

## Эмоциональное благополучие



- наличия чувства доверия к миру
- способности проявлять гуманные чувства;
- способности сопереживать и чувствовать состояние другого;
- наличия положительных эмоций и чувства юмора;
- способности и потребности в телесном контакте
- чувстве удивления;
- вариативности поведения;
- способности к произвольному усилию для преодоления препятствий или снятия дискомфорта, в том числе и в ситуации соревнования-соперничества;
- способности к положительному подкреплению себя и собственных действий

**Эмоциональное неблагополучие** – это отрицательное эмоциональное самочувствие ребенка, которое может возникнуть в разных случаях: при переживании неуспеха в каком-либо виде деятельности, при отвращении к определенной пище, при неудовлетворенности ребенка отношением к нему окружающих людей. Неблагоприятный психологический климат, вызывающий тяжелые переживания, обуславливает повышенную заболеваемость детей, общие соматические расстройства (рвота, потеря веса и пр.), расстройства вегетативной нервной системы (истерические реакции, страхи и пр.).

Они могут проявляться ярко и непосредственно – **в речи, мимике, позе, движениях.**

### Причины эмоционального неблагополучия

-биологические - *врожденные особенности психофизического развития ребенка, особенности его темперамента и характера*

-психосоциальные - *особенности воспитания в семье; ценностные ориентации родителей; наличие конфликтных отношений между членами семьи, включая взрослых и детей.*

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа №1»

## Диагностика эмоционального неблагополучия



г. Константиновск  
2022 год

Оценивается состояние ребенка как в его индивидуальном поведении, так и в общении с другими детьми и взрослым

Эмоциональное неблагополучие может проявляться в форме:

- беспокойства и тревоги,
- страхов,
- повышенной агрессивности,
- упрямства,
- навязчивых движений и действий (частое мигание, намарщивание лба, носа, подёргивание головой, плечами, шмыгание носом, покашливание и др.)

### **Приемы работы по выявлению**

**Педагогические методы:** посещение семей, наблюдение за детьми, беседы и анкетирование детей и родителей;

**Психодиагностические методы:** рисунки детей и материалы детского творчества (сочинения)



Для диагностики межличностных и межгрупповых отношений применяется **социометрия**. Социометрическая техника **помогает** изучить состояние эмоционально-психологических отношений в детской общности и положение в них каждого ребенка

### **Способы эмоциональной поддержки**

#### **Способ № 1 Эмоциональное включение.**

*Быть рядом, оставаться эмоционально включенным в проблему ребенка, само по себе несет терапевтический эффект.*

#### **Способ № 2 Эмоциональное поглаживание.**

*Комплимент, похвала, способность найти, за что похвалить ребенка, является еще одной формой эмоциональной поддержки.*

#### **Способ № 3 Продвигающие вопросы.**

*Вопросы помогают озвучить свои чувства, мысли и решения. Задавая вопросы, ребенка открывает в себе дополнительные ресурсы, обретает смысл в происходящем*

#### **Способ № 4 Опора на чужой позитивный опыт**

1-х, он развеивает иллюзию про уникальность сложной ситуации, в которую попал ребенок;  
2-х, помогает увидеть возможные варианты выхода из ситуации;  
3-х, добавляет уверенность, что ситуация преодолима.

