

Консультация для родителей на тему: «Эмоциональное неблагополучие детей и его причины»

Под эмоциональным неблагополучием понимается отрицательное самочувствие ребенка. Оно вызывается многими причинами. Главной выступает неудовлетворительность ребенка общением со взрослыми, прежде всего с родителями и со сверстниками. Недостаток тепла, ласки, разлад между членами семьи, отсутствие телесных эмоциональных контактов с родителями приводит к формированию у ребенка тревожно-пессимистических личностных ожиданий. Их характеризует неуверенность малыша, чувство незащищенности, иногда страх в связи с прогнозируемым отрицательным отношением взрослого.

Такое отношение взрослого провоцирует у ребенка упрямство, нежелание подчиняться требованиям родителей, то есть является серьезным «психологическим» барьером между взрослыми и детьми. Тогда как тесные, насыщенные эмоциональные контакты, при которых ребенок является объектом доброжелательного, но требовательного оценочного отношения как личность, формирует у него уверенно-оптимистические личностными ожидания. Для одних характерно переживание возможного успеха, похвалы, одобрения со стороны близких взрослых.

Эмоциональное неблагополучие, связанное с затруднениями в общении с другими детьми, может приводить к двум типам поведения. К первой группе относятся дети неуравновешенные, легко возбудимые, безудержность эмоций у них часто становится причиной дезорганизованности их действий. При возникновении конфликтов со сверстниками эмоции детей часто проявляются в аффектах: вспышках гнева, обиде, нередко сопровождаемы - слезами, грубостью, драками. Наблюдается сопутствующие вегетативные изменения: покраснение кожи, усиленное потоотделение и прочее. Негативные эмоциональные реакции могут быть вызваны серьезными или незначительными причинами. Однако, быстро вспыхивая, они быстро

угасают.

Вторую группу составляют дети с устойчивым негативным отношением к общению. Как правило, обиды, недовольство, неприязнь и т.д. надолго сохраняются в их памяти, но при их проявлении дети более сдержаны. Такие дети характеризуются обособленностью, избегают общения. Эмоциональное неблагополучие часто сопряжено с нежеланием посещать детский сад, с неудовлетворенностью отношениями с воспитателями или сверстниками. Острая восприимчивость ребенка, его чрезмерная впечатлительность могут привести к внутриличностному конфликту.

Другой существенной причиной, вызывающей эмоциональное неблагополучие, являются индивидуальные особенности ребенка, специфика его внутреннего мира (впечатлительность, восприимчивость, ведущие к возникновению страха).

Причины детских страхов разнообразны. Их появление прямо зависит от жизненного опыта ребенка, степени развития самостоятельности, воображения, эмоциональной чувственности, склонности к беспокойству, тревожности, робости, неуверенности. Чаще всего страхи порождаются болью, инстинктом самосохранения.

Максим Д.(5л.9мес) согласился остаться один в квартире на несколько минут, пока мама вытрясет ковер. Как только мама ушла, мальчик бросился к окну и, увидев ее на улице, стучать по стеклу, метаться, плакать, кричать: «Вернись сейчас же, сейчас же! Я этого тебе никогда не прошу!»

В 6-7 месяцев младенец беспокоится, если мать внезапно уходит, отрицательно реагирует на незнакомых людей. Беспокойство возникает и в том случае, если мать редко берет ребенка на руки, относится к нему слишком сдержанно, недостаточно обращает на него внимания.

В раннем детстве для малыша непереносима даже короткая разлука с матерью, поэтому ребенок становится плаксивым, плохо засыпает и просыпается в слезах, а днем старается быть поближе к матери. Страх темноты и одиночества не возникает, если ребенок привык спать еще на

первом году жизни в неосвещенной комнате, страхи проявляются чаще всего перед сном.

Поэтому время после ужина должно проходить в атмосфере уюта и покоя. Перед сном неуместны шумные игры, просмотр страшных фильмов и прослушивание страшных сказок. Лучше подходят истории о безобидных существах, добрых и забавных гномах, животных, но не богатые приключениями. Эмоциональный комфорт в семье, внимание к чувствам и переживаниям малыша, готовность прийти на помощь, предупреждают детские страхи.

Неоправданно строгая позиция взрослого и неадекватное средство воспитания приводит к перенапряжению нервной системы и создают благоприятную почву для появления страхов. К таким средствам воспитания относятся угрозы, суровые или телесные наказания (шлепки, удары по рукам, голове, лицу), искусственное ограничение движений, пренебрежение интересами и желаниями малыша и пр. Постоянное запугивание приводит к тому, что дети становятся бессильными, теряют способность рассуждать, переживают острый эмоциональный дискомфорт. Большую роль в возникновении страхов у ребенка играет наличие страхов у самой матери. Помня о своих детских страхах, она непроизвольно ограждает малыша от когда-то пугавших ее объектов, например, животных. Так неосознанно формируется тревожные чувства, возникают «наследственные» страхи.

Развивающееся воображение приводит к тому, что к трем годам появляется целая группа страхов, связанных со сказочными героями, темной, пустой комнатой. Предрасположенность к страхам имеется у малообщительных детей, ограниченных в контактах. У таких детей, кроме страхов, могут возникать агрессивность, упрямство, капризы. Развитие страхов взрослые стимулируют, когда заставляют детей сдерживать свои эмоции, не понимая их переживаний.

Тогда на вид сдержанные дети на самом деле исполнены всевозможных сильных отрицательных чувств.

Нельзя стыдить ребенка за переживаемый страх. Ведь страх и стыд взаимосвязаны. Под влиянием насмешек малыш начинает скрывать страх, который не только не исчезает, но в таком случае даже усиливается. Ребенок становится пассивным, склонным к переживанию депрессии.

С 3-х до 5-6 страхи становятся наиболее разнообразными. Они свойственны большинству дошкольников, часто переходят в навязчивую форму, близкие к невротическим состояниям. Страхи вызываются совокупностью следующих компонентов: высокой эмоциональностью дошкольника, малым жизненным опытом, богатым воображением они легко появляются и исчезают в течение трех-четырех недель. Нередко страхи могут вызывать необдуманные поступки взрослых, например, ошибки в умственном воспитании, которые приводят к снижению уровня ориентации в окружающем. Если ребенок не получит ответа на то, что его одновременно пугает и интересует, он пытается найти ответ сам, но не лучшим образом. Необходимо давать правильные ответы на детские вопросы. Важно обогащать знания детей о предметах и явлениях. Не следует оставлять ребенка одного в незнакомой, сложной обстановке. Следует поучаствовать в пугающей деятельности, например, войти в темную комнату.

Источник: Интернет