

KSZTAŁTOWANIE ROZWOJU EMOCJONALNEGO U DZIECI

Propozycje zabaw

Okres przedszkolny jest czasem, w którym zaczyna się kształtować u dzieci umiejętność rozpoznawania i rozumienia uczuć i emocji. Emocji, które towarzyszą im w momentach poznawania nowych sytuacji i osób, podczas rozmawiania lub zasypiania.

Charakter emocji dziecka w tym okresie w dużej mierze zależy od tego, czy jest ono chwalone i motywowane do działania, czy wręcz przeciwnie - doznaje porażek, jego działanie jest negatywnie oceniane, jest stale strofowane i nie dostaje dowodów rodzicielskiej miłości.

Rozwój emocjonalny dziecka zakłada naukę rozróżniania i selekcji emocji.

W tym celu niezwykle istotna jest rola rodziców, którzy powinni pomagać dziecku rozróżniać emocje oraz pomagać w radzeniu sobie z uczuciami.

Chcąc pomóc dziecku w kształtowaniu świata uczuć ważne jest, aby rodzice zrozumieli, że **nie ma złych emocji**, że każdy z nas je przeżywa i nie można ich lekceważyć, wyśmiewać i oceniać.

**W co się bawić z dzieckiem,
aby kształtować rozwój
emocjonalny?**

Nazywamy uczucia

Dzieci oglądają ilustracje przedstawiające uczucia: radość, smutek, strach, obrzydzenie, złość, zdziwienie. Następnie opisują, co czują postacie na rysunkach. Co takiego się wydarzyło, że dana osoba na obrazku właśnie to odczuwa? W jakich sytuacjach przeżywamy takie uczucia? Kiedy dziecko ostatnio przeżywało tę emocję? Co możemy zrobić, gdy towarzyszy nam dane uczucie?



ZAPYTAJ DZIECKO:

1. Jaką emocję przeżywa osoba na zdjęciu? (Radość)
2. W jakich sytuacjach/ kiedy przeżywamy radość?
3. Kiedy Ty ostatni raz przeżywałeś tą emocję?
Co się wtedy wydarzyło? Opowiedz o tym.
4. Co możemy robić, gdy przeżywamy radość?



ZAPYTAJ DZIECKO:

1. Jaką emocję przeżywa osoba na zdjęciu? (Smutek)
2. W jakich sytuacjach / kiedy przeżywać możemy smutek?
3. Kiedy Ty ostatni raz przeżywałeś tę emocję?
Co się wtedy wydarzyło? Opowiedz o tym.
4. Co możemy zrobić, gdy przeżywamy smutek?



ZAPYTAJ DZIECKO:

1. Jaką emocję przeżywa osoba na zdjęciu? (Strach)
2. W jakich sytuacjach/ kiedy możemy przeżywać strach?
3. Kiedy Ty ostatni raz przeżywałeś tą emocję?
Co się wtedy wydarzyło? Opowiedz o tym.
4. Co możemy zrobić, gdy przeżywamy strach?



ZAPYTAJ DZIECKO:

1. Jaką emocję przeżywa osoba na zdjęciu? (Obrzydzenie)
2. W jakich sytuacjach / kiedy czujemy obrzydzenie?
3. Kiedy Ty ostatni raz przeżywałeś tę emocję?
Co się wtedy wydarzyło? Opowiedz o tym.
4. Co możemy zrobić, gdy przeżywamy obrzydzenie?



ZAPYTAJ DZIECKO:

1. Jaką emocję przeżywa osoba na zdjęciu? (Zdziwienie)
2. W jakich sytuacjach/ kiedy możemy przeżywać zdziwienie?
3. Kiedy Ty ostatni raz przeżywałeś tą emocję?
Co się wtedy wydarzyło? Opowiedz o tym.
4. Co możemy zrobić, gdy przeżywamy zdziwienie?



ZAPYTAJ DZIECKO:

1. Jaką emocję przeżywa osoba na zdjęciu? (Złość)
2. W jakich sytuacjach / kiedy przeżywamy złość?
3. Kiedy Ty ostatni raz przeżywałeś tę emocję?
Co się wtedy wydarzyło? Opowiedz o tym.
4. Co możemy zrobić, gdy przeżywamy złość?

Wyrażanie uczuć mimiką

Dziecko i rodzice oglądają obrazki z twarzami wyrażającymi różne emocje. Należy wspólnie z dzieckiem nazwać te uczucia, a kiedy już maluch zaznajomi się ze wszystkimi emocjami, wówczas dziecko losuje jedną ilustrację z obrazem twarzy przedstawiającej jakieś uczucie. Musi je przestawić tak, by rodzic mógł odgadnąć, co to za emocja. Potem następuje zmiana i to samo robi rodzic.



Wesoły



Zaskoczony



Zły



Smutny



Przestraszony



Szczęśliwy



Rozbawiony



Zmudzony



Niezadowolony

Podróż do przeszłości

Podczas wspólnego oglądania fotografii rodzice wraz z dzieckiem skupiają się na emocjach osób na zdjęciach. Rodzice przypominają sobie chwile z dzieciństwa i opowiadają o swoich przeżyciach.



Księga sukcesów

Możemy założyć wspólnie z dzieckiem jego własną księgę rekordów i zapisywać tam wszystkie sukcesy, które udało się dziecku osiągnąć: jak szybko udało się mu posprzątać zabawki, ubrać się, czy pokonać jakąś przeszkodę czy zadanie, które sprawiało mu trudność (zapinanie suwaka, wiązanie butów itp.). Ważne, by dziecko podejmowało wyzwania dla własnej satysfakcji, a nie dla satysfakcji i nagrody od rodziców, gdyż tylko wówczas rozwija wewnętrzną motywację do działania.

Jak myślisz, dlaczego?

Celem tej gry jest wykształcenie zdolności empatii i wczuwanie się w psychikę innych osób. Przyglądamy się danej ilustracji i opisujemy, co na niej widzimy: „Ania płacze i ma bardzo smutną minę”, a następnie zastanawiamy się co mogło być przyczyną tego stanu i jak można pomóc danej osobie.



Ania jest.....

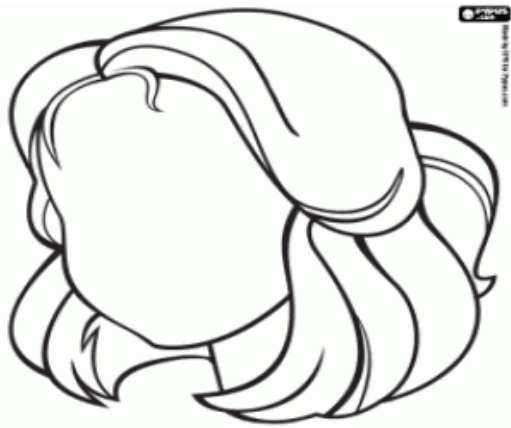
Dlaczego?

Jak mogę Jej pomóc?

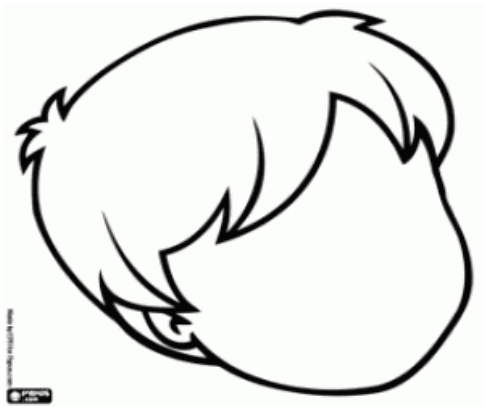
Jak się czuje?

Zabawa ta ma na celu kształcenie umiejętności wcielania się w stany emocjonalne innych osób. Zadaniem rodzica jest zadawanie pytań o charakterze: jak czuje się dziecko, które.....

Narysuj dzieciom odpowiednie miny



Ania słyszy burzę.

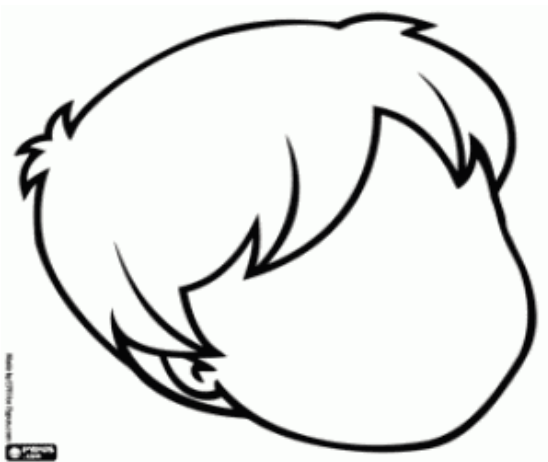


Michał jedzie z rodzicami do kina na fajny film

Narysuj dzieciom odpowiednie miny



Koleżanka w przedszkolu zabrała Ani zabawkę



Krzyś jest chory i nie będzie mógł pojechać na wycieczkę

ŻYCZĘ DOBREJ
ZABAWY

