[Консультация для родителей «Эмоции»](http://my-nevalyashki.ru/index.php/vzaimodejstvie-vospitatelej-s-semej-doshkolnikov/roditelskoe-sobranie/1099-konsultatsiya-dlya-roditelej-emotsii)

Просмотров: 637

Эмоции играют важную роль в жизни детей. Они помогают ребенку приспособиться к той или иной ситуации. Эмоции ребенка — это «послание» окружающим его взрослым о его состоянии.

Дети 3—5 лет уже в состоянии распознавать свое внутреннее эмоциональное состояние, эмоциональное состояние сверстников и выразить свое отношение к ним, т. е. ребенок-дошкольник отлично понимает, что его друг расстроен, обижен или испуган, а его соперник, например, разгневан. Благодаря этому эмоции участвуют в формировании социальных взаимодействий и привязанностей.

Детские эмоции влияют и на будущее поведение человека. Эмоции способствуют также социальному и нравственному развитию, которое начинается с известных большинству родителей вопросов «Что такое хорошо? Что такое плохо?» Так, если с точки зрения норм данного общества или сообщества ребенок поступает плохо, ему становится стыдно, он испытывает эмоциональный дискомфорт. Кроме того, эмоции являются источником радости и страдания, а жизнь без эмоций — как положительных, отрицательных — пресна и бесцветна.

Психологи попытались определить и классифицировать эмоции. Оказалось, что люди различают шесть основных эмоций — радость, грусть, гнев, удивление, отвращение и страх. Исследования показали, что каждая эмоция имеет свое мимическое выражение, однако одни распознаются легче, другие — труднее.

В младшем и среднем дошкольном возрасте дети очень эмоциональны. Эмоции у них выражаются более бурно и непосредственно по сравнению со взрослыми, придавая им особую выразительность. Одна причин возникновения тех или иных переживаний ребенка — его взаимоотношения с другими людьми, взрослыми и детьми. Когда взрослые ласково относятся к ребенку, признают его права, а сверстники хотят с ним дружить, он испытывает эмоциональное благополучие, чувство уверенности, защищенности. Обычно в этих условиях у ребенка преобладает бодрое, жизнерадостное настроение.

При изучении эмоциональных явлений психологи разделяют их в зависимости от того, какое место занимают они в регуляции поведения и деятельности. К первой группе относятся настроения — более или менее длительные эмоциональные состояния. Ко второй — чувства: устойчивые эмоциональные отношения к определенному человеку или предмету. К третьей — собственно эмоции, реализующие психическое отражение и состояние организма. Так, ребенок старшего дошкольного возраста, ощущая потребность в положительной оценке окружающих его взрослых и сверстников, стремится к общению с ними, раскрытию своих способностей. У получившего признание окружающих ребенка преобладает радостное настроение. Если же со стороны близких людей ребенок не находит отклика, то настроение у него портится, он становится раздраженным, печальным или назойливым, с частыми вспышками гнева или приступами страха. Это свидетельствует о том, что его потребность не удовлетворена. И тогда можно говорить об эмоциональном неблагополучии ребенка, под которым понимается отрицательное эмоциональное самочувствие. Эмоциональное неблагополучие может возникать в разных ситуациях, например при переживании неуспеха в каком-либо виде деятельности, особенно в спортивных и других соревнованиях, на занятиях или в ситуациях жесткой регламентации жизни в детском саду.

Наиболее острые и устойчивые отрицательные эмоции ребенок испытывает при негативном отношении к нему окружающих людей.

Отрицательные эмоции, вызванные взаимоотношениями с окружающими, выступают в виде различных переживаний: разочарования, обиды, гнева или страха. Они могут проявляться ярко и непосредственно в речи, мимике, позе, движениях или иначе—в особой избирательности действий, поступков, отношения к другим людям.

Реагировать на слова и поступки людей, проявляя различные эмоции, ребенок научается в общении со взрослым. В младенчестве впервые, возникает такое эмоциональное образование, как привязанность к близкому человеку, которая в дальнейшем приводит к возникновению нравственных чувств. Ребенок приучается радоваться и печалиться вместе со взрослым в середине второго года жизни.

Большое влияние на эмоции и чувства детей оказывает игра. Игра представляет интерес для детей только тогда, когда она реализуется в эмоционально насыщенной форме.

Наблюдая определенные игровые ситуации, воспитатель может понять, какие эмоции испытывает ребенок и какое влияние могут иметь обнаруженные эмоциональные состояния на развитие его личности. В процессе наблюдения за детской игрой воспитателям необходимо обращать внимание на следующее. Хотят ли дети поиграть вместе или стараются избегать друг друга? Как включаются в игровое обучение? Принимают ли чужую инициативу или сопротивляются ей? Кто всегда находится в центре игры, а кто молча наблюдает издали? Какие отношения преобладают в игре — доброжелательные или конфликтные? Какие эмоции преобладают — положительные или отрицательные?

Положение ребенка в группе, характер его взаимоотношений со сверстниками существенно влияют на его эмоциональное состояние и психическое развитие в целом. От этого зависит, насколько ребенок чувствует себя спокойным, удовлетворенным, находится в состоянии эмоционального комфорта. Известные детские психологи предлагают следующие типы детей в зависимости от их положения в группе сверстников.

-«Предпочитаемые» дети находятся в группе в атмосфере любви и поклонения. Их ценят за красоту, обаяние; за способность быстро реагировать в разных ситуациях и быть лояльным; за уверенность в себе; за способность не колеблясь брать на себя ответственность, не бояться риска и пр. Однако дети с особенно высокой популярностью могут стать лишне самоуверенными, «заразиться звездной болезнью».

-«Пренебрегаемые, изолированные» дети часто чувствуют по отношению к себе равнодушие сверстников или их снисходительность. Их принимают в игру на роли, которые другие не хотели играть. Они обидчивы, зачастую восстают против навязанных условий жизни в группе, становятся агрессивными или идут по пути беспрекословного подчинения лидеру, превращаются в его тень и, таким образом, получают его защиту, купался в отблесках его славы. Таким детям постоянно не хватает общения о сверстниками. Чувства их остры: они могут испытывать привязанность к кому-то из группы или ненавидеть их пренебрежение к себе. «Пренебрегаемыми, изолированными» дети становятся по разным причинам. Один редко ходит в детский сад, и дети практически мало его знают. Другой только начал посещать данную группу. Третий имеет физические недостатки, например, толстый и неуклюжий не может на равных играть в подвижные игры и т. п. В то же время у детей свои критерии оценки членов коллектива, и они не всегда и не во всем совпадают с мнением взрослых. Таким образом, эмоциональное благополучие детей зависит не только от того, как их оценивают взрослые, но и от мнения сверстников.

Эмоциональное неблагополучие, связанное с затруднениями в общении, может приводить к различным типам поведения.

- Первый — это неуравновешенное, импульсивное поведение, характерное для быстро возбудимых детей. При возникновении конфликтов со сверстниками эмоции этих детей проявляются во вспышках гнева, громком плаче, отчаянной обиде. Негативные эмоции в этом случае могут быть вызваны как серьезными причинами, так и самыми незначительными. Быстро вспыхивая, они также быстро угасают. Их эмоциональная несдержанность и импульсивность приводят к разрушению игры, к конфликтам и дракам.

-Второй тип поведения характеризуется устойчивым негативным отношением к общению. Обида, недовольство, неприязнь надолго задерживаются в памяти, но они более сдержанны, чем дети первого типа. Они избегают общения и как будто равнодушны к окружающим. Однако они пристально, но незаметно следят за событиями в группе и за отношения ми воспитателей и детей. Эмоциональное неблагополучие этих детей связано с неудовлетворенностью отношением к ним воспитателя, недовольством детьми, нежеланием посещать детский сад.

- Основной чертой поведения детей третьего типа является наличие у них

многочисленных страхов. Следует отличать нормальные проявления страха

у детей от страха как свидетельства эмоционального неблагополучия. Страхи детей, за исключением боязни громких звуков и падения, не являются врожденными. Однако начиная с первого года жизни у них может

развиться множество страхов. Некоторые возникают в ответ на реальные

обстоятельства, например, боязнь собак вообще зачастую вызвана ситуацией, в которой ребенок был напуган конкретной собакой. В других случаях виноваты сами взрослые, которые пугают детей возможным наказанием типа: «Если ты будешь плохо себя вести, я отдам тебя плохому дяде». Таким, образом, при нормальном эмоциональном развитии страх бывает связан с какими-либо пугающими предметами, животными, иногда с неопределенностью ситуации. В этом случае страх является необходимым эмоциональным звеном в поведении, мобилизующим действия, направленные на самосохранение или преодоление опасности.

Страх условно можно разделить на ситуационные и личностно обусловленные. Ситуационный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей ребенка обстановке. Личностно обусловленный страх предо пределен характером человека, например его склонностью к переживанию тревоги, и может появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми. И в страхе, и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, т. е. в них отражается восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности. Тревога — это состояние беспокойства в предчувствии реальной или воображаемой опасности. Наиболее часто тревога проявляется в ожидании какого-либо события, которое трудно предугадать и которое может угрожать неприятными последствиями. Страх, возникающий из-за серьезного эмоционального не благополучия, может иметь крайние формы выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение), затяжное, труд но преодолимое течение, полное отсутствие контроля со стороны сознания, неблагоприятное воздействие на формирование характера, на отношения с окружающими и приспособление к внешнему миру.

Иначе обстоит дело у детей с эмоциональным неблагополучием. Их страх, как правило, не связан с какими-то предметами или ситуациями и проявляется в форме тревоги, беспричинного, беспредметного страха. Если пугливый ребенок попадает в трудную ситуацию, он начинает вести себя непредсказуемым образом. В этом случае самые незначительные предметы и ситуации фиксируются ребенком, и именно их впоследствии он начинает бояться. Чем сильнее эмоциональное неблагополучие ребенка, тем больше возможность возникновения ситуаций, вызывающих трудности взаимодействия ребенка с внешним миром. Ребенок становится, тревожен, испытывает разно образные стойкие страхи; у него неадекватная самооценка. Другие дети, наоборот, начинают проявлять агрессивное поведение, однако сила и форма их действий могут быть совершенно неадекватной реакцией на ситуацию.

В ряде случаев возникшая реакция на травмирующую ситуацию может закрепляться и формировать устойчивое агрессивное поведение, что при водит к серьезным нарушениям во взаимодействиях ребенка с окружающим. Это вызывает отрицательное отношение со стороны окружающих его взрослых и сверстников, что еще больше усиливает травмирующую ситуацию и провоцирует вновь и вновь агрессию ребенка. В более легких случаях агрессия выражается в словесной форме, в более тяжелых — это физическая агрессия (драка, разрушение, нанесение повреждений себе или другим), что представляет опасность, как для самого ребенка, так и для окружающих. В более легких случаях агрессия выполняет преимущественно защитную функцию и может снижаться благодаря воспитательным воздействиям, направленным на ее преодоление, на преобразование в социально более приемлемые формы взаимодействия ребенка с окружающим миром. В более сложных случаях агрессивные действия возникают импульсивно, в меньшей степени связаны с реальной ситуацией. Ребенок в них особенно напряжен, не получает облегчающей эмоциональной разрядки в результате своих агрессивных проявлений.