**Профилактика эмоциональных нарушений у детей раннего возраста**

**Воспитатель:** Гладких Ф.Н.

Дошкольный возраст относится к так называемым критическим периодам в жизни ребенка. По мнению академика Ю. Е. Вельтищева это связано с тем, что в данном возрасте происходит нарастание силы и подвижности нервных процессов, формирование высшей нервной деятельности. Не случайно именно в этом возрастном периоде родители и педагоги нередко сталкиваются с такими проявлениями в поведении детей, как частая смена настроения, повышенная раздражительность, плаксивость, быстрая утомляемость.

Кризисы развития – это относительно короткие периоды в жизни человека, в течение которых он заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают в 1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет (но и не только в детстве). В ходе кризиса проявляются как отрицательные, так и положительные качества личности. К положительным относится стремление к достижению цели, результата своей деятельности, гордость за достижение, любознательность. Отрицательные качества – это капризность, негативизм, упрямство, обесценивание ребенком личности близких (обзывание, подавление окружающих), агрессивность. Ребенок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств. Главная задача родителей и педагогов – не допустить закрепления крайних проявлений.

Деятельность дошкольных учреждений направлена на обеспечение сохранности физического и психического здоровья детей. Профилактическая работа включает организацию витаминотерапии, закаливания, тщательного ухода за детьми и воспитание у них привычек здорового образа жизни. Психологическую безопасность личности ребенка обеспечивает режим комфортной для малыша жизнедеятельности, строгое дозирование интеллектуальных и физических нагрузок, а так же меры, не травмирующие нервную систему ребенка во время образовательного процесса. Важными условиями обеспечения позитивного состояния нервной системы малышей являются учет их интересов, свобода выбора и волеизъявления, безоценочный подход. Малышу должно быть интересно делать не потому, что надо и полезно, а потому, что ему нравится.

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новые условия и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям. Педагогам и родителям необходимо помочь новичкам преодолеть стресс и успешно адаптироваться в детском саду. Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заряжаться сильными – как положительными, так и отрицательными – эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Раннее формирование положительных эмоций – залог становления личности, основа проявления познавательной активности.

Большое значение в профилактике эмоциональных нарушений у детей раннего возраста имеет работа педагогического коллектива с семьей. Практика показывает, что достижение эффекта в результате специальных занятий с ребенком в детском саду не гарантирует позитивных изменений в повседневной жизни малыша. Необходима преемственность работы ДОУ и воспитания в семье. Представление о том, что для воспитания нужны специальные знания, еще не укоренилось в сознании значительной части современных родителей. Ниже представлена памятка для родителей о том, что необходимо знать о детском упрямстве и капризности:

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

- Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5 – 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - это вполне нормально.

- Пик упрямства приходится на 2,5 – 3 года жизни.

- Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

- Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

- В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых – до 19 раз!

- Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятно, речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности, как удобном способе манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

Что могут сделать родители:

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению, но не очень волнуйтесь за ребенка.

- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

- Не пытайтесь в это время что – либо внушать ему - это бесполезно, ругать не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат.

- Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

- Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять за руку и увести.

- Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая девочка, ай-яй-яй!». Ребенку этого и нужно.

- Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка, штучка и т.д.», «А что это там за окном ворона делает?» - это заинтригует капризулю, и он успокоится.

Искусству ладить с ребенком нужно учиться, здесь помогут фантазия и юмор.

Гармоничным можно назвать такое взаимодействие человека с окружающей жизненной средой, при котором сохраняются его здоровье, способность к адекватному поведению и деятельности, а также появляются возможности для полноценного личностного развития.