

Консультация для родителей «Эмоциональная культура в семье»



Сегодня мне хотелось бы поговорить об **эмоциональной культуре в семье**. И какое отношение это имеет к детям. **Эмоциональная культура** – это воспитанность **эмоций**, уровень развития **эмоций и эмоциональной** грамотности человека, а также совершенная форма их выражения. **Эмоциональное** развитие у детей происходит не само по себе, а формируется под влиянием воспитания и обучения, общения со взрослыми, в совместной с ними деятельности, в первую очередь это конечно **родители**.

Развитие **эмоциональных отношений в семье** включает в себя следующие рекомендации:

- здоровый образ жизни, (*спорт, питание*)
- умение слушать членов **семьи** (*как часто не слушаем мы и не слышат нас*)
- корректное отношение ко всем членам **семьи** (*уважать чувства и права каждого*)
- формирование у детей нравственных ценностей (что для вас на первом месте материальное или духовное,
- контроль невербальных сигналов (*о нашем настроении говорит и голос и жесты, поза, положения тела*)
- быть примером (*как выйти из ситуации без ворчания и криков*)
- уметь признавать свои ошибки и поражения, даже перед детьми (*часто ли мы это делаем*)
- не брать на себя ответственность за близких постоянно (нельзя брать на себя ответственность за поступки каждого и не всегда нужно давать непрошенные советы)
- интересуйтесь потребностями каждого члена **семьи** (*не стройте догадок, спрашивайте*)
- не бойтесь выражать любовь (это должно выражаться в словах, взглядах, жестах. Все должны знать, что они любимы)

Как же подобрать путь к сердцу ребенка?

Для детей важны слова одобрения, похвала, ласковые слова. Очень важно время, проведенное вместе – это наше внимание, совместные игры, прогулки, просмотры фильмов. Разделяйте их увлечения. Делайте вместе с детьми

интересные им вещи. Дарите им подарки, осуществляйте желания, мечту. Ведь дорог не подарок, дорого внимание. Дарите детям ласку, поцелуи и объятия. Дети так быстро взрослеют. Успейте!

Чтобы сформировать высокий уровень **эмоциональной культуры** мы должны показать детям на собственном примере, как следует реагировать на трудности, неудачи, как радоваться успехам. Важно поддерживать активность и любознательность ребенка, его стремление к самостоятельности. Так мы вырастим и воспитаем **эмоционально** благополучного ребенка.

Мы должны разговаривать с детьми, помогая им осмысливать свои поступки, переживания и воспринимать все, что с ним происходит, как опыт. Но не оставляйте без внимания неадекватное поведение ребенка, случаи жестокости, желание причинить кому-то физическое или моральные страдания. Проговорите с ним его чувства и действия (*почему он так поступил, что он хочет добиться, что он при этом чувствует*). Проявляйте к детям сочувствие, поддерживайте их и просто – любите! И тогда можно вырастить **эмоционально зрелого человека**.

