**Эмоциональное неблагополучие детей и его причины**

                  Рост эмоционально-психологического напряжения среди взрослых приводит к распространению невротических явлений среди детей. Проблема состоит ещё и в том, что дети легко перенимают образцы агрессивного поведения взрослых, повсеместно демонстрируя их.

Эмоциональное развитие дошкольника является одним из важнейших условий его воспитания. Подчёркивая важность эмоциональных переживаний ребёнка при взаимодействии с социумом для его личностного становления, он акцентировал внимание на том, что раннее неблагополучие аффективных отношение с близкими взрослыми и сверстниками создаёт опасность нарушения последующего формирования личности.

Условно эмоциональные нарушения можно разделить на две подгруппы. В основе этого деления лежат те сферы, в которых проявляется эмоциональное неблагополучие: с одной стороны, во взаимоотношениях с другими людьми, с другой - особенностях внутреннего мира ребёнка.

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

Такое отношение взрослого провоцирует у ребёнка упрямство, нежелание подчиняться требованиям родителей, то есть является серьёзным «психологическим» барьером между взрослым и детьми. Тогда как тесные, насыщенные эмоциональные контакты, при которых ребёнок является объектом доброжелательного, но требовательного оценочного отношения как личность, формирует у него уверенно-оптимистические личностные ожидания. Для них 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, легковозбудимые. Безудержность эмоций у них часто становится причиной неорганизованности их деятельности. При возникновении конфликтов эмоции детей часто проявляются в аффектах: вспышках гнева, обиде, нередко сопровождаемых слезами, грубость. Наблюдаются сопутствующие вегетативные изменения: покраснение кожи, усиление потоотделения и прочее. Негативные эмоциональные реакции могут быть вызваны серьёзными или незначительными причинами, однако, быстро вспыхивая, они быстро угасают.

Вторую группу составляют дети с устойчивым негативным отношением к общению. Как правило, обида, недовольство, неприязнь и так далее 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 взрослыми или сверстниками. Острая восприимчивость ребёнка, его чрезмерная впечатлительность могут привести к внутри личностному конфликту.

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

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

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

 Неоправданно строгая позиция взрослого и неадекватные средства воспитания приводят к перенапряжению нервной системы и создают благоприятную почву для проявления 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 прочее. Постоянное запугивание приводит к тому, что дети становятся бессильными, теряют способность рассуждать, переживают острый эмоциональный дискомфорт.

Развивающееся воображение приводит к тому, что к трём годам проявляется целая группа страхов, связанных со сказочными героями, темнотой, 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 понимают их переживаний. Тогда на вид сдержанные дети на самом деле исполнены всевозможных сильных отрицательных чувств.

Нельзя стыдить ребёнка за переживаемый страх, ведь страх и стыд взаимосвязаны. Под влиянием насмешек малыш начинает скрывать страх, который не только не исчезнет, но в таком случае даже усиливается. Ребёнок становится пассивным, склонным к переживанию депрессии.

С 3 до 5 - 6 лет страхи становятся наиболее разнообразными. Они свойственны большинству дошкольников, часто переходят в навязчивые формы, близкие к невротическим состояниям. Страхи вызываются совокупностью следующих компонентов: высокой эмоциональностью дошкольника, малым жизненным опытом, богатым воображением; они легко появляются и исчезают в течение трёх-четырёх недель.

**Таким образом,** на эмоциональное благополучие ребёнка оказывает воздействие ряд различных причин, а нарушения могут быть вызваны разными причинами.