

## Эмоциональное развитие

Эмоции в жизни маленького ребенка играют особенную роль. Они являются первой формой связи ребенка с окружающим миром. Эмоции служат выражением отношения ребенка к предметному миру, толкают к познанию, тем самым, способствуя всестороннему развитию малыша, они представляют собой одно из средств общения ребенка с взрослыми и детьми.

На первом месяце жизни крик ребенка, по своему звуковому составу близкий к интонации обиды и недовольства у взрослых, свидетельствует об аналогичном состоянии малыша. Позднее в голосовых реакциях ребенка появляются и другие звуки, позволяющие дифференцировать его эмоциональное состояние.

По наблюдениям ряда исследователей, в период от двух до двенадцати часов после рождения на лице младенца отмечаются движения, напоминающие улыбку. Эти движения возникали во сне и рассматривались как спонтанные и рефлекторные. Собственно улыбка возникала на лице младенца в первую неделю жизни в ответ на различные звуковые стимулы, в том числе и на высокий человеческий голос. К пятой неделе сам по себе человеческий голос не вызывает у младенца улыбку. К этому возрасту в качестве активаторов улыбки начинают выступать различные зрительные стимулы (в том числе вид человеческого лица).

На втором и третьем месяце жизни ребенок уже улыбается спонтанно, а не только в ответ на внешние раздражители. Наиболее универсальным стимулом для улыбки, по замечанию К.Изарда, можно считать вид человеческого лица [К.Изард, 1999]. На втором месяце ребенок замирает и сосредотачивается на лице человека, наклонившегося над ним, улыбается, вскидывает ручки, перебирает ножками, появляются голосовые реакции. Эта реакция называется **комплексом оживления**.

Некоторые психологи детства считают именно это новообразование основным показателем завершения периода новорожденности. Как пишет Д.Б.Эльконин, улыбка на лице ребенка и является концом кризиса

новорожденности. С этого момента у него начинается индивидуальная психическая жизнь. Дальнейшее психическое развитие ребенка есть, прежде всего, развитие средств его общения с взрослыми. По мнению М.И.Лисиной, комплекс оживления является выражением появившейся потребности ребенка в общении с взрослым – первой его социальной потребности [М.И.Лисина, 1986].

В результате ряда исследований М.Ю.Кистяковская обнаружила, что комплекс оживления наблюдается у здоровых детей к концу первого – началу второго месяца жизни. Кроме улыбки, комплекс оживления проявляется быстрыми генерализованными движениями с попеременным сгибанием и выпрямлением конечностей, учащением дыхания, голосовыми реакциями и морганием. По проведенным исследованиям можно сделать ряд выводов:

1. Взрослый может вызвать позитивную эмоцию младенца, просто обеспечивая его слуховыми и зрительными впечатлениями, тем самым, развивая его способность к визуальной концентрации.

2. Своевременное и полное удовлетворение первичных потребностей младенца значительно снижает вероятность возникновения негативных эмоций и создает условия для позитивного эмоционального развития ребенка.

3. Позитивные эмоции способствуют длительной и устойчивой визуальной концентрации.

Таким образом, комплекс оживления свидетельствует о завершении периода новорожденности и начале развития у младенца социальных эмоций.

**Социальные эмоции** – это переживание человеком своего отношения к окружающим людям; они возникают, формируются и проявляются в системе межличностных отношений.

Новорожденный ребенок демонстрирует свои эмоции при помощи крика, который имеет определенный интонационный рисунок. В процессе общения с взрослыми ребенок пытается выразить свои эмоции, создавая имитацию взрослой речи и используя при этом те интонации, которые заложены в нем от рождения. Так у малыша происходит формирование различных голосовых реакций.

На эмоциональную окраску речевого сообщения дети начинают реагировать раньше, чем способны понять его смысл. Так, сурово сказанные, но ласковые по смыслу слова вызывают у ребенка отрицательные эмоции, тогда как мягкий тон сердитого по смыслу словесного обращения стимулирует положительные эмоциональные проявления.

В связи с увеличением длительности бодрствования и дальнейшим развитием деятельности анализаторов у ребенка появляются условия для возникновения положительных эмоций. Если в период новорожденности для ребенка важен телесный контакт с матерью, то с 6 месяцев голос и зрительный образ матери несут такой же позитивный эмоциональный импульс, как ранее физический контакт. Более того, нормально развивающемуся ребенку крайне важно теперь видеть мать. Этот этап развития, когда плачущий шестимесячный ребенок замолкает, услышав из другой комнаты голос мамы, психологи называют **«появлением надежды»**.

Одной из основных социальных эмоций считается **эмпатия**. Эмпатией называется способность человека эмоционально отзываться на переживания других людей. Считается, что первичные эмпатические реакции ребенка на отрицательное состояние матери – тревогу, страх, огорчение – можно обнаружить в возрасте 2-3 месяцев. Они носят характер плача, двигательного возбуждения, отказа от пищи. Уже к концу первого года жизни ребенок делает попытку утешить расстроенную мать. Он заражается отрицательным эмоциональным состоянием другого человека, поэтому вслед за одним ребенком в яслях начинают дружно плакать и все остальные.

В развитии эмпатии у ребенка серьезная роль принадлежит взрослому. Для формирования подобных эмоций у малыша хорошо использовать различные жизненные ситуации. Именно все домашние должны проявлять сочувствие друг к другу, побуждая к этому и ребенка.

Большое место во всем поведении детей второго года жизни занимает эмоциональное общение их друг с другом. Однако в связи с существенными сдвигами в развитии высшей нервной деятельности, которые происходят у

ребенка на втором году жизни, необходимо постепенно усложнять эмоциональное общение его с окружающими, а также развивать такие сложные, социально полезные эмоции, как заботливость, ласковость, участие, жалость. Их можно формировать по мере развития у детей понимания и активной речи.

В своем эмоциональном и социальном росте дети проходят через несколько фаз, в результате чего устанавливаются первые прочные отношения. Эмоции новорожденного ограничиваются дистрессом и ненапряженным интересом, но уже вскоре ребенок начинает проявлять целый спектр эмоций, таких как печаль, гнев, отвращение и удовольствие. Они вызываются в процессе взаимоотношений младенца с окружающими его людьми. Затем, главным образом, в течение второго года жизни, начинают появляться социальные эмоции: гордость, стыд, смущение, вина и сочувствие. Американскими психологами Стэнли и Нэнси Гринспенами выделены **шесть основных этапов в эмоциональном развитии** младенца в рамках первых отношений с окружающими:

1. Приспосабливание и интерес к миру – с момента рождения до трех месяцев. В первые недели жизни младенцы стремятся к регулярности и покою, но вместе с тем пытаются не упустить ни одного из своих ощущений и переживаний, связанных с окружающим миром. На этой стадии младенцы не проводят различия между теми, кто о них заботится, и другими людьми, реагируя на всех примерно одинаково.

2. Влюбленность – от 2 до 7 месяцев. В два месяца младенцы, приспособившиеся к новой среде обитания, становятся более внимательными к окружающему их миру. Они узнают близких людей и направляют свое внимание в первую очередь на тех, кто о них заботится, а не на чужих. Теперь мир людей кажется младенцам привлекательным, волнующим и доставляющим удовольствие, - и они это показывают.

3. Развитие интенциональной (преднамеренной) коммуникации – от 3 до 10 месяцев. Эта фаза в значительной мере накладывается на предыдущую, но теперь уже младенцы начинают вести с другими диалог. Мать и дитя

инициируют свои собственные игровые последовательности взаимодействия: обмениваются взглядами, играют в короткие игры и делают паузы. То же самое происходит между отцом и ребенком, а также между ребенком и его братьями или сестрами.

4. Появление устойчивого чувства Я – от 9 до 18 месяцев. Годовалые дети уже могут лучше обслуживать себя и играют более активную роль в эмоциональных отношениях с матерью и отцом. Они способны оповещать родителей о своих потребностях эффективней и точнее, чем раньше. Они начинают пользоваться словами при общении с окружающими. В конце этого периода младенец осознает отличие себя от других.

5. Развитие эмоционального воображения – от 18 до 36 месяцев. Дети могут добывать знания о мире людей благодаря символической игре, в которой они воображают себя другими или имитируют их действия. В течение этого периода эмоциональный репертуар детей расширяется и начинает включать в себя социальные эмоции: сочувствие, смущение, а через некоторое время стыд, гордость и вину. Эти проявления совпадают с дальнейшим развитием у них чувства Я и с расширением их знаний о социальных правилах.

6. Эмоциональное мышление: базис для развития фантазии, реализма и самооценки – от 30 до 48 месяцев. К этому моменту взаимные уступки в близких отношениях со значимыми людьми принимают форму партнерства. Маленькие дети способны понять, чего ждет заботящийся о них человек, а затем попытаться изменить свое поведение так, чтобы удовлетворить эти ожидания и тем самым достичь собственных целей [Г.Крайг, 2001].

Кроме положительных эмоциональных форм общения, на втором году жизни могут возникать и отрицательные эмоции. Именно в этом возрасте имеется больше предпосылок для возникновения у ребенка отрицательных эмоциональных реакций, чем в последующие периоды его развития. Это объясняется, прежде всего, тем, что у детей в этом возрасте еще плохо развита активная речь, что приводит к неумению выразить словами свое отношение к тому или иному факту, событию или ситуации. Отрицательные эмоциональные

состояния выражаются не только в крике и плаче. Находясь в состоянии недовольства чем-либо, ребенок в этом возрасте топает ногами, дерется, а иногда и кусается.

В развитии любой сферы можно встретить не только положительные моменты, но и нарушения. Такие отклонения случаются и в развитии эмоций у ребенка. Они могут выражаться как в недостаточном их развитии (эмоциональная холодность), так и в чрезмерном развитии отрицательных эмоций.

Преследуя цель вырастить веселого и жизнерадостного малыша, взрослые должны знать те причины, из-за которых у ребенка возникают отрицательные эмоциональные состояния, для того чтобы была возможность их предупредить. Вот наиболее характерные причины возникновения отклонений в эмоциональном развитии ребенка:

1. Срыв привычного стереотипа поведения. Изменение привычек требует от ребенка большого нервного напряжения и сопровождается нарушением не только эмоциональной сферы, но и всего поведения. Например, переезд на новую квартиру, передача ребенка на несколько дней бабушке могут вызвать у ребенка отказ от игры, потерю аппетита, плохой сон и т.д.

2. Неправильное построение режима дня ребенка. Если установленный ритм сна, кормления и бодрствования не соответствует индивидуальным особенностям ребенка или установленный режим часто нарушается взрослыми, это зачастую приводит к тому, что ребенок становится раздражительным и плаксивым.

3. Неправильные воспитательные приемы. Если ребенка запугивают, мешают ему двигаться, прерывают игру и т.п., то ребенок будет в плохом эмоциональном состоянии. Также вредно отражается на эмоциональном здоровье ребенка отношение к нему как к «игрушке».

4. Отсутствие необходимых условий для игры и самостоятельной деятельности. Неудовлетворение потребностей ребенка в новой информации, в самостоятельности приводит к возникновению различных отрицательных

эмоций.

5. Создание односторонней аффективной привязанности у ребенка. Если ребенок привык быть только с матерью, если ее любовь выражается в ласках, поцелуях, фиксации на себе его внимания, то это тоже приводит к эмоциональным нарушениям.

6. Отсутствие единого подхода в воспитании ребенка.

### **Привязанность**

В течение жизни большинство людей вовлечены в ряд значимых межличностных отношений. Первая, наиболее важная, связь устанавливается между младенцем и матерью или тем, кто заботится о ребенке. Связывающие их узы становятся заметно прочнее к тому времени, когда ребенку исполняется 8-9 месяцев. Начиная с середины 60-х гг. психологи, описывая эти первые отношения, пользуются термином **привязанность**, подразумевающим отношения, характеризующиеся сильной взаимозависимостью, интенсивными обоюдными чувствами и жизненно важными эмоциональными связями.

Поскольку отношения привязанности чрезвычайно важны для психосоциального развития младенца, необходимо разобраться в механизмах формирования привязанности.

Психолог Мэри Эйнсворт, вслед за Д.Боулби, относит к поведенческим компонентам привязанности такие формы поведения, которые в первую очередь обеспечивают близость к тому человеку, к которому малыш привязан. Они включают в себя сигнализирующее поведение (плач, улыбку, голосовые сигналы), ориентирующее поведение (взгляды), локомоции, вызванные поведением другого человека (следование, приближение), активные действия, направленные на достижение физического контакта (карабканье, обхватывание руками и прижимание). Все эти формы поведения говорят о привязанности только в том случае, если они направлены на тех людей, которые заботятся о младенце, а не на окружающих в целом.

Чтобы привязанность могла возникнуть, младенец должен проявлять активность. Похоже, что именно первичные действия ребенка вызывают

соответствующий отклик со стороны заботящегося о нем взрослого, который не только удовлетворяет физиологические потребности ребенка, но также и общается с ним через разговор, улыбки, прикосновения. Привязанность младенца к матери начинает формироваться очень рано.

На начальной стадии привязанности – между 8 и 12 неделями – ребенок посылает сигналы, не адресованные конкретному лицу.

В течение первого полугодия, в фазе становления привязанности, ребенок различает знакомых и незнакомых, предпочитая первых.

На стадии сформированной привязанности (после 6 месяцев) ребенок способен предпринимать активные действия для достижения желаемой близости с мамой или воспитателем. Ребенок создает внутренний образ воспитателя и начинает страдать от разлуки с ним.

Привязанность между матерью и ребенком образует основу расширяющегося спектра эмоциональных реакций у развивающегося младенца. К ним относятся: установление интерактивной связи; боязнь незнакомых людей и тревога отделения; меняющиеся со временем реакции на разлуку с близкими.

Поведение матери и ребенка, приводящее к возникновению привязанности, разворачивается в виде циклической последовательности, в которой каждая из взаимодействующих сторон поочередно воздействует и отвечает на воздействие другой стороны.

Одна из вех возрастного развития отношений привязанности – появление боязни незнакомых людей и тревоги отделения. Педиатры и психологи часто не делают различий между этими двумя феноменами, определяя оба как «**тревогу семимесячных**». Малыши, которые до этого улыбались, были приветливыми и открытыми, неожиданно становятся робкими и настороженными в присутствии незнакомых людей. Перспектива остаться одним в незнакомом месте, даже на минуту, может вызвать у них сильное беспокойство, при этом не обязательно, чтобы имело место какое-то травматическое событие. На этой стадии привязанности дети часто плачут и цепляются за тех, кто о них заботится. Лишь с большой осторожностью они поворачиваются и смотрят на незнакомца,

изучая его. Боязнь незнакомых людей, отличаясь разной степенью выраженности, сопровождает ребенка фактически до двух лет.

Ребенок, который сформировал полноценные отношения привязанности к ухаживающему за ним взрослому, реагирует на разлуку с этим человеком совершенно по-другому, нежели младенец, которому не удалось установить такие отношения. Привязавшийся ребенок отвечает как на короткую, так и на продолжительную разлуку рядом довольно бурных проявлений. Джон Боулби выделяет в реакции на разлуку у малышей, начавших ходить, три стадии: протест, отчаяние и отстранение.

На *стадии протеста* дети отказываются признать свое отделение от объекта привязанности. Они могут плакать, кричать, брыкаться, биться головой о постель, отказываться контактировать с кем-либо, пытающимся их успокоить. На *стадии отчаяния*, которая может наступить через несколько часов или даже дней после первичной реакции, дети, как представляется со стороны, теряют всякую надежду. Они уходят в себя и становятся очень тихими. Если на первой стадии плач ребенка был громким и гневным, то сейчас в нем слышится безысходность и монотонность. Наконец, наступает *стадия отстранения* – дети, оторванные от близких им людей, начинают откликаться на проявления внимания со стороны тех, кто их окружает, и кажутся оправившимися от своего горя. Если их навещает кто-то из родных, они встречают его с некоторым отстранением или даже равнодушием.

Когда взрослые сталкиваются с первыми двумя стадиями реакции малыша на разлуку с родными, они из самых лучших побуждений часто пытаются воспрепятствовать тому, что им кажется неподобающим поведением. Но они недооценивают всю сложность реакций маленького ребенка. Такие дети нуждаются в терпеливом понимании и теплом отношении, которые помогают им справиться со стрессом. Фактически, реакция малыша на разлуку является прототипом его поведения в последующей жизни. Эта реакция предвосхищает ту бурю чувств, которая охватывает подростка при расставании с первой любовью, и горе, которое приходится переживать взрослому в случае смерти

своего супруга. И маленьким детям, и взрослым необходимо проработать эти эмоциональные реакции для того, чтобы впоследствии легче справляться с теми расставаниями, которые неизбежно будут случаться на протяжении жизни. Только если детям будет позволено выражать свои чувства, они смогут достичь той степени отстраненности, которая позволит им пережить эмоционально новую для них ситуацию и сформировать новые привязанности.

***Контрольные вопросы:***

***Как проявление чуткости со стороны тех, кто окружает ребенка, влияет на развитие «привязывающего» поведения?***