

ВЛИЯНИЕ СЕМЬИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЕНКА.

Целевая группа: родители учащихся 2 класса

Время проведения: 24.03.23

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

Задачи:

- 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.

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».

Ход собрания:

1. Приветствие.

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

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.

- Сегодня мы с вами поговорим о влиянии семьи на эмоциональное состояние ребенка.

Л.Б. Шнейдер, известный специалист в области практической и прикладной психологии, 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, развитие характера и формирование личности, нервно психическое состояние детей. И мы сегодня с вами будем обращаться к двум основным понятиям: семья и эмоции.

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).*

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.

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

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 лично значимым, представляющим для него ценность.

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

Делить эмоции на положительные и отрицательные – 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. Есть те, которые неприятны, от них мы желаем избавиться.

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 различные факторы (групповое обсуждение):

- Психологический климат семьи.
- Самооценка ребенка.
- Успешность в учебной деятельности.
- Успешность социальных контактов (учитель, взрослые, дети)
- Взаимоотношения со сверстниками.

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

- Как вы думаете, какая из перечисленных функций 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.

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, так 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.

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»), пользуясь колесом Плутчика.

<i>Тип</i>	<i>Краткая характеристика</i>	<i>Формируемые качества</i>	<i>Преобладающие эмоции</i>
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	Соппротивление ребенка, который отвечает на нажим и принуждение лицемерием, обманом, вспышками грубости, а иногда откровенной ненавистью, искоренение самостоятельности, чувства собственного достоинства, инициативности, веры в себя и в свои возможности.	Страх, тревога, покорность...
	Предъявление чрезмерных требований		
	Игнорирование интересов и потребностей ребенка		
	Подчинение деятельности авторитарному члену семьи		
О п	Слепое следование за ребенком		

	Ограждение от забот, усилий, отсутствие требований	Неприспособленность к жизни в коллективе, часты срывы в переходном возрасте, отсутствие самостоятельности, инициативы.	Скука, удовлетворение, лень...
	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. произвольная передача эмоционального состояния от одного человека другому).

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

- 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.

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.

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...»

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!

«Колесо эмоций» Роберта Плутчика.

