Консультация для родителей

 « Волшебная сила обнимашек»

Еще в 1945 году психоаналитик Р. Спиц, исследовавший детей, оказавшихся в длительной разлуке с матерью, заметил несколько особенностей в их поведении и характере. В частности он выявил, что у осиротевших детей, при разлуке с мамой замедляется физическое и психическое развитие, наблюдается отставание в овладении языковыми способностями и управлении своим телом, недостаточная приспосабливаемость к окружающим условиям, снижение иммунитета и другие последствия.  Эти последствия большей частью становятся необратимыми.

Другие психологи, проведя ряд исследований, выяснили, что количество полученных ребенком объятий в детстве, влияет на его способность проявлять любовь в будущем. Такой ребенок может стать агрессивным, замкнутым, асоциальным человеком, совершенно неприспособленным к жизни.

***Почему нужно обнимать детей как можно чаще:***

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Обнимашки

C:\Users\User\Desktop\Новая папка (2)\сайт дс\IMG_1472.JPG | Самый очевидный эффект от обнимашек – психологический. Они помогают детям и родителям почувствовать эмоциональную и психологическую связь, взаимную поддержку. Ученые считают, что в этих эффектах замешан гормон любви и доверия — окситоцин, который помогает ребенку добиваться успехов в учебе и гармонично развиваться. |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Обнимашки

C:\Users\User\Desktop\Новая папка (2)\сайт дс\IMG_1473.JPGC:\Users\User\Desktop\Новая папка (2)\сайт дс\IMG_1479.JPG | Объятия помогают ребенку чувствовать себя защищенным от внешнего мира, справиться с паникой, способствуют обретению уверенности у детей.*С помощью «обнимашек» можно остановить истерику.*Маленькие дети как правило, капризничают не из-за вредности и не из-за «плохого характера». Просто у них зачастую не получается контролировать эмоции. Меньше всего в такие минуты малыш нуждается в ваших наставлениях о том, что «так себя вести нехорошо». Ребенку нужна помощь, он пытается привлечь к себе внимание.Существуют разные способы быстро и без лишних нервов прекратить детскую истерику. Один из них – объятия. При этом родители должны сохранять спокойствие, всячески показать ребенку, что они его понимают и поддерживают.Такое поведение взрослого – ***конструктивное***, ***правильное***. Тем самым вы не потакаете и не поощряете истерики. Вы спасаете ребенка от эмоциональной бури. Когда она стихнет, можно уже в спокойной обстановке заняться наставлениями. |
| 1. Обнимашки

C:\Users\User\Desktop\Новая папка (2)\сайт дс\IMG_1478.JPG | Обнимашки поднимают нашу самооценку. Ведь нас любят, ценят, уважают! ***Именно об этом говорят объятия.*** |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Обнимашки

C:\Users\User\Desktop\Новая папка (2)\сайт дс\IMG_1480.JPG | Ребёнку, как и некоторым взрослым, очень **трудно признать свою неправоту, свои ошибки.**  Обнимашки могут стать плавным началом к примирению. Они способствуют установлению близких доверительных отношений, эмпатии и взаимопонимания на тактильном уровне. |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Обнимашки

C:\Users\User\Desktop\Новая папка (2)\сайт дс\IMG_1476.JPG | В наш стремительный, скоростной век, людям не хватает теплоты, поддержки, сочувствия, чтобы почувствовать себя лучше, чтобы жизнь вновь заиграла яркими красками, наполнилась смыслом, осознанием своей значимости, применяйте «обнимашки». |

«Нам нужно четыре объятия в день для выживания. Нам нужно восемь объятий в день для поддержания здоровья. Нам нужно двенадцать объятий в день для личностного роста». Это – фраза американского психотерапевта Вирджинии Сатир. А чтобы не сбиваться со счета, воспользуйтесь советом

Подготовила педагог-психолог МБОУ «ЦРР-Д/с № 16» г. Читы

Бавшенко В.О.