

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЁНКА В УСЛОВИЯХ СЕМЬИ»

Гармоничное развитие ребёнка лежит в трёх плоскостях:

Физический уровень (состояние физического здоровья)

Социальный уровень (умение выстраивать межличностные отношения, принимать правила и нормы, способность к саморегуляции поведения)

Психологический уровень (мотивация, интеллектуальное развитие, эмоциональная сфера)

Зачастую уделяя основное внимание физическому и интеллектуальному развитию ребёнка, родители не уделяют должного внимания развитию социально-эмоциональной сферы. Отсюда различные признаки социально-эмоционального неблагополучия, которые со временем всё более проявляются в поведении ребёнка: эмоциональная неустойчивость, капризы, истерики, страхи, агрессивность, застенчивость и т.д. Именно поэтому так важно с самого раннего возраста учить ребёнка понимать свои эмоции, чувства и желания, адекватно выражать их, уметь произвольно управлять своим поведением.

Определяющую роль в эмоциональном развитии играет то, насколько родители умеют понимать своего ребёнка, различать истинные потребности от капризов, являются ли они образцом адекватного выражения собственных чувств и эмоций. Согласитесь, что сложно требовать от ребёнка навыков саморегуляции поведения, если родители сами не умеют

контролировать свои психические реакции. Таким образом, в первую очередь сами родители должны быть примером эмоциональной зрелости. Здесь действует следующий принцип воспитания: важно не то, что говорим, а то, как поступаем.

Что необходимо знать родителям о проявлении у детей признаков эмоциональной неустойчивости в дошкольном возрасте:

- ✓ Зачастую с помощью эмоций дети пытаются манипулировать взрослыми. При этом каждый ребёнок отлично знает и разбирается – с кем из близких он может позволить себе то или иное поведение, а с кем нет. Как пример – мама с трудом справляется с капризами своего ребёнка, хотя при папе малыш ведёт себя вполне адекватно и во всём его слушается. Эта ситуация достаточно типичный пример того, что дети ведут себя с нами так, как мы позволяем им себя с нами вести.
- ✓ Те проблемы, с которыми сталкиваются родители в эмоциональном развитии ребёнка зачастую являются отражением собственного неблагополучия. Это значит, что ребёнок как маленькое зеркальце очень точно отражает состояние мамы и/или папы. Если дело в этом – самое время задуматься над собственными эмоциональными переживаниями и трудностями. Когда вы найдёте в себе силы справиться с ними (прожить и отпустить) – у ребёнка во-первых появится пример того, как справляться с негативными переживаниями, во-вторых его поведение автоматически начнёт меняться без дополнительных усилий с вашей стороны.

Кроме того необходимо обратить внимание на сам стиль воспитания – возможно причина кроется именно в этом.

Эффективность вашего стиля будет определяться тем, насколько он удовлетворяет основные потребности ребёнка. А их всего две!

- 1.** Потребность в безусловной любви и принятии. Насколько родители умеют проявлять свои чувства к ребёнку, насколько сам малыш чувствует, что живёт в атмосфере заботы, внимания и любви (не путать с гиперопекой!). Традиционно за удовлетворение этой потребности в семье в большей степени отвечает мама.
- 2.** Потребность в безопасности. Здесь имеются в виду те правила и нормы, которые усваивает ребёнок в каждой конкретной семье. Это вопрос дисциплины и границ. Казалось бы, что малыши с самого раннего детства только и делают, что пытаются нарушать всевозможные запреты и ограничения, которые устанавливают им взрослые. Это действительно так. Именно поэтому важно не переусердствовать и определив наиболее значимые правила (с учётом возраста и особенностей ребёнка) терпеливо приучать к ним. И, конечно, нельзя забывать о том, что вы сами должны выполнять предъявляемые правила и нормы. Другими словами – если вы хотите приучить ребёнка к порядку, в первую очередь вы должны сами его соблюдать. Традиционно за удовлетворение этой потребности в семье в большей степени отвечает папа.

Важно чтобы обе эти потребности были удовлетворены в равной степени – этот баланс и станет основой **гармоничного развития** вашего малыша, включая его эмоциональную сферу. Как сказал О. Уайльд – «Лучший способ сделать ребёнка хорошим – сделать его счастливым»

КАК ФОРМИРУЕТСЯ ЛИЧНОСТЬ.

Если ребенка постоянно критикуют – он учится ненавидеть.

Если ребенок живет во вражде – он учится агрессивности.

Если ребенка высмеивают – он становится замкнутым.

Если ребенок растет в упреках – он учится жить с чувством вины.

Если ребенка подбадривают – он учится верить в себя.

Если ребенок растет в безопасности – он учится верить в людей.

Если ребенка поддерживают - он учится ценить себя.

Если ребенок растет в атмосфере понимания и дружелюбия – он учится находить любовь в этом мире.

ПРИНЦИПЫ ОБЩЕНИЯ С РЕБЁНКОМ

- ✓ **Безусловно принимать ребёнка**
- ✓ **Активно слушать его переживания и потребности**
- ✓ **Бывать (читать, играть, заниматься) вместе**
- ✓ **Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется**
- ✓ **Помогать, когда просит**
- ✓ **Поддерживать успехи**
- ✓ **Делиться своими чувствами (значит доверять)**
- ✓ **Проявлять внимание через телесный контакт (обнимать)**