

Возрастные особенности эмоционального развития ребенка



Эмоциональное развитие ребенка происходит с рождения. Сначала кроха учится испытывать и выражать свои эмоции, а позже контролировать их и управлять эмоциональным состоянием. Развитие этих возможностей происходит параллельно с физическим, интеллектуальным и речевым развитием. Тем не менее, на эмоциональное развитие часто направлено меньше внимания, чем на другие сферы.

Основы социальной компетентности, которые ребенок получает в течении первых пяти лет, связаны с его эмоциональным благополучием и влияют на способность ребенка адаптироваться в школе и формировать успешные отношения на протяжении жизни. Позже, эти же социально-эмоциональные навыки необходимы для формирования прочных дружеских и семейных отношений, способности работать в коллективе.

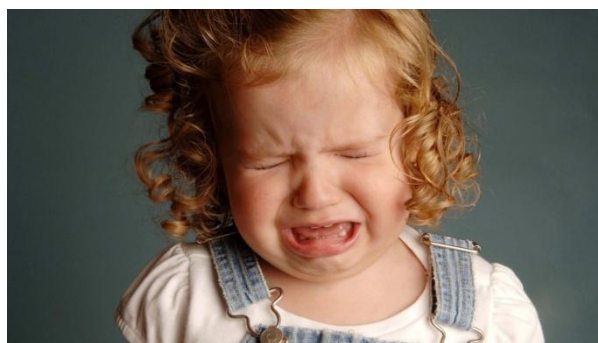
Давайте рассмотрим основные этапы **эмоционального развития ребенка**, через которые проходит каждый малыш и разберем, на что стоит обратить особое внимание для успешного развития эмоциональной сферы.

Эмоциональное развитие ребенка в 1 год

В возрасте одного года ребенок учится распознавать и управлять своими чувствами. Он испытывает широкий спектр эмоций и может устроить истерику, если сильно устал или расстроен. Также он проявляет эмоции посредством смеха, крика, плача и даже укусов. Годовалые малыши уже начинают проявлять автономию, могут заявить категоричное «Нет!» на предложение взрослого и настаивать «Я сам!» в выполнении задач, которые им еще не доступны. За этот год ребенок испытывает широкий спектр эмоций: любовь, радость, гнев, страх, печаль, разочарование и др.

В этом возрасте ребенок действует импульсивно, но с помощью взрослого уже учится управлять своими эмоциями. Например, он может идти за плюшевым зайцем, когда расстроен, чтобы помочь себе успокоиться. Он сильно привязан к значимым взрослым и получает удовольствие, находясь рядом с ними. Кроха активно наблюдает за эмоциональной реакцией других людей и делает выводы на основе мимики взрослых. Например, поднимаясь по лестнице на детской

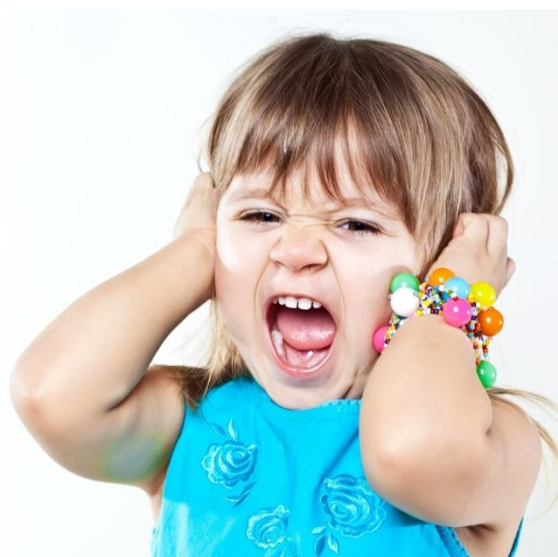
площадке, оглядывается на маму, ища одобрения или предупреждения в выражении ее лица.



Эмоциональное развитие ребенка в 2 года

Двухлетки начинают интересоваться обществом других детей. Им нравится играть рядом, но в совместную игру они не вступают, поскольку еще недостаточно зрелы для коллективных игр. Когда возникают конфликты, взрослые должны вмешаться, чтобы предотвратить агрессию и научить малыша соответствующему поведению. Управлять эмоциями крохе по-прежнему трудно. Любимые игрушки могут помочь двухлеткам справиться с новыми ситуациями или сильными эмоциями.

Расширяются доверительные отношения с другими взрослыми и детьми, с которыми малыш часто играет. Увеличивается понимание языка эмоций. Ребенку проще справиться с эмоциями, когда они названы, и взрослый признает эмоциональную реакцию ребенка. Сильное разочарование все также может спровоцировать истерику.



Эмоциональное развитие ребенка в 3 года

В три года начинает развиваться чувство индивидуальности и личных предпочтений. Малыш начинает говорить: «Смотрите, это мои игрушки!». Умеет определять чувства других людей на основании тона голоса и выражения лица. Понимает, что у чувства есть причина, и может рассуждать примерно так: «Девочка расстроилась, потому что потеряла любимую игрушку». Трехлеткам все также нужны взрослые, чтобы чувствовать себя в безопасности, когда они играют или исследуют мир вокруг.

С этого возраста дети начинают строить дружеские отношения между собой. Им интересны совместные и ролевые игры. Когда возникают конфликты, малыши все еще продолжают искать помощи взрослых, чтобы разрешить ситуацию. Продолжают учиться простым альтернативным, не агрессивным способам разрешения конфликтов, способны согласиться на компромисс в спорной ситуации. В трехлетнем возрасте дети уже способны сопереживать другим и проявляют участие. Так, ребенок может обнимать и гладить другого малыша, жалеть, если тот чем-то расстроен, и предлагать ему своего любимого медведя для скорейшего успокоения.

В три года ребенок все лучше справляется со своими эмоциями, но рассчитывать, что он будет реагировать, как взрослый, не стоит. Наступает кризис трех лет, и малыш, хоть и настроен нравиться родителям, начинает проявлять агрессию, своеволие, упрямство, негативизм. Это период становления личности и отделения себя от взрослых. Пройдя его, ребенок станет более самостоятельным, у него сформируется самооценка, и малыш будет готов к новым этапам развития.



Задачей родителей на протяжении всего дошкольного периода является:

- научить ребенка идентифицировать свои эмоции,
- контролировать их и выражать социально приемлемыми способами,
- показать не агрессивные способы разрешения конфликтных ситуаций,
- помочь ребенку устанавливать и поддерживать дружеские отношения.

Все эти навыки не приходят одновременно и в полной мере, ребенок ими овладеет только в школьном возрасте. Но целенаправленное их развитие и помощь со стороны родителей помогут ребенку развить свой **эмоциональный интеллект** и быть успешным в разных сферах жизни.

