**CZYNNIKI WPŁYWAJĄCE I WSPIERAJĄCE ROZWÓJ EMOCJONALNY DZIECI**

Osiągnięcie przez człowieka pełnej dojrzałości emocjonalnej jest procesem długotrwałym i nie każdy taką dojrzałość osiąga. Jeżeli rozwój emocjonalny we wczesnych stadiach ontogenezy przebiega pomyślnie, można oczekiwać prawidłowego kształtowania się uczuć. Wszelkie zakłócenia rozwoju emocjonalnego we wczesnym dzieciństwie utrudniają, a niekiedy uniemożliwiają osiągnięcie dojrzałości emocjonalnej.

Dzieci rodzą się z określonym zasobem wrodzonych reakcji i z możliwością rozwoju wielu innych zachowań. Zakres emocji rozszerza się w miarę dojrzewania dziecka i zależy od wpływów otoczenia.

U noworodków i we wczesnym niemowlęctwie można zaobserwować występowanie emocji uważanych za wrodzone; strachu, gniewu i zadowolenia. Powoli proste emocje zaczynają się przekształcać w bardziej złożone ( miłość, zazdrość ). Słabość procesów hamowania sprawia, że uczucia te są żywe i labilne. Tak mocno wpływają one na całość funkcjonowania dziecka, że już w tym okresie upatruje się zaczątków nerwic bądź zaburzeń równowagi emocjonalnej. W wieku poniemowlęcym tworzą się już zręby osobowości i charakteru dziecka. W tym procesie czynniki biologiczne i społeczne są ze sobą bardzo silnie powiązane. Ważny też jest temperament dziecka, czyli wrodzony sposób reakcji układu nerwowego na czynniki zewnętrzne.

W tym okresie negatywny wpływ na dalszy rozwój emocji i na późniejszą jej niedojrzałość – ma;

* nie zaspokojenie potrzeby bezpieczeństwa ( np.; więź matki z dzieckiem, jej kontakt ), prowadzą do płaczu dziecka, wycofania. Ta potrzeba może być zaspokojona tylko przez osoby dorosłe, przeważnie są to rodzice. Przyczynia się do tego; uporządkowany tryb życia ( wytwarzający oczekiwania, które się spełniają i kształtują przekonanie, że to już było, to znam, to jest bezpieczne) oraz okazywanie dziecku miłości, na którą składa się troska, zrozumienie i uznanie;
* rozłąka z matką lub osobą najbliższą –może spowodować utratę apetytu, spadek odporności na infekcje, zaburzenia snu, autystyczne formy zaspakajania kontaktów społecznych, osłabienie aktywności, a długotrwała rozłąka prowadzi do choroby sierocej, jąkania;
* strach – który w późniejszym okresie może doprowadzić do ; nieśmiałości, zakłopotania, zamartwiania, reakcji nerwowych;
* lęk wywołują przykre przeżycia, dzieci takie zachowują się niekiedy hałaśliwie;
* naśladownictwo –„ przejmowanie ” emocji w relacjach z matką. Uczenie się poprzez obserwacje pewnych sposobów reagowania, wyrażania emocji

( szczególnie tych negatywnych ).

Wiek przedszkolny - tu emocje stają się wyraźniejsze. W wieku 3 – 4 lat jest typowa przekora lub bardziej nasilona postać – negatywizm. Charakterystyczne reakcje ; strach , gniew – szczególnie, gdy jest ograniczona swoboda ruchów dziecka, gdy przerywamy zabawę itp. Strach może uogólniać się pod wpływem niewłaściwych metod wychowawczych lub kiedy jest tłumiony, przerodzić się w reakcje nerwicowe.

Wyrazy gniewu mogą mieć formę łagodniejsza - obrażanie, dąsanie, formę demonstracyjną – kopanie, rzucanie się na podłogę, lub formę ostrą – bicie, gryzienie, niszczenie, samookaleczenie się. Należy zapobiegać i nie dopuszczać do sytuacji nadmiernie pobudzających układ nerwowy i należy uczyć powściągania tych reakcji. np.; nadmiar emocjonujących przeżyć , zarówno pozytywnych ( urodziny, wyjazd ), jak i negatywnych (kłótnie, awantury), powoduje m. in. trudności w zasypianiu, moczenie, lęki,

Wpływy negatywne, wywołujące niepożądane emocje;

* nadmierna symbioza z mamą - rodzicielskie poczucie własności, nie pozwalanie na samodzielne działania dziecka, rozwiązywanie za nie problemów, wytwarzanie nadmiernej zależności dziecka.
* nadpobudliwość psychoruchowa – powoduje płytkość i krótkotrwałość uczuć, często brak akceptacji w domu, przedszkolu i w szkole. Zachowania dzieci prowokują dorosłych do stosowania kar – krzyku, gróźb, bicia, zakazów, co przy ogólnej słabości układu nerwowego tych dzieci łatwo prowadzi do wystąpienia reakcji nerwicowych, tj; lęki nocne, moczenie się, bóle brzucha.
* nieprawidłowe oddziaływanie rodziny np; brutalne traktowanie dziecka, nadmierny rygoryzm, liberalizm, krytykowanie dziecka, ograniczanie praw dziecka, wpajanie poczucia winy, lekceważenie, odrzucanie dziecka, prowadzi do zaburzeń układu emocjonalnego, obniżenia samooceny, lękliwości, bierności społecznej i zachowań agresywnych.
* rodzina o nieprawidłowym funkcjonowaniu –chroniczne konflikty, silna wrogość, brak negocjacji, przyczynia się to min; do powstawania nerwic, zaburzeń zachowania, ucieczek z domu, chorób psychosomatycznych.

Młodszy wiek szkolny, w tym okresie dzieci stają się zdolne do panowania nad emocjami i wyrażanie ich w sposób dopuszczany przez otoczenie.

Poważny wpływ na rozwój emocjonalny ma grupa rówieśnicza oraz niepowodzenia szkolne.

* grupa rówieśnicza , może doprowadzić dziecko do zaniżania samooceny, do nie kontrolowania emocji i zachowania, a brak jej akceptacji do zaburzeń rozwoju emocjonalnego i społecznego.

W tym okresie obserwuje się kształtowanie uczuć wyższych; moralnych, etycznych, społecznych.

Dorastanie – w tym okresie rozwoju stany emocjonalne są ;

Intensywne, pojawia się wyolbrzymianie ( smutku, radości ), uczucia są skrajne

występuje chwiejność emocjonalna, zmienność uczuć.

Ogromny wpływ na dorastające dzieci w tym okresie ma środowisko;

Rodzinne i rówieśnicze.

Środowisko rodzinne – kształtuje osobowość, zaspokaja potrzeby emocjonalne,

pokazuje sposób okazywania uczuć, który dzieci często naśladują. Negatywny wpływ ma także emocjonalnie chłodne nastawienie rodziców do dziecka, brak zaangażowania w jego sprawy.

Grupy rówieśnicze – trudności w kontaktach i odrzucenie, nadmierne uczestnictwo , szukanie akceptacji poza rodziną (spowodowane słabymi więziami rodzinnymi, odrzucenie emocjonalne).

Emocje dziecka przejawiają się w sposób bardzo ekspresyjny. Mimika

i pantomimika przeżyć emocjonalnych jest bogata. Dziecko uzewnętrznia radość, gniew czy strach w śmiechu czy i płaczu, żywych gestach, słowach, ruchach, którym nadaje odpowiednią informację. A my dorośli, powinniśmy starać się te informacje odebrać.

W rozwoju dziecka przeplatają się stany równowagi ze stanami zachwiania równowagi. Do prawidłowego rozwoju emocjonalnego niezbędna jest równowaga między emocjami pozytywnymi, a negatywnymi.

Opracowanie: mgr A. Pietrzak i mgr M. Bińczyk

PPP Nr 2 w Łodzi, ul. Motylowa 3

**Bibliografia**

1. Brzezińska A. I. (red.), Niezbędnik Dobrego Nauczyciela, Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa 2014
2. Brzezińska A. I. (red.), Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa, GWP, Gdańsk 2016.

3. Harwas-Napierała B., Trempała J. (red.), Psychologia rozwoju człowieka

t.2. Charakterystyka okresów życia człowieka, PWN, Warszawa 2005.

4. Ilg F. L., Ames L. B., Baker S. M., Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat,

GWP, Gdańsk 2007.

5. Kohnstamm R., Praktyczna psychologia dziecka, WSiP, Warszawa 1989.

6. Lythcott-Haims J. ,Pułapka nadopiekuńczości czy wyrządzamy krzywdę swoim

dzieciom starając się za bardzo, Dobra Literatura, Słupsk 2018.

7. Sobkowiak M. ,Jak wspierać rozwój przedszkolaka ?, Samo sedno, Warszawa

2019.