

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ РЕБЕНКА В СЕМЬЕ

Взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром. Этот опыт закрепляется и формирует определенные модели поведения с другими людьми, которые передаются из поколения в поколение.

Недаром говорят: «Яблоко от яблони недалеко падает» Так оно и есть. Все, что делают взрослые, непроизвольно фиксируется детьми, а после воспроизводится: их взгляды, слова, поступки. Непослушные дети появляются у тех родителей, которые сами в детстве страдали от конфликтов с родителями.

Ребенку с момента рождения необходимо не только уход и питание, но и общение. Если ребенок лишен постоянного контакта со взрослыми, он плохо развивается не только психически, но физически: не растет, худеет, теряет интерес к жизни.

Общение взрослого и ребенка происходит через **взгляды, слова и прикосновения**.

**Через взгляд** мы передаем ребенку свои чувства (все что творится у нас в душе-отражается в глазах) Ведь не зря говорят «Глаза – зеркало души»

**Слово**, как и взгляд, имеет огромное значение. Вот как об этом сказал Я. Козловский.

«Слово»

Слова умеют плакать и смеяться,  
Приказывать, молить и заклинать,  
И, словно сердце, кровью обливаться,  
И равнодушно холодом дышать.  
Призывом стать, и отзывом, и зовом  
Способно слово, изменяя лад.  
И проклинают, и клянутся словом,  
Напутствуют, и славят, и чернят.

Ученые давно доказали, что если ребенок рождается и растет в атмосфере любви, то он вырастает более счастливым и благополучным. Существует много способов проявления любви. Одним из таких замечательных способов является **объятие**. Медики и психологи единогласно пришли к заключению, что объятия крайне необходимы в семье. Они не портят характер людей, всегда доступны, всем приятны и необходимы людям любого возраста. Хотя это внешнее проявление любви, однако, объятия оказывают немедленный внутренний эффект. Считается, что ежедневно необходимы 5 объятий для выживания, 10 – для поддержки и 15 – для роста и развития ребенка. Наилучший результат достигается тогда, когда объятия используются в нужный момент в течение всего дня.

#### Симптомы эмоциональных проблем

##### От одного года до двух лет

- склонность к уединению;
- избыточное качание и позирование;
- отсутствие видимой тревоги при разлуке с родителями;
- чрезмерная отвлекаемость;
- частая раздражительность, не поддающаяся успокоению (помимо периодических вспышек гнева);
- лунатизм.

##### От двух до трех лет

- постоянная пугливость;
- неудачные попытки заговорить;
- неспособность сосредоточенно играть с чем-либо в течение десяти минут;
- напряженные и длительные конфликты с братьями и/или сестрами;
- избыточная активность;
- повышенная гневливость и агрессивность;
- медленное восстановление после вспышек гнева;
- тяжелая и длительная реакция на разлуку с родителями.

#### От трех лет до шести лет

- частые случаи самонаказания и нанесения себе травм;
- частые и тяжелые конфликты с другими детьми;
- постоянное уединение, избегание контактов с другими детьми;
- общая неспособность следовать правилам и указаниям;
- нежелание разговаривать и договариваться;
- внезапные, заметные и продолжительные периоды снижения общей уверенности в себе, невнимания или утраты интереса к окружающему;
- постоянная меланхолия.

#### Признаки здорового эмоционального состояния

##### От полутора до двух лет

- все чаще играет и ведет себя «понарошку», в том числе изображая эмоциональные реакции;
- начинает использовать для выражения чувств арсенал определенных жестов и интонаций;
- время от времени, в состоянии огорчения или замешательства, ищет спокойствия и уединения;
- развивает все большую способность распознавать эмоциональные состояния других людей (особенно родителей) ;
- начинает все более подходящим образом и конструктивно реагировать на разные эмоциональные состояния других (особенно родителей) ;
- разрабатывает вместе с родителями репертуар способов или «кодов» для передачи эмоций и чувств.

##### От двух до трех лет

- развивает способность «закатывать» вспышки гнева и успокаиваться после них;
- все больше ведет себя так, чтобы проверить настроение и получить эмоциональный ответ других людей;
- проявляет все больше воображения в игре и переживаниях;
- пытается выражать свои чувства с помощью слов;
- начинает беспокоиться о том, что могут произойти неприятные события;
- ищет подтверждения благополучия своего и своих близких.

##### От трех до четырех лет

- все больше упражняется в управлении эмоциями;
- пытается манипулировать эмоциями других (особенно сверстников) ;
- проявляет интерес к своей половой принадлежности, что находит отражение в эмоциональном самовыражении;
- проявляет больше привязанности к родителю противоположного пола, что может приводить к некоторой соревновательности и противоречиям в отношениях с родителем того же пола;

- стремится к пониманию и обсуждению эмоций;
- начинает проявлять заметный эмоциональный отклик (положительный или отрицательный) на сны.

#### От четырех до шести лет

- ищет конструктивный выход эмоциональному напряжению в спокойной и осмысленной форме (например, рисование или игра);
- начинает высказывать суждения о причинах и проявлениях эмоций;
- становится все более самостоятельным в плане получения удовлетворения и разрешения эмоциональных затруднений;
- проявляет все большее сочувствие и интерес к другим людям (особенно сверстникам);
- ищет и признает справедливость в эмоциональных конфликтах.

#### От шести до семи лет

- склонен проявлять крайние формы эмоционального ответа, например, неудержимый восторг вместо спокойной радости или истерический плач вместо просто грусти;
- очень восприимчив к эмоциональным травмам;
- может проявлять опасения перед посещением школы и испытывать в связи с этим отношение родителей к себе;
- формирует многочисленные, относительно поверхностные и кратковременные взаимоотношения со сверстниками;
- начинает включаться в «сексуальные игры» со сверстниками, чтобы удовлетворить любопытство, связанное с гениталиями;
- чаще вступает в конфликты с братом или сестрой;
- может прибегать к лжи и воровству как форме противодействия и непослушания.

Таким образом, чтобы сохранить эмоциональное благополучие ребёнка необходимо:

1. Иметь представление о различных этапах в жизни ребёнка;
2. Относиться к ребёнку как к равноправному партнёру;
3. Принимать активное участие в жизни семьи;
4. Всегда находить время, чтобы поговорить с ребёнком;
5. Интересоваться проблемами ребёнка, вникать во все возникающие в его жизни сложности;
6. Помогать ребёнку развивать свои умения и таланты;
7. Уважать право ребёнка на собственное мнение.