***ВЛИЯНИЕ СЕМЬИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЕНКА***

Цель: повышение психолого-педагогической компетентности родителей в формировании психологически здоровой личности ребенка.

Задачи:

- актуализировать и расширить знания родителей о типах семейных отношений, эмоциональной сфере личности;

- ознакомить родителей со способами оказания ребенку поддержки;

- включить родителей в активное участие во встрече, мотивировать на использование отработанных навыков в реальной жизни.

Целевая аудитория: родители учащихся младшего школьного возраста.

Форма проведения занятия: практико-ориентированное занятие.

Оборудование: мультимедийный проектор/интерактивная доска.

Необходимые материалы: бланк «Колесо эмоций», бланк «Качества и эмоции при различных типах семейных отношений», фразы для работы в парах информационный материал «Родителям: о здоровье, интересе, пользе и важности».

Предварительная методическая подготовка: необходимо перед занятием подготовить бланки на каждого участника, продумать ход занятия таким образом, чтобы можно было его варьировать либо сократить в случае необходимости.

Содержание занятия:

1. Приветствие

Создание доброжелательной атмосферы, мотивирование.

- Рада видеть на нашей встрече заинтересованных родителей, готовых расширять свои знания, которые будут способствовать укреплению доброжелательных взаимоотношений с детьми. Мы будем сегодня с вами делиться опытом, обсуждать волнующие нас темы, развивать свои навыки.

Слайд 1

2. Актуализация темы

Введение в тему, целеполагание

- Вашему вниманию представлены факты о семейном воспитании. Давайте с ними ознакомимся.

· Семейное воспитание более эмоционально по своему характеру, чем любое другое воспитание.

· Внутрисемейные отношения оказывают огромное влияние на эмоциональное состояние ребенка.

· Острый недостаток ласки в семье является причиной повышенной заболеваемости, агрессивности, тревожности, страхов, одиночества у детей.

· У детей, лишенных внимания родителей, проявляется неуверенность, низкая самооценка и низкий уровень саморегуляции.

Слайд 2

- Как вы думаете, о чем мы с вами сегодня будем говорить? (ответы родителей)

Слайд 3

Л.Б.Шнейдер пишет: «Гармоничное развитие личности ребенка возможно при сохранении и укреплении его здоровья, определяемого как состояние физического, психического и социального благополучия». Психическое здоровье включает в себя благополучие ребенка в эмоциональной и познавательной сфере, развитии характера и формирование личности, нервно психическое состояние детей. И мы сегодня с вами будем обращаться к двум основным понятиям: семья и эмоции.

Слайд 4

3. Мозговой штурм «Семья»

Актуализация представлений о семье.

- Если обратиться к определению, то семья – это социально-педагогическая группа людей, предназначенная для оптимального удовлетворения потребностей в самосохранении (продолжении рода) и самоутверждении (самоуважении) каждого ее члена.

- А что для вас семья? Семья – это… (Родителям предлагается высказать свои ассоциации, продолжив фразу)

Слайд 5

4. Мини-лекция «Эмоции»

Расширение представлений об эмоциях.

- Эмоциональные проявления человека очень разнообразны: радость, горе, страх, гнев, удивление, грусть, тревога и т.д. Вы можете видеть весь спектр в ваших памятках (бланк «Колесо эмоций» Роберта Плутчика – Приложение 1). Мир эмоциональных переживаний пронизывает все стороны жизни: отношения с окружающими людьми, деятельность, общение и познание.

Слайд 6

Эмоции – это внутреннее переживание человеком своего отношения к какому-то объекту или событию.

Слайд 7

К эмоциональным состояниям человека относят:

Настроение — устойчивое и не ярко выраженное эмоциональное состояние человека.

Аффект - бурное и кратковременное протекание эмоции.

Страсть — сильное, стойкое всеохватывающее чувство, доминирующее над другими побуждениями человека.

Чувство — отношение человека к какому-то объекту или событию, являющемуся для него личностно значимым, представляющим для него ценность.

Слайд 8

Стресс — психофизиологическое состояние крайнего психического (эмоционального) напряжения, имеющего негативные последствия для здоровья человека.

Слайд 9

Делить эмоции на положительные и отрицательные, которые можно испытывать, которые нельзя – не совсем правильно с точки зрения психологии. Все чаще мы говорим об эмоциях, которые помогают нам адаптироваться в социуме или которые мешают адаптации, делают нас уязвимыми; которые нас устраивают, являются желательными, приятными, их мы хотим продлить и которые неприятны, от них мы желаем избавиться.

Слайд 10

5. Упражнение «Ранжирование»

Расширение представлений о родительских функциях, фокусировка на значимости семьи.

- Как вы думаете, от чего в большей степени зависит эмоциональное благополучие ребенка младшего школьного возраста?

Родителям предлагается ранжировать по степени значимости (групповое обсуждение):

· Психологический климат семьи.

· Самооценка ребенка.

· Успешность в учебной деятельности.

· Успешность социальных контактов (учитель, взрослые, дети)

· Взаимоотношения со сверстниками.

Слайд 11,12

- Давайте посмотрим на функции родителей для сохранения положительного эмоционального статуса ребенка (с ориентацией на пирамиду Маслоу).

- Как вы думаете, какая из перечисленных первична? (выстраивание пирамиды)

Удовлетворение естественных потребностей → обеспечение безопасности → принятие и любовь → создание оптимальных условий для развития, удовлетворения интересов и потребностей → обеспечение адаптации в социуме, самореализации.

Слайд 13

6. Работа с материалом «Типы семейных отношений»

Информирование о типах семейных отношений, расширение представлений о характеристиках отношений.

- Семья – это всегда система, частью которой является ребенок. На основе общения, взаимодействия в семье строятся семейные отношения. Все виды семейных отношений взаимосвязаны и влияют друг на друга. Центральное место в них всегда занимают дети.

- Некоторые исследователи (А.В.Петровский, Э.Маккоби и Д.Мартин) выделяют 4 типа взаимоотношений в семье: сотрудничество, опека, диктат, невмешательство. Предлагаю вашему вниманию краткие характеристики, а вы постарайтесь соотнести их с названиями.

· Сотрудничество в семье: семейные отношения построены на доверии, равноправии, уважении интересов как взрослых, тки и детей; идут на компромисс и отличаются мирным взаимодействием между собой.

· Авторитарная семья: очень четко выделяется авторитет, который часто критикует и не одобряет инициативу и вмешательства в собственные планы; авторитет родителя подавляет, игнорирует интересы ребенка.

· Опекающая семья: в семье ребенку уделяется чрезмерная забота и опека со стороны родителей; в ребенка стараются вложить все материальные и моральные ценности; ребенок несамостоятелен в семье.

· Безразличная семья: в семье происходит независимое друг от друга сосуществование взрослых и детей; пассивное отношение к детям; у ребенка практически безграничная свобода.

Слайд 14

7. Практическое задание «Типы семейных отношений: качества и эмоции»

Расширение эмоционального репертуара через осознание характеристик типов семейных отношений.

- Почему сейчас важно говорить о типах семейных отношений? Так как еще можно что-то преодолеть, исправить, еще очень сильна привязанность ребенка к родителю.

Родителям предлагается в групповом обсуждении дополнить представленную таблицу (бланк 2 «Качества и эмоции при различных типах семейных отношений» - Приложение 2), пользуясь колесом Плутчика.

Слайд 15

Тип Краткая характеристика Формируемые качества Преобладающие эмоции

Сотрудничество Общие цели и задачи, внимание к чувствам другого, поощрение инициативы Все положительные качества: уважение к старшим, любовь, доверие, взаимопомощь, уверенность, самостоятельность. Интерес, радость, восторг… Разумная требовательность Учитываются интересы ребенка, обсуждаются потребности Совместная организованная деятельность

Диктат

Подавление инициативы и чувства собственного достоинства Сопротивление ребенка, который отвечает на нажим и принуждение лицемерием, обманом, вспышками грубости, а иногда откровенной ненавистью, искоренение самостоятельности, чувства собственного Страх, тревога, покорность… Предъявление чрезмерных требований Игнорирование интересов и потребностей ребенка Подчинение деятельности авторитарному члену семьи

достоинства, инициативности, веры в себя и в свои возможности.

Опека Слепое следование за ребенком Неприспособленность к жизни в коллективе, часты срывы в переходном возрасте, отсутствие самостоятельности, инициативы. Скука, удовлетворение, лень… Ограждение от забот, усилий, отсутствие требований Обеспечение удовлетворения всех потребностей ребенка Совместная деятельность с учетом, в первую очередь, интересов ребенка

Безразличие Внимание к собственным чувствам, независимое существование Эгоизм, полное отсутствие внимания к другим родственникам, безразличие, срывы от отсутствия внимания в подростковом возрасте, пагубное влияние дурной компании. Обида, тревога, осторожность... Отсутствие каких-либо требований Безразличие к потребностям ребенка, внимание к своим интересам Отдельно организованная деятельность членов семьи

8. Упражнение в парах «Заинтересованные фразы»

Обучение навыкам использования поддерживающих фраз.

- Чтобы оказывать ребенку поддержку, заботиться о том, чтобы он мог справляться с нежелательными эмоциями, важно помнить, что вызывает у ребенка неприятные эмоции:

1) Противоречие между сильным желанием и невозможностью удовлетворить его (очень ярко проявляется у маленьких детей).

2) Конфликт, заключающийся в повышенных требованиях к ребенку, неуверенному в собственных силах либо не способному им соответствовать в силу природных особенностей и способностей.

3) Противоречивость требований родителей и педагогов.

4) Частые негативные эмоциональные состояния взрослых и отсутствие навыков контроля и саморегуляции с их стороны (в психологии существует такое понятие как заражение, т.е. непроизвольная передача эмоционального состояния от одного человека другому).

5) Использование приказов, обвинений, угроз, оскорблений вместо доверительной беседы и совместного анализа возникшей ситуации.

Слайд 16

- Давайте с вами посмотрим, каким образом мы можем оказывать своему ребенку поддержку. Родительская поддержка – это процесс, в ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка с целью укрепления его самооценки. Помощь родителей заключается в том, чтобы подчеркивать способности и возможности детей.

- Вам необходимо найти фразы, которые поддержат ребенка, будут говорить о вашем внимании к чувствам (Приложение 3).

Слайд 17

Если вы слышите Обязательно скажите

«Ненавижу учебу,

класс...» «Что происходит, из-за чего ты себя так чувствуешь?»

«Все кажется таким

безнадежным...»

«Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие у нас проблемы и какую из них надо решить в первую очередь»

«Всем было бы лучше без

меня!»

«Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твое настроение. Скажи мне, что происходит»

«Вы не понимаете меня!»

«Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это знать»

«Я совершил ужасный

поступок...» «Давай сядем и поговорим об этом»

«А если у меня не

получится?» «Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное»

9. Рекомендации

Расширить представления родителей о способах взаимодействия с детьми.

- Дом – это лучшее место для воспитания в детях здоровых эмоций, доброжелательности и правильного мышления. По-настоящему счастлив тот ребенок, который окружен заботой и вниманием со стороны любящих его людей. Только в этом случае в его поведении будут преобладать эмоции, которые хочется сохранить. Ребенок чувствует себя защищенным, когда рядом есть взрослые, помогающие уверенно идти по жизни. Как мы с вами видели, на психическое становление детей, на их эмоции значительное влияние оказывают взаимоотношения в семье. - Дома вы ознакомитесь с памяткой «Родителям: о здоровье, интересе, пользе и важности», где также найдете рекомендации книг, которые будут вам полезны (Приложение 4). Рекомендую для просмотра фрагмент лекции Л.Петрановской «Как эмоциональное состояние пап и мам влияет на ребенка».

Слайд 18

10. Домашнее задание

Содействовать общению родителей с детьми.

- И чтобы вы почувствовали себя немножко детьми и окунулись в обучающий школьный мир, предлагаю вам домашнее задание: найдите время пообщаться с ребенком и предложите продолжить фразы:

- «В моей семье мне нравится…»,

- «В моей семье я бы сделал по-другому…»

Слайд 19

11. Рефлексия «Облако слов»

Подведение итогов занятия.

- Завершить сегодняшнюю встречу предлагаю следующим образом: каждый из вас подходит к доске/флип-чату и записывает 1-2 фразы, которые относятся к теме нашей встречи. Например, радость, поддержка. Таким образом мы с вами создадим облако слов.

- Хочу пожелать вам терпения, внимания, оптимизма и мудрости в воспитании детей!