів у дитини.



Несприятливими для емоційного і особистісного розвитку дошкільника є наступні типи батьківського ставлення:

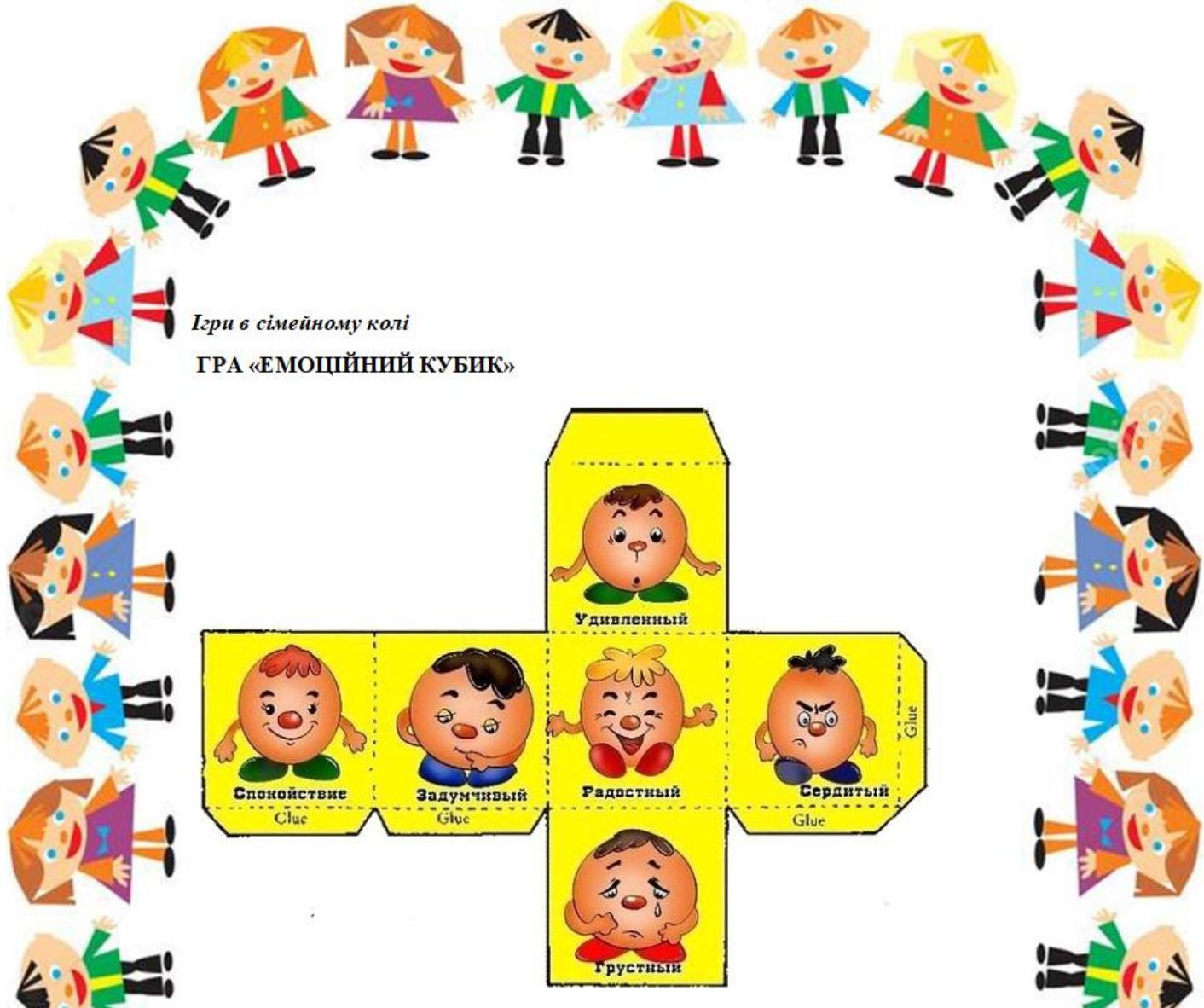
- відкидання,
- гіперопіка,
- поводження з дитиною за принципом подвійного зв'язку,
- надмогливість,
- ухилення від спілкування та ін..

Серед емоційних рис, що розвиваються, під впливом таких батьківських відносин, формуються агресивність, відсутність здатності до емоційної децентралізації, почуття тривожності, емоційна нестійкість у спілкуванні з людьми. Тоді як тісні, насичені емоційні контакти, при яких дитина є об'єктом доброзичливого, але вимогливого, оцінюючого ставлення, формують у неї впевнено оптимістичні особистісні очікування.

До причин виникнення негативних тенденцій в поведінці дошкільників в слід віднести предметне середовище, зміст якого (наприклад, іграшки, що стимулюють агресію) впливає на вибір сюжету дитячих ігор, реалізацію рольової поведінки і відповідної емоційної експресії.

Потужним імпульсом соціально-емоційного розвитку дітей є також комунікації, які можуть стати джерелом емоційних порушень у дошкільників, через невирішеність питання про дозування інформаційного «фраціону». За даними ЮНЕСКО, 93% сучасних дітей 3-5 років дивляться на екран 28 годин на тиждень, тобто близько чотирьох годин на день, що набагато перевершує тривалість спілкування з дорослими. Таким чином, екран стає головним «вихователем» дитини. Якщо дорослі або підлітки здатні критично оцінити те, що показують, можуть переключитися на інший канал або просто вимкнути телевізор, то дошкільнику дивляться все, що йм пропонують. В результаті для них характерно недорозвинення особистості, що виражається в порушеннях мови, відсутності інтересу до занять, слабкій концентрації, знижений емоційності, відсутності співпереживання, а також в імпульсивності та ситуативності поведінки, відсутності ініціативності, низькому рівні фантазії та уяви, стереотипності мислення.

Виховання емоційно-зрілої особистості, її переживань і почуттів, починаючи з перших років життя, залишається важливим завданням батьків і педагогів, оскільки емоційне ставлення до навколошнього світу зумовлює цілі, на досягнення яких будуть використані набуті дитиною знання та вміння. Здатність до емоційних переживань проявляється одразу після появи дитини на світ, а період дошкільного дитинства вважають «золотим віком» емоційного життя. Протягом перших шести років закладається основа розвитку емоційно-почуттєвої сфери людини, що є запорукою її нормального психічного розвитку, гарантії зростання гармонійної особистості.



Всі ігри з емоційним кубиком вимагають довіри між дорослими і дітьми.

1. Друкуємо кубик, вирізаємо і склеюємо (або клеймо зображення емоцій на пластиковий чи дерев'яний кубик).

2. Кидаемо кубик по черзі.

3. Варіанти ігор:

а) Зображену емоцію, яка випала на кубику. Решта гравці відгадують її.

б) Згадуємо, хто з казкових героїв переживав подібні почуття і в якій ситуації: можна обговорювати різні казки, а можна одну. Наприклад, коли Буратіно був сердитим? Здивованим? Радісним? Спокійним? Сумним? Чому він радів / сумував / сердився і т.д.?

в) Згадуємо і розповідаємо ситуації зі свого життя, коли відчували ті ж емоції, що випали на кубику.

г) Починаємо придумувати казку про персонажа. Кидаемо кубик. Відповідно до емоції, яка випала продовжуємо сюжет (герой здивувався – чого). Далі кидаемо кубик. Герой зрадів – чому? Що сталося в нашій історії?

Бажаю Вам захоплюючих ігор з емоційним кубиком!