**„Rozwój społeczno-emocjonalny dzieci w wieku przedszkolnym”**

 Rozwój społeczny to ukierunkowany [proces społeczny](https://pl.wikipedia.org/wiki/Proces_spo%C5%82eczny), w wyniku którego następuje ciągły wzrost pewnych istotnych dla  [społeczeństwa](https://pl.wikipedia.org/wiki/Spo%C5%82ecze%C5%84stwo) czy [społeczności](https://pl.wikipedia.org/wiki/Spo%C5%82eczno%C5%9B%C4%87) zmiennych.

Ukierunkowany ciąg zmian korzystnych dla danej [zbiorowości](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zbiorowo%C5%9B%C4%87_spo%C5%82eczna) określa się jako [postęp społeczny](https://pl.wikipedia.org/wiki/Post%C4%99p_spo%C5%82eczny). Natomiast ukierunkowany ciąg zmian niekorzystnych dla danej zbiorowości określany jest jako [regres społeczny](https://pl.wikipedia.org/wiki/Regres_spo%C5%82eczny). Z kolei rozwój emocjonalny to kolejne etapy wzrostu emocji w poszczególnym stadium wiekowym, które powodują, że wewnętrzne i społeczne przystosowania przechodzą na coraz to wyższe poziomy.

 Do najistotniejszych cech rozwoju społeczno-emocjonalnego dzieci w wieku przedszkolnym zalicza się:

• silne i centralne przywiązanie do rodziców, ale stopniowo coraz mniej zewnętrznie demonstrowane (z wyjątkiem sytuacji stresowych),

• podporządkowanie się obowiązującym zasadom, regułom,

• przejawianie symptomów odmowy (np. niewykonywanie poleceń) i buntu (np. marudzenie, gniew),

• wzrastające z każdym rokiem zainteresowanie innymi dziećmi,

• nawiązywanie coraz bardziej złożonych kontaktów z rówieśnikami (na przykładzie zabaw tematycznych – przechodzenie od obserwowania zabawy innych, poprzez bawienie się samemu, bawienie się obok, bawienie się z innymi, aż do bawienia się w grupie zorganizowanej dla wspólnego osiągnięcia określonego celu),

• przeobrażanie zachowań agresywnych – przechodzenie od agresji fizycznej do werbalnej, od agresji instrumentalnej – do wrogiej,

• przejawianie zachowań prospołecznych (altruistycznych), np.: udzielanie pomocy, współpracowanie, dzielenie się, pocieszanie,

• przejawianie preferencji w doborze współtowarzyszy zabaw (pierwsze oznaki nawiązywania przyjaźni),

• powstawanie poczucia własnego „ja” – wczesne próby samookreślenia poprzez podawanie charakterystycznych dla siebie cech (najczęściej dotyczące cech zewnętrznych, np.: płci, wyglądu, wieku, miejsca zamieszkania, posiadanych rzeczy),

• rozwój świadomości płci,

• przyjmowanie i wypełnianie określonych ról w zabawie,

• zajmowanie określonej pozycji w grupie (dziecko może cieszyć się popularnością bądź przejawiać trudności w kontaktach z rówieśnikami, np. być odrzucone lub izolowane),

• stopniowe nabywanie samokontroli (autoregulacja) – wykonywanie czynności pod wpływem samodzielnie formułowanych poleceń, samodzielnie wymierzanych sobie kar
i przyznawanych nagród,

• zróżnicowanie reakcji emocjonalnych, ich gwałtowność, zmienność, krótkotrwałość, nabywanie zdolności do wykrywania i wyrażania coraz większej gamy stanów emocjonalnych.

 Emocje odgrywają ważną rolę w życiu każdego człowieka. Towarzyszą nam one
w różnorodnych sytuacjach, odpowiadają za nasze relacje ze światem zewnętrznym.
W okresie przedszkolnym następuje intensywny rozwój dziecka, w tym również rozwój emocjonalny. Wówczas dzieci poznają, identyfikują i wyrażają uczucia, przez co bogaci się
i różnicuje ich życie emocjonalne.  Zabawy są podstawową formą działania dzieci, dającą możliwość przeżywania różnorodnych uczuć. Poprzez zabawy dzieci stwarzają fikcyjne sytuacje, w czasie których przeżywają szczere uczucia. Okres przedszkolny odznacza się tym, że szybko wzrasta zakres i liczba typowych sytuacji, które są źródłem przeżyć uczuciowych. Dziecko w tym wieku jest bardzo podatne na wpływy rodziców i wychowawców.

 Rodzice i nauczyciele zmierzają do tego, aby wyrosło ono na dobrego człowieka, by już w przedszkolu nauczyło się żyć w społeczności dziecięcej, przyswoiło sobie podstawowe zasady zachowania się. Jest to okres, w którym dzieci mogą wykształcić umiejętności i dobre nawyki emocjonalne takie jak:

- rozpoznawanie stanu emocjonalnego, w którym aktualnie się znajduje,

- odczytywanie stanów emocjonalnych innych osób,

- okazywania przeżywanych emocji w sposób akceptowany społecznie.

Zdobyte wówczas umiejętności są znaczące w późniejszym życiu. Umożliwiają właściwe zachowanie się dzieci w różnych sytuacjach wobec innych ludzi. Pomagają w radzeniu sobie z napotykanymi trudnościami i niepowodzeniami.

 Zdolności emocjonalne i społeczne mogą być rozwijane u dzieci w podobny sposób jak zdolności poznawcze. Podejmowanie oddziaływań w celu stymulowania rozwoju społeczno-emocjonalnego u dzieci przyczynia się do zwiększenia ich kompetencji w sferze radzenia sobie z emocjami, a także wpływa na pozytywne funkcjonowanie w relacjach
z innymi ludźmi.

Inteligencja emocjonalna jest definiowana jako „zdolność rozpoznawania przez nas naszych własnych uczuć i uczuć innych, zdolność motywowania się i kierowania emocjami zarówno naszymi własnymi, jak i osób, z którymi łączą nas jakieś więzi”. Na inteligencję emocjonalną składają się zarówno umiejętności emocjonalne, jak zdolności społeczne. D. Goleman wyróżnia następujące elementy inteligencji emocjonalnej: samoświadomość, samokontrolę, motywację rozumianą jako kierowanie się własnymi preferencjami w wyznaczaniu celów
i wytrwałe dążenie do nich, empatię oraz umiejętności społeczne. W ramach umiejętności społecznych wyróżnione zostają: dobre panowanie nad emocjami w relacjach z innymi,
a także zdolność podtrzymywania relacji i rozwiązywania sytuacji problemowych.

Metody oddziaływań zostaną zaplanowane w odniesieniu do poszczególnych elementów inteligencji emocjonalnej, takich jak:

- świadomość emocji,

- samokontrola emocjonalna,

- zdolność empatii,

- umiejętność współdziałania z innymi ludźmi.

 Emocje odgrywają ogromną rolę w życiu dziecka. Wpływają na przystosowanie psychiczne i społeczne dziecka. Małe dzieci wyrażają cały repertuar reakcji emocjonalnych, od złości do radości, przez strach, zakłopotanie i onieśmielenie. W miarę jak dziecko dorasta, reakcje emocjonalne nie są już tak rozległe, przypadkowe i stają się o wiele bardziej zróżnicowane. Wraz z wiekiem wzrasta liczba reakcji słownych, a zmniejsza się liczba reakcji ruchowych.

Trzylatek – jest wciąż chwiejny emocjonalnie – od śmiechu do płaczu przechodzi w jednej chwili. Jest bardzo wrażliwy na zmiany zachodzące w otoczeniu. Czasem pojawia się strach przed nowymi sytuacjami, niektórymi osobami, zwierzętami i dźwiękami.

Czterolatek – jest impulsywny, ale bardziej samodzielny i zaradny, łatwiej przystosowuje się do grupy przedszkolnej i szybciej nawiązuje przyjaźnie, ma życzliwy stosunek do kolegów.

U pięciolatka - obserwujemy coraz więcej przejawów uczuć wyższych, które są skierowane na określone osoby - mamę, tatę, siostrę, nauczycielkę. Uczucia zaczynają towarzyszyć nie tylko temu, co dzieje się w danej chwili, lecz także temu, co jest planowane, o czym się rozmawia, co ktoś zapowiada. Dziecko zaczyna przewidywać skutki swoich działań nie tylko intelektualne, lecz także emocjonalne. Przeżywa to, co dzieje się teraz i to, co wydarzy się później, w przyszłości.

 Jeżeli chodzi o rozwój emocjonalny my jako nauczyciele, wychowawcy powinniśmy zwracać uwagę na:

* sposoby wyrażania emocji

W miarę jak dziecko wzrasta, sposób wyrażania emocji powinien być mniej gwałtowny. Jest to związane z rozwojem gruczołów wydzielania wewnętrznego i uczeniem się norm zachowań akceptowanych. Najszybszy wzrost gruczołów następuje od piątego roku życia; między piątym, a jedenastym rokiem życia wyraźnie zwalnia; po szesnastym roku życia znów jest szybszy. Element uczenia się też powinien być coraz bardziej widoczny wraz z wiekiem. Jeśli dziecko w wieku przedszkolnym nie wykazuje postępu w zakresie przejawianej intensywności emocji i wybuchy zazdrości, złości są podobnie częste u pięciolatka, jak były
u trzylatka, a czasem nawet większe, należy zacząć szukać przyczyny takich zachowań.

* rozumienie trudnych pojęć

Poczucie sprawiedliwości, uczciwości, prawdomówności to pojęcie nieznane wielu dzieciom. Tłumaczenie maluchom, że sprawiedliwie, nie znaczy wcale tak samo, po równo jednakowo – pomoże im lepiej funkcjonować w grupie. Jeśli chcemy, by pociechy były uczciwe
i prawdomówne, wyjaśniamy, co kryje się pod tymi pojęciami i jak należy z nich korzystać.

* szanowanie wprowadzonych norm i zasad

Małe dziecko, wiele rzeczy, robi dla własnej przyjemności, starsze potrafi już zrezygnować z tych przyjemności na korzyść innej osoby. Stwarzanie sytuacji społecznych, kiedy to dziecko będzie miało okazję spełnić czyjeś oczekiwania, zrobić coś bezinteresownie dla innej osoby, pozwoli lepiej zrozumieć wpajaną zasadę i dziecko zacznie traktować ją jako obowiązującą.

* pojmowanie poczucia obowiązku

Nauczyciel powinien pamiętać, że bez poczucia obowiązku nie będzie możliwy sukces szkolny. Jeśli dziecko zacznie już teraz odkrywać obowiązki wobec innych – w momencie opuszczania przedszkola będzie potrafiło zrezygnować bliskiej przyjemności na korzyść odległej chęci wywiązania się z obowiązku.

 W społeczności przedszkolnej dzieci zdobywając samodzielność, lepiej przystosowują się do życia w grupie; coraz chętniej podejmują wspólne zabawy, nawet wtedy, gdy ich nie planują; coraz częściej szukają kolegów do towarzystwa. Pobyt w przedszkolu jest doskonałą okazją do poszerzania kontaktów, nauki życzliwości, pokazywania, dlaczego tak ważna jest przyjaźń, jak ją nawiązać i utrzymać, na czym polega kompromis i co to jest tolerancja. Wówczas dość szybko maluchy doświadczają rywalizacji – tej dobrej, która mobilizuje, i tej złej, która przeszkadza i zniechęca do podejmowania wysiłku. Dzieci uczą się, jak cieszyć się z sukcesów i znosić gorycz porażki. Trzylatek nie ma jeszcze wielkich potrzeb ze współdziałaniem w przedszkolnej grupie, u czterolatka te potrzeby już się pojawiają,
u pięciolatka – rozkwitają. Trzylatek może wciąż unikać kolegów, czterolatek powinien zacząć ich szukać, a pięciolatek – zdecydowanie preferować zabawy z kolegami.

Wspierając rozwój społeczny należy zwracać uwagę na:

* funkcjonowanie dziecka w grupie

Jeśli cztero- i pięciolatek nie dołączy do zabaw w grupie, nie szuka kolegów i nie odpowiada na żadne zachęty ze strony nauczyciela i innych dzieci, to sygnał, że ma jakieś problemy ze swoimi emocjami, z funkcjonowaniem w grupie, może mieć złe doświadczenia związane z grupą, brak wiary, że bycie z innymi może być źródłem radości. A lęk, nieśmiałość, niskie poczucie własnej atrakcyjności, brak pewności siebie, brak umiejętności współżycia z innymi – wszystko to nauczyciel powinien wyjaśnić, aby pomóc dziecku.

* przejawy dziecięcej empatii

Trzylatki są mocno skoncentrowane na sobie. Ich egocentryzm jest widoczny jeszcze długo, ale empatii można je uczyć już w najmłodszej grupie przedszkolnej.

* współpracę i rywalizację

Maluchy lubią się ścigać, a najbardziej zależy, im na tym, by zawsze wygrywać. Lubią się chwalić i udowadniać kolegom, że robią coś najlepiej, najszybciej i wyjątkowo. Nauczyciel, stawiając przed dziećmi zadania, wielokrotnie zachęca do rywalizacji, powinien jednak pamiętać, że nadmiar rywalizacji jest szkodliwy dla dziecięcego rozwoju, bo wznieca zazdrość i psuje atmosferę w grupie. Natomiast ze współpracy może wynikać wiele dobrego i dla grupy, i dla dziecka indywidualnie.

 Jednym z głównych celów w przedszkolu jest wspieranie przez pedagogów rozwoju społecznego i emocjonalnego u dzieci, poprzez zastosowanie odpowiednich metod i form pracy z dzieckiem.

Wspomaganie rozwoju emocjonalnego u dzieci w wieku przedszkolny ma na celu:

- nauczenie dziecka adekwatnych reakcji emocjonalnych,

- pokazanie różnych sposobów radzenia sobie ze stresem,

- nauczenie szanowania praw innych do wyrażania emocji,

- przekonanie o konieczności podporządkowania się zasadom wprowadzanym przez dorosłych bez poczucia krzywdy,

- pomoc w rozumieniu pojęć: sprawiedliwość, tolerancja, duma, godność,

- nauczanie rozróżniania emocji u innych,

- zdobycie umiejętności panowania nad emocjami,

- wypracowanie nawyku kończenia zadania, niezależnie od stopnia jego trudności i chęci obserwowania końcowego efektu,

- naukę stawiania sobie celów, by były nie tylko osiągalne, lecz także adekwatne do możliwości,

- uwrażliwienie dziecka na potrzeby innych, na rozumienie odmienności stanów emocjonalnych kolegów.

Wspomaganie rozwoju społecznego u dzieci przez wychowawców i nauczycieli ma na celu:

- naukę aprobowanych form zachowań i eliminowanie nieakceptowanych,

- nabywanie umiejętności funkcjonowania w różnych grupach,

- poznanie zasad dobrej współpracy w grupie,

- rozumienie pozytywnych i negatywnych skutków rywalizacji,

- nabywanie umiejętności radzenia sobie z trudnymi społecznie sytuacjami: z rywalizacją, konfliktami, stresem, brakiem akceptacji,

- nauczanie dziecka w różnych rolach,

- pokazanie różnych form funkcjonowania innych w grupie,

- naukę empatii,

- pokazanie dziecku, że zabawa może być nie tylko źródłem przyjemności, lecz także sposobem poznawania świata, zdobywania wiedzy, odpowiadania na trudne pytania, poznawaniem kolegów,

- pomoc w odkrywaniu wiedzy o sobie i konfrontowania jej z wiedzą dorosłych i kolegów o dziecku,

- wypracowanie dobrych form współpracy przedszkola z rodziną,

- nabywanie umiejętności przenoszenie dobrych wzorców zachowania z jednego środowiska do drugiego,

- zwrócenie uwagi dziecku, że naśladowanie ma swoje pozytywne i negatywne skutki,

- przybliżenie różnych sposobów nagradzania i karania przez dorosłych,

- pokazanie sensu przynależności do poszczególnych grup (rodzina, grupa przedszkolna) i wzmocnienie w ten sposób poczucia własnej wartości i poczucia społecznej przydatności.

Opracowała: Dominika Słodka