

Консультация для родителей: «Эмоциональное благополучие ребенка»

Как вы думаете, что означает эмоциональное благополучие ребенка?

В дошкольном детстве соблюдение права ребенка на охрану здоровья имеет особое значение. Ведь здоровье зависит от эмоционального состояния, как человека, так и ребенка. По мнению ученых, дошкольный возраст относят к так называемым критическим периодам в жизни ребенка. В этом возрасте происходит бурное нарастание силы и подвижности нервных процессов, формируется высшая нервная деятельность. Поэтому эмоциональное перенапряжение может перейти в состояние невротических реакций, а проще говоря, у детей появляются неврозы, неврастения. В чем это проявляется? Давайте подумаем?

Дети становятся капризными, у них часто меняется настроение, то они плаксивы, то агрессивны, дети быстро утомляются, плохо засыпают, у них беспокойный сон, часто ребенок бесцельно ходит по групповой комнате, не находит себе занятие, грызут ногти, крутят волосы. Подергивают плечами, ночное и дневное недержание мочи, которое ранее не наблюдалось, игра с половыми органами и многие другие нарушения невротического характера.

Как вы думаете, какие причины могут нарушать эмоциональное благополучие ребенка?

1. Нарушение режима дня
2. Несогласованность требований к ребенку
3. Желание родителей научить своего ребенка знаниям, которые не соответствуют его возрасту
4. Изобилие информации
5. Неблагополучное состояние в семье
6. Желание родителей быть с ребенком в местах массового скопления людей. Это означает то, что для современного ребенка стрессовой ситуацией становится все то, что является обыденной жизнью для взрослого человека. Все это не проходит бесследно и у детей появляются такие «взрослые»

болезни, как бессонница, язва, колит, мигрень.

7. Чрезмерная строгость родителей или взрослых, наказание, боязнь ребенка сделать что-то не так.

Эмоциональное благополучие может нарушить и то, что ребенок не получает достаточно любви и ласки от своих родителей, особенно от матери. Всё это порождает изменения в эмоциональной сфере.

Известный психолог Л.С. Выготский отмечал феномен «засушенное сердце» (отсутствие чувств), который он наблюдал у своих современников и который связан с «воспитанием, направленным, как правило, на интеллектуализированное поведение». К сожалению, этот феномен актуален и в наше время.

Подумайте и решите честно для себя, существует ли в вашей семье хотя бы одна из этих причин, нарушающих эмоциональное благополучие ребенка. Как же сделать так, чтобы хотя бы немного смягчить эмоциональный срыв наших детей?

Родительская любовь и ласка нужна не только грудничкам, но и большим детям. И не только нежным девочкам, но и мужественным мальчикам. Главный герой повести Марселя Пруста «В сторону Свана» шестилетний мальчик, каждый день перед сном ждёт возможности поцеловать свою маму.

Для него это является итогом сегодняшнего дня, мостом перехода в будущее. Думаю, что это происходит потому, что поцелуй – это то, что являет и возвращает целостность. Поэтому мы целуем ранку ребёнка – чтобы быстрее зажила. Родительская ласка не должна ограничиваться только поцелуями и объятиями. Существует много других способов её выражения.

Советы для родителей «Минуты нежности»

1. Танцуйте с малышом, прижимая его к себе. Вы будете находиться в близком контакте, а ритмичное покачивание под музыку успокоит его.

2. Обнимите за плечи своего ребёнка, нежно погладьте по волосам или по щеке – простые движения так нужны ему, нужны постоянно.

3. Порисуйте у ребёнка на спинке пальчиками, а он пусть отгадывает, что

вы изображаете.

4. Используйте для нежных игр вечерние часы или время после сна. Спокойная обстановка спальни располагает к играм, которые помогут Вам проявить свои чувства. Предложите ребёнку спрятать под одеялом мягкую игрушку, а Вы постарайтесь найти её. После отыскивания игрушки обязательно поцелуйте хозяина.

5. Залезьте с крохой под одеяло и поболтайте о чём-нибудь, прижавшись, друг к другу.

Дотроньтесь доверительно до руки или плеча ребёнка, отправляющегося в садик, - и это придаст ему уверенности в собственных силах. Шутливо взъерошьте волосы Вашему озорнику – и он повеселеет.

Что нужно знать об эмоциональном развитии ребёнка – дошкольника:

4 года

Ведёт себя «хорошо» более продолжительное время:

- способен к сотрудничеству со сверстниками;
- способен усвоить правила очередности;
- может проявлять заботу о младшем или животном и сочувствие обиженным.

Нормальное «плохое» поведение:

- напоминает поведение ребёнка более младшего возраста (Снимается лаской и терпимостью взрослых к временному регрессу в поведении).

5 лет

Ведёт себя «хорошо» в течение всего времени пребывания в ДОУ:

- соблюдает распорядок дня. Ориентируется во времени по часам;
- лучше понимает стремление взрослых к порядку и опрятности и способен в какой-то мере помогать им в этом.

Нормальное «плохое» поведение:

- разоблачает любое отступление в поведении взрослых от декларируемых ими правил;
- бурно реагирует на ложь взрослых, допущенную в разговоре друг с другом.

6 лет

Теряет непосредственность в поведении, «хорошее» поведение становится самостоятельно поддерживаемой нормой:

- способен подчинять эмоции своим не очень отдалённым целям;
- удерживает принятую на себя роль до окончания игры или достижения поставленной цели;
- начинает осознавать свои переживания;
- начинает активно интересоваться отношением окружающих к самому себе, формировать свою собственную самооценку.

Нормальное «плохое» поведение:

- ложь как форма ухода от соблюдения нормы;
- повышенная двигательная активность;
- ябедничество;
- небрежность в выполнении монотонных операций.

Любите своих детей, больше времени проводите с ними, и, тогда они вырастут здоровыми, уравновешенными и рассудительными людьми!