*У каждого ребенка должно быть счастливое и спокойное детство, защищенное от бед и невзгод. Если детям хорошо в семье, если они чувствуют со стороны родителей понимание и поддержку, они обязательно вырастут достойными, хорошими и добрыми людьми.*

Эмоциональное благополучие ребёнка в семье

 **Семья** занимает особое место в жизни каждого человека.

Родители, составляющие первую общественную среду ребенка, играют существеннейшую роль в его жизни. К родителям, особенно к матери, мысленно обращаемся мы в минуты испытаний, а на склоне лет родители и дети становятся все более близкими. Специфика чувств, возникающих между детьми и родителями, определяется, главным образом, тем, что родительская забота необходима для поддержания самой жизни ребенка. Родительская любовь жизненно необходимая потребность маленького человеческого существа; а любовь каждого ребенка к родителям беспредельна, безусловна, безгранична. И если в первые годы любовь родителей обеспечивает жизнь и безопасность, то по мере взросления она все более выполняет функцию поддержания внутреннего, эмоционального и психологического мира человека.

ЧТО ТАКОЕ **ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ?**

Эмоциональное благополучие является одним из базисных качеств жизни человека. Его фундамент закладывается в детском возрасте, а следовательно, зависит от окружающих ребенка взрослых, их отношений и реакций на его поведение. Оно выражается в следующих чертах поведения и чувств ребенка:

* наличии чувства доверия к миру;
* способности проявлять гуманные чувства;
* способности сопереживать и чувствовать состояние другого;
* наличие положительных **эмоций и чувства юмора**;
* способности и потребности в телесном контакте;
* чувстве удивления; вариативности поведения;
* способности к произвольному усилию для преодоления препятствий или снятия дискомфорта, в том числе и в ситуации соревнования-соперничества;
* способности к положительному подкреплению себя и собственных действий;
* способности к осознанию особенностей собственного поведения в соответствии с возрастом.

 Дошкольный возраст характеризуется тесной эмоциональной привязанностью ребенка к родителям (особенно к матери, причем не в виде зависимости от них, а в виде потребности в любви, уважении, признании).

 В этом возрасте ребенок еще не может хорошо ориентироваться в тонкостях межличностного общения, не способен понимать причины конфликтов между родителями, не владеет средствами для выражения собственных чувств и переживаний.

 Поэтому, во-первых, очень часто ссоры между родителями воспринимаются ребенком как тревожное событие, ситуация опасности (в силу эмоционального контакта с матерью). Во-вторых, он склонен чувствовать себя виноватым в возникшем конфликте, случившемся несчастье, поскольку не может понять истинных причин происходящего и объясняет все тем, что он плохой, не оправдывает надежд родителей и не достоин их любви.

Таким образом, частые конфликты, громкие ссоры между родителями вызывают у детей-дошкольников постоянное чувство беспокойства, неуверенности в себе, эмоционального напряжения и могут стать источником их психического нездоровья

 Психическое здоровье или нездоровье ребенка неразрывно связаны также со стилем родительского воспитания, зависят от характера взаимоотношений родителей и детей.

 Выделяются следующие стили родительского воспитания:

**демократический,**

**контролирующий,**

**смешанный.**

 Демократический стиль характеризуется высоким уровнем принятия ребенка, хорошо развитым вербальным общением с детьми, верой в самостоятельность ребенка в сочетании с готовностью помочь ему в случае необходимости. В результате такого воспитания дети отличаются умением общаться со сверстниками, активностью, хорошим физическим развитием, не агрессивностью.

 При контролирующем стиле воспитания родители берут на себя функцию контроля, за поведением детей: ограничивают их деятельность, но поясняют суть запретов. В этом случае детям бывают присущи такие черты как, нерешительность, агрессивность, стремлением контролировать других детей (причем сами не поддаются контролю).

 При смешанном стиле воспитания дети чаще всего характеризуются как послушные, эмоционально чувствительные, внушаемые, неагрессивные, нелюбопытные, с бедной фантазией.

Выделяется три типа неправильного воспитания, которые приводят к формированию различных неврозов.

1. Непринятие - эмоциональное отвержение ребенка (осознаваемое или неосознаваемое, присутствие жестких регламентирующих и контролирующих мер, навязывание ребенку определенного типа поведения в соответствии с родительскими понятиями о “хороших детях”). Другой полюс отвержения характеризуется полным равнодушием, попустительством и отсутствием контроля со стороны родителей.

2. Гиперсоциализирующее воспитание – тревожно-мнительное отношение родителей к здоровью, успехам в обучении своего ребенка, его статусу среди сверстников, а также чрезмерная озабоченность его будущим.

3. Эгоцентрическое – чрезмерное внимание к ребенку всех членов семьи, присвоение ему роли “кумира семьи”, “смысла жизни”

**ЭМОЦИОНАЛЬНО БЛАГОПОЛУЧНЫЙ РЕБЕНОК**

ДОБРОЖЕЛАТЕЛЕН

НЕ ВОРУЕТ

НЕ ГРУБИТ РОДИТЕЛЯМ

СПОСОБЕН ПРЕОДОЛЕВАТЬ ЭГОЦЕНТРИЧЕСКУЮ ПОЗИЦИЮ

СЛУШАЕТ ДРУГИХ

РАЗГОВОРЧИВ

НЕПОСРЕДСТВЕНЕН

УЛЫБЧИВ

НЕ ДРАЧЛИВ

 ОБЛАДАЕТ ЧУВСТВОМ ЮМОРА

НЕ ОБИЖАЕТ ДРУГИХ

УСЛОВИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СОБСТВЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ ДЛЯ СОЗДАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕКСКОГО КОМФОРТА РЕБЕНКУ В СЕМЬЕ

* принятие ребенка в единстве его позитивных и негативных качеств;
* создание в семье атмосферы положительных эмоций;
* создание в семье атмосферы безопасности для ребенка;
* поощрение и стимуляция развития всех способностей ребенка - эмоционально-волевых, интеллектуальных, психомоторных (например, родители часто совершают ошибку, не придавая эмоциональному благополучию ребенка должного значения, а считая, что успешность обучения является более важным показателем его развития, что впоследствии может довольно негативно сказаться на психическом здоровье ребенка);
* в зависимости от возраста и поведения ребенка варьирование взрослыми собственных стратегий поведения, включая формы поощрений и ограничений (например, хвалить за реальные результаты и игнорировать демонстративные реакции ребенка в зависимости от степени их выраженности и места проявления);
* включенный в детскую жизнь, в том числе и в игровую деятельность ребенка.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО СОЗДАНИЮ **БЛАГОПРЕЯТНОЙ СЕМЕЙНОЙ АТМАСФЕРЫ**

* 1.Помните: от того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день.
* Время ночного отдыха для каждого сугубо индивидуально. Показатель один: ребенок должен выспаться и легко проснуться к тому времени, когда Вы его будите.
* Если у Вас есть возможность погулять с ребенком, не упускайте ее. Совместные прогулки – это общение, ненавязчивые советы, наблюдения за окружающей средой.
* Научитесь встречать детей после их пребывания в дошкольном учреждении. Не стоит первым задавать вопрос: *«Что ты сегодня кушал?»*, лучше задать нейтральные вопросы: *«Что было интересного в садике?»*, *«Чем занимался?»*, *«Как твои успехи?»* и т. п.
* Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы о событиях в его жизни. 6. Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации.

**СОЗДАЙТЕ В СЕМЬЕ АТМОСФЕРУ РАДОСТИ, ЛЮБВИ И УВАЖЕНИЯ!**