

Anna Brych

Rozwój emocjonalny dziecka a jego osiągnięcia

To, że każdy człowiek jako istota społeczna ma uczucia i w różny sposób je wyraża, jest kwestią bezdyskusyjną. Jednak doświadczenie w zawodzie nauczyciela nauczyło mnie, że najprawdziwsze emocje, wyjątkowo silne, bo jeszcze nie do końca kontrolowane, przejawiają dzieci.

Dziecko w wieku przedszkolnym nie udaje swoich emocji i ich nie ukrywa, jest bardzo ekspresyjne, a jego emocje często zaskakują nie tylko ciebie, ale również jego samego. Ważne jest zatem, aby wiedzieć, jakie prawa rządzą emocjami i skąd się one biorą, bo tylko wtedy możemy starać się zrozumieć reakcje dzieci, odpowiednio się do nich odnieść, umiejętnie zapobiegać i rozładowywać te negatywne oraz wzmacniać pozytywne.

W emocje jako pierwotne funkcje psychiczne umożliwiające przetrwanie wyposażała nas natura. Są to względnie nietrwałe stany pobudzenia organizmu, o silnym zabarwieniu i wyraźnym wartościowaniu. Wszystkie emocje ukierunkowuje i poprzedza jakieś wydarzenie. Inaczej mówiąc, są to automatyczne i krótkotrwałe reakcje organizmu, które mają na celu przygotowanie go do odpowiedniego zachowania. Same emocje nie są mierzalne. Dzieci intensywnie przejawiają podstawowe emocje, a mianowicie: złość, strach, radość, smutek i wstręt. Bardzo często ob-

serwują u nich również zaskoczenie, o którego włączenie do podstawowego podziału na emocje nadal toczy się spór. Oczywiście wyróżniamy jeszcze bardziej sprecyzowane podziały i nazwy stanów emocjonalnych: gniew, szczęście, obojętność, niepokój, miłość, przygnębienie, pogarda, duma, wstyd, zazdrość. Zarówno u dorosłych, jak i u dzieci emocje pojawiają się nieoczekiwanie i niestety zazwyczaj nad nimi nie panujemy.

Jak podaje dostępna literatura, bez względu na to, z jakiej części świata pochodzimy, jaka jest nasza przynależność etniczna i kulturowa, różnego rodzaju emocje przeżywamy tak samo i w tych samych częściach ciała odczuwamy zachodzące zmiany. Bez wahania można stworzyć mapę emocji ludzkiego ciała w poszczególnych stanach emocjonalnych, bo ich lokalizacja pozostaje niezmiennie taka sama. I tak, dla przykładu, niepokój objawia się bolesnością w klatce piersiowej, a miłość daje uczucie ciepła, lekkości i błogości w całym niemalże ciele. Pracując z dziećmi, powinniśmy mieć na uwadze fakt, że na bazie wszystkich emocji, tych pozytywnych i negatywnych, tworzą się uczucia, które nadają barwę naszemu życiu i poniekąd je regulują oraz odzwierciedlają nasz stosunek do siebie i świata. Pamiętajmy, że w procesie uczenia się, na skutek kojarzenia sytuacji dotychczas obojętnych z emocjami, tworzą się postawy, osądy, opinie i własne poglądy wobec tego, co się dookoła dzieje. Kształtuje się wzorzec myślenia o sobie i świecie wywołujący pozytywne lub negatywne uczucia. Ponieważ samo uczucie jest nierozzerwalnie związane z myślą, to zmienia się, gdy zmieni się sposób myślenia.

My, jako wychowawcy i nauczyciele, mamy ogromny wpływ na to, co przedszkolaki myślą, gdyż w oparciu przede wszystkim o nasze działania i kontakty z rówieśnikami wywołują się w nich pierwotne emocje, a później kształtują uczucia. Prawo pierwszych skojarzeń mówi o tym, że jak kojarzą nam się pierwsze kroki w danej dziedzinie, tak później



kojarzy nam się reszta życia z tą dziedziną związana. Dlatego my, świadomi nauczyciele, tak powinniśmy postępować, aby wszystko, co nowe, wywoływało pierwotne, pozytywne emocje i kojarzyło się dzieciom dobrze. Choć to nie zawsze jest łatwe, powinniśmy dbać o to, aby w życiu przedszkolaka przeważały pozytywne i ciepłe emocje. Oczywiście nie sposób uniknąć negatywnych emocji, dlatego nauczyciel powinien nauczyć dzieci, jak wyrażać negatywne emocje w sposób akceptowalny społecznie. Wychowawca powinien wykorzystywać każdą sytuację dnia codziennego, aby nauczyć przedszkolaki, że zachowania płynące z emocji i uczuć można tonizować i sterować nimi tak, aby nikogo nie zranić. Dzieci powinny wiedzieć, że emocje zwykle po jakimś czasie przechodzą, ale to, co zrobimy pod ich wpływem, pozostanie w pamięci innych na długo. Warto pokazać dzieciom, że cierpliwość się opłaca, że kiedy będą potrafiły odroczyć gratyfikację, nagroda będzie dla nich cenniejsza. Uczmy dzieci, że nie ma nudnych zajęć, trzeba tylko zmienić podejście, bo z każdego zadania można czerpać radość. Róbmy to tak, aby pierwsze kroki, jakie dzieci stawiają w różnych dziedzinach, wywoływały u nich dobre skojarzenia. Chwalmy za każdy, nawet najmniejszy podjęty wysiłek, ale tylko wtedy, gdy widzimy, że się starają. Pamiętajmy, że pozytywne emocje motywują do kontynuowania działania, natomiast emocje negatywne służą przetrwaniu, ale skłaniają do przerwania aktywności, do wycofania się z kontaktu z ich źródłem. Każdego dnia podczas pracy z dziećmi pamiętajmy, że nie ma niepotrzebnych emocji, bo odrzucając te złe, stajemy się obojętni na te dobre i mniej doceniamy ich wartość. Pokażmy dzieciom, że nie tylko

one, ale również dorośli odczuwają i potrafią nazywać swoje emocje. Nie bójmy się powiedzieć na przykład *Ja jestem zdenerwowana, bo łamię ustalone reguły*. Dziecko powinno słyszeć komunikaty świadczące o negatywnych emocjach dorosłego, ponieważ to jest wzór do naśladowania. W przyszłości będzie wiedziało, jakie działania wywołują negatywne emocje, będzie potrafiło je nazwać i odpowiednio zareagować. Stwarzajmy i wykorzystujmy zaistniałe w grupie sytuacje społeczne, bo podczas uczestnictwa w nich następuje optymalny rozwój emocjonalny dzieci. Poważnie traktujmy wszystkie emocje, nie krytykujmy, nie wyśmiewajmy, nie oceniamy. Nauczmy się rozpoznawać potrzeby dzieci, z jakich te emocje wynikają. Obserwujmy uważnie, bo za emocjami zawsze stoją potrzeby – te zaspokajane lub nie. Wspierajmy dzieci mądrze w obszarze rozwoju inteligencji emocjonalnej i zawsze miejmy na uwadze to, że jego prawidłowość zależy od zaspokajania podstawowych potrzeb psychicznych: bezpieczeństwa, miłości, bliskości, kontaktu werbalnego i niewerbalnego, potrzeby działania i potrzeby poznawczej. Prawidłowy rozwój emocjonalny dziecka będzie doskonałym fundamentem jego rozwoju w innych sferach, a jego zdolności emocjonalne odegrają największą rolę w jego przyszłych osiągnięciach. ■



Anna Brych – nauczyciel dyplomowany, od wielu lat pracuje w Przedszkolu Publicznym nr 9 im. Baśniowej Krainy w Czeladzi jako nauczyciel i logopeda. W pracy z dziećmi wykorzystuje metody pozwalające doświadczać wielozmysłowo. Prywatnie interesuje się psychologią oraz światem roślin i zwierząt.