### *«Влияние психологического климата в семье на здоровье ребенка».*

Все семьи очень разные. Как часто нам приходится наблюдать ситуации, когда ребенок бросается маме на шею, доверяет ей свои секреты, шепчет на ухо о своих неприятностях, а мама нежно гладит его по голове, прижимает к себе, целует… Обычная ситуация взаимной поддержки – важнейший компонент жизни семьи. У окружающих от подобной суеты становится теплее на душе и хочется общаться и быть рядом с такими людьми.

        Но не менее часто встречается и противоположная картина. Когда мама постоянно одергивает ребенка, делает ему замечания, заставляет авторитарными способами делать что-то против воли. Регулярно испытывая на себе такое отношение, у него часто проявляются различные нарушения в развитии эмоциональной сферы, а также различные пограничные состояния.

         Как же построить отношения с ребенком таким образом, чтобы, с одной стороны, приучить его к нормам и правилам поведения, соблюдению режима дня, владению ЗОЖ, но с другой – не навредить его эмоциональному состоянию. Этому можно и нужно учиться. Прежде всего, постарайтесь избегать негативных факторов воспитания и психологического микроклимата семьи.

**Эмоциональное отвержение ребенка.**

        Это может быть безразличие со стороны родителей или откровенное отталкивание малыша. Нелюбимые или нежелательные дети, которым дают понять, что они обуза для родителей, часто вырастают тревожными, агрессивными, с нарушенной самооценкой. Это предпосылки к нарушению психологического и психического здоровья. Конечно, это крайний и очень тяжелый вариант развития ребенка. Но припомните сами, не проскакивали ли у вас в разговоре с ребенком такие фразы: «Опять ты мне мешаешь», «Вечно тебе чего-то надо!», «Когда же кончатся эти выходные и пойдешь в детский сад!». Если в сердцах вы произнесете нечто подобное, ребенок может подумать, что вы его не любите. И тогда нарушение в эмоциональном развитии появится наверняка.

**Несправедливое наказание.**

       Помните, что значимый взрослый для ребенка – авторитет. И любой незаслуженный окрик или подзатыльник разрушает его справедливую и стабильную картину мира. Вот почему нельзя наказывать ребенка за проступки, не разобрав их мотивов.

**Неравное (то суровое, то теплое) отношение родителей к детям.**

       Это еще более пагубно, чем неизменная строгость. К строгим, но постоянным и предсказуемым родителям ребенок в состоянии приспособиться. А когда за одни и те же действия его то наказывают, то хвалят, он теряет ощущение стабильности. Если мама, то терпеливо укладывает ребенка спать, читает сказки, то вдруг резко уходит и захлопывает дверь, не объяснив, почему сегодня некогда, это причинит ребенку страдания. Лучше изначально определитесь, какую стратегию выбираете в некоторых вопросах, и не меняйте принципов.

**Соперничество с братом или сестрой.**

        Нарушения могут быть связаны с неуверенностью в родительских чувствах, ревностью к другому ребенку. Старайтесь подчеркнуть ровное отношение ко всем детям и в течение дня находить время для любого из них. Хорошо, если с каждым из детей у вас будет своя маленькая тайна, ритуал, общее занятие. Старшему помогите стать помощником для младшего, а не конкурентом.

**Противоречивые требования.**

       Если мама хочет от ребенка одного, а папа другого, он будет мучиться из-за невозможности угодить всем. Если, например, ребенок тихий, спокойный, это одобряется. А родителям хочется, чтобы он был побойчее, давал сдачи и т.д. Ребенок страдает от невыполнимости всех требований сразу, он боится разочаровать кого-то из родителей. Как поступить в этом случае? Во-первых, надо прийти к согласию; а во-вторых, убедите ребенка, что мнение мамы и папы должны быть на первом месте.

**Неадекватные требования.**

        Обычно это бич внешне благополучных, культурных семей. От малыша хотят всего сразу и по максимуму, подгоняют его под идеальный образ. Иногда навязывают ребенку чуждые ему интересы. Такая система воспитания пагубна. Помните, что дети вам ничего не должны, и радуйтесь тому, что у них есть успехи хоть в чем-то.

**Негативные требования «нельзя».**

         Нельзя, чтобы требования родителей ставили ребенка в униженное, зависимое положение: например, насильное раздевание или требование оправиться при людях (на пляже, детской площадке). Сюда же относятся требования сделать что-либо противоречащее моральным нормам, допустим, сказать неправду.

          Итак, уважаемые родители, проанализируйте перечисленные выше ошибки в воспитании: не относится ли какой-либо из факторов к вашей семье? Приложите все усилия, чтобы максимально нормализовать обстановку в семье.

***Одна из главных функций семьи – оказание психологической поддержки*.**

 Подготовила:

 педагог – психолог

Семчук Ю.Ф.