

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НЕУРАВНОВЕШЕННОСТЬ

Дети гораздо больше подвержены переменам настроения, чем взрослые. Их легко развеселить, но еще легче огорчить или обидеть, так как они почти совсем еще не знают себя и не умеют владеть собой. Вот почему они способны пережить целую гамму чувств и волнений за необычайно короткий промежуток времени. Ребенок, который катается по полу от смеха, может внезапно расплакаться или прийти в отчаяние, а минуту



спустя, с еще не высохшими глазами, опять заразительно смеяться. Подобное поведение детей совершенно нормально.

Кроме того, у них бывают хорошие и плохие дни, совсем как у нас. Ребенок может быть сегодня спокойным и задумчивым либо капризным и хнычущим, а завтра - живым и веселым. Иногда мы можем объяснить его плохое настроение усталостью или переездом на новое место, огорчениями в детском саду, недомоганием, ревностью к младшему брату... Другими словами, мы понимаем, что его длительное плохое настроение вызвано тревожным состоянием из-за какого-то конкретного обстоятельства, и, хотя всеми силами стараемся помочь ребенку избавиться от него, часто бывает, что чувства малыша вызывают у нас полное недоумение.

Факт тот, что никто не в силах полностью объяснить подобную эмоциональную неуравновешенность детей. Поэтому до тех пор, пока плохое настроение не затягивается надолго — к примеру, на несколько дней — и не переходит какие-то границы, нет нужды беспокоиться. Но если ребенок очень долго находится в подавленном состоянии или с ним происходят резкие и неожиданные перемены, лучше обратиться за советом к психологу. Если что-то постоянно беспокоит ребёнка, врач сможет объяснить, как нам стоит поступить. Ежели, напротив, всё в порядке, он успокоит нас, и мы перестанем тревожиться.

А вообще лучше не придавать слишком большого значения переменам его настроения и позволить ребёнку самостоятельно обрести эмоциональную стабильность.

Материал подготовила: воспитатель Л.Т. Агафонова.

Литература: Аллан Фромм. Азбука для родителей.