

# Rozwój emocjonalno-społeczny dziecka

W wieku przedszkolnym pojawiają się nowe możliwości interakcji i nawiązywania kontaktów społecznych, co wpływa na rozwój kompetencji społeczno-emocjonalnych. Formami tej aktywności są :

- odbieranie i przekazywanie informacji (obserwacja innych, zwracanie ich wagi na siebie)
- dostosowanie własnych czynności do czynności innych osób
- współdziałanie
- organizowanie działania innych i kierowanie nim
- aktywność na rzecz innych

Zabawa jest jednym z najważniejszych czynników, które rozwijają umiejętności społeczne u dziecka. Dzięki niej dziecko może urzeczywistniać swoje potrzeby, realizować motywy działania. Dzieci w trakcie zabaw odzwierciedlają swoją wiedzę o świecie społecznym, zasadach kształtujących relacje międzyludzkie, jak również tworzą koncepcje własnej i cudzej roli jako członka grupy.

Układ nerwowy dzieci w wieku przedszkolnym jest niedojrzały. Emocje bywają więc niestabilne, szybko powstają, ulegają przemianom w skrajnie odmienne i szybko wygasają. Dojrzałość emocjonalna jest procesem, który kształtuje się powoli i stopniowo. Najważniejszymi etapami dojścia do niej są umiejętność nazywania i rozpoznawania emocji swoich i cudzych, panowanie nad impulsami, kontrolowanie emocji i zdolność empatii.

Pierwsze emocje pojawiają się już w **wieku poniemowlęcym**, kiedy dziecko płacząc lub uśmiechając się sygnalizuje swoje potrzeby.

Między 3 a 6 rokiem życia, czyli w wieku przedszkolnym dzieci okazują emocje spontanicznie i bez zahamowań.

Emocje **3-latków** są bardzo zmienne, silne i krótkotrwałe. Dziecko ma trudność z kontrolą emocji, ukrywaniem ich oraz odróżnianiem od siebie. W okresie tym dominują takie emocje jak: radość, smutek, gniew, złość. Objawiają się one żywą mimiką, gestami, krzykiem. Dzieci wyrażają emocje całym swoim ciałem. W okresie tym reakcja rodziców/opiekunów na emocje dziecka powinna charakteryzować się serdecznością, wyrozumiałością i cierpliwością. Jest to szczególnie ważne, gdyż taka postawa jest dobrym przykładem dla dziecka.

Dziecko uczy się kontrolować emocje, dzięki stosowaniu odpowiednich technik zaradczych wybuchy złości stają się rzadsze. Wskazówki dorosłych służą kulturowej kontroli emocji.

Okolo 3 roku życia pojawiają się pierwsze oznaki bardziej złożonych emocji, odnoszących się do „ja” – zakłopotanie, duma. Cechą charakterystyczną tych emocji jest porównywanie siebie do standardów swoich lub otoczenia. Pojawienie się zakłopotania lub wstydu świadczy o niespełnieniu czyichś oczekiwań. Duma pojawia się, gdy dziecko czuje, że sprostało oczekiwaniom otoczenia lub swoim.

Dzieci **4-letnie** z łatwością rozpoznają własne emocje oraz te wyrażane przez inne osoby. Relacje z rówieśnikami się poszerzają, nawiązywane są przyjaźnie. Zachowanie innych w grupie staje się wzorem do naśladowania. W tym okresie ważne jest, by wnikliwie obserwować interakcje między dziećmi. Nawiązują się między nimi relacje społeczne i należy kontrolować, by opierały się na

szacunku oraz pomóc w radzeniu sobie z wybuchami gniewu. W tym okresie u dzieci rozwijają się dziecięce teorie umysłu. Pojawiają się emocje związane z ocenianiem właściwości innych ludzi, potrafią nazywać i dostrzegać emocje u rówieśników. Przykładem emocji społecznych są: poczucie niższości, poniżenia, poczucie winy, zaufanie. Poczucie winy pojawia się około 4 r. ż. Kiedy dziecko uświadamia sobie możliwość wyboru kierunku działania.

Dzieci **5-letnie** są bardziej pewne siebie, okazują to innym. W tym okresie wyraźnie kształtuje się obraz samego siebie. Swoimi działaniami manifestują potrzebę bycia ważnym oraz okazują swoją indywidualność. Pięciolatek potrafi już rozpoznawać i nazywać swoje emocje, regulować ekspresję własnych uczuć oraz panować nad nimi. Potrafią określić swoje możliwości poprzez odkrywanie własnych odczuć. Zauważają, że ich zachowania nie zawsze są przez wszystkich akceptowane jednakowo. Zapamiętują wiele opinii na swój temat. W ten sposób kształtuje się pojęcie o sobie samym. W tym okresie dziecko jest szczególnie podatne na zranienie.

W wieku **6-lat** dzieci zaczynają rozumieć sytuacje konfliktowe. Uczą się, że można kontrolować emocje nie tylko przez zmienianie sytuacji, ale także poprzez zmianę jej interpretacji. Powyżej 6 r. ż. Pojawia się refleksja jako strategii autoregulacji emocji.

Opracowała Aneta Pochylska