

Консультация на тему:
«Как помочь эмоциональным детям?»
(Тревожные, агрессивные, гиперактивные дети).

Эмоциональное развитие ребёнка начинается с первых мгновений беременности матери, и даже ещё раньше. Ведь хроническая усталость, семейные неурядицы и прочее уже подготовили «негативную почву» для эмоциональных проблем ребёнка.

Очень важно, если в семье единый стиль воспитания, тогда ребёнку не придётся «разрываться» в выборе своих действий, не нужно будет приспосабливаться и ловчить. При авторитарном командном стиле воспитания, у детей чаще наблюдается склонность к вранью, упрямству даже мелкому воровству. Некоторые дети эмоциональны внешне (*шумные, плаксивые*), иные внутренне эмоциональны (*боязливые, тревожные*), но и тем и другим сложно справляться со своими эмоциями. Крики и наказания со стороны взрослых лишь усиливают проблемы у детей. Что же делать? Прежде всего, понять своего ребёнка, понять, что с ним происходит, что он чувствует, думает. Например: *Я тебя понимаю, ты сейчас чувствуешь (печаль, радость, страх...) или хочешь (играть, гулять, кричать...), но ты пойми и меня, я чувствую...». Таким образом, убирается агрессия, направленная на взрослых, и родителям легче быть более последовательными в требованиях. Эмоциональные дети (боязливые или шумные) нуждаются в двигательной физической активности. Можно использовать игры на расслабление, так как постоянные зажимы у детей могут приводить к психосоматическим заболеваниям.*

В играх, как и в требованиях желательно быть последовательными и систематичными. Если родителям не хватает психологических приёмов, можно посоветоваться с профессиональным психологом. Родительская любовь и профессионализм психолога помогут ребёнку справиться с любыми трудностями.

Литература.

1. **Панфилова М.А.** *«Игротерапия общения. Практическое пособие для психологов».* – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2002.
2. **Кряжева Н.Л.** *«Развитие эмоционального мира детей».* – Ярославль, 1996.