# Рекомендации для родителей

# «Эмоциональное благополучие ребенка»



 Автор: воспитатель Парфенова И.К.

Воспитывая ребенка, будь то родитель, воспитатель детского сада, педагог дополнительного образования, учитель начальных классов, каждый, кто принимает участие в воспитании личности, несет ответственность за его эмоциональное благополучие.

Эмоциональное благополучие ребенка – залог психического здоровья и ребенка и взрослого человека, сформировавшейся личности. Его основа формируется в детском возрасте, следовательно, зависит от среды окружения ребенка, родных и близких ребенку, их отношение и реакции на его поведение.

От того как близкие:

• научат ребенка доверять близкому окружению;

• сформируют правильное отношение к «плохим» поступкам;

• сформируют тесное взаимодействие ребенка с родными, близкими и друзьями;

• правильно организуют совместный досуг с ребенком;

• способствуют проявлению гуманных чувств;

• научат сопереживать и чувствовать настроение собеседника;

• сформируют адекватную самооценку;

• научат выражать не только положительные эмоции (чувство юмора, чувстве удивления, радость), но и отрицательные (направить плохое настроение в положительное «русло»; направить негативную энергию и раздражение в какое-либо дело, а не на конкретного человека);

• удовлетворят потребности ребенка в телесном контакте (поглаживание ребенка, массаж, объятия);

• научат преодолевать препятствия в ситуации соревнования и соперничества

зависит эмоциональное благополучие ребенка и будущего взрослого человека.

Какой же он, эмоционально благополучный ребенок?

Это ребенок, который:

• улыбается,

• непосредственно ведет себя в разных ситуациях,

• общительный;

• доброжелательный;

• способен выслушать других;

• не грубит, но способен доказать свою точку зрения, объясняя и аргументируя свой выбор;

• ласков с родными и близкими;

• не проявляет агрессии;

• не берет чужие вещи без спроса;

• в конфликтных ситуациях находит взвешенное решение;

• проявляет чувство юмора;

• не повышает голос;

• считается с мнением окружающих;

• прислушивается к советам взрослых.

Итак, как же можно воспитать и вырастить ребенка эмоционально благополучным?

Уважаемые родители, помните, для того, чтобы воспитать психологически здорового ребенка, нужно приложить немало трудов и усилий, а именно:

• Старайтесь больше времени уделять сыну или дочери;

• Гуляйте, играйте дома, на свежем воздухе в семейные игры;

• Читайте книги вместе, вместе обсуждайте их героев;

• На своем примере показывайте значимость своей семьи;

• Доверяйте своему малышу свои «секреты», переживания;

• Учите сопереживать человеку, попавшему в беду, тому у кого неприятность, горе;

• Учите находить выход из трудностей, согласно правилу «Не навреди»;

• Формируйте адекватную самооценку;

• Постарайтесь стать самым близким другом;

• Учите дорожить друзьями;

• Учите ребенка быть внимательным к окружению;

• Старайтесь ограничить ребенка от внутрисемейных конфликтов;

• Ограничьте общение с семьями, ведущих асоциальный образ жизни!

# C:\Documents and Settings\Администратор\Рабочий стол\консультации педсоветы\konkurs-detskikh-fotografiy.jpgПомните, что ребенку нужна забота, ласка, понимание, а не порицание и ваша усталость после трудного рабочего дня!