

## Развитие положительной эмоциональности у детей от 1 года 6 месяцев до 3 лет



В раннем возрасте дети уже умеют демонстрировать большой спектр эмоций: радость, страх, горе, интерес, восторг, гнев, и т. д. Задача родителей – показать им, как правильно управлять своими эмоциями и понимать свое состояние. Эмоциональное развитие детей раннего возраста зависит от того, в какой среде живет малыш.

Важно помнить, что отношения между родителями являются своеобразным шаблоном для него. Малыш перенимает их, использует для общения с другими. В возрасте 1-3 годика малыши способны на очень глубокие эмоции, которые трудно подавлять. Это особенность их психического развития. Эмоции очень важны для нормального функционирования психики. Каждый день в жизни ребенка должно быть что-то новое, способное подарить уникальные впечатления.

### Важность эмоционального развития

Эмоции — одна из составляющих личности человека. Их можно сдерживать или демонстрировать слишком ярко. Так или иначе, эмоции окрашивают нашу жизнь. Они необходимы для правильного развития психики человека.

Причем речь идет не только о маленьких детях. Нам всем нужны эмоции, эмоциональные переживания. Где их взять? Все то, что мы видим, слышим, пробуем, с кем общаемся, приносит нам впечатления, вызывает чувства. Так функционирует нормальная психика.

Если же взрослого или малыша ничего не радует, не удивляет, не расстраивает, это не нормально. Такое состояние ведет к психической стагнации. Мир окрашивается лишь в серый цвет, пропадает стимул стремиться к чему-то, добиваться. Ведь нет радости от победы, нет гордости за свои достижения, не печалят и потери. Такая ситуация несвойственна для человека и очень опасна для психики.

В детстве малыши очень любознательны. Любая мелочь может произвести на них впечатление. Психика учится, начинает активно функционировать. Для детей раннего возраста характерны очень яркие эмоции.

### Особенности детей 1-3 лет

Психическое развитие ребенка идет полным ходом. В этот период психическая деятельность характеризуется некоторыми особенностями:

- дети очень эгоистичны, для них существуют только собственные желания и интересы;
- деятельность направлена на поиск и получение удовольствия;
- важны только сиюминутные желания, нет планирования;
- плохо развита эмпатия, отсутствует способность переживать или радоваться за другого человека;
- нет самоконтроля, неустойчивое эмоциональное состояние, может переходить от радости к истерике;
- агрессивная реакция на трудности или невозможность получить желаемое.

В жизни малыша присутствует огромный спектр эмоций – от счастья и радости до обиды и гнева. Эмоций даже больше, чем у взрослого. Единственная проблема – малыш еще не умеет сдерживаться.

Для ребенка любое переживание имеет одинаковую эмоциональную силу. Дело в том, что его мозг воспринимает любое состояние как постоянное. Взрослому это тяжело понять. Например, вы хотите есть. Вы отлично понимаете, что нужно только добраться до дома, а там вас ждет ужин. Ваш голод — временное состояние.

В подобном случае малыш может от голода впасть в сильную тревогу, истерику, плач. Его мозг воспринимает сиюминутный дискомфорт как перманентный. Проще говоря, ему кажется, что так он будет чувствовать себя всегда. Дело в том, что у малышей раннего возраста еще недостаточно опыта для решения таких ситуационных задач. Поэтому детские слезы всегда такие искренние, а переживания глубокие. То же самое происходит и в моменты радости.

### Эмоциональный климат дома



На эмоциональное развитие крохи влияет домашняя атмосфера. Он еще не всегда понимает, что происходит, но хорошо чувствует изменение настроения родителей. Дети улавливают мимику, жесты, перемену тона разговора.

Конечно, желательно, чтобы дома были ровные любящие отношения между родителями и членами семьи. Тогда развитие эмоций и психики будет следовать правильному образцу. Потом, попав в общество других детей и взрослых, малыш будет вести себя так, как привык, как научился от своих родителей и ближайшего окружения.

К 2-3 годам могут возникать аффективные реакции. Контроль гнева еще недостаточно развит. Тут нужно понимать, что если дома родители тоже не умеют контролировать свои негативные чувства, то ребенку очень тяжело будет научиться этому. Он видит пример: агрессию, злобу, проявления грубой силы. Для него это становится эталоном решения многих бытовых проблем. Очень важно, чтобы

родители могли на своем примере показать, как правильно реагировать в сложной ситуации.

### Эмоции

Развитие эмоций важно для того, чтобы малыш мог жить в обществе, по его законам. Без эмоционального общения не может быть дружбы, любви, не получится построить даже самые простые отношения. Конечно, у крохи впереди еще много лет, чтобы научиться всему.

В 1-3 года родителям нужно уделять особое внимание эмоциональному развитию. Благодаря тому, что малыш испытывает положительные эмоции, происходит стимулирование памяти, речи. Еще до 1 года мамы и папы должны обеспечить малышу покой и уют, эмоциональное равновесие. Это несложно, ведь родители подходят к кроватке малыша с улыбкой, ласковыми словами. При их появлении он очень скоро начинает испытывать первые приятные впечатления.

Совершенно нормально, если маленький ребенок любопытен, жизнерадостен. В этом возрасте большинство эмоций положительные – так и должно быть. В 1-3 годика не должно быть каких-то особенных страхов, тревожности – это говорит о том, что с психикой происходят нежелательные перемены.

### Эмпатия

Сейчас мы только учим детей сопереживанию. Им еще непонятно, как это — переживать за другого человека. Качественное развитие эмпатии уже началось, но только к 4-5 годам они смогут использовать ее. В детском садике уделяется много внимания данной теме. Дети общаются между собой, дружат, ссорятся. Они начинают понимать другого человека лучше только после длительного общения. Тут большое значение имеют совместные игры детей.

### Восприятие мира

Начиная с возраста 2 лет малыши стараются получать удовлетворение от своей деятельности. Появляются новые эмоции, такие как гордость за достижения, желание быть первым. Только к 3-4 годам это желание станет осмысленным, а пока что ребенку просто нравится в чем-то быть лучше. Играя с родителями в догонялки, он стремится быть быстрее, добежать первым. Когда это получается, малыш испытывает радость.

Игры между детьми тоже носят легкий состязательный характер. Одновременно с этим развивается воля. Конечно, пока еще волевое развитие только начинается. Малыши не умеют контролировать себя. Настойчивость проявляется, только если речь идет о выполнении какого-либо желания.

Уже к 2 годам для малыша важно одобрение взрослых. Он обычно криками и жестами привлекает внимание к тому, что сделал. Нет ничего плохого в том, чтобы похвалить кроху. Это стимулирует его повторить правильное действие. «Успех» приносит ему радость – малыш готов каждому новому человеку показывать, как он сам кушает ложечкой, завязывает бантик или надевает сам ботиночки.



Тут главное не переступить грань. Хвалить постоянно лишь за 1-2 действия неправильно. Он совершает действие — получает бурные похвалы. Ребенку тогда не хочется учиться новому. Лучше похвалите его несколько раз, давая закрепить результат, а затем переставайте. Тогда у него будет стимул вновь заслужить похвалы — получить удовольствие, удовлетворение. Позитивные эмоции стимулируют развитие.

### Развитие эмоциональной сферы

Нормальное эмоциональное развитие детей раннего возраста благотворно влияет на становление личности. С помощью своих эмоций малыш создает свое «я». Для этого необходимо:

- психическое и интеллектуальное развитие;
- игры и игрушки;
- новые впечатления (прогулки по парку, походы в детский театр);
- общение со сверстниками (дети учатся друг у друга);
- творчество;
- новая информация (малыш познает мир).

### Общение

Родителям необходимо обеспечивать для ребенка позитивные изменения. Например, в выходной день погуляйте с ним по городу, сходите в парк, поиграйте вместе. Многие родители сильно устают – они включают детям мультики и занимаются своими делами. Такой опыт не самый позитивный. Сейчас основная масса эмоций идет от живого общения с:

- родителями, родственниками;
- воспитателями, учителями;
- детьми разного возраста.

Но малышу нужно научиться общаться. Покупая ему слишком много игрушек, давая возможность неограниченно смотреть телевизор, играть на телефоне, вы ограничиваете его эмоциональное развитие. Сейчас игрушки уже не вызывает так много радости у детей, как раньше. Они говорят, поют, танцуют – пропадает необходимость использовать воображение.

Дети радуются только моменту подарка, но скоро наступает эмоциональное пресыщение. Игрушки — это хорошо, однако ничто не заменит игр с другими детьми, от которых каждый раз море эмоций – от самых позитивных до негативных (ссоры, обиды). Сейчас важны все эмоциональные переживания.

Общаясь, мы получаем эмоциональный отклик. Даже взрослый человек, лишенный нормального общения с другими, постепенно теряет способность к эмпатии. Его начинают заботить только свои проблемы, а на переживания других он смотрит равнодушно. Очень плохо, если малыш в раннем возрасте ограничен в общении. Он просто не сможет научиться эмоциональной связи с людьми.