

КАК СОЗДАТЬ АТМОСФЕРУ ЛЮБВИ И ПОДДЕРЖКИ В СЕМЬЕ?



«Счастлив тот, кто счастлив у себя дома»
Л.Н. Толстой

Главным социальным фактором, влияющим на становление личности, является семья.

Семьи бывают совершенно разными. В зависимости от состава семьи, от отношений в семье к членам семьи и вообще к окружающим людям человек смотрит на мир положительно или отрицательно, формирует свои взгляды, строит свои отношения с окружающими.

Отношения в семье влияют также на то, как человек в дальнейшем будет строить свою карьеру, по какому пути он пойдет. Семья дает человеку очень многое, но может не дать ничего.

Психологическую атмосферу семьи можно определить, как характерный для семьи более или менее устойчивый эмоциональный настрой, который является следствием семейной коммуникации. Качественная сторона межличностных отношений, способствующая или препятствующая продуктивной совместной деятельности и всестороннему развитию личности.

Благоприятной психологической атмосфере семьи характерны следующие признаки:

- семейная сплоченность;
- возможность всестороннего развития личности каждого ее члена;
- семейная гибкость;
- чувство защищенности и эмоциональной удовлетворенности;
- гордость за принадлежность к своей семье;
- ответственность.

Положительное воздействие на личность ребенка состоит в том, что никто, кроме самых близких для него в семье людей — матери, отца, бабушки, дедушки, брата, сестры — не относится к ребенку лучше, не любит его так и не заботится столько о нем. И вместе с тем никакой другой социальной институт не может потенциально нанести столько вреда в воспитании.

Неблагоприятной психологической атмосфере семьи характерны следующие признаки:

- семейная разобщенность;
- тревожность;
- эмоциональный дискомфорт;
- отчуждение;
- ссоры;
- психическая напряженность;
- эмоциональное отвержение.

В связи с особой воспитательной ролью семьи возникает вопрос о том, как сделать так, чтобы максимизировать положительные и минимизировать отрицательные влияния семьи на поведение развивающейся личности.

Именно в семье ребенок получает первый жизненный опыт, делает первые наблюдения и учится вести себя в различных ситуациях. Очень важно, чтобы то, чему родители учат ребенка, подкреплялось конкретными примерами, чтобы он видел, что у взрослых теория не расходится с практикой; в противном случае он начнет подражать отрицательным примерам родителей.

Для создания атмосферы любви и поддержки в семье можно следовать следующим рекомендациям:

1. **Общайтесь друг с другом:** проводите время вместе, обсуждайте свои мысли и чувства, слушайте друг друга внимательно.
2. **Проявляйте заботу:** показывайте свою любовь через маленькие жесты внимания, такие как приготовление любимого блюда или покупка подарков.
3. **Уважайте личные границы:** у каждого члена семьи есть свои потребности и желания, которые нужно уважать.
4. **Будьте терпеливыми:** не спешите критиковать или осуждать других членов семьи, старайтесь понять их точку зрения.
5. **Извиняйтесь и прощайте:** если вы сделали ошибку или обидели кого-то, извинитесь и попросите прощения.
6. **Делайте комплименты:** говорите приятные слова друг другу, подчеркивайте положительные качества каждого члена семьи.
7. **Проводите время вместе:** организуйте семейные вечера, поездки на природу или другие совместные мероприятия.
8. **Поддерживайте традиции:** создавайте семейные традиции, которые будут объединять всех членов семьи.
9. **Разделяйте обязанности:** распределяйте домашние обязанности между всеми членами семьи, чтобы каждый чувствовал свою значимость.
10. **Учитесь слушать:** научитесь слушать друг друга, не перебивая и не прерывая разговор.

Помните! Есть замечательная рекомендация:

5 объятий – для выживания ребёнка

10 объятий – для поддержки

15 объятий – для роста и развития

От того как вы воспитаете ребёнка зависит ваша старость.

Создание атмосферы любви и поддержки в семье - это процесс, который требует времени и усилий, но результат стоит того.

Уважаемые родители!

Вы всегда можете получить поддержку обратившись в Службу оказания услуг психолого-педагогической, методической и консультативной помощи. Консультант Службы совместно с вами найдет решение возникающих проблем. Получить бесплатную консультацию можно очно или дистанционно (по телефону или посредством письменного обращения). Для получения консультации необходимо позвонить по номеру 8 (4162) 226 247 или на сайте родители28.амур-иро.рф. Консультации оказываются бесплатно.