

Значимость эмоционального развития ребенка дошкольного возраста

Эмоциональное развитие ребенка — одна из важнейших задач воспитания. Но не для всех родителей это понятно и известно: уделяя повышенное внимание физическому и интеллектуальному развитию своего ребенка, такие родители склонны абсолютно игнорировать его эмоциональную сферу. Они рассматривают эмоциональные проявления как нечто краткосрочное, нерациональное и малозначимое. Иногда, по их убеждению, максимум, что можно сделать — это научить ребенка жестко контролировать свои эмоции. И подобный контроль, выработанный под влиянием родительских запретов на громкий смех, плач или ярко выраженный гнев, нередко оборачивается тем, что детские переживания оказываются под запретом, подавляются, они становятся скрыты, загнаны внутрь, что негативно сказывается на ребенке - на его психологическом и физическом здоровье.

Запрет на свободное выражение эмоций делает ребенка несчастным, зажатым, тревожным и подрывает его иммунитет, приводит к развитию невротических и психосоматических заболеваний.

Что такое эмоциональное развитие ребенка?

Эмоции — это не просто позитивно или негативно окрашенные отклики на сигналы из внешнего мира. Эмоциональные переживания представляют собой сложный процесс оценивания окружающей действительности. Это иная оценка, нежели та, которая производится холодным рассудком. Рациональный способ регуляции собственного поведения многим людям представляется идеальным вариантом. Но человек, руководствующийся в своих поступках исключительно доводами разума, во многом проигрывает, особенно когда дело касается социальной сферы.

Умение эмоционально оценивать ситуацию очень важно в повседневной жизни. Дети с нарушениями эмоционального развития испытывают трудности с налаживанием коммуникаций и установлением долгосрочных личностных связей, они невосприимчивы к социальным ожиданиям и нюансам межличностных отношений. Такой ребенок оказывается в социальной

изоляции, он чувствует себя подавленным и одиноким, и это не может не отразиться на всех сферах его деятельности.

Чтобы эффективно взаимодействовать с окружающим миром, со сверстниками, взрослыми ребенок должен научиться управлять собственными эмоциями и правильно считывать эмоциональные состояния других людей. Умение распознавать свои и чужие эмоции не является врожденной способностью. Здесь требуются знания, опыт и определенный уровень развития.

Какую помощь может оказать родитель в развитии эмоций своего ребенка?

Для этого родитель должен помогать вызывать внутренний эмоциональный отклик при прослушивании музыкальных сказок, учить сопереживать героям; развивать словарный запас ребенка: обращать внимание на собственные чувства и называть их, наблюдать эмоциональную жизнь малыша и обозначать переживания, вводить в его лексикон слова, обозначающие оттенки чувства (рад, зол, сердит, раздосадован, расстроен, огорчен и т.п.).

Обучение распознаванию чувств и эмоций следует начинать с того, что:

- ◆ признать, что чувства не бывают плохими, они просто есть, и ребенок имеет право на проявление чувств (вербальное, телесное); однако нужно вводить определенные правила проявления эмоций, например: «Ты вправе сердиться на сестренку, но ударить ее я тебе не разрешаю»;

- ◆ обсуждать с ребенком его чувства, не пытаться решить за него проблему; объяснение причины чувства должно помочь ребенку самому справиться с ним («Ты злишься оттого, что Маше пора домой и нужно вернуть ей игрушку»);

- ◆ обсуждать случаи, которые произошли с кем-то, просить определить чувства и предложить собственные варианты поступков; при этом избегать осуждения, цель такой беседы — познавательная (например: «Что чувствовал

Костя, когда пришло время делиться игрушкой, а он не хотел? Что он сделал, когда почувствовал, что огорчен? Что он сделал потом?»);

◆ предлагать ребенку различные способы, помогающие ему взять себя в руки, — вербальные, физические, зрительные, творческие и др. («Ты собираешься дальше злиться или хочешь успокоиться? Что ты можешь для этого сделать, давай подумаем вместе: может быть, обежать вокруг стола, нарисовать открытку, почитать любимую книжку?»); часто все, что требуется ребенку — это понять охватившее его чувство. Предлагать ребенку варианты, и пусть он сам выбирает наиболее действенный...

Когда близкие взрослые любят ребенка, хорошо относятся к нему, признают его права, постоянно внимательны к нему, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. В этих условиях развивается жизнерадостный, активный физически и психически ребенок.

Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Именно в условиях взаимной любви в семье ребенок начинает учиться любви сам. Чувство любви, нежности к близким людям, прежде всего к родителям, братьям, сестрам, дедушкам и бабушкам, формирует ребенка как психологически здоровую личность.

Малыш, растущий в эмоционально обедненной среде, лишен возможности отслеживать чужие реакции и получать адекватную оценку собственным эмоциональным проявлениям. Чтобы наработать багаж знаний в эмоциональной сфере, ребенку требуются партнеры по совместным переживаниям: родители, члены семьи, сверстники, другие люди. Важно также, чтобы эмоции, проживаемые ребенком в дошкольный период, были разнообразны по характеру — это позволит наработать хороший эмоциональный опыт и составить более полную картину окружающей действительности.