

## Семинар-практикум "*Влияния семьи на эмоциональное состояние ребенка*"

Идея о том, что ничто не может заменить ребенку семью, общепринята. Семья выступает как первый воспитательный институт, связь с которым человек ощущает на протяжении всей своей жизни. Семейное воспитание имеет ряд несомненных достоинств. К ним следует отнести, благоприятный эмоциональный и морально-психологический климат, атмосфера любви, заботы и поддержки, близость родительского воздействия, духовная связь и преемственность между поколениями, постоянный пример взрослых, нравственное воспитание личности, через усвоение системы ценностей, семейных традиций, стереотипов поведения и общения и т.д. Семья – сложная система взаимоотношений между членами семьи. В совокупности это создаёт микроклимат семьи. В зависимости от того, как ведут себя с ребенком взрослые, какие чувства и отношения проявляются со стороны близких людей, ребенок воспринимает мир притягательным или отталкивающим, доброжелательным или угрожающим. В результате у него возникает доверие или недоверие к миру. Это является основой для формирования позитивного самоощущения ребенка.

Поддержка необходима и является важнейшим фактором, способным улучшить взаимоотношения между ребенком и родителями. Почему родители часто себе позволяют выказывания типа: «Ты всегда плохо справляешься со своими обязанностями, и я вынужден(а) исправлять, доделывать все за тебя». Есть две причины: родители разговаривают с детьми, также как и в дошкольном возрасте взрослая жизнь в социуме приучает родителей к столкновению с неудачами и ожиданиям худшего. Поэтому важно поощрять и поддерживать ребенка в его самостоятельных начинаниях. Родительская поддержка – это процесс, в ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка с целью укрепления его самооценки. Нужно помнить, что в семье могут происходить процессы, способные привести ребенка к разочарованию в собственных силах (завышенные требования, соперничество братьев и сестер, чрезмерные амбиции). Помощь родителей заключается в том, чтобы подчеркивать способности и возможности детей. Родитель, обсуждая с ребенком его поведение, должен всегда подчёркивать его хорошие стороны. Родитель должен всегда помнить о том, что воспитывать ребенка не может только школа или только семья. В школе они учатся вести себя в обществе. В семье формируется понятие семейных взаимоотношений, ребенок осознаёт, что его любят, что он нужен, он учится важнейшим отношениям между близкими людьми.

Выделяется несколько основных причин неправильного воспитания (две крайности):

- чрезмерная требовательность, жесткость;
- недостаток контроля и гиперопека.

Какими бы не были недостатки воспитания или ошибки родителей, одно из главных условий правильного воспитания – это принять ребенка таким, какой он есть, с его слабостями и недостатками, стремлениями и темпераментом. Нужно научиться видеть внутреннее состояние ребенка, а не только слушать что он говорит. Родители не придают большего значения своим сказанным грубым словам. А дети порой не в состоянии понять, что это не мнение, а лишь эмоциональная реакция (пассивный уход в себя или демонстративная агрессивность). Когда вы пытаетесь подавить агрессивного ребенка, вы не решаете проблему, а загоняете ее вглубь. Всегда нужно выявить причину агрессии и не столько внешнюю, сколько внутреннюю. Возможно, эта причина кроется в недополучении им необходимого: любви, заботы, внимания, контроля, уважения и доверия.

Детские годы - самые важные в жизни человека. Как они пройдут, зависит от взрослых - родителей, учителей, воспитателей. Главную роль в жизни маленького человека играет семья. Задача школы - раскрыть перед родителями важные стороны психического развития ребенка на каждой возрастной ступени школьного возраста и убедить родителей в том, что неталантливых детей не бывает. Трудно растить детей в сложном современном мире. Проблемы, нагрузки на работе сказываются на родителях, а это в свою очередь на детях. Родители искренне любят детей, но многие не умеют свою любовь проявить. Они знают, что

ребенку нужны одежда, дом, еда, образование, любовь. Секрет любви к ближнему и к детям прост: это безусловная любовь, независящая от преходящих моментов (поступков, возраста и так далее). Нужно любить независимо ни от чего. Нормы поведения, характер взаимоотношений между людьми, ценностные ориентации ребенок усваивает, прежде всего в семье. Если его любят, с ним считаются, разговаривают, играют, то он открыт для общения, энергичен, любознателен, здоров и счастлив. У него активно происходит развитие интеллекта, чувств, воли.

Но, к сожалению, так бывает далеко не всегда. По статистике, каждые две семьи из трех оказываются проблемными. По наблюдениям и результатам психологической диагностики можно констатировать у младших подростков высокий уровень тревожности. Это проявляется в наличии отклонений в эмоциональном развитии, в общении, страхах, агрессии, негативных эмоций (замкнутости), у детей низкий уровень саморегуляции. Как при недостатке кислорода человек начинает задыхаться, так при дефиците ласки он болеет, становится нервным и раздражительным, у него случаются серьезные психические срывы. Часто это становится причиной болезней желудка, сердца, бессонницы и ослабления иммунитета. Вы, наверное, замечали, что плачущий ребенок, который просит помощи, сначала утыкается в подол матери или в ноги отца, а уже потом, немного успокоившись, начинает рассказывать о случившемся. Что делает взрослый человек в это время? Он гладит ребенка по голове, по спине. Это один из способов успокоить его, получается своеобразный массаж. Многочисленные опыты показали, что те животные, которые получают регулярные "дозы" ласк, психологически устойчивее и смелее. Они быстрее развиваются, лучше соображают и реже болеют. Равнодушное отношение делает животное жестоким и трусливым. То же и с людьми. Больше всего от отсутствия ласки страдают дети. Даже если таких детей завалить игрушками, это не помогает: недоласканные дети не умеют играть, ведь у них нет опыта проявления любви и заботы. А потому и со сверстниками они не находят общего языка, со злости ломают чужие игрушки, становятся неуправляемыми и могут даже ударить. Если человек не познал в детстве любви и нежности, для него возможны лишь два пути: он спрячется под маской агрессивности или будет всю жизнь стремиться компенсировать недостаток ласки. Чтобы ваш ребенок был психически и физически здоров, необходимо оберегать его от внутрисемейных разработок, неурядиц, чаще прислушиваться к нему, ставить себя на его место. Тогда у ребенка повысится успеваемость, улучшится соматическое здоровье, он будет психически уравновешенным и избавится от страхов. Он будет уметь сопереживать другим людям.

### **Создание благоприятной семейной атмосферы (памятка для родителей)**

1. От того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день.
2. Время, которое требуется каждому для ночного отдыха, величина сугубо индивидуальная. Показатель один – чтобы ребенок выспался и легко проснулся, когда его будят родители.
3. Если у родителей есть возможность дойти до школы вместе с ребенком, не упускайте её. Совместная дорога – это совместное общение, ненавязчивые советы.
4. Научитесь встречать детей после уроков. Не стоит первым делом спрашивать: «Какие оценки ты сегодня получил?», лучше задать нейтральные вопросы: «Что интересного в школе?», «Чем сегодня занимались?», «Как дела в школе?»
5. Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.
6. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.
7. Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимость исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.

### **Анкета для родителей**

1. *В любой момент оставить все свои дела и заняться ребенком?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Посоветоваться с ребенком, несмотря на его возраст?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Извиниться перед ребенком в случае, если вы были неправы?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Овладеть собой и сохранить самообладание, даже если поступок ребенка, вывел вас из себя?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Поставить себя на место ребенка?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Поверить хотя бы на минутку, что вы добрая фея или прекрасный принц?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Рассказать ребенку поучительный случай из детства, представляющий вас в невыгодном свете?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Всегда воздерживаться от слов и выражений, которые могут ранить ребенка?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Пообещать ребенку, исполнить его желание за хорошее поведение?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Выделить ребенку один день, когда он может делать, что желает, и вести себя, как хочет, а вы при этом ни во что ни вмешиваетесь?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Не прореагировать, если ваш ребенок ударил, толкнул или незаслуженно обидел другого ребенка?*

А - могу и всегда так поступаю

Б - могу, но не всегда так поступаю

В - не могу

1. *Устоять против слез, капризов, просьб, если известно, что это прихоть?*

- А - могу и всегда так поступаю
- Б - могу, но не всегда так поступаю
- В - не могу

**Ключ к тесту**

Ответ «А» оценивается в 3 очка.

Ответ «Б» – в 2 очка.

Ответ «В» – в 1 очко.

**30 – 39 очков:** Если вы набрали от 30 до 39 очков, значит, ребёнок — самая большая ценность в Вашей жизни. Вы стремитесь не только понять, но и узнать его, относитесь к нему с уважением, придерживаетесь прогрессивных принципов воспитания и постоянной линии поведения.

Другими словами, Вы действуете правильно и можете надеяться на хорошие результаты.

**16 – 30 очков:** Сумма от 16 до 30 очков: забота о ребёнке для Вас вопрос первостепенной важности. Вы обладаете способностями воспитателя, но на практике не всегда применяете их последовательно и целенаправленно. Порой Вы чересчур строги, в других случаях – излишне мягки; кроме того, Вы склонны к компромиссам, которые ослабляют воспитательный эффект. Вам следует серьёзно задуматься над своим подходом к воспитанию ребенка.

**Менее 16 очков:** Число очков менее 16 говорит о том, что у Вас серьёзные проблемы с воспитанием ребенка. Вам недостаёт либо знания, как сделать ребёнка личностью, либо желания добиться этого, а возможно, того и другого. Советуем обратиться к помощи специалистов – педагогов и психологов, познакомиться с публикациями по вопросам семейного воспитания.