

Rozwój emocjonalny dziecka w wieku przedszkolnym

Wiek przedszkolny to bardzo ważny czas dla rozwoju emocjonalnego dziecka. Każdy przedszkolak powinien osiągnąć określone umiejętności potrzebne do tego, aby poradzić sobie w szkole i trwać w niej bez porażek.

Każdy człowiek odnajduje się w rzeczywistości za pośrednictwem treści procesów psychicznych, odzwierciedlających otaczający go świat. Należą do nich uczucia i emocje. Jak podaje S. Gerstmann uczucia są to takie przeżycia jak: miłość, zazdrość czy tęsknota. Uczucia odzwierciedlają świat, wyrażają nasz stosunek do tego co nas otacza, umożliwiają orientowanie się w rzeczywistości. Natomiast emocja jest to stan znacznego poruszenia umysłu. Są zwykle wywoływane przez różne wydarzenia lub sytuacje, bywają krótkotrwałe. Emocjami są np. strach i gniew (Gerstmann, 1976, s. 11-12). Emocje pozwalają nam przetwarzać rzeczywistość. Ukierunkowują i poprzedzają jakieś wydarzenia – przygotowują do odpowiedniego zachowania na sytuację (Brych A., 2019, s. 20).

Każde dziecko jest inne, wychowuje się w innym środowisku, ma rozwija się w innym tempie. Czynniki, które mogą pozostawiać wyraźny ślad na ścieżce rozwoju emocjonalnego młodego człowieka jest wiele. Są to między innymi: wiek rozwojowy dziecka, stymulacja ze strony środowiska, wzorce zachowań czy poziom rozwoju językowego. Najważniejszym z nich jest wiek rozwojowy dziecka. Nie zawsze pokrywa się on z wiekiem metrykalnym. Dzieci, z różnych przyczyn – wrodzonych czy środowiskowych, mogą funkcjonować na innym poziomie (np. czterolatek może być poznawczo rozwinięte na poziomie dziecka trzyletniego). Jeśli w różnych sferach rozwoju dziecko prezentuje opóźnienie, jego reakcje emocjonalne będą zbliżone do tych, które są właściwe dla dziecka młodszego. Kolejnym bardzo istotnym czynnikiem jest stymulacja ze strony środowiska, w jakim dziecko się rozwija. Przedszkolak, który będzie prowadził w rodzicami rozmowy np. na temat emocji bohaterów bajek, czy jego własnych przeżyć będzie prezentował wyższy poziom rozwoju inteligencji emocjonalnej (Sobkowiak, 2018, s. 12).

Dziecko używa języka jako narzędzia do wyrażania emocji, dlatego też wszelkie trudności komunikacyjne przekładają się na trudności emocjonalne. Niemożliwość wyrażenia swoich odczuć werbalnie będzie skutkować innymi sposobów aby je pokazać. Często będą one uznawane za nieadekwatne lub nieaprobowane społecznie. Należy również pamiętać, że młodsze dzieci najwięcej uczą się poprzez obserwację – często reagują tak samo jak ich rodzeństwo czy rówieśnicy. Odpowiednio pokierowane przez osobę dorosłą będzie albo utrwałać przyjęte przez siebie wzorce, albo je modyfikować. (Sobkowiak, 2018, s. 13)

Jak przebiega rozwój emocjonalny przedszkolaka?

Bardzo często rodzice oraz nauczyciele oczekują od nauki konkretnych norm, które wskażą, co dziecko w danym wieku powinno potrafić. Należy zaznaczyć, że wiek jest tylko jednym z wielu czynników warunkujących rozwój emocjonalny małego człowieka.

Dziecko trzyletnie cechuje się radością z przebywania z innymi, zarówno z dorosłymi jak i rówieśnikami. Przedszkolaki w tym okresie zwykle są ugodowe, łatwo ulegają sugestiom innych.

Cechy i możliwości dziecka trzyletniego:

- bywa zazdrosne o uwagę dorosłego;
- jest niecierpliwy;
- pojawiają się próby wymuszenia na dorosłych i dzieci własnych pragnień płaczem;
- pojawiają się typowe trudności adaptacyjne (powinny ustąpić w przeciągu jednego – dwóch miesięcy);
- obraża się, gdy coś nie idzie po jego myśli;
- wyraźna labilność emocjonalna;
- dziecko rozumie takie emocje jak: strach, złość, smutek i radość, jednak nie potrafi werbalnie określić co przeżywa;
- przejawia dużą ekspresyjność w wyrażaniu emocji – dziecko okazuje co czuje całym ciałem, np. podskakuje z radości;
- nie potrafi samodzielnie rozwiązać konfliktu.

Naturalnym jest, że mimo iż są to zachowania typowe dla najmłodszych przedszkolaków, od samego początku przebywania dziecka w przedszkolu należy podjąć działania, które będą wyciszać negatywne emocje oraz nauczą jak sobie z nimi poradzić. (Sobkowiak, 2018, s. 18-19)

Dziecko czteroletnie powinno potrafić zapanować nad większością negatywnych emocji. W porównaniu do rok młodszych przedszkolaków obserwuje się u niego mniej skrajnych reakcji histerycznych czy wybuchów złości. Czterolatek uczy się głównie poprzez rozmowy oraz obserwację znaczących dla niego osób dorosłych.

Cechy i możliwości dziecka czteroletniego:

- chętniej dzieli się zabawką;
- rozumie, że inni też potrzebują uwagi dorosłego;
- potrafi czekać na swoją kolejkę, choć zniecierpliwiony zadaje dużo pytań i upewnia się, że jego kolej też nadejdzie;
- próbuje wpływać na dorosłych i dzieci, werbalnie przekonując u prosząc;
- obraża się, gdy mimo prób odnosi porażkę;
- zaczyna kontrolować złość;
- jego samoocena jest bardziej zależna od oceny innych;
- szuka uwagi rówieśników wygłupiając się, „popisując”;
- konflikty zgłasza często dorosłemu, oczekując natychmiastowej reakcji;
- okazuje emocje mimiką, ruchem, gestem;
- jest wrażliwy na porażkę, reaguje płaczem lub złością;
- mniej wyraźnie prezentuje wzrost rozdrażnienia wynikający ze zmęczenia;
- zaczyna nazywać przeżywane emocje i uczucia (złość, radość, strach, smutek);
- nie powinien prezentować już lęku adaptacyjnego i lęku związanego z rozstaniem z rodzicami. (Sobkowiak, 2018, s. 19-20)

Dziecko pięcioletnie w większości sytuacji potrafi już samodzielnie rozwiązywać konflikty czy podejmować negocjacje. Coraz lepiej rozumie zasady i jest wrażliwe na ich przestrzeganie. Nadal możemy obserwować wyciszenie skrajnych emocji i rosnącą kontrolę nad reakcjami. Pojawiają się też nowe zachowania związane z wyższą emocjonalną wiedzą i świadomością. Pięcioletek potrafi już

czuć podziw wobec bohaterów (np. bajek czy opowiadań) czy innych osób (np. rodziców). Okazują pewność siebie, czasem bywają zarozumiałe, lubią się popisywać.

Cechy i możliwości pięcioletka:

- potrafi już ustąpić młodszej osobie i dać szansę spokojniejszemu koledze;
- bardziej zależy mu na uwadze rówieśników niż osób dorosłych;
- często precyzyjnie nazywa emocje i określa ich przyczynę;
- przyjmuje odmowę bez frustracji;
- dąży do perfekcji i bywa, że w związku z tym odczuwa złość lub smutek;
- samoocena staje się w mniejszym stopniu zależna od opinii i sądów innych, a częściej od sukcesów, realizacji własnych pomysłów;
- stara się samodzielnie rozwiązywać konflikty na drodze rozmowy;
- potrafi precyzyjniej określić swoje emocje i ich przyczynę na drodze werbalnej;
- jest wrażliwe na porażkę, choć stara się kontrolować swoją reakcję;
- informuje, gdy jest zmęczone i rozumie związek zmęczenia z rozdrażnieniem;
- nie prezentuje lęku związanego z rozstaniem z rodzicami czy zmianą otoczenia;
- ma swoich idoli i autorytety;
- kształtuje poczucie sprawiedliwości, dążąc i oczekując przestrzegania zasad obowiązujących w danej grupie;
- stosuje świadome strategie kontrolowania złości, smutku, strachu;
- pomaga innym;
- domaga się przeprosin i potrafi przeproszać ;
- wybaczy i dąży do tego, by mu wybaczone;
- bywa, że próbuje pozyskać uwagę kłamiąc. (Sobkowiak, 2018, s. 20-21)
-

Dziecko sześciolatnie ma dużo większą świadomość tego co czuje i z czego to wynika. Wzrasta również jego świadomość społeczna co sprawia, że dziecko kończące przedszkole stanowczo reaguje na nieprzestrzeganie zasad i umów panujących w grupie.

Cechy i możliwości dziecka sześciolatniego:

- chętniej ustępuje przyjaciołom;
- jest wrażliwy na akceptację w grupie;
- potrafi czekać na swoją kolej;
- przyjmuje odmowę dorosłego bez frustracji, odmowę ze strony przyjaciela często traktuje jako sygnał braku empatii i frustruje się;
- samoocena staje się w większym stopniu zależna od aprobaty rówieśników, w mniejszym od uznania ze strony osób dorosłych;
- bywa, że szuka uwagi rówieśników „popisując się”;
- zdarza się, że przyjaźń traktuje jako „wyłączność” na danego kolegę i frustruje się, gdy przyjaciel podejmuje zabawy z innymi dziećmi;
- potrafi precyzyjnie określić emocje swoje i innych oraz ich przyczynę na drodze werbalnej, artystycznej;

- wybuchowe reakcje emocjonalne związane z niepowodzeniem w pracy zdarzają się częściej niż wcześniej;
- rozumie skomplikowane uczucia i stany, takie jak: podziw, dumę, rozczarowanie, satysfakcja itp.;
- frustruje go brak konsekwencji;
- stosuje świadome strategie kontrolowania złości, strachu, smutku oraz podejmuje próby rozweselenia osób bliskich lub potrzebujących rówieśników;
- pomaga innym, staje w ich obronie;
- ma chęć podjęcia opieki (nad rośliną, zwierzęciem czy młodszą osobą);
- rzadziej kłamie, wie, że nie jest to pozytywne zachowanie;
- potrafi precyzyjnie rozszyfrować emocje innych, często trafnie określa ich przyczynę i reaguje. (Sobkowiak, 2018, s. 21-22)

Przedstawione możliwości i cechy emocjonalnych zachowań powinniśmy traktować bardzo elastycznie. Każde dziecko należy pojmować holistycznie – odnieść się do jego doświadczeń, temperamentu, rozwoju poznawczego, stylu wychowania rodziców oraz środowiska, w jakim się wychowuje.

Edukacja szkolna stawia przed uczniami wiele trudnych zadań. Wiek między szóstym a siódmym rokiem życia to czas, w czasie którego większość dzieci osiąga gotowość szkolną. Jednym z jej aspektów jest poziom rozwoju w sferze emocjonalnej. Uczeń w szkole powinien radzić sobie z różnymi sytuacjami. Od dziecka oczekuje się samodzielności, wysokiego stopnia kontroli zachowania, umiejętności podporządkowania się zasadom czy pokonywania lęku i adaptacji do nowych warunków. (Załęska, 2016, s.12-14)

Podczas przeprowadzania diagnozy gotowości szkolnej nauczyciel ocenia następujące kompetencje:

- znajomość i rozpoznawanie emocji – rozpoznawanie stanu emocjonalnego drugiej osoby na podstawie mimiki twarzy oraz zachowania;
- umiejętność regulowania przykrych emocji, np. radzenie sobie w sytuacji porażki – radzenie sobie między innymi ze smutkiem czy złością;
- rozumienie sytuacji społecznych przedstawionych na obrazkach – umiejętność interpretacji i oceny sytuacji, co robią dane osoby, co czują, dlaczego, co może stać się potem; (Wentrych, 2019 s.24-25)

Należy pamiętać, że odpowiedni poziom rozwoju emocjonalnego dziecka jest bardzo istotny by podołać wyzwaniom jakie stawia przed nim środowisko i współzycie w społeczeństwie. Wpływa na wszystkie aspekty życia, od nawiązywania relacji z innymi ludźmi po rozumienie zasad kierujących światem.

Bibliografia:

- Brych A. *Rozwój emocjonalny dziecka a jego osiągnięcia* „Blżej przedszkola” 5.212/2019 s. 20-21
- Gerstmann S., „Rozwój uczuć” Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa, 1976;
- Sobkowiak M. „Przedszkolak w świecie emocji. Rozwój emocjonalny” Oficyna MM Wydawnictwo Prawnicze, Poznań 2018;
- Wentrych A. *Emocjonalne abecadło. O znaczeniu funkcjonowania emocjonalnego i społecznego dziecka dla dobrego startu w szkole*, „Blżej przedszkola” 6.213/2019 s.24-27
- Załęska S, *Dojrzałość emocjonalno-społeczna sześciolatka a wymagania szkolne*, „Blżej przedszkola”, 6.177/2016, s.12-15