

Развитие эмоций у детей раннего возраста через игры

Эмоционально-чувственная сфера человека развивается всю жизнь, особое значение имеет этап развития ее, приходящийся на период раннего детства. Более корректно, возможно, было бы говорить о постоянной подпитывающей взаимосвязи эмоций и познавательных процессов [1].

Проблемой современной педагогики является раннее обучение детей. Идеи раннего обучения в настоящий момент приобрели большую популярность в обществе. Надо отметить, что попытки раннего и даже сверхраннего (в младенческом возрасте) обучения детей иницируются не столько психологическими теориями, сколько стремлением родителей максимально полно реализовать все заложенные в ребенке от природы возможности, не видящих при этом никакой разницы между развитием психических процессов и обучением чтению, письму и счету. Однако, здесь скорее можно говорить о высокой обучаемости этих детей и настойчивости их родителей, так как усвоение готовых знаний и способов действия способствует развитию лишь репродуктивного (воспроизводящего) мышления, а не интеллектуального и творческого потенциала ребенка.

На фоне прогрессивных изменений в сфере образования (внедрения ФГОС) мы видим, что существующая модель воспитания меняется, несколько меняются и приоритеты воспитания и обучения детей в дошкольных учреждениях. Социальный портрет ребенка 7 лет, говорит нам о том, что наш выпускник в первую очередь должен обладать таким набором качеств как:

- физически развитый; овладевший основными культурно-гигиеническими навыками;
- любознательный, инициативный, активный;
- эмоционально отзывчивый;
- овладевший средствами общения, взаимодействия со взрослыми и сверстниками;

- способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения;
- способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту;
- имеющий первичные представления о себе, семье, обществе (ближайшем социуме), государстве (стране), мире и природе;
- овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности;
- овладевший необходимыми умениями и навыками [6].

При всей кажущейся простоте, распознавание и передача эмоций - достаточно сложный процесс, требующий от ребенка определенных знаний и определенного уровня развития.

Выделяют такие основные характеристики формирования эмоциональной сферы детей раннего возраста (1-3 года):

- отсутствие эмпатии;
- характерные эмоциональные реакции связаны с непосредственными желаниями;
- эмоциональность обусловлена конкретной ситуацией: может ли получить предмет, успешно ли действует с игрушкой, помогает ли ему взрослый;
- отсутствует соподчинение мотивов;
- ребенок не в состоянии принять решение, сделать выбор;
- присутствует эгоцентризм;
- зарождается самосознание (узнавание себя в зеркале, называние себя по имени, переживание кризиса 3-х лет «Я-сам», употребление в речи местоимения «Я»);
- появляется первичная самооценка «Я хороший». Как правило, в этом возрасте она максимально завышена;
- восприятие аффективно окрашено;
- включаясь в действие, ребенок не предвидит последствий;

- важна оценка взрослого (похвала – порицание);
- реакция на оценку взрослого, аффект – последнее звено в цепочке реакций [5].

Эмоциональное благополучие формируется под влиянием воспитания и обучения, в ходе приобретения индивидуального жизненного опыта. Поэтому становление эмоций у детей нельзя отделить от проблем педагогики. Эмоциональная жизнь, эмоциональное благополучие, эмоциональное самовыражение и все высшие человеческие чувства развиваются в процессе воспитательно-образовательных воздействий.

Таким образом, главенствующую роль в развитии эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста приобретает фигура взрослого – воспитателя, позволяющая создать оптимальные условия для эмоционального благополучия ребенка. Основная задача педагога – воспитателя заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять.

Одним из главных условий, способствующих эмоциональному развитию детей, считают организацию в группах дошкольного учреждения эмоционально-развивающей среды.

Эмоционально развивающая среда – совокупность общих и специфических педагогических условий, обеспечивающих эмоциональную поддержку и стабилизацию эмоционально комфортной атмосферы в группе, создающих соответствующий эмоциональный настрой, разнообразно активизирующих развитие эмоциональной сферы детей и способствующих овладению навыками эмоциональной регуляции. При этом под педагогическими условиями понимается совокупность мер, оптимизирующих эмоциональное развитие детей, отвечающая сензитивным потребностям возрастного развития в период раннего детства[4].

Учитывая основные характеристики эмоционального развития ребенка раннего возраста – эмоциональную неустойчивость, реактивную непосредственность, слабую эмоциональную регуляцию и контроль, – была

разработана следующая компонентная структура эмоционально - развивающей среды ДООУ:

- отношения между участниками совместной жизнедеятельности – т.е. эмоционально-поддерживающий компонент среды;

- режимные моменты, организующие процесс пребывания ребенка в группе детского сада – т.е. эмоционально-стабилизирующий компонент среды;

- внешняя обстановка (цветовое решение, удобство мебели и пр.) – т.е. эмоционально-настраивающий компонент среды;

- организация занятости детей – игры, занятия, сюрпризные моменты – т.е. эмоционально-активизирующий компонент среды ДООУ;

- и, наконец, условие, которое не предусмотрено нормами организации жизнедеятельности ДООУ, однако рекомендовано психологами и медиками – проведение психогимнастических упражнений с детьми, или эмоционально-тренирующий компонент среды [3].

Уточним содержание каждого из компонентов эмоционально развивающей среды для группы детей раннего возраста.

Эмоционально-поддерживающий компонент среды

К этому компоненту относятся эмоционально поддерживающие взаимоотношения между участниками совместной жизнедеятельности в ДООУ.

Маленький ребенок испытывает потребность быть принятым, получить эмоциональную поддержку и внимание окружающих. Следует подчеркнуть, что решающая роль в создании эмоциональной атмосферы в группе принадлежит воспитателю, его собственному эмоциональному настрою, отношению к детям, эмоциональным особенностям поведения и речи, а также эмоциональной устойчивости. Особое значение имеет материнская функция педагога, проявляющаяся в теплом, сердечном и эмоционально поддерживающем отношении к каждому малышу, в готовности прийти на помощь.

Важнейший сигнал положительного эмоционального состояния ребенка – выражение радости (улыбка, смех). Радостные переживания благотворно влияют на организм человека. Радость не может быть вызвана намеренно, запланирована, радости невозможно обучить ребенка. Она возникает спонтанно при достижении человеком какого-либо важного для себя результата. Поэтому главное, что необходимо сделать для ребенка – обеспечить чувство привязанности и эмоциональной поддержки во взаимоотношениях с окружающими, что служит прямым и косвенным источником радостных переживаний. Чувствуя себя в принятом, ребенок активно исследует мир, осваивает новые навыки, испытывая при этом радость от достижения. Во многом эмоции ребенка раннего возраста – это эмоции окружающих его людей [2].

Окружающие должны делиться своей радостью с ребенком, позволяя ему «присоединиться» к чужой эмоции, в результате действия механизмов социального научения у ребенка формируется и развивается эмоция радости. Постепенно круг обстоятельств, вызывающих радость ребенка, расширяется: он начинает испытывать радость от игры, общения со сверстниками, учения и т.п.

Особую роль в развитии эмоциональной сферы играет подкрепление эмоциональной реакции ребенка соответствующим действием: если ребенок ласкается, его необходимо обнять и поцеловать, если он шалит – выразить недовольство. Эти эмоционально обусловленные действия закрепляются в сознании ребенка и, во-первых, влияют на мотивацию поведения, а, во-вторых, играют роль в формировании умения «предчувствовать» реакции окружающих, т.е. в формировании «эмоциональной компетентности». Следует помнить, что возрастающее чувство самостоятельности не должно подрывать сложившегося базового доверия ребенка к миру. Контроль со стороны взрослых позволяет сохранить это чувство через разумное ограничение растущих желаний

ребенка требовать, присваивать, разрушать, когда он как бы проверяет силу своих новых возможностей.

Данный компонент предполагает организацию эмоционально - значимого общения между детьми в группе, играющего определяющую роль в развитии эмпатии, умении выражать свои эмоций, а также стимулирующем формировании навыков эмоциональной регуляции.

Любому ребенку необходимо, чтобы на него обращали внимание, откликались на проявленные им эмоции. Если этого не происходит, ребенок начинает «накапливать» эмоции, и, переполняясь ими, демонстрирует внезапные бурные реакции. Часто истерика представляет собой выход накопившегося эмоционального напряжения. Нарушения поведения, демонстрация негативных эмоций являются для воспитателя индикатором нарушения эмоционального благополучия ребенка, неудовлетворения его базовых (по А. Маслоу) потребностей.

Эмоционально-настраивающий компонент среды

Под ним подразумевается особенности внешней обстановки – благоприятное цветовое оформление, удобная мебель, комфортный температурный режим, пространственное решение группы и пр.

Ребенок должен получать достаточное количество впечатлений, обеспечивающих активное состояние коры головного мозга и способствующих его психическому развитию. Следовательно, для эффективного развития эмоциональной сферы необходимо обеспечение различных сенсорных раздражителей и условий для двигательной активности: сенсорные уголки, яркие игрушки (заводные, звучащие, сделанные из разного материала), красочные эмоционально окрашенные предметные и сюжетные картинки, место для подвижных игр со сверстниками, детские книги, музыкальное сопровождение и т.п.

При формировании пространственной структуры группы должно выделяться «я-пространство» (пространство личных переживаний, проблем и способов их решения; событийное пространство; пространство

взаимоотношений и взаимодействия с детьми, воспитателями; пространство предметное).

Индивидуальные игрушки, шкафы для личных вещей - это некие символы личной территории ребенка. Дети заботятся о ней.

В этом возрасте дети не умеют хорошо взаимодействовать со сверстниками, предпочитая игры рядом. Поэтому стоит организовать игровые зоны одновременной игры для 2-3 человек, а также учесть возможность организации совместной деятельности взрослого и ребенка, т.к. взрослый – это основной партнер в играх и занятиях ребенка (большая мебель, удобный подход к игровому уголку). Все игрушки размещаются на открытых стеллажах. Замена игрушек делается периодически. Выкладывают их не много, чтобы не затруднять выбор ребенка и не пропадал интерес к ним [3].

Предметная среда, организованная сообразно доминантам возрастного и индивидуально-типологического развития ребенка, помогает обеспечить полноценное развитие ребенка и создать эмоционально настраивающую атмосферу в группе.

Эмоционально-стабилизирующий компонент среды

Основное содержание данного компонента – обеспечение стабильности окружающей среды, способствующее устойчивому чувству безопасности и эмоционального комфорта. Ощущение безопасности связывается с повторяемыми событиями, ежедневное чередование которых несет стабильность, уверенность. Именно поэтому для малыша 2-3 лет так важны режимные моменты. Кроме того, режим дня позволяет удовлетворить потребность ребенка владеть ситуацией (знать, что можно ожидать, какие события произойдут).

Эффективно воздействуют на психическое состояние детей, снимая напряжение и стресс, водные закаливающие процедуры. Но для достижения должного результата должны быть созданы соответствующие условия, при которых ребенок становится субъектом этой деятельности. Хороший

успокаивающий эффект дают теплые ножные ванны (особенно с отваром трав) перед дневным сном. Малышам лучше принять теплые ванны для рук с добавлением отваров трав и ароматических масел. Но об этом лучше посоветоваться с медицинским работником образовательного учреждения [4].

Во время пребывания детей в ДООУ необходимо обеспечивать физические нагрузки. Известно, что физическая нагрузка является лучшим средством для снятия нервного напряжения.

В раннем возрасте лет у детей довольно часто проявляется эмоция страха: боязнь новых предметов, необоснованный (в глазах взрослых) страх какого-либо предмета (кресла, унитаза и т.д.). Как правило, страхи возникают в результате изменения привычных условий жизни ребенка.

Ощущение стабильности окружающей среды и телесного благополучия способствует устойчивому чувству безопасности и эмоционального комфорта.

Эмоционально-активизирующий компонент среды

Предполагает эмоционально активизирующие занятия, игры, сюрпризные моменты и пр. К проводимым в группе занятиям необходимо ставить «эмоционально окрашенные» задачи, соотнося их с задачами эмоционального развития ребенка: накопления, амплификации эмоционального опыта ребенка и своевременного «отыгрывания» эмоций, эмоционального возбуждения и расслабления и т.д.

Эмоциональное развитие ребенка сопряжено с полноценным развитием его сенсорной системы. Механизм обогащения эмоциональной сферы через получение сенсорного опыта заключается в том, что регулируемый воспитателем поток сенсорной информации от предметов-стимулов постепенно пробуждает, обостряет ощущения ребенка. А уже ощущения с присущим им эмоциональным тоном вызывают гамму эмоциональных реакций, становятся побудителями, которые приводят в действие механизмы эмоциональной сферы.

Лучшей формой организации эмоционального поведения детей является игра, поэтому целенаправленное использование различных игр является обязательным условием создания эмоционально развивающей среды ДОУ. Это могут быть:

- Игры, способствующие благоприятной адаптации ребенка к условиям ДОУ;
- Игры, направленные на сближение детей друг с другом и с воспитателем;
- Игры с песком и водой;
- Игры-ситуации, активизирующие общение;
- Игры, направленные на развитие психической устойчивости;
- Эмоциональные паузы;
- Физические упражнения, направленные на стабилизацию эмоционального состояния;
- Игры, активизирующие познавательные и творческие способности детей [5].

Кроме игровой деятельности активизируют и насыщают эмоциональное развитие ребенка различные сюрпризные моменты, яркие эмоционально окрашенные события и ситуации (театральные представления, праздники, утренники и пр.).

Не следует считать, что дети должны получать только положительные эмоции. Переживание только одинаково заряженных положительных эмоций рано или поздно вызывает скуку. Невозможно, да и не нужно, полностью ограждать ребенка от отрицательных переживаний. Их возникновение в образовательной деятельности может сыграть и позитивную роль, побуждая к их преодолению. Важной здесь является интенсивность: слишком сильные и часто повторяющиеся отрицательные эмоции приводят к разрушению усвоенных действий, и, становясь устойчивыми, приобретают невротический характер. Ребенку необходим

динамизм эмоций, их разнообразие, но в рамках оптимальной интенсивности.

Л.С. Выготский указывал, что эффективной может быть только такая работа, которая поднимает детей с уже достигнутого уровня. Следовательно, при планировании работы на неделю следует учитывать достижения ребенком за предыдущую неделю.

Эмоционально-тренирующий компонент среды

Основное содержание данного компонента – формирование навыков эмоциональной регуляции. Воспитание через эмоциональное воздействие – очень тонкий процесс. В раннем возрасте эмоции в основном зависят от процессов возбуждения, преобладающих над процессами торможения. Основная задача заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять. Для поддержания эмоционального комфорта ребенок должен «отыгрывать» свои эмоции, как положительные, так и отрицательные.

Помощь воспитателей будет состоять в том, чтобы по мере взросления ребенок учился адаптивным формам выражения гнева, умел направлять полученную от гнева энергию в адекватные ситуации конкретные действия по самозащите, учиться регулировать (но не подавлять) свой гнев.

Воспитателям следует обратить особое внимание на регуляцию эмоции страха. Это закономерный этап развития эмоциональной сферы ребенка. Ребенку бесполезно объяснять необоснованность его страха и не в коем случае не смеяться над ним, лучше вместе с ребенком совершить какие-то действия, которые помогут ему справиться с ним. Например, вместе с ребенком выглянуть за дверь, потрогать пугающий предмет. Для регуляции эмоционального состояния ребенка, в том числе и эмоции страха, специалисты рекомендуют использовать ритм – ритмические упражнения, стишки, потешки, детские песенки. Ритмическая организация действий естественна для ребенка. Первые игры, которые осваивает ребенок с помощью взрослого, в значительной степени построены на ритмичной

основе. Ритм может выступать и как фон, организующий и собирающий ребенка. Например, под ритмичное раскачивание на лошадке-качалке ребенок способен прослушать сказку, в то время как в другой ситуации он не выдержал бы и двух минут. Ритм задают и книги, адресованные детям раннего возраста («Колобок», «Теремок»). Они задают ритм не только словами, рифмами, но и иллюстрациями, событиями[2].

Задачам тренировки навыков регуляции эмоций наиболее отвечают психогимнастические занятия с детьми. Психогимнастика представляет собой специальные занятия (этюды, игры, упражнения), направленные на развитие и коррекцию эмоционально-личностной сферы ребенка. При проведении психогимнастических занятий педагог решает следующие методические задачи: фиксировать внимание ребенка на чужих проявлениях эмоций; подражательно воспроизводить чужие эмоции; фиксировать внимание на своих мышечных ощущениях как проявлений этих эмоций; анализировать и словесно описывать мышечные проявления эмоций; повторное воспроизведение эмоций в заданных упражнениях; контроль ощущений.

Таким образом, важнейшим для ребенка фактором, влияющим на его эмоциональное состояние, является окружающая его среда. Важно, чтобы воспитатели и методисты ДОО были сориентированы не столько на создание предметно-развивающей, а на эмоциональной развивающей среде в группе, т.е. среде, способствующей разностороннему и полноценному развитию эмоционально-чувственной сферы ребенка раннего возраста (как условия его дальнейшего успешного и гармоничного развития).

Список литературы:

1. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 400 с.
2. Волосова, Е. В. Развитие ребёнка раннего возраста [текст] / Е.В. Волосова. – М.: Академия, 2009. – 438 с.
3. Гаспарова, Е.М. Эмоции ребенка раннего возраста в игре. [текст] /Е.М. Гаспарова//Дошкольное воспитание. – 1981. - №10. - С. 61-64.
4. Гребенщикова, Т. В. Педагогические условия эмоционально-экспрессивного развития детей дошкольного возраста [текст] /Т.В. Гребенщикова// Сибирский педагогический журнал. – 2010. - № 6. – С. 163 – 270.
5. Данилина, Т. А. В мире детских эмоций: Пособие для практических работников ДОУ [текст] /Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.П. Степина. – М.: Айрис – Пресс, 2004. – 160 с.
6. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273 – ФЗ от 29 декабря 2012 [Электронный ресурс] // Закон об образовании РФ. - Интернет – портал. - URL: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru/> (дата обращения: 05.01.2021).