***Внутрисемейные отношения и эмоциональное состояние ребенка***

*Эмоциональное воспитание ребенка* – бесспорно, прерогатива семьи. Следует учитывать, что чувства играют исключительную роль в жизни ребенка. Они «окрашивают» его ощущения, восприятия, представления, мысли. В них выражается отношение ребенка к окружающему миру.

Для развития у ребенка позитивного образа «Я» значимыми являются чувства собственного достоинства, гордости, становление которых зависит от условий жизни и воспитания, прежде всего, в семье. Поддерживать достоинство ребенка, укреплять его хорошее мнение о себе – задача семьи. Это удается сделать в тех семьях, где ребенка включают в различные виды деятельности, помогают «расти» в них, видеть свои достижения и ощущать, что они небезразличны родителям. Возникшее чувство гордости за хорошо выполненное задание, поручение побуждает ребенка к новым «победам».

*Детство* – самая прекрасная пора жизни человека, получившая целый букет красивых определений: счастливое, безмятежное, безоблачное, но для некоторых детей оно – трудное, и, прежде всего, по вине окружающих взрослых. К сожалению, ребенок не выбирает свою семью, родителей и очень зависит от малого круга общения, особенно в детстве.

Психологический климат семьи выражается в том, какие преобладают отношения и настроения: восторженное, радостное, светлое, спокойное, теплое, тревожное, холодное, враждебное, подавленное. При благоприятном микроклимате каждый член семьи чувствует себя равным среди равных, нужным, защищенным и уверенным. Он ощущает семью своеобразным пристанищем, куда приходит отдыхать, или колодцем, где черпает живительную свежесть, бодрость и оптимизм. Главное в семье – чувство самоценности и стремление уважать право каждого быть личностью, а не только мужем, отцом, хозяином дома или партнером.

Благоприятная психологическая атмосфера связана с таким общением, которое не в тягость кому-то из членов семьи. А для того чтобы барометр вашей семьи всегда показывал хорошую погоду, постарайтесь овладеть следующими умениями:

* «Держать улыбку» (потому что именно лицо – визитная карточка).
* Обращать внимание на других.
* Слушать, что говорят другие.
* Говорить «нет», не обижая.
* Не вступать в конфликты (учтите, что лучший способ выйти из конфликта – это не вступать в него).
* Ободрять других.
* Делать комплименты.

Вероятнее всего, благоприятная психологическая атмосфера присутствует в гармоничной семье. Какую же семью можно назвать гармоничной? В такой семье ощущается радость жизни. Все обитатели Дома уверены, что их с интересом и радостью выслушают. Здесь все знают, что с ними считаются и всегда учитывают позицию других. Потому люди открыто проявляют свои чувства: радости и огорчения, успехи и поражения. В такой семье люди не боятся рисковать, так как знают – семья поймет, что поиск нового всегда сопряжен с возможными ошибками. Ошибки говорят о том, что человек меняется, растет, совершенствуется и развивается. В гармоничной семье все чувствуют себя на своем месте, и они таковы, какими хотят себя видеть – признанные и любимые. В семье царит молчаливое спокойствие (но не безразличное молчание или молчание из-за страха быть непонятым). Буря в таком Доме – это признак какой-то очень важной активности членов семьи, а вовсе не попытка затеять ссору. В таких семьях люди чувствуют себя уютно и комфортно.

Родители выбирают для разговора с ребенком именно то время и ту ситуацию, когда их сын, дочь могут действительно их услышать и понять. Когда же ребенок ведет себя плохо, родители-лидеры стараются как можно теснее приблизиться к нему, предлагая свою поддержку. В гармоничной семье родители твердо знают, что дети по своей природе не могут быть плохими и если ребенок ведет себя плохо, это означает, что он неправильно понимает ситуацию или же мало ценит самого себя.

Родители в гармоничных семьях понимают, что проблемы будут неизбежно возникать по мере роста и развития ребенка. Сама жизнь будет их ставить перед ребенком, перед его семьей, и они вместе будут пытаться решить новые задачи. В проблемных семьях родители выкладывают всю свою энергию для того, чтобы вообще не иметь проблем. Когда же они возникают (а они не могут не возникать), то оказывается, что люди уже исчерпали свои силы и возможности. Одна из отличительных черт, присущих зрелой, гармоничной семье, заключается в том, что родители верят в неизбежность перемен в детях и сами готовы с ними постоянно меняться.

Однако и благополучная семья может быть источником душевных страданий детей: когда она становится ареной борьбы характеров супругов. Конечно, папы и мамы, как правило, обожают своих сыновей и дочерей. Любовь, забота, нежность, внимание окрыляют растущего человека, вселяют в него уверенность, оптимизм, духовную силу. Но так происходит только тогда, когда ребенок чувствует полную гармонию в семейном мире, любовь и взаимопонимание в отношениях между взрослыми. На это, кстати, обращал внимание родителей еще А. С. Макаренко. «Ваше собственное поведение – самая решающая вещь, – писал он. – Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда нас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы радуетесь или печалитесь, как вы общаетесь с друзьями и с врагами, как вы смеетесь, читаете газету – все это для ребенка, имеет большое значение».

*Семья* – сложная система взаимоотношений между супругами, родителями, детьми, другими родственниками. В совокупности эти отношения составляют микроклимат семьи, который непосредственно влияет на эмоциональное самочувствие всех ее членов, через призму которого воспринимается весь остальной мир и свое место в нем, в зависимости от того, как ведут себя с ребенком взрослые, какие чувства и отношения проявляются со стороны близких людей, ребенок воспринимает мир притягательным или отталкивающим, доброжелательным или угрожающим. В результате у него возникает доверие или недоверие к миру. Это является основой для формирования позитивного самоощущения ребенка.

Стремление к тому, чтобы у ребенка сформировалось позитивное отношение к жизни, чтобы в его характере не сложилась тенденция к ожиданию неудачи и разочарования – одна из главных задач родителей. Поэтому важно поощрять и поддерживать ребенка в его самостоятельных начинаниях.

*Родительская поддержка* – это процесс, в ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка с целью укрепления его самооценки. Взрослый член семьи должен помочь ребенку поверить в себя и свои способности, объяснить причины неудач и поддержать в сложной ситуации.

*Создавая благоприятную семейную атмосферу в доме, помните:*

* От того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день.
* Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.
* Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.
* Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.