

# ПРОБЛЕМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Поликанова Н.Н.

МКДОУ Нововоронежский детский сад №8. г.о.г. Нововоронеж

**Актуальность.** В последние годы специалисты в области психологии все чаще подчеркивают для педагогов детских садов и родителей важность эмоционального развития и образовательного процесса у детей дошкольного возраста. Этот период представляет собой особенное время для формирования эмоций, а также для решения задач, связанных с обучением и воспитанием.

Дошкольный возраст является оптимальным для создания условий, способствующих эмоциональному развитию детей. В это время дети особенно восприимчивы к социальным и культурным ценностям, и их стремление к взаимодействию с окружающими заметно возрастает.

Одним из ключевых аспектов успешного развития является поддержание стабильного и положительного настроения ребенка, которое, в свою очередь, формируется при правильной организации его жизни. Дошкольный возраст, охватывающий период от рождения до шести лет, исключительно важен для формирования всех основополагающих функций.

Кроме того, отмечается рост числа детей с нарушениями психоэмоционального развития, что усложняет их взаимодействие с окружающими. Важно обеспечить адаптацию к детским учреждениям, используя согласованные методы воспитания в семье и детском саду.

**Объект исследования:** эмоциональная сфера ребенка дошкольного возраста.

**Предмет исследования:** средства развития эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста.

**Цель** состоит в исследовании средств развития эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста и составлении системы упражнений.

### **Задачи исследования:**

1. Изучить эмоциональную сферу как психологический феномен;
2. Выявить психологические особенности развития детей в дошкольном возрасте;
3. Проанализировать методы формирования эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста;
4. Оценить уровень эмоционального развития детей в дошкольном возрасте;
5. Разработать и протестировать комплекс упражнений для развития эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста.

**Гипотеза:** развитие эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста будет эффективным, если:

- исследовать уровень эмоционального развития ребенка дошкольного возраста;
- разработать и реализовать систему упражнений для развития эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста;
- проводить психопрофилактические меры систематически и комплексно.

**База исследования:** МКДОУ Нововоронежский детский сад №8.

С биологической точки зрения эмоции выполняют функцию проявления видовому опыту: опираясь на них, человек принимает нужные решения (например, избегает угроз, заботится о размножении), логика которых остается для него незаметной (Кряжева Н.Л.,2006).

Современное общество готово открыто принимать уникальность каждого индивидуума, независимо от его физического или психического состояния. Эмоциональная сфера человека представляет собой сложную многослойную структуру, которая охватывает эмоциональный фон, эмоции, личные характеристики и чувства. Эмоции и чувства можно объединить под общим названием «эмоциональность» (Эльконин Д.Б.,2005).

Психологи акцентируют внимание на изучении этой области. Несмотря на существование разных мнений, большинство ученых согласны с тем, что эмоции отображают текущее состояние, процесс и итоги удовлетворения индивидуальных потребностей. На основе эмоций можно с уверенностью определить, что именно тревожит человека в данный момент, то есть какие его потребности и интересы являются наиболее значимыми (Ильин Е.П., 2001)..

В раннем возрасте и периодах дошкольного развития эмоции влияют на все аспекты жизни ребенка. Однако, когда дети достигают старшего дошкольного возраста, у них, при условии гармоничного развития, чувства начинают выступать в роли стабилизирующих элементов, формирующих отношение как к окружающему миру, так и к собственной личности. Эти эмоциональные реакции становятся регуляторами поведения, служат основой для мотивации действий и поступков, а также реализуют возможности предвосхищения того, как их поведение и деятельность будут восприняты (Лурия А.Р., 2003).

К концу периода дошкольного возраста дети уже так хорошо овладевают демонстрацией своих эмоций, что фактическая экспрессия конкретной эмоции вовсе не обязательно свидетельствует о том, что они её действительно испытывают. У детей этого возраста формируется предвкушение определённых чувств, что значительно влияет на их мотивацию и поведение.

На выражение эмоций и чувств детей значительно воздействуют особенности взаимоотношений с родителями.

Личностное развитие невозможно без освоения социального опыта, его внутренней обработки и последующего возврата в изменённом виде (принципы интериоризации и экстериоризации). Эти идеи в равной мере применимы к эмоциональной сфере и чувствам. Данные процессы особенно заметно проявляются у детей в их творческой деятельности и игре, где становятся очевидными и наглядными (Рубенштейн С.А., 2007)..

Таким образом, в процессе личностного роста ребенок испытывает широкий спектр эмоций, которые различаются по интенсивности. На начальных этапах эти чувства носят скорее ситуативный и нестабильный характер. С возрастом эмоциональный мир ребенка становится более глубоким и устойчивым. Также изменяются внешние проявления эмоциональных состояний: от спонтанного выражения чувств к более контролируемому и социально приемлемому выражению эмоций.

Существует множество способов и подходов для содействия эмоциональному развитию детей в дошкольном возрасте. Это развитие – это целенаправленная педагогическая практика, которая плотно связана с ростом личности ребенка, его социальной адаптацией и творческой самореализацией, с его погружением в культуру межличностных отношений и усвоением культурных ценностей.

Эмоциональная сфера представляет собой сложную систему взаимосвязанных состояний и переживаний. Эмоции являются основой психической реальности человека и влияют на его поведение, в то время как эмоциональные переживания формируют содержание ситуационной жизни. (Талызина Н.Ф., 2007).

**Психолого - педагогический эксперимент** состоял из трех этапов: констатирующего, формирующего и контрольного.

Психолого - педагогический эксперимент проходил на базе МКДОУ Нововоронежского детского сада №8. В эксперименте принимали участие две группы экспериментальная и контрольная, по 20 человек в каждой. Возраст детей 3-4 года. Из них в экспериментальной группе 15 мальчиков и 5 девочек, а в контрольной - 10 мальчиков и 10 девочек.

**На констатирующем этапе** проведена диагностика эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста с помощью двух методик:

1. Проективная методика «Волшебная страна чувств» Грабенко Т., Зинкевич-Евстигнеева Т., Фролов Д.

2. «Фейс-тест» (тест лица) Н. В. Кузьминой.

На этапе формирования для содействия развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста была организована система развивающих упражнений.

Цели данного этапа работы следующие:

– реализация комплекса упражнений, ориентированного на развитие эмоциональной составляющей у детей дошкольного возраста;

– формирование новых умений в понимании собственных эмоций и эмоций окружающих, а также развитие навыков контроля над своими чувствами.

На контрольном этапе было осуществлено повторное обследование состояния эмоциональной сферы детей дошкольного возраста с применением тех методик, которые использовались на начальном этапе.

Цель данного этапа заключается в оценке результатов экспериментальной работы, определении её значения, подведении итогов и выработке рекомендаций для образовательной организации.

Задачи контрольного этапа включают:

1. Проведение повторной диагностики участников эксперимента с помощью инструментов, использованных на первом этапе.

2. Обработку данных, полученных в ходе внедрения комплекса упражнений, направленных на развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

3. Анализ полученных результатов экспериментального исследования.

В результате проведения диагностики мы смогли определить уровень развития эмоциональной сферы дошкольников и, после анализа результатов, разработать систему упражнений, ориентированную на её совершенствование.

Дошкольный возраст представляет собой уникальный этап в развитии ребенка. В этот период начинают формироваться внутренние психические

процессы и способность к саморегуляции поведения. Одним из ключевых изменений является развитие произвольного поведения. Эмоциональная выраженность становится выдающейся характеристикой детей этого возраста. Дошкольники стремятся не только к доброжелательному отношению и уважению со стороны взрослых, но и к взаимопониманию и эмпатии. Важную роль в социальной среде ребенка начинают играть сверстники. Наблюдается значительное увеличение экспрессивных проявлений, отражающих широкий спектр эмоций – от гнева до радости, от нежности к конфликтам. Непоследовательность в общении приводит к спорам, протестам и обидам.

Задача психолога состоит в том, чтобы помочь детям наладить общение друг с другом, учить их понимать и слушать окружающих. Создание атмосферы, в которой внимание и одобрение распределяются между всеми участниками игры, способствует полноценному развитию личности ребенка. Эмоциональная вовлеченность взрослого в совместную деятельность также играет важную роль, позволяя передать смысл и мотивацию взаимодействия. К концу дошкольного периода дети начинают осознавать свои эмоции. Регулярная работа психолога по развитию эмоциональной сферы поможет детям лучше понимать, распознавать и регулировать свои чувства, а также строить отношения с ровесниками и взрослыми.

Программа упражнений «Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста» разработана для двухмесячного психологического сопровождения детей в возрасте 3 – 4 лет, посещающих учреждения дополнительного образования и детские сады.

В ходе реализации данной программы ожидается улучшение уровня психического развития дошкольников. Занятия будут проходить в светлом и просторном кабинете, где поддерживается комфортная температура.

Каждое занятие продлится от 20 до 30 минут, всего планируется провести 13 занятий с детьми.

Таким образом, благодаря созданной нами системе упражнений, мы смогли способствовать развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

Анализ результатов психолого-педагогического эксперимента, направленного на развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

На констатирующем этапе исследования мы зафиксировали следующие результаты в экспериментальной группе:

1) При раскрашивании домиков у 6 детей использовались все цвета, в то время как 14 детей повторяли некоторые оттенки. Это указывает на необходимость уделить больше внимания этим детям.

2) В процессе «заселения» домиков у 8 детей выбор цветов оказался адекватным, тогда как у 12 детей – нет. У этих 12 «радость» и «удовольствие» представлены черным и коричневым цветами.

3) Рассматривая распределение цветов, обозначающих чувства внутри силуэта человека, мы получили такие результаты: у 5 детей хорошо развита умственная деятельность; у 10 детей ярко выражена эмоциональная активность, при этом все эмоции окрашены в желтый цвет. У 5 детей окрашены ноги, что свидетельствует о самоуверенности и наличии опоры. Указанные данные подчеркивают необходимость работы над развитием эмоциональной сферы у этих детей.

Результаты контрольной группы:

1) При раскрашивании домиков 12 человек использовали все доступные цвета, в то время как у 8 наблюдались повторения в цветах.

2) В процессе «заселения» домиков у 13 участников цвета были выбраны адекватно, а 7 человек не подошли ко всему должным образом. У этих 7 цветами, описывающими «радость» и «удовольствие», стали черный и коричневый.

3) Анализ распределения цветовых обозначений эмоций в силуэте человека дал следующие результаты: у 5 человек активно развита ментальная деятельность; у 8 ярко выражена эмоциональная, причем все эмоции окрашены в желтый цвет; у

7 человек закрашены ноги, что свидетельствует о их уверенности и наличии чувства опоры. Эти данные указывают на необходимость сосредоточиться на развитии эмоциональной сферы у детей.

«Фейс-тест» Н. В. Кузьминой:

Экспериментальная группа

Анализ показал, что у 6 человек преобладает радость, у 8 - злость и у 6 – грусть, что требует внимания к детям с подавленными эмоциями.

Контрольная группа:

Результаты показали, что у 12 участников преобладает радостное состояние, у 5 – сердитое и у 3 – печальное.

Формирующий этап.

С целью поддержки эмоционального развития детей дошкольного возраста была разработана комплексная система упражнений.

Задачи формирующего этапа включали:

- реализацию упражнения, направленные на развитие эмоций у детей дошкольного возраста;

- формирование новых навыков осознания собственных эмоций и эмоций окружающих, а также развитие способности к управлению своими эмоциональными состояниями.

- Упражнения были предназначены для организованных развивающих занятий. Основной целью этих занятий было эмоциональное развитие детей до школы.

Контрольный этап

Главной целью контрольного этапа является оценка результатов опытно-экспериментальной работы и подведение итогов, а также предоставление рекомендаций для образовательных учреждений.

Задачи контрольного этапа состояли в следующем:

1. Проведение повторной диагностики участников эксперимента с использованием тех же инструментов, что и на первом этапе.

2. Обработка собранных данных, полученных в ходе реализации системы упражнений для эмоционального развития.

3. Анализ результатов экспериментального исследования.

По завершении системы упражнений была проведена повторная диагностика участников, в результате которой были получены следующие данные.

Проективная методика «Волшебная страна чувств»

В экспериментальной группе мы наблюдали следующие результаты:

1) При раскрашивании домиков у 14 участников использовались все цвета, в то время как у 6 детей были замечены повторяющиеся оттенки. Это указывает на необходимость уделить больше внимания их развитию.

2) При «заселении» в домики у 15 детей цвета были выбраны корректно, а у 5 – нет.

3) В анализе распределения цветовых обозначений чувств внутри силуэта человека результаты таковы: у 7 детей наблюдается развитая ментальная деятельность; у 6 участников выражена эмоциональная активность, удивительно, но все эмоции были изображены желтым цветом; у 7 детей раскрашены ноги, что свидетельствует о их уверенности и наличии опоры. Это подчеркивает важность работы над эмоциональной сферой этих детей.

Результаты контрольной группы:

1) При раскрашивании домиков у 12 участников использовались все цвета, у 8 – встречаются повторения.

2) При «заселении» у 13 детей выбор цветов был адекватен, а у 7 – нет. Эти 7 детей ассоциируют «радость» и «удовольствие» с черным и коричневым цветами.

3) В распределении цветов внутри силуэта человека: у 5 детей развита ментальная деятельность, у 8 – эмоциональная, все эмоции желтые; 7 детей

раскрасили ноги, что указывает на уверенность и опору. Это говорит о необходимости работы над их эмоциональным развитием.

#### Методика «Фейс-тест»

В экспериментальной группе сделаны выводы: у 16 детей преобладает радостное состояние, у 2 – сердитое и у 2 – печальное. Важно обратить внимание на детей с нарушенным эмоциональным фоном.

В контрольной группе: 12 детей с радостным состоянием, 5 – сердитым и 3 – печальным.

В ходе экспериментальной работы было установлено, что выбранные нами методы оказались эффективными для оценки уровня развития эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста. Повторное применение методик диагностики показало, что в экспериментальной группе возросло преобладание положительных эмоций, что подтверждает правильность подобранной системы упражнений.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что развитие эмоциональной сферы дошкольников будет результативным при выполнении следующих условий:

- оценка уровня эмоционального развития ребенка на начальном этапе;
- разработка и внедрение комплекса упражнений, направленных на развитие эмоциональной сферы;
- систематическое и комплексное применение психопрофилактических мер.

Были рассмотрены особенности психического развития дошкольников, динамика их эмоциональной сферы, а также средства, способствующие ее развитию.

Результаты исследования показали, что на контрольном этапе эксперимента в группе наблюдалось значительное повышение уровня положительных эмоций.

Таким образом, уровень эмоционального развития в экспериментальной группе изменился до и после формирующего эксперимента. На начальном этапе в этой группе наблюдались преобладание негативных эмоций, тогда как по

завершении эксперимента доминировали положительные. Это позволяет сделать вывод о высокой эффективности, предлагаемой нами системы упражнений для эмоционального развития детей дошкольного возраста.

В ходе эксперимента было отмечено, что во всех методиках экспериментальной группы зафиксированы положительные изменения. Явно сказалась роль реализованной системы упражнений. В контрольной группе подобных изменений не произошло. Таким образом, наша гипотеза нашла подтверждение.

Изучив полученные данные, мы пришли к следующим выводам: для успешного эмоционального развития детей дошкольного возраста важно:

- исследовать уровень их эмоционального развития;
- разработать и внедрить упражнения для его улучшения;
- регулярно проводить психопрофилактические мероприятия.

Воспитателям и родителям следует создать все необходимые условия для развития эмоциональной сферы у детей. Мы полагаем, что представленные рекомендации помогут детям лучше понимать и управлять своими эмоциями.

#### **Список литературы:**

1. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – Санкт – Петербург: Питер, 2001. – 752 с.
2. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль: Академия развития, 2006.
3. Лурия А. Р. Теория развития высших психических функций в советской психологии. Вопросы Философии. – Москва, 2003.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – Москва: 2007.
5. Талызина Н.Ф. Педагогическая психология. – Москва: 2007.
6. Эльконин Д.Б. Детская психология: развитие от рождения до семи лет. – Москва: Просвещение, 2005.