

Особенности эмоциональной сферы ребёнка дошкольного возраста



Эмоции помогают определённым образом воспринимать действительность, реагировать на неё. Умение искренне радоваться, понимать чувства и эмоциональные состояния людей, чётко выражать свои желания и общаться с людьми, быть восприимчивым к искусству и проявлениям жизни — всё это зависит от того, как сформирован ребёнок эмоционально. То, как развита эмоциональная сфера ребёнка дошкольного возраста, влияет на понимание маленьким человеком мира и успешного взаимодействия с ним.

Особенности эмоционального развития ребёнка дошкольного возраста

Проблема современности в том, что многие дети имеют проблемы в эмоциональном развитии, а именно — не умеют откликаться на чувства и состояния других, неадекватно реагируют на многие вещи. Сегодня лучшими друзьями в ребёнка являются телевизор и компьютер, смартфон и планшет, а любимейшие занятия — просмотр мультфильмов и компьютерные игры. В результате подобного образа жизни дети меньше общаются и с взрослыми, и со сверстниками; дошкольники не внимательны и нечувствительны к окружающим, не умеют контролировать и уместно проявлять эмоции. А ведь общение значительно обогащает жизнь, делая её яркой, наполненной эмоциями и впечатлениями.

Дошкольный период — достаточно короткое время жизни человека. Поэтому важно именно в это время заложить хорошие основы личности. Немаловажным является эмоциональное развитие ребёнка, которое имеет свои особенные характеристики.

Когда ребёнку 1-3 года, то его эмоциональная сфера характеризуется:

- ✓ отсутствием эмпатии
- ✓ характерными эмоциональными реакциями, связанными с его желаниями
- ✓ неумением выбирать и принимать решения
- ✓ эгоцентризмом



- ✓ зарождением самосознания (малыш начинает узнавать своё отражение в зеркале, отзываться на имя, пытается быть самостоятельным, начинает употреблять местоимение «я»)
- ✓ завышенной самооценки (Я — хороший)
- ✓ не умением видеть последствия действий
- ✓ важностью для ребёнка оценки взрослого, реакции на неё.

В возрасте 4-6 лет эмоциональная сфера ребёнка характеризуется:



- ✓ более спокойным эмоциональным фоном восприятия
- ✓ проявлением эмоций по цепочке «желание, представление, действие, эмоция»
- ✓ более управляемыми эмоциональными процессами
- ✓ развитием эмоционального предвосхищения (ребёнок старается предвидеть будущий результат и то, как его оценят)
- ✓ появлением аффективных реакций
- ✓ появлением новых мотивов для деятельности
- ✓ способностью оценивать своё поведение.

Ребёнок 4-5 лет — это маленький человек, обладающий достаточно разнообразным спектром эмоций. Его чувства и переживания связаны, по большей мере, с атмосферой в семейном кругу. Новые умения и интересы способствуют появления целого спектра разнообразных эмоций ребёнка, а также потребностей и мотивов. У дошкольника постепенно усложняется гамма эмоций и чувств: он уже может чувствовать не только радость или страх, но и ревность, грусть, жалость, гнев, бодрость, нежность, застенчивость, удивление, удовольствие и т. д. Дошкольник уже может выражать чувства, применяя разную интонацию и мимику.

Особенности развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста:

- ✓ они ещё не могут управлять своими эмоциями, переживаниями
- ✓ они осваивают социальные формы проявления чувств
- ✓ чувства и эмоции у них становятся более разумными и произвольными
- ✓ у дошкольников начинают формироваться высшие чувства (эстетические, нравственные, интеллектуальные).

Эмпатия у детей

Важнейшим компонентом эмоционального развития ребёнка дошкольного возраста является развитие эмпатии, а именно — способности к сочувствию и пониманию переживаний и эмоций других людей. Ребёнок, у которого развита эмпатия, всегда войдёт в положение того или иного человека и предложит ему свою помощь.

«Это интересно. Автор теории эмоционального интеллекта Дениел Гоулман убеждён, что жизненный успех зависит не только от уровня интеллекта, но и от хорошего умения управлять собственными эмоциями. А понимая свои эмоции, человек будет чувствовать и осознавать эмоции других».

Формирование эмпатии у дошкольника — это залог успешного обучения в школе, его лёгкой социализации, беспроблемного общения. Хотя бы, поэтому, родителям обязательно следует уделять внимание развитию эмпатии наряду с развитием интеллектуальных, коммуникативных, познавательных, творческих и других способностей малыша.

Советы по развитию эмпатии:

- ✓ Создайте в семье тёплую атмосферу, где будет царствовать любовь и взаимопонимание.
- ✓ Разбирайте с ребёнком разные жизненные ситуации.
- ✓ Знакомьте малыша с принципами существования в обществе.
- ✓ Объясняйте, как правильно поступать с людьми в разных ситуациях.
- ✓ Поясняйте, какие последствия может нести то или иное поведение людей.
- ✓ Развивайте у малыша позитивные социальные черты характера: оптимизм, доверие, прощение, солидарность.
- ✓ Учите малыша делать полезные поступки, помогать другим. Не забывайте о похвале.
- ✓ Сопереживайте ребёнку, общайтесь с ним о том, что он чувствует.
- ✓ Развивайте ребёнка эмоционально: обсуждайте тематические изображения и фотографии, изображайте эмоции перед зеркалом, играйте в эмоциональные игры.
- ✓ Будьте для ребёнка примером для подражания: придерживайтесь тех же принципов, которым вы обучаете малыша.

Эмоциональное воздействие

Секрет воспитания дошкольника с помощью эмоционального воздействия заключается в том, чтобы не подавлять эмоции ребёнка, а направлять их в нужное русло.

Если малыш посещает детский сад, то его эмоциональное становление будет более эффективным, так как он будет находиться в обществе сверстников и вместе с ними постигать новое, учиться общаться с ними.



Работу по эмоциональному совершенствованию дошкольников нужно проводить в двух направлениях:

- формирование умения распознавать и сравнивать эмоции: весело, скучно, грустно, спокойно, страшно, интересно и пр.
- формирование умения правильно выражать эмоции и определять эмоции, переживаемые окружающими.

Эмоциональное воздействие на ребёнка осуществляется следующими средствами:

- сюжетно-ролевые игры
- психогимнастические игры
- подвижные игры
- коммуникативные игры
- игры и задания на развитие произвольности
- игры для развития воображения
- игровые упражнения
- мимические этюды
- прослушивание музыки и обсуждение её
- чтение сказок и рассказов
- знакомство с живописью.

В ходе занятий малыш будет переживать разные эмоциональные состояния, будет пытаться говорить о том, что чувствует, познакомится с опытом таких же ребятшек, благодаря чему он станет лучше понимать себя и окружающих.

Формирование эмоциональной сферы



Формирование эмоций и чувств у дошкольников зависит от условий:

- ✓ Дошкольник должен общаться со сверстниками: именно в общении формируются чувства и эмоции.
- ✓ Нужно организовывать целенаправленную деятельность, способствующую развитию эмоций и чувств (прослушивание музыки, музыкальные занятия, чтение).
- ✓ Развивать эмоции и чувства у дошкольников лучше всего с помощью их основного вида деятельности — игры.
- ✓ Трудовая и творческая деятельность помогает формированию эмоциональных переживаний: радости от успеха, вдохновению, сочувствию усилиям сверстников, чувству удовлетворения или недовольства результатом.

Компоненты успешного формирования эмоциональной сферы дошкольника:

Правильная организация режима ребёнка, комфортная для него.

Активизация двигательной деятельности малыша, его физического развития (утренняя зарядка, подвижные игры, физкультминутки).

Игры (ролевые, сюжетные, дидактические, коммуникативные и проч.).

Знакомство с искусством и самостоятельное творчество.

Чтение и обсуждение сказок.

Психогимнастика (эмоциональные этюды, мимика, пантомимика).

Организация совместной деятельности детей.

Задания с использованием наглядных пособий.

***Эмоции** — это основа благополучного душевного состояния ребёнка, его успешного общения, развития и дальнейшей жизни. Малыш реагирует на окружающий мир с помощью эмоций. Поэтому нужно развивать эмоциональную сферу ребёнка с раннего возраста с помощью разных видов воздействия, отдавая предпочтение игровым методам.*