**«Нарушения эмоциональной сферы у ребенка»**

**Совет психолога для детей.**

Нарушения эмоциональной сферы у детей возникают, как правило, вследствие какого то травмирующего воздействия, носят временный характер, и поддается лечению. Часто родители не придают большого внимания таким симптомам как плаксивость, апатия, раздражительность, страхи, нарушения сна, потеря аппетита и не предпринимают мер для лечения заболевания.

Причины эмоциональных нарушений у детей специалисты делят на биологические и социальные.

К ***биологическим*** причинам относятся такие, как: индивидуальность нервной системы ребенка, особенности его темперамента и характера, наличие соматических заболеваний и т.д.

К ***социальным*** причинам относятся особенности взаимодействия ребенка с социальным окружением.

Если ребенок регулярно подвергается отрицательным оценкам со стороны взрослого, он бессознательно вытесняет большое количество информации, поступающей из окружающей среды из своего подсознания (не воспринимает информацию). Поэтому при возникновении новых переживаний, не совпадающих со структурой его самосознания в окружающем мире, воспринимаются им негативно, в результате чего ребенок оказывается в стрессовой ситуации.

При неблагополучных отношениях со сверстниками у ребенка возникают острые и длительные эмоциональные переживания - разочарование, обида, гнев.

Семейные конфликты, разные требования к ребенку, непонимание его интересов также могут вызвать у него негативные переживания. Неблагоприятными для эмоционального и личностного развития являются непедагогичные воспитательные методы и приемы. Среди эмоциональных черт, развивающихся под воздействием неправильного стиля воспитания, отмечается агрессивность, в т.ч. направленная против себя, отсутствие у ребенка способности к сопереживанию, появление чувства тревожности, мнительности, эмоциональной неустойчивости в общении с людьми.

Нарушения эмоциональной сферы у ребенка возникают чаще всего при одновременном влиянии обеих групп причин - и биологических и социальных.

**Как проявляются нарушения эмоциональной сферы у ребенка?** Выделяют физиологические и психологические проявления. **К физиологическим проявлениям относятся:**

* Нарушение сна;
* Нарушение аппетита;
* Головная боль или головокружение;
* Боль в сердце;
* Боль в животе;
* Слабость, отсутствие желания что-либо делать и т.д.

**Психологические проявления следующие:**

* Частые перепады настроения;
* Раздражительность;
* Ранимость и обидчивость;
* Страхи;
* Истерики
* Навязчивые действия и т.д.

Эмоциональные нарушения у детей редко носят однотипный характер (например, проявляется только ночным недержанием мочи). Как правило, проблема проявляется одновременно с физиологической и психологической стороны. Например, ребенок страдает от головной боли или мышечной слабости, вследствие чего становится раздражительным и истеричным, а чрезмерная строгость взрослых вызывает страхи. **Коррекция эмоциональных нарушений у детей.** Для коррекции эмоциональных нарушений у детей применяется комплексный индивидуальный подход. Прежде всего должны быть устранены причины, повлекшие за собой эмоциональные нарушения. Большую роль в коррекции играет медикаментозное лечение, психологическая коррекция (индивидуальная или семейная), массаж, физкультура, плаванье, игры, творчество. Наиболее распространенными методами психологической коррекции являются арт-терапия, сказкотерапия, игротерапия, песочная терапия и т.д.

**Если вы подозреваете, что ваш ребенок страдает от эмоциональных нарушений, необходимо обратиться за консультацией к детскому неврологу, психотерапевту, детскому психологу.**

Психолог отделения

медико-социальной

помощи ДПО№12

Шевцова Д.А.