

«Эмоциональное благополучие ребенка»

Как вы думаете, что означает эмоциональное благополучие ребенка?

В дошкольном детстве соблюдение права ребенка на охрану здоровья имеет особое значение. Ведь здоровье зависит от эмоционального состояния, как человека, так и ребенка. По мнению ученых, дошкольный возраст относят к так называемым критическим периодам в жизни ребенка. В этом возрасте происходит бурное нарастание силы и подвижности нервных процессов, формируется высшая нервная деятельность. Поэтому эмоциональное перенапряжение может перейти в состояние невротических реакций, а проще говоря, у детей появляются неврозы, неврастения. В чем это проявляется? Давайте подумаем?

Дети становятся капризными, у них часто меняется настроение, то они плаксивы, то агрессивны, дети быстро утомляются, плохо засыпают, у них беспокойный сон, часто ребенок бесцельно ходит по групповой комнате, не находит себе занятие, грызут ногти, крутят волосы. Подергивают плечами, ночное и дневное недержание мочи, которое ранее не наблюдалось, игра с половыми органами и многие другие нарушения невротического характера.

Как вы думаете, какие причины могут нарушать эмоциональное благополучие ребенка?

- 1.Нарушение режима дня
- 2.Несогласованность требований к ребенку
- 3.Желание родителей научить своего ребенка знаниям, которые не соответствуют его возрасту
- 4.Изобилие информации
- 5.Неблагополучное состояние в семье
- 6.Желание родителей быть с ребенком в местах массового скопления людей. Это означает то, что для современного ребенка стрессовой ситуацией становится все то, что является обыденной жизнью для взрослого человека. Все это не проходит бесследно и у детей появляются такие “взрослые” болезни, как бессонница, язва, колит, мигрень.
- 7.Чрезмерная строгость родителей или взрослых, наказание, боязнь ребенка сделать что-то не так.

Эмоциональное благополучие может нарушить и то, что ребенок не получает достаточно любви и ласки от своих родителей, особенно от матери. Всё это порождает изменения в эмоциональной сфере.

Известный психолог Л.С.Выготский отмечал феномен «засушенное сердце» (отсутствие чувств), который он наблюдал у своих современников и который связан с «воспитанием, направленным, как правило, на интеллектуализированное поведение». К сожалению, этот феномен актуален и в наше время.

Подумайте и решите честно для себя, существует ли в вашей семье хотя бы одна из этих причин, нарушающих эмоциональное благополучие ребенка. Как же сделать так, чтобы хотя бы немного смягчить эмоциональный срыв наших детей?

Родительская любовь и ласка нужна не только грудничкам, но и большим детям. И не только нежным девочкам, но и мужественным мальчикам. Главный герой повести Марселя Пруста «В сторону Свана» шестилетний мальчик, каждый день перед сном ждёт возможности поцеловать свою маму.

Для него это является итогом сегодняшнего дня, мостом перехода в будущее. Думаю, что это происходит потому, что поцелуй – это то, что являет и возвращает целостность. Поэтому мы целуем ранку ребёнка – чтобы быстрее зажила. Родительская ласка не должна ограничиваться только поцелуями и объятиями. Существует много других способов её выражения.

Советы для родителей «Минуты нежности»

1. Танцуйте с малышом, прижимая его к себе. Вы будете находиться в близком контакте, а ритмичное покачивание под музыку успокоит его.
2. Обнимите за плечи своего ребёнка, нежно погладьте по волосам или по щеке – простые движения так нужны ему, нужны постоянно.
3. Порисуйте у ребёнка на спинке пальчиками, а он пусть отгадывает, что вы изображаете.
4. Используйте для нежных игр вечерние часы или время после сна. Спокойная обстановка спальни располагает к играм, которые помогут Вам проявить свои чувства. Предложите ребёнку спрятать под одеялом мягкую игрушку, а Вы постарайтесь найти её. После отыскания игрушки обязательно поцелуйте хозяина.
5. Залезьте с крохой под одеяло и поболтайте о чём-нибудь, прижавшись, друг к другу.

Дотроньтесь доверительно до руки или плеча ребёнка, отправляющегося в садик, - и это придаст ему уверенности в собственных силах. Шутливо взъерошьте волосы Вашему озорнику – и он повеселеет.

Что нужно знать об эмоциональном развитии ребёнка - дошкольника?

4 года

Ведёт себя «хорошо» более продолжительное время:

- способен к сотрудничеству со сверстниками;
- способен усвоить правила очередности;
- может проявлять заботу о младшем или животном и сочувствие обиженным.

Нормальное «плохое» поведение:

- напоминает поведение ребёнка более младшего возраста (Снимается лаской и терпимостью взрослых к временному регрессу в поведении).

5 лет

Ведёт себя «хорошо» в течение всего времени пребывания в ДОУ:

- соблюдает распорядок дня. Ориентируется во времени по часам;
- лучше понимает стремление взрослых к порядку и опрятности и способен в какой-то мере помогать им в этом.

Нормальное «плохое» поведение:

- разоблачает любое отступление в поведении взрослых от декларируемых ими правил;
- бурно реагирует на ложь взрослых, допущенную в разговоре друг с другом.

6 лет

Теряет непосредственность в поведении, «хорошее» поведение становится самостоятельно поддерживаемой нормой:

- способен подчинять эмоции своим не очень отдалённым целям;
- удерживает принятую на себя роль до окончания игры или достижения поставленной цели;
- начинает осознавать свои переживания;
- начинает активно интересоваться отношением окружающих к самому себе, формировать свою собственную самооценку.

Нормальное «плохое» поведение:

- ложь как форма ухода от соблюдения нормы;
- повышенная двигательная активность;
- ябедничество;
- небрежность в выполнении монотонных операций.

Оценка уровня тревожности и выявление признаков психического напряжения (А.И.Захаров)

Внимательно прочитайте эти утверждения и оцените, насколько они характерны для Вашего ребёнка. Если это проявление ярко выражено, поставьте 2 балла; если оно встречается периодически – 1 балл; если отсутствует – 0 баллов.

1. Легко расстраивается, много переживает.
2. Часто плачет, ноет, долго не может успокоиться.
3. Капризничает и раздражается по пустякам.
4. Часто обижается, дуется, не переносит никаких замечаний.
5. Бывают припадки злости.
6. Заикается.
7. Грызёт ногти.
8. Сосёт палец.
9. Имеет плохой аппетит.
10. Разборчив в еде.
11. Засыпает с трудом.
12. Спит беспокойно.
13. Неохотно встаёт.
14. Часто моргает.
15. Дёргает рукой, плечом, тербит одежду.
16. Не умеет сосредоточиться, быстро отвлекается.
17. Старается быть тихим.
18. Боится темноты.
19. Боится одиночества.
20. Боится неудачи, не уверен в себе, нерешителен.
21. Испытывает чувство неполноценности.

Обработка результатов

28-42 балла – невроз, высокая степень психоэмоционального напряжения.

20-27 баллов – невроз был или будет в ближайшее время.

14-19баллов – нервное расстройство, средняя степень психоэмоционального напряжения.

7-13 баллов – высокая степень психоэмоционального напряжения, ребёнку необходимо внимание.

Менее 7 баллов – отклонения несущественны и являются выражением возрастных особенностей.

Любите своих детей, больше времени проводите с ними, и, тогда они вырастут здоровыми, уравновешенными и рассудительными людьми!