

**Консультация для родителей
«Роль семьи в эмоциональном
развитии ребенка»**



Большинство психологов считают, что *психологическое здоровье или нездоровье ребенка неразрывно связано с психологической атмосферой или климатом семьи и зависит от характера взаимоотношений в семье.*

Если в семье ребенка царит доброжелательность, любовь, это срабатывает как положительный фактор.

В атмосфере же холодного отчуждения и постоянных конфликтов вырастают дети с психическими расстройствами и личностными проблемами.

Именно в семье в первую очередь формируются интересы, потребности и ценностные ориентации ребенка.



Наблюдая за отношениями взрослых, их эмоциональными реакциями и ощущая на себе все многообразие проявлений чувств близких ему людей, ребенок приобретает нравственно-эмоциональный опыт. В спокойной обстановке и малыш спокоен, ему свойственно чувство защищенности, эмоциональной уравновешенности.

Очень часто дети «заряжаются» нашими эмоциями, как положительными, так и отрицательными. Дети реагируют на поведение, взаимоотношения родителей, их ссоры, наказания.

Если ситуации конфликтов, ссор между родителями случаются редко, они не оставят глубокого следа в эмоциональном развитии ребенка. Но если ребенок испытывает постоянное напряжение (при частых конфликтах), то можно говорить о предневротическом состоянии ребенка.

Наиболее болезненными для ребенка в семье являются следующие ситуации:

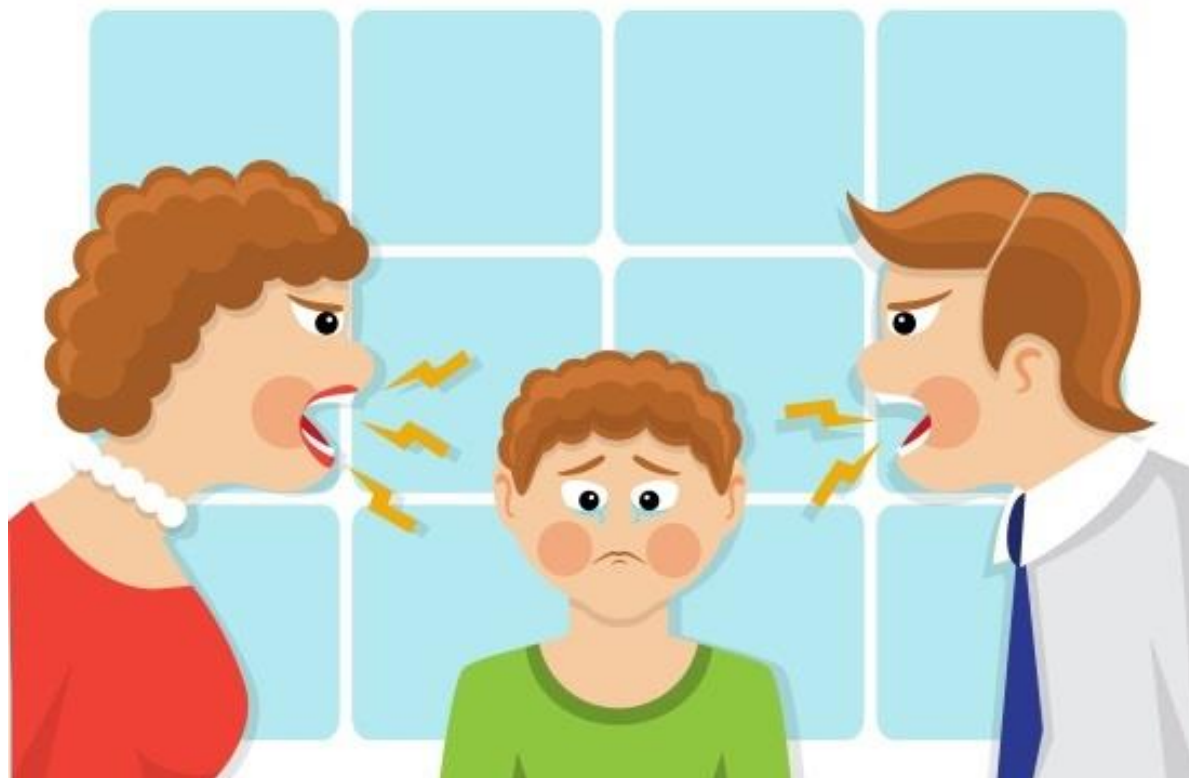
- когда родители не удовлетворяют потребности ребенка в любви и полностью отвергают его;

- когда ребенок является в семье средством разрешения конфликтов между супругами;

- когда родители используют в качестве дисциплинарной меры угрозу «разлюбить» ребенка или уйти из семьи;

- когда родители открыто или косвенно заявляют ребенку о том, что он является причиной их неприятностей;

- когда в окружении ребенка отсутствует человек, способный понять его переживания.



Чтобы ваш ребенок был эмоционально благополучен, постарайтесь придерживаться следующих принципов:



- Безусловно принимайте ребенка – значит, любите его не за то, что он умный, красивый, способный и т. д., а просто за то, что он есть. Старайтесь употреблять такие выражения:

- «Ты самый любимый»;
- «Я тебя люблю любого»;
- «Какое счастье, что ты у нас есть».

- Помните, что каждое ваше слово, мимика, жесты, интонация несут ребенку сообщение о его самооценке. Стремитесь создавать у вашего ребенка высокую самооценку, подкрепляя это словами:

- «Я радуюсь твоим успехам».
- «Ты очень многое можешь».

- Не допускайте, чтобы ваш ребенок находился наедине со своими переживаниями. Найдите время и обратитесь к нему:

- «Я вижу, что тебя что-то беспокоит»;
- «Я вижу, что тебя кто-то огорчил».

- Недопустимы, даже в критических ситуациях, грубость, унижение, злость, выражения типа

- «Терпеть не могу»;

- «Ты мне надоел».

- Не оставляйте без внимания любую детскую просьбу. Если ее нельзя выполнить по какой-то причине, не отмалчивайтесь, не ограничивайтесь коротким «нет», а объясните причину отказа.

- Не отождествляйте поступок и ребенка. Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.

- Стремитесь проявлять полную заинтересованность к ребенку в процессе общения. Подчеркивайте это кивком, восклицаниями. Слушая его, не отвлекайтесь. Предоставляйте ему время для высказывания, не торопите его и не подчеркивайте своим внешним видом, что это уже вам неинтересно.

- Соблюдайте принцип равенства и сотрудничества с детьми.

- Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми.

- Используйте в повседневном общении приветливые фразы:

- «Мне хорошо с тобой»;

- «Я рада тебя видеть»;

- «Давай посидим (поделаем, посмотрим) вместе»;

- «Ты, конечно, справишься»;

- «Мне нравится, как ты...»

- Обнимайте своего ребенка не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день.



Для того чтобы правильно организовать взаимоотношения с детьми в процессе общения, стремитесь преодолевать:



Барьер занятости (вы постоянно заняты работой, домашними делами);

Барьер взрослости (вы не чувствуете переживания ребенка, не понимаете его потребностей);

Барьер «воспитательных традиций» (вы не учитываете изменившиеся ситуации воспитания и уровень развития ребенка, пытаетесь продублировать педагогические воздействия собственных родителей);

Барьер «дидактизма» (вы постоянно пытаетесь поучать детей).

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок был эмоционально отзывчив, придерживайтесь этих рекомендаций:



- Занимаясь с ребенком, не прячьте свои эмоции в дальний угол, улыбайтесь, проявляйте удивление, интерес, восторг.
- Развивайте словарный запас ребенка. Необходимо, объясняя что-то малышу, обозначать словом определенные эмоции, тем самым закладывая основы эмоционального словаря: «радость», «грустно», «сердишься», «удивляешься», «огорчен» и т. п.
- Обращайте внимание на собственные чувства и называйте их.
- Учите сопереживать героям сказок, мультфильмов.
- Не лишайте ребенка права на так называемые негативные эмоции (гнев, страх, обида). *Просто обучайте его конструктивным способам выражения и преодоления переживаемого состояния.*

Предлагайте малышу различные способы, помогающие ему взять себя в руки:

- покричать в «стаканчик» криков;
- побить подушку;
- почитать любимую книжку;
- спеть песенку;
- простучать обиду или злость на барабане;
- нарисовать свой страх, потом разорвать рисунок на мелкие кусочки и выкинуть в мусорное ведро.

Когда близкие взрослые любят ребенка, хорошо относятся к нему, признают его права, внимательны к нему, он испытывает **эмоциональное благополучие** – чувство уверенности, защищенности. В этих условиях развивается жизнерадостный, активный физически и психически ребенок.



Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

Именно в условиях взаимной любви в семье ребенок начинает учиться любви сам. Чувство любви, нежности к близким людям, прежде всего к родителям, формирует ребенка как психологически здоровую личность.