

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Проблема эмоционально-волевой сферы в развитии дошкольника сегодня весьма актуальна, именно эмоциональное развитие и воспитание является фундаментом, на котором закладывается и всю жизнь реконструируется здание человеческой личности. Психологи считают, что все изменения в познавательной деятельности, которые происходят на протяжении детства, необходимо связывать с глубокими изменениями в эмоционально-волевой сфере личности ребёнка.

Работа по развитию эмоций поможет родителям и педагогам понять мир переживаний ребенка, лучше узнать его состояние в различных ситуациях, понять, что именно его тревожит и радует. Это позволит (при необходимости) уделить особое внимание малышу, который испытывает эмоциональный дискомфорт, помочь преодолеть и исправить отрицательные черты характера. Таким образом, окружающие ребенка взрослые смогут установить с ним доверительные отношения, а это в свою очередь сможет облегчить процесс воспитания и развития.

1. Особенности эмоционально-волевой сферы дошкольника.

Эмоции воздействуют на все психические процессы: восприятие, ощущение, память, внимание, мышление, воображение, а также на волевые процессы. Поэтому проблема развития эмоций и воли, их роли в возникновении мотивов как регуляторов деятельности и поведения ребенка является одной из наиболее важных и сложных проблем психологии и педагогики.

Дошкольное детство - период познания мира человеческих отношений. Играя, он учится общаться со сверстниками. Это период творчества. Ребенок осваивает речь, у него появляется творческое воображение. Это период первоначального становления личности.

Исследования, посвященные изучению эмоционально-волевого развития личности ребенка дошкольного возраста, проводились многими отечественными и зарубежными учеными и исследователями (Г.М.Бреслав, В.К.Вилюнас, А.В.Запорожец, К.Э.Изард, Я.З.Неверович, П.В.Симонов и др.).

Отечественные исследователи (И.В.Алехина, Н.М.Амосов, П.К.Анохин, М.В.Антропова, И.А.Аршавский, А.Баллон, А.И.Захаров, М.И.Кольцова, А.Д.Кошелева, Н.Л.Кряжева, Н.М.Матяш, Т.А.Павлова, Н.А.Степанова и др.) связывают возникновение проблем в эмоционально-волевой сфере ребёнка с дефицитом, прежде всего, положительных эмоций и волевого усилия.

2. Эмоционально-волевая сфера

Эмоционально-волевая сфера - это свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Чувства - сложный комплекс разнообразных эмоций, связанных у человека с теми или иными людьми, предметами, событиями. Чувства имеют предметную отнесенность, то есть они возникают и проявляются

только по отношению к определенным объектам: людям, предметам, событиям и прочему.

Настроение - общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течение значительного времени отдельные психические процессы и поведение человека. Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, от работы желез внутренней секреции и, особенно от тонуса нервной системы. Именно этот вид настроения называют самочувствием. На настроение влияют окружающая природа, события, выполняемая деятельность и люди. Настроения могут различаться по продолжительности. Устойчивость настроения зависит от многих причин: возраста человека, индивидуальных особенностей его характера и темперамента, силы воли, уровня развития ведущих мотивов поведения. Настроение накладывает существенный отпечаток на поведение. Настроение может как стимулировать, усиливать, так и подавлять, расстраивать деятельность человека.

Эмоции в строгом значении слова - это непосредственное, временное переживание какого-либо чувства.

Стресс - эмоциональное состояние, возникающее в ответ на разнообразные экстремальные воздействия. Современные психологи сходятся на точке зрения, согласно которой стресс на начальном этапе развития оказывает положительное влияние на человека, поскольку он способствует мобилизации психических сил и не вызывает физиологических изменений. Но если защитные механизмы человека не могут справиться со стрессом, то в конечном итоге он получает психосоматическое или другое психическое отклонение.

Воля - сознательная саморегуляция поведения, проявляющаяся в преднамеренной мобилизации поведенческой активности на достижение целей, осознаваемых субъектом как необходимость и возможность, способность человека к самодетерминации, самомобилизации и саморегуляции (М.И.Еникеев).

3. Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольника

Дошкольный возраст, по определению А.Н.Леонтьева - это «период первоначального фактического склада личности». Именно в это время происходит становление основных личностных механизмов и образований, определяющих последующее личностное развитие.

Развитие эмоционально-волевой сферы личности является сложным процессом, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами внешнего воздействия являются условия социальной среды, в которых находится ребёнок, факторами внутреннего воздействия - наследственность, особенности его физического развития.

Возраст 7 лет сопровождается более глубоким осознанием своих внутренних переживаний на основе формирующегося опыта социального общения. В этот период закрепляются позитивные и негативные эмоциональные реакции. Например, различные реакции страха или уверенности в своих возможностях. Таким образом, к старшему

дошкольному возрасту у ребенка складываются основные личностные характеристики. Потребности, интересы и мотивы обуславливают поведение, целенаправленную деятельность и поступки ребенка. Успех в достижении желаемых для ребёнка целей, удовлетворение или неудовлетворение их наличных потребностей определяют содержание и особенности эмоциональной и волевой жизни детей старшего дошкольного возраста. Эмоции, особенно положительные, определяют эффективность обучения и воспитания ребенка, а волевое усилие оказывают влияние на становление любой деятельности дошкольника, в том числе и психического развития. В дошкольном возрасте желания, побуждения ребенка соединяются с его представлениями, и благодаря этому побуждения перестраиваются. Происходит переход от желаний (мотивов), направленных на предметы воспринимаемой ситуации, к желаниям, связанным с представляемыми предметами, находящимися в «идеальном» плане. Еще до того, как дошкольник начинает действовать, у него появляется эмоциональный образ, отражающий и будущий результат, и его оценку со стороны взрослых. Если он предвидит результат, не отвечающий принятым нормам воспитания, возможное неодобрение или наказание, у него возникает тревожность - эмоциональное состояние, способное затормозить нежелательные для окружающих действия.

Мотивы дошкольника приобретают разную силу и значимость. Уже в младшем дошкольном возрасте ребенок сравнительно легко может принять решение в ситуации выбора одного предмета из нескольких. Вскоре он уже может подавить свои непосредственные побуждения, например не реагировать на привлекательный предмет. Это становится возможным, благодаря более сильным мотивам, которые выполняют роль «ограничителей». Интересно, что наиболее сильный мотив для дошкольника - поощрение, получение награды. Более слабый - наказание (в общении с детьми это в первую очередь исключение из игры).

Еще одна линия развития самосознания - осознание своих переживаний. Не только в раннем возрасте, но и в первой половине дошкольного детства ребенок, имея разнообразные переживания, не осознает их. В конце дошкольного возраста он ориентируется в своих эмоциональных состояниях и может выразить их словами: «я рад», «я огорчен», «я сердит». Развивая эмоциональную сферу своего ребенка, обогащайте активный словарь словами, обозначающие эмоциональные состояния. Помогут вам в этом герои сказок и мультфильмов. Беседуйте о том, какие эмоции испытывают герои в той или иной момент, как меняется их настроение и почему.

Называя эмоциональное состояние, точно определяйте его словесно: «радость», «удивление», «грусть» и т.д. запомните сами и объясните ребенку: чувства не делятся на «хорошие» и «плохие». Злость иногда помогает вскрыть недовольство чужим поведением или собраться и справиться с тем, что давно не получалось. Страх не дает забывать о правилах безопасности и поэтому позволяет быть осторожным.

Научите ребенка разделять чувства и поступки: нет плохих чувств, есть плохие поступки: «Владик рассердился на тебя, ударил. Он поступил нехорошо. Он не нашел подходящих слов, чтобы выразить свое недовольство».

С уважением отнеситесь к чувствам малыша: он, как и взрослые, имеет право испытывать страх, гнев, грусть. Не призывайте его отказаться, например, от проявления гнева: «Не смей грубить мне!». Лучше помогите ему понять свое состояние: «Я понимаю, ты сердишься на меня из-за того, что я занималась с твоим маленьким братом».

Педагоги могут организовать свою работу по развитию мира эмоций более последовательно и системно.

Начать эту работу можно со знакомства детей со своеобразным эмоциональным букварем, т.к. рассказать другим о чувствах, сделать их понятными можно не только с помощью слов, но и особого языка эмоций: мимики, жестов, поз, интонации. Педагогу нужно учить детей пользоваться языком эмоций как для выражения собственных чувств и переживаний, так и для лучшего понимания состояния других.

Педагог может использовать известный ему литературный материал. Вспоминая героев произведений, их переживания, дети сопоставляют их с личным опытом. Впоследствии это поможет им разобраться в непростых жизненных ситуациях.

Таким образом, дошкольное детство - период познания мира человеческих отношений. Играя, он учится общаться со сверстниками. Это период творчества. Ребенок осваивает речь, у него появляется творческое воображение. Это период первоначального становления личности.

Необходимо изыскать способы и средства для введения систематической работы по формированию и коррекции эмоциональной сферы ребенка. Задачи воспитателей - обеспечить разностороннее развитие детей. Достигнуть положительных результатов возможно лишь при тесном сотрудничестве и комплексном подходе в работе воспитателей и родителей. Основную работу обучения и воспитания осуществляют педагоги на занятиях и в режимных моментах. С родителями педагоги обсуждают успехи или трудности ребенка в обучении. Основными методами на таких занятиях выступают: создание игровой ситуации, эмоциональной атмосферы, привлекающей внимание к изображаемому предмету, явлению, показ и формирование навыков и умений, обследование предмета. В процессе обследования, наблюдения происходит сочетание восприятия предмета со словесным обозначением предметов, явлений, их свойств, и отношений (название цветов, геометрических форм, величин, пространственных отношений). Таким образом, для коррекции развития эмоционально-волевой сферы дошкольников требуются специально разработанные формы работы, учитывающие возрастные и личностные особенности дошкольников, тщательный отбор и адаптация используемого материала.

Для определения эмоционального состояния ребенка можно использовать тесты на уровень тревожности, тест по самооценке, а также

простой рисуночный тест, с помощью которого можно определить настроение, тревожность, агрессивность ребенка.

Заключение

Период дошкольного детства - возраст познавательных эмоций, к которым относятся чувства удивления, любопытства, любознательности.

Теоретические и практические аспекты в области изучения эмоционально-волевого состояния дошкольников дают возможность понять, что создание эмоционального благополучия и комфорта оказывает влияние практически на все сферы психического развития, будь то регуляция поведения, когнитивная сфера, овладение ребенком средствами и способами взаимодействия с другими людьми, поведение в группе сверстников, усвоение и овладение им социальным опытом.

Способы поведения, которые мы демонстрируем ребенку в обыденной жизни не всегда продуктивны, иногда - неадекватны, а часто и ограничены нашим собственным опытом и недостатками. Поэтому для развития эмоционально-волевой сферы дошкольника необходима специальная работа в этом направлении.

Иногда взрослые не совсем владеют вопросами, касающимися сферы эмоций, и не могут оказать необходимую поддержку. А бывает, что ребенка учат сдерживанию чувств еще до того, как он откроет для себя мир собственных и чужих эмоций. Когда малыш ведет себя непринужденно и естественно, взрослые, оглядываясь вокруг, поспешно говорят: «Не плачь, ты же мужчина!», «Не дерись, ты же девочка!», «Ты что, трусишь?». И как следствие, ребенок прячет свои страхи, слезы и обиды, потому что эти чувства не приветствуются взрослыми. Это приводит к тому, что малыш вообще не овладевает способами распознавания, узнавания эмоциональных проявлений.

Конечно, эмоциональное развитие ребенка – задача не из легких. Однако именно родители могут и должны начать эту работу. Прежде всего, маме и папе следует учитывать небольшой словарный запас малыша. Поэтому необходимо, объясняя что-то ребенку, обозначать словом определенные эмоции, тем самым закладывая основы эмоционального словаря: «радость», «грустно», «сердишься», «удивляешься», «испуганный», «злой» и т.д. И чем больше окружающие взрослые говорят с ребенком о чувствах, настроениях (его собственных и близких людей, героев сказок или мультфильмов), тем более точно малышу удастся их распознать и обозначить словесно. Подобные беседы обогащают внутренний мир ребенка, учат его анализировать собственные эмоции и поведение, а также подводят к пониманию чужих переживаний и поступков.

Необходимо активировать эмоции детей через разные виды деятельности, отдавая предпочтение игре. Подбирать подходящие методы и приёмы, учитывающие возрастные и индивидуальные особенности эмоционального развития детей.

Список используемой литературы

1. Галигузова Л.Н. Искусство общения с ребенком от года до шести лет / Л.Н.Галигузова, Е.О.Смирнова. - М.: АРКТИ, 2004. - 160 с.
2. Гамезо М.В. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие / М.В.Гамезо, Е.А.Петрова, Л.М.Орлова. - М.:Педагогика, 2003. - 512 с.
3. Изард К.Э. Психология эмоций / К.Э.Изард. Перевед. с английского. - СПб.: Питер, 2008. - 464 с.
4. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М.Прихожан. - М.: НПО «МОДЭК», 2006. - 304 с.
5. Психологический словарь / Под ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. - М.: Проспект, 2007. - 431 с.
6. Уханова А.В. Программа развития эмоционально-волевой и коммуникативной сферы дошкольников / А.В.Уханова // Вестник практической психологии образования. - 2009. - №2. - С.115-124.
7. Шапатина О.В. Психология развития и возрастная психология / О.В.Шапатина, Е.А.Павлова. - Самара: Универс-групп, 2007. - 204 с. С.94-106
8. Шипицина Л.М. Комплексное сопровождение детей дошкольного возраста / Л.М.Шипицина.- СПб: « Речь», 2003. - 240 с. С.172-199.

Приложение

Упражнение «Мимическая гимнастика»

Цель: развивать способность детей изображать эмоции (радость, удивление, горе, гнев, страх) с помощью мимики, жестов.

Задания на карточках:

- улыбнуться, как веселый Буратино.
- испугаться, как бабушка, в дом которой пришел волк.
- рассердиться, как злой волк.
- погрузиться, как Дюймовочка, увидев Ласточку под землей.

Игра-загадка «Маски»

Цель: развивать способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям, описывать мимику окружающих при изображении эмоций.

Задание:

На одного ребенка воспитатель надевает маску с настроением (ребенок не знает, что это за маска). Остальные дети рассказывают об особенностях положения бровей, рта, глаз.

Игра «Театр».

Цель: развивать умение распознавать эмоциональное проявление других людей по мимике и понимать свое эмоциональное состояние и состояние окружающих.

Задание:

Ребенок изображает с помощью мимики какое –то настроение, но при этом часть его лица будет скрыта (закрывает верхнюю или нижнюю часть лица листом бумаги.) остальные должны догадаться, какое настроение было загадано.

Игра «Угадай эмоцию на ощупь».

Цель: развивать способность определять базовые эмоции (радость, горе, гнев, страх, удивление) по мимике и передавать их; развивать тактильные ощущения.

Задание:

Воспитатель дает сигнал: «Радость –замри». Дети изображают радость на лице, осторожно трогают своими пальчиками брови, рот, глазки.