

Воспитывая ребенка, родитель несет ответственность за его эмоциональное благополучие.
Основа эмоционального благополучия формируется в детском возрасте и зависит от родителей, от их отношения и реакции на поведение ребенка.
**От того как близкие:**
• научат ребенка доверять близкому окружению;
• сформируют правильное отношение к «плохим» поступкам;
• сформируют тесное взаимодействие ребенка с родными, близкими и друзьями;
• правильно организуют совместный досуг с ребенком;
• способствуют проявлению гуманных чувств;
• научат сопереживать и чувствовать настроение собеседника;
• сформируют адекватную самооценку;
• научат выражать не только положительные эмоции (чувство юмора, чувстве удивления, радость), но и отрицательные (направить плохое настроение в положительное «русло»; направить негативную энергию и раздражение в какое-либо дело, а не на конкретного человека);
• научат преодолевать препятствия в ситуации соревнования и соперничества
зависит эмоциональное благополучие ребенка и будущего взрослого человека.

**Какой же он, эмоционально благополучный ребенок?**

**Это ребенок, который:**
• находится в хорошем настроении
• непосредственно ведет себя в разных ситуациях
• общительный, открытый к общению
• доброжелательный
• способен выслушать других
• не грубит, но способен доказать свою точку зрения, объясняя и аргументируя свой выбор
• ласков с родными и близкими
• не проявляет агрессии
• в конфликтных ситуациях находит взвешенное решение;
• проявляет чувство юмора
• не повышает голос
• считается с мнением окружающих
• прислушивается к советам взрослых

Главная роль в развитии у ребёнка эмоций как основы дальнейшего нравственного развития принадлежит семье. То, что ребёнок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни.

**Как же можно воспитать и вырастить ребенка эмоционально благополучным?**
Для этого нужно , нужно приложить немало трудов и усилий, а именно:

• Старайтесь больше времени уделять своему ребенку;
• Читайте книги, смотрите фильмы, вместе обсуждайте их героев, поступки героев, акцентируйте внимание на положительных и отрицательных характеристиках героев;
• На своем примере показывайте значимость своей семьи;
• Доверяйте ребенку свои «секреты», переживания;
• Учите сопереживать человеку, попавшему в беду, тому у кого неприятность, горе;
• Учите находить выход из трудностей, согласно правилу «не навреди»;
• Формируйте адекватную самооценку, поддерживайте уверенность в своих силах;
• Постарайтесь стать самым близким другом своему ребенку;
• Учите дорожить друзьями;
• Учите ребенка быть внимательным к окружающим;
• Старайтесь ограничить ребенка от внутрисемейных конфликтов;

Помните, что ребенку нужна забота, ласка, понимание, а не порицание и ваша усталость после трудного рабочего дня!

**Уважаемые родители, заботьтесь об эмоциональном благополучии своих детей!**