РОЛЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ В ИХ РАЗВИТИИ

По мнению американского врача-психотерапевта Элизабет Кюблер-Росс, здоровье человека можно представить в виде круга, состоящих из 4 квадратов: физического, эмоционального, интеллектуального и духовного.

Психический, или эмоциональный, составляющий компонент здоровья не менее важен, чем физический.

Известен тот факт, что здоровье ребенка напрямую связано с его душевным равновесием, эмоциональным благополучием и, в целом, с развитием личности. Ребенок, находящийся в спокойном, уравновешенном состоянии, меньше болеет, легче переносит случившиеся заболевания, быстрее выздоравливает. В то же время, эмоциональное перенапряжение у ребенка, чрезмерные переживания, стрессы, а также многие другие факторы могут привести к появлению невроза у ребенка.

Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. С другой стороны, причиненное ему огорчение, проявление несправедливости, вызывают обиду и злость.

Трактовкой понятия «эмоциональное благополучие» занимались многие отечественные и зарубежные психологи. Например, И.М. Слободчиков считает, что эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт,

Под эмоциональным благополучием Г.А. Урунтаевой понимается чувство уверенности, защищенности, способствующие нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

Выделяются три основных уровня эмоционального благополучия: высокий, средний и низкий.

Под высоким уровнем эмоционального благополучия принято понимать:

- желание вступать в общение,
- взаимодействовать длительное время;
- успешное участие в коллективных делах;
- успешное выполнение лидерских, и пассивных ролей;
- умение уладить конфликт, уступить или настоять на своем, признание и адекватное выполнение правил, предложенных взрослыми;
- заботливое отношение к миру чувств людей и предметному миру, умение занять себя, владение адекватными способами выражения своего внутреннего состояния и т.д.

Средний уровень эмоционального благополучия:

- недостаточная инициативность при общении;
- предпочтение исключительно пассивных ролей;
- неумение улаживать конфликты;
- принятие помощи и при возможности ее оказание.

Низкий уровень эмоционального благополучия:

- нежелание и неумение действовать совместно со взрослыми и сверстниками;
- отсутствие инициативы в общении; избегание взаимодействия;
- отсутствие самоконтроля в действиях, поведении и эмоциях;
- исключительная ориентация на собственные действия;
- непризнание правил и норм общения, деятельности
- отсутствие понятий «хорошо» - «плохо» или нежелание им следовать при сформированности;
- конфликтность, агрессивность.

Таким образом, можно сделать заключение, что психологически благополучный ребёнок – это, прежде всего, ребёнок спонтанный и творческий, жизнерадостный и весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом принимает ценность и уникальность окружающих его людей.