

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Ойский детский сад общеразвивающего вида с приоритетным  
осуществлением деятельности по познавательно-речевому направлению  
развития детей»

**Акция с родителями «День объятий и добрых слов» в форме  
консультации  
в рамках организации краевой акции «Три П: Понимаем, Принимает,  
Помогаем»  
«Полезьа объятий»**



Подготовила: воспитатель младшей группы  
Бушуева Екатерина Евгеньевна  
662830, Красноярский край  
Ермаковский район, п. Ойский  
пер.Майский, 3

Ноябрь, 2023

**Цель:** организация работы с родителями, направленная на формирование у детей основы толерантности через консультацию

**Задачи:**

1. Повысить ответственность родителей за воспитание у детей таких нравственных качеств, как доброта, готовность прийти на помощь...
2. Развивать осознанность педагогического воздействия родителей на детей в процессе повседневного общения.
3. Формировать у родителей желание прививать детям чувство нежности и значимости

### **Консультация**

#### **«Полезность объятий»**

«Нужно по четыре объятия в день для выживания, по восемь объятий в день для поддержки, по двенадцать объятий в день для роста».

Вирджиния Сэтир.

Объятия - это чудодейственное средство, натуральное, органическое, без всякой химии, экологически чистое и 100% полезное, это идеальный подарок во все времена и на все случаи жизни, искренний, неподдельный, безвозмездный, бескорыстный и полезный каждому человеку.

Для маленьких детей физический контакт с матерью и объятия жизненно необходимы. Очень часто, помещенные в инкубатор новорожденные дети «оживают», когда кто-нибудь (даже медсестра или врач) достает их из стеклянной колыбели и тепло прижимает к груди. В такой момент новорожденные чувствуют себя защищенными и любимыми. Это их быстро успокаивает. Стрессы отступают, и их детский организм быстрее справляется от болезни, а здоровье становится крепче. Дефицит контакта с людьми, недостаток нежности и любви препятствует их выздоровлению. В этом случае грудному ребенку становится труднее выжить, несмотря на хорошее питание и медикаментозное лечение.

Объятия в раннем детстве делают нас способными любить. Дети, выросшие до 7 лет без объятий, отстают в психическом и физическом развитии, могут оказаться неспособными любить других. Из них, как правило, вырастают люди, склонные к антиобщественным поступкам, а также патологически неприспособленные к жизни. Есть английская поговорка о том, что у кошки высыхает спинной мозг, если ее никто не гладит.

Некоторые взрослые считают, что если маленьких девочек можно сколько угодно носить на ручках, обнимать и целовать, то мальчиков нужно воспитывать в строгости и относиться к ним, как к взрослым мужчинам. Иначе мальчик может превратиться в "маменькиного сынка". По данным статистики, младенцы-девочки в возрасте до 1 года получают в 5 раз больше ласки, чем младенцы-мальчики. В результате такой несправедливости проблем с мальчиками в возрасте до 3 лет значительно больше, чем с

девочками. Мальчики ничуть не меньше, чем девочки, нуждаются в физическом контакте со взрослыми. Для них так же необходимо, чтобы их брали на руки, укачивали, обнимали, гладили и целовали. Эти проявления любви к мальчикам играют решающую роль в их развитии от рождения до 7-8 лет.

Когда мальчик подрастает, потребность в физической ласке, такой как объятия и поцелуи, уменьшается, но сама потребность в физическом контакте не становится меньше. Только теперь вместо "сюсюкательной любви" ребенку нужны прикосновения "подросткового типа" - например, шутливая борьба, подталкивание, похлопывание по спине, боксирование или "медвежьих объятия". Для подростка они так же бесценны, как для малыша поглаживания и поцелуи. Если мальчики особо нуждаются в физическом контакте со взрослыми в младенческом возрасте, то у девочек, которые, как правило, получают его, особенная потребность во "всяких нежностях" растет с их взрослением и достигает максимума примерно в возрасте 11 лет. В этом критическом возрасте девочки просто отчаянно нуждаются и в ласковых, поддерживающих взглядах, и в особом внимании, и в физическом контакте, особенно со стороны отцов. Почему именно данный период так важен? Потому что за ним начинается знаменитый "переходный возраст", к которому надо подготовить девочку. Два момента являются наиболее важными в этой подготовке. Первый - выработка положительного отношения к самой себе, к своим внутренним и внешним качествам. Если родители уделяли ей необходимое внимание и девочка чувствует себя уверенно, то переломный период (обычно в 13-15 лет) пройдет значительно спокойнее, всего лишь с перепадами настроения. Второй момент - осознание своей принадлежности к женскому полу. Взрослые должны очень внимательно подойти к вопросу воспитания женственности, важно правильно сориентировать девочку не на внешний блеск, а на глубину и красоту души.

Казалось бы, совершенно естественно выражать свои чувства к детям не только словами и поступками, но и прикосновениями. Как же еще можно выразить ребенку наше расположение к нему без слов? Так: доверительно дотронуться до его руки или плеча; шутливо взъерошить волосы; обнять за плечи; нежно погладить по волосам или по щеке; положить руку на плечо; ласково похлопать по плечу или по спине.

Бывают моменты, когда объятия особенно остро требуются детям. Это происходит в следующих ситуациях: если ребенок получил физическую травму; когда он испытывает сильное волнение; если он переживает эмоциональный стресс; когда он очень устал; если он болен или плохо себя чувствует; после печальных событий; когда ребенок чем-то напуган; перед сном.

Объятия воспринимаются каждым из нас по-своему, но существуют и общие для всех ощущения и эмоции, которые возникают, когда мы окружаем близкого человека искренним и нежным объятием. Одно из них – волшебное ощущение спокойствия и расслабления. В такой момент мы чувствуем себя защищенными и любимыми. Наука объясняет эту интересную

закономерность тем, что во время физического контакта с другим человеком, будь то нежное прикосновение, простое соприкосновение ладоней или объятий, наш организм начинает вырабатывать так называемый «гормон счастья» - окситоцин. Это происходит автоматически. Мы ощущаем связь с другим человеком, и нас наполняет ощущение счастья. Благодаря объятиям снижается уровень стресса, мы чувствуем себя спокойнее, отступает боль, депрессия и тревога. Объятия способствуют примирению и успокаивают нас, когда мы злимся.

Для детей дошкольного возраста тоже существуют преимущества этой формы физического контакта: объятия благотворно воздействуют на поведение детей; способствуют крепкому сну и глубокому отдыху; увеличивают способность к вниманию и мотивации; успокаивают и стимулируют центральную нервную систему, что благотворно сказывается на нашей памяти и способности к концентрации; укрепляют иммунную систему ребенка, стимулируя выработку белых клеток крови; возрастает количество эндорфинов (вещество, которое снижает боль и вызывает чувство эйфории); придают силы; снимают стресс; увеличивают количество окситоцина – гормона, который снимает депрессию, снижает кровяное давление, уменьшает риск сердечных заболеваний; повышается уровень гемоглобина, что укрепляет весь организм, усиливает иммунитет и ускоряет выздоровление от болезней; повышают самооценку; приносят положительные эмоции; избавляют от внутренних страхов.

Отмечать Всемирный день объятий начали не так давно - 21 января 1986 года европейские студенты, дабы напомнить о ценности дружеских и семейных прикосновений. В древних писаниях Востока объятия описываются как очень важное для любого человека действие, оказывающее целительный и омолаживающий эффект, при котором происходит обмен мужской и женской энергий. Все существа вокруг ждут нашего тепла, доброты. Найдите рядом с вами человека, прижмитесь к нему и хотя бы на пару секунд перестаньте думать о том, чем вы обычно занимаете ваш мозг. Погрузитесь в его мир, подарите ему свою тишину, и вы ещё долго не забудете это ощущение взаимного тепла и космической доброты.

С каждым годом празднование этой даты становится все более глобальным и масштабным. Дело в том, что своеобразная легенда гласит, во время дружеского объятия люди обмениваются душевным теплом. Двадцать первого января по всему миру устраиваются тематические флешмобы. Люди обнимают своих приятелей, коллег, друзей, товарищей, соседей, родственников, знакомцев. Благодаря прикосновению формируется ощущение доверия, спокойствия и защищенности.

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/07/29/konsultatsiya-psihologicheskaya-polza-obyatij-dlya>