

## «Профилактика эмоциональных нарушений у детей»

Всем известно, что в эмоциях мы отражаем наши желания и их удовлетворение. Для эмоциональной жизни детей дошкольного возраста характерны следующие особенности.

Дети начинают лучше понимать чувства и эмоции других людей и адекватно на них реагировать. Сохраняется непосредственность и открытость детских переживаний – радости, печали, страха и др. Дети уже способны выразить свои эмоции в словах. В дошкольном возрасте формируется общий эмоциональный фон настроения, который зависит от степени благополучия отношений в семье, успешного общения с родителями и сверстниками. Очень важно, чтобы эмоциональное состояние наших детей было благополучным. Но в наше время все больше детей испытывает неблагополучие в эмоциональной сфере. Условно эмоциональные нарушения можно разделить на две подгруппы: во-первых, неблагополучие во взаимоотношениях с другими людьми, во-вторых, неблагополучие внутреннее. К ним относятся проявления агрессивности, неуправляемости, либо тревожности, неуверенности, склонности к страхам, замкнутости.

Дети реагируют на поведение, взаимоотношения родителей, их ссоры, а также наказания. Если ситуации конфликтов, ссор между родителями случаются редко, они не оставят глубокого следа в эмоциональном развитии ребенка. Но если ребенок испытывает постоянное напряжение (при частых конфликтах), то можно говорить о предневротическом состоянии ребенка. Отрицательные эмоции накапливаются, и это может отразиться на соматическом здоровье (тики, заикания, энурез, развиваются страхи, агрессивность как защитная реакция). При длительном напряжении эти состояния могут стать устойчивыми свойствами личности. Причем, например, такое состояние, как агрессия, может быть результатом

копирования поведения окружающих или защитной реакцией. «Защищаясь», ребенок может совершать, казалось бы, необъяснимые поступки: убежать из дома, чтобы взрослые искали его, думали о нем и т. п.

Существует множество примеров, когда невротическое состояние становится неврозом, с которым обращаются к врачу. Очень важно вовремя заметить необычное эмоциональное состояние малыша и уметь правильно вести себя с таким ребенком. Основными причинами проявления эмоционального неблагополучия ребенка являются:

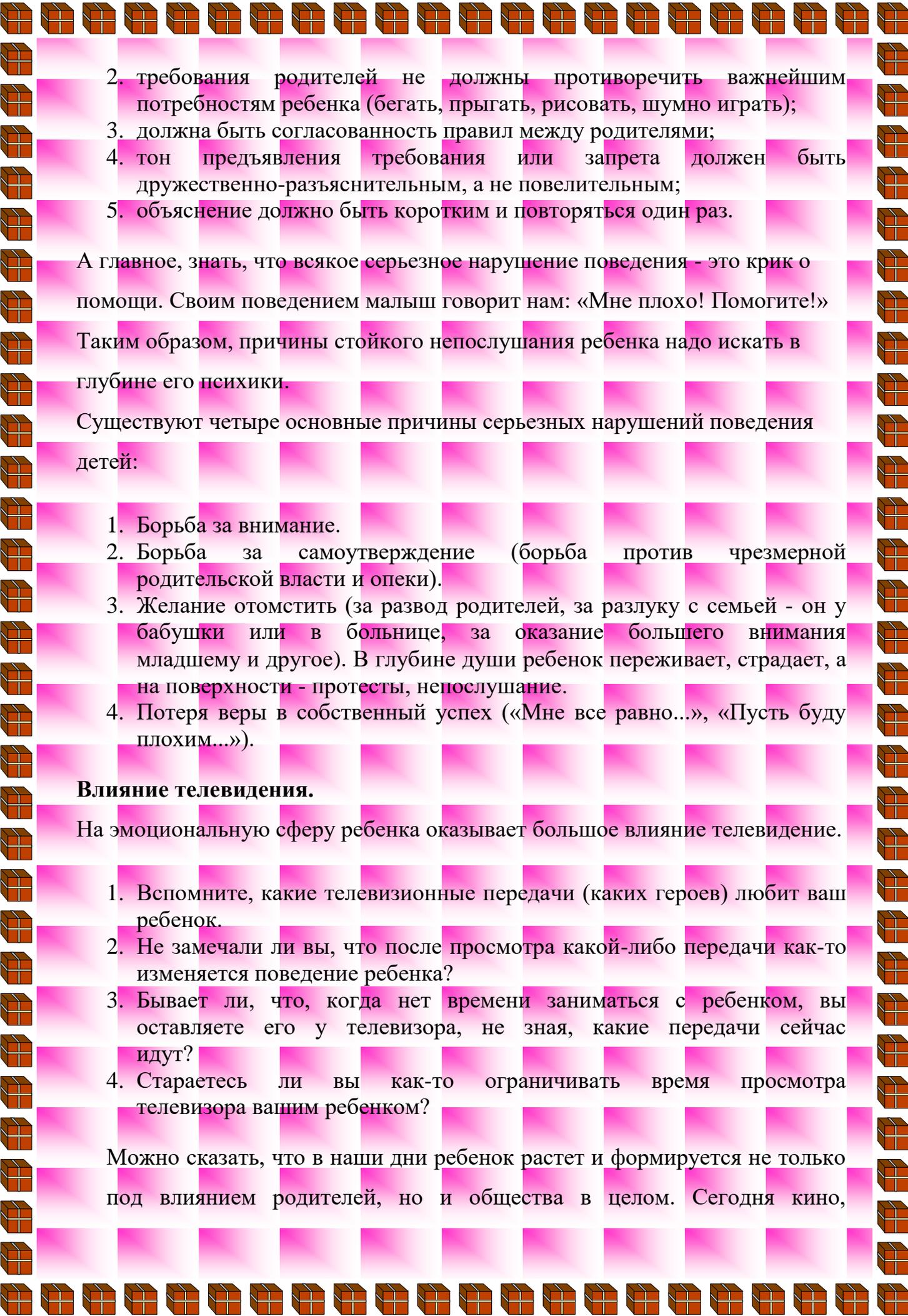
- особенности взаимоотношений в семье (стиль воспитания);
- индивидуальные особенности (например, темперамент);
- взаимоотношения с окружающими (дети, педагоги).

А теперь поговорим об очень важной проблеме - о наказаниях. Иногда дети себя плохо ведут. И родители в этих случаях должны как-то реагировать на поведение ребенка. Вопрос этот не простой. Здесь важно уметь не выплескивать свое негативное состояние на ребенка, а найти правильный подход к нему. Таким образом, проблема наказаний может встать, если ребенок сделал что-то не так.

Агрессивное поведение взрослых, отрицательные черты характера являются для ребенка предметом подражания. Многочисленные факты говорят о том, что насилие по отношению к детям оборачивается со временем насилием и жестокостью по отношению к родителям, особенно престарелым. Важно понимать, что невозможно навязать свою волю наказаниями. Многие дети готовы получить любую порцию наказания, чтобы отстоять свои «права». Наказания могут давать лишь временные результаты, провоцируя в ребенке усиление своего неповиновения.

### **Правила поддержания дисциплины:**

1. при наказании, ребенка лучше лишать хорошего, чем делать ему плохое;

- 
2. требования родителей не должны противоречить важнейшим потребностям ребенка (бегать, прыгать, рисовать, шумно играть);
  3. должна быть согласованность правил между родителями;
  4. тон предъявления требования или запрета должен быть дружелюбно-разъяснительным, а не повелительным;
  5. объяснение должно быть коротким и повторяться один раз.

А главное, знать, что всякое серьезное нарушение поведения - это крик о помощи. Своим поведением малыш говорит нам: «Мне плохо! Помогите!»

Таким образом, причины стойкого непослушания ребенка надо искать в глубине его психики.

Существуют четыре основные причины серьезных нарушений поведения детей:

1. Борьба за внимание.
2. Борьба за самоутверждение (борьба против чрезмерной родительской власти и опеки).
3. Желание отомстить (за развод родителей, за разлуку с семьей - он у бабушки или в больнице, за оказание большего внимания младшему и другое). В глубине души ребенок переживает, страдает, а на поверхности - протесты, непослушание.
4. Потеря веры в собственный успех («Мне все равно...», «Пусть буду плохим...»).

### **Влияние телевидения.**

На эмоциональную сферу ребенка оказывает большое влияние телевидение.

1. вспомните, какие телевизионные передачи (каких героев) любит ваш ребенок.
2. Не замечали ли вы, что после просмотра какой-либо передачи как-то изменяется поведение ребенка?
3. Бывает ли, что, когда нет времени заниматься с ребенком, вы оставляете его у телевизора, не зная, какие передачи сейчас идут?
4. Стараетесь ли вы как-то ограничивать время просмотра телевизора вашим ребенком?

Можно сказать, что в наши дни ребенок растет и формируется не только под влиянием родителей, но и общества в целом. Сегодня кино,

телевидение, компьютеры нередко целиком заменяют родителей, и результаты такого «воспитания» не всегда можно исправить.

Есть две точки зрения ученых о влиянии телевидения на зрителей. Одни считают, что оно позволяет зрителям мысленно пережить происходящее на экране, дать выход агрессивным эмоциям и избавиться от них. Другие, наоборот, считают, что демонстрация насилия способствует принятию агрессивных стереотипов поведения.

Исследование, проведенное в России, показало, что российский телезритель видит на экране сцену насилия в среднем каждые 12 минут, а в вечерние часы - каждые 4 минуты. А если прибавить к этому обилие сообщений о катастрофах, авариях, стихийных бедствиях и террористических актах, в результате которых гибнут люди, то можно представить, каким слабым и незащищенным должен чувствовать себя ребенок.

Все это рождает в нем чувство тревоги, страха, неуверенности или агрессивности. И здесь для ребенка важен благополучный опыт воспитания в семье, то есть атмосфера доверия и любви. Эта информация позволяет вам задуматься над тем, что смотрят ваши дети по телевизору, приносит ли им это пользу, развивает ли их хорошие качества.

Дорогие родители! Очень хотелось бы, чтобы этот разговор как-то повлиял на ваши отношения с детьми. Вы все любите своих детей, но умеете ли вы проявлять свою любовь, чтобы ребенок понял, что он любит? Чувствует ли ребенок, что вы его любите не только тогда, когда он этого заслуживает, а всегда, независимо от его поведения?