

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 157»

Консультация для родителей «Первый шаг к здоровью ребёнка – это психологический комфорт в семье»



Подготовила:
Воспитатель
Е.В. Писанова

г. Ярославль, 2024 г.

Мир маленького ребенка – это его семья, его комната с кубиками и куклами, его стульчик и кровать, его книжки и карандаши, его двор, где можно качаться на качелях, посмотреть на кошек и собак, это его родители, родственники, его детский сад с педагогами и другими детьми. Именно в этом волшебном и маленьком мире дошкольник живет, действует, размышляет, развивается и растет, растет очень быстро.



То, что ребёнок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни. Семья – это среда, в которой удовлетворяются фундаментальные потребности ребёнка – быть принятым всерьёз и быть уважаемым в дальнейшем. В семье дети с первых дней жизни получают ценный опыт прощения, уступчивости, обожания, поддержки от близких, чувствуют внимание, восхищение и преданность со стороны близких людей. Семья даёт ребёнку главное – эмоционально-личностную связь и единство с родными. Социальная функция семьи – психологический тыл, защита, убежище и самое главное комфорт, комфорт для ребёнка. Семью укрепляют эмоциональные связи родителей и детей. Характер эмоционального благополучия или неблагополучия ребёнка определяется его эмоциональными отношениями со взрослыми в семье. Общение со взрослыми является одним из важнейших факторов, которые влияют на развитие психологически здорового ребёнка. Главное в воспитании маленького человека – достижение душевного единения, нравственной связи родителей с ребёнком. Именно в семье ребёнок получает первый жизненный опыт, делает первые наблюдения и учится как себя вести в различных ситуациях. Чтобы сохранить психологическое благополучие ребёнка, необходим благоприятный психологический климат в семье.

Психологическим климатом семьи называют те эмоции и настроения, которые доминируют в семье. Психологический климат показывает качество общения и взаимоотношения между близкими людьми. Независимо от того, насколько большая семья, психологический климат в ней оказывает влияние на каждого из членов. Он воздействует как на психологическое, так и на физическое здоровье.

От эмоциональной атмосферы в доме, от психологического комфорта в семье во многом зависит и долголетие человека. Психологический климат семьи определяет



устойчивость внутрисемейных отношений, оказывает решительное влияние на развитие детей. Его создают члены каждой семьи и от их усилий зависит каким он будет, благоприятным или неблагоприятным. Благоприятный климат складывается в семьях: - где супруги схожи характерами, имеют похожие взгляды на жизнь и общие цели. - стараются проводить вместе свободное время,

вместе посещают различные мероприятия. - рассказывают друг другу о том, как они провели день и какие у них планы на будущее. - самое главное – любят и уважают друг друга. Положительный психологический климат в семье сильно влияет на психологическое здоровье растущего человека. Положительная эмоциональная атмосфера в семье будет только способствовать психологическому здоровью ребёнка. Это в первую очередь касается тех людей, с кем больше всего проводит время ребёнок в доме. Взрослый всегда должен стараться быть в хорошем настроении. Ведь ребёнок – такое впечатлительное и восприимчивое существо, он как губка впитывает и хорошее, и плохое. Копирует поведение взрослого и «выносит» его в общество. Дети приходят в детский сад с неодинаковым эмоциональным мироощущением, с различными умениями и возможностями. В результате каждый по-своему отвечает требованиям педагогов и сверстников и создаёт отношение к себе. Неврозы у детей не возникают, если родители вовремя справляются со своими личными проблемами и поддерживают теплые взаимоотношения в семье. Любят детей и добры к ним, отзывчивы к их нуждам и запросам, просты и непосредственны в обращении, позволяют детям выражать свои чувства и вовремя стабилизируют возникающие у них нервные напряжения. Психологическое здоровье ребенка напрямую зависит от культуры семейных отношений, от качества семейной атмосферы, от традиций здорового образа жизни, от психологического климата в семье и от многих других компонентов семейной жизни. Именно в эти годы закладываются основы уверенности в себе и успешного общения вне дома, что способствует дальнейшему развитию ребенка.

Таким образом, чтобы сохранить психологическое благополучие ребёнка необходимо:

1. Иметь представление о различных этапах в жизни ребёнка;
2. Относиться к ребёнку как к равноправному партнёру;
3. Принимать активное участие в жизни ребёнка;
4. Всегда находить время, чтобы поговорить с ребёнком;
5. Интересоваться проблемами ребёнка, вникать во все возникающие в его жизни сложности, которые для вас кажутся смешными;
6. Помогать ребёнку развивать свои умения и таланты;
7. Уважать право ребёнка на собственное мнение.

Следовательно, при выполнении данных рекомендаций, у ребёнка будет формироваться адекватная самооценка, развиваться положительные качества личности, и самое главное ребёнок будет принят группой сверстников, а значит и эмоциональное развитие станет благоприятным. Ведь именно психологический комфорт в семье – первый шаг к здоровью ребёнка. Пусть счастливых, комфортных семей будет больше. Больше комфортных семей – больше здоровых детей... Удачи Вам в воспитании и развитии ваших детей!!!