Консультация для родителей

«Психологические здоровье в семье = физическое здоровье ребенка»

Автор: Орлова Е.А., воспитатель

МБДОУ «Детский сад №378» г.о. Самара

Воспитание ребенка не требует каких-то особых мероприятий. Малыш, точно губка, впитывает духовно-нравственную атмосферу семьи, выстраивает модель «взрослых» отношений, наблюдая образ жизни родителей. Поэтому, для гармоничного развития ребенка обязательно нужно личное счастье мам и пап, нужна гармоничная семья. В счастливой семье намного чаще дети растут здоровыми. С этим утверждением не поспоришь. Существует четкая связь между состоянием счастья и гармонии в семье и здоровьем ребенка.

Счастье семьи чаще всего проявляется в отношениях в этой семье. Всем хорошо, уютно, тепло и интересно, любые трудности решаются сообща, благожелательность звучит в словах и видна в делах. О такой семье смело можно говорить — они счастливы. Здесь мирные и гармоничные отношения между супругами, детьми, родственниками, друзьями и коллегами. Ведь это 5 главных областей наших эмоциональных связей, которые являются очень значимыми для человека и больше всего влияют на наше самочувствие.

 Задача родителей – сделать жизнь ребенка максимально комфортной с учетом всех психологических особенностей. Помните: поведение и здоровье малыша зависит от его реакции на семейные отношения. Возникает напряженная обстановка дома, проблемы на работе, которые вы несете домой, и почему-то ваше чадо жалуется на различные боли, а то и вовсе заболевает. Что это? Это психосоматические явления. Или говоря простым бытовым языком перенос душевного состояния в физическое, когда наше эмоциональное состояние вызывает нарушения функционирования различных органов нашего тела, ослабевая его защитные функции.

Малыши учатся жить, изучая и отражая наши отношения в том числе. Многие психологические проблемы и болезни взрослых – это наследство с младенческих времен. Пока ребенок настолько мал, что не в силах физически повлиять на ситуацию, он может лишь косвенным образом заявить о своем мнении.

Как заставить любимую маму чаще быть рядом, привлечь ее внимание? Самый действенный и доступный способ – это плач. Если плач не помогает и обстоятельства, по мнению малыша, усугубляются, он идет на крайние меры… заболевает. Цель достигнута. Мама рядом, такая ласковая и заботливая. По первому требованию берет на руки, все время делает какие-то процедуры – осуществляется такой желанный для малыша тактильный контакт. Из-за тревоги о здоровье ребенка мама от него не отходит, а он купается, наконец, в ее внимании. Не стоит, конечно, кидаться в крайности и каждый случай простуды вменять себе как наказание за невнимательность к своему ребенку. Если сын наелся на прогулке вкусного снега, то это, безусловно, не от горя, а от любознательности.

 Надо постараться ответить не на вопрос «чем болеет мой ребенок?», а на вопрос «почему он болеет?», «почему он капризничает?». Все ли в порядке с психологическим климатом в семье? Фразой «все болезни от нервов» уже никого не удивишь. Так почему же не уделить внимание стрессу самого беззащитного члена семьи? Конечно, проще накормить ребенка пилюлями, чем задуматься о том, что может его беспокоить, но это далеко не лучшее решение проблемы.