# Роль эмоций в жизни ребёнка

Эмоции играют важную роль в жизни детей. **Они помогают ребенку приспособиться к той или иной ситуа­ции.** Страх, испытываемый ребенком, например, при виде большой собаки, побуждает его предпринять опреде­ленные действия, чтобы избежать опасности. Ребенок грустен или раз­гневан — значит, у него что-то не в порядке. Ребенок радуется, выглядит счастливым — значит, в его мире все хорошо. **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.** Например, мальчик начинает испытывать непри­язнь ко всем женщинам только потому, что его воспитала жестокая, нечувствительная к его переживаниям мать. Эмоции способствуют также социальному и нравственному разви­тию, которое начинается с известных большинству родителей и воспитате­лей 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. Так, например радость легче узнается по выражению лица, чем гнев и страх. Способность или умение правильно распознавать эмоциональное состояние другого человека — важный фактор в формировании отношений с людьми. Эта способность, укрепляясь на протяжении детства, приводит в дальнейшем к адекватному восприятию другого человека.

В младшем и среднем дошкольном возрасте дети очень эмоциональны. Эмоции у них выражаются более бурно и непосредственно по сравнению со взрослыми, придавая их ни особую выразительность. Одна причин возникновения тех или к 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.

**Эмоции выполняют оценочную роль, побуждают человека к деятельности, влияют на накопление и актуализацию его опыта.**

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, об­разующие исходный фон жизнедеятельности.**

**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, особенно воспита­теля и сверстников.**

**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.