

## Родительское собрание “Влияние семьи на эмоциональное состояние ребенка”

Цель: повысить осведомленность законных представителей по особенностям воспитания несовершеннолетних, расширить представления об общении с ребёнком.

### *Ход собрания:*

Ребёнок учится тому,

Что видит у себя в дому,

Родители пример ему.

Кто при жене и детях груб,

Кому язык распутства люб,

Пусть помнит, что с лихвой получит

От них всё то, чему их учит.

(средневековый поэт С. Брандт.)

Семья – это замечательное слово, которое означает уют, тепло, поддержку близких и просто общение.

Семья и семейные отношения являются для человека в течение всей жизни более важными, чем все другие. В семье ребёнок наиболее открыт, но и более уязвим. Следовательно, на семью ложится большая ответственность за атмосферу в доме, микроклимат.

Когда в семье есть нарушения эмоциональной функции и функции общения, семья является прямым источником психологической травмы для ребёнка.

Личный пример родителей – это основное условие воспитания. Что ребёнок видит ежедневно в семье, то он обязательно перенесёт в свою жизнь. Если отношения в семье тёплые, заботливые, уважительные, то и ребёнок усваивает подобный стиль межличностных отношений.

Когда окружающие доброжелательно относятся к ребёнку, признают его права, проявляют к нему внимание, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности и защищённости. У ребёнка в этих условиях преобладает жизнерадостное настроение. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребёнка, выработке у него положительных качеств, хорошего отношения к другим людям. Всё это свидетельствует о том, что ребёнок растёт психологически здоровым. Эмоциональное благополучие складывается из правильного проявления эмоций, переживания комфорта при взаимодействии с окружающими, переживания ребёнком положительной оценки результатов своей деятельности, переживания успеха-неуспеха в достижении цели.

Психологи считают, что эмоциональная сфера крайне важна в развитии ребёнка. Эмоции являются показателем общего состояния ребёнка, его психического и физического самочувствия.

-Что оказывает влияние на эмоциональное благополучие или неблагополучие ребёнка?

- Ускорение темпа жизни.
- Дефицит времени родителей.
- Нет условий для снятия напряжения и расслабления.
- Невротизация родителей.
- Неумение решать внутриличностные конфликты.
- Неудовлетворённость условиями жизни.
- Дисгармония семейных отношений, семейного воспитания.
- Нарушения в детско-родительских отношениях.

Из-за нарушения психологической безопасности у ребёнка могут развиваться признаки стрессового состояния. Чтобы вовремя помочь своему ребёнку, надо их знать:

\*Трудности засыпания, беспокойный сон.

\*Частые проявления усталости.

\*Беспричинная обидчивость, слезливость или агрессивность.

\*Беспокойство.

\*Навязчивые привычки.

\*Невротические проявления.

Это может говорить о том, что ребёнок находится в состоянии психоэмоционального напряжения.

Во взаимоотношениях с ребёнком взрослый должен тонко подбирать эмоциональные формы взаимодействия. Важны *родительские установки* – эмоциональное отношение к ребёнку, поведение с ним.

Они могут оказывать негативное и позитивное влияние на ребёнка.

Последствия негативных установок:

Снижение самооценки, чувство вины, конфликтность, отчуждение, внутренняя озлобленность, повышение эмоционального напряжения, тревожности, неуверенности, снижение мотивации, агрессия.

**«Портрет психологически здорового ребёнка»:**

- Обладает уверенностью, адекватной самооценкой.
- Способен к сопереживанию.
- Испытывает чувство привязанности , любви в ответ на аналогичные чувства родителей.
- Общителен, стремится к взаимодействию со сверстниками.
- Доброжелателен к людям.

Дети нуждаются в нашей поддержке, любви, доброжелательном участии. При их проявлении в семье ребёнок обретает уверенность, оптимистический взгляд на мир, перестаёт быть «колючим» и непослушным.

Для эмоциональной подпитки важен длительный контакт с ребёнком. Чем чаще родители смотрят на ребёнка, стараясь выразить свою любовь, тем более он пропитан этой любовью и тем полнее его эмоциональный фон. Если наш взгляд постоянно выражает доброжелательность, ребёнок научится так же смотреть на людей. Если же мы взглядом стремимся только выразить наше раздражение, ребёнок приучается к такой же реакции. Физический контакт – замечательная возможность для общения. Достаточно прикоснуться к руке ребёнка, обнять его за плечи, погладить по голове. Всё это укрепляет эмоциональное равновесие ребёнка.

«Запреты» для родителей по отношению к ребёнку.

Родителям нельзя:

- вступать с ребенком в перебранку;
- обращаться к нему сгоряча;
- кричать;
- замахиваться на ребенка;
- требовать невозможного;
- оскорблять;
- срывать свое плохое настроение на ребенке.

***Принципы общения с ребёнком:***

Принимать ребёнка.

Активно слушать его переживания.

Поддерживать успехи.

Делиться своими чувствами.

Конструктивно разрешать конфликты.

Использовать в общении приветливые фразы.

Обнимать ребёнка.

Одним из основных компонентов полноценного развития ребёнка является психологическая защищённость - осознание того, что его любят в любых жизненных ситуациях.

Умение слушать и чувствовать ребёнка - непростая задача для взрослого. Именно в диалоге рождается доверие к собеседнику, вырабатывается умение понимать свои чувства и чувства окружающих.

Именно эффективное общение в семье помогает установить эмоциональный контакт с ребёнком, правильно построить детско-родительские отношения с учётом возрастных и психологических особенностей детей, обрести в семье эмоциональное благополучие и душевное равновесие.