ВЛИЯНИЕ СЕМЬИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЕНКА.

Занятие для родителей учащихся II классов (III четверть (февраль)).

З.В. Сагина,
педагог-психолог
ГУО «Средняя школа № 2 г.Белыничи».

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.

Целевая аудитория: родители учащихся II класса.

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 об способах укрепления 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

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

Слайд 3

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.

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 – 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.

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 различные факторы (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 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.

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 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		
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).

При наличии времени можно посмотреть 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!

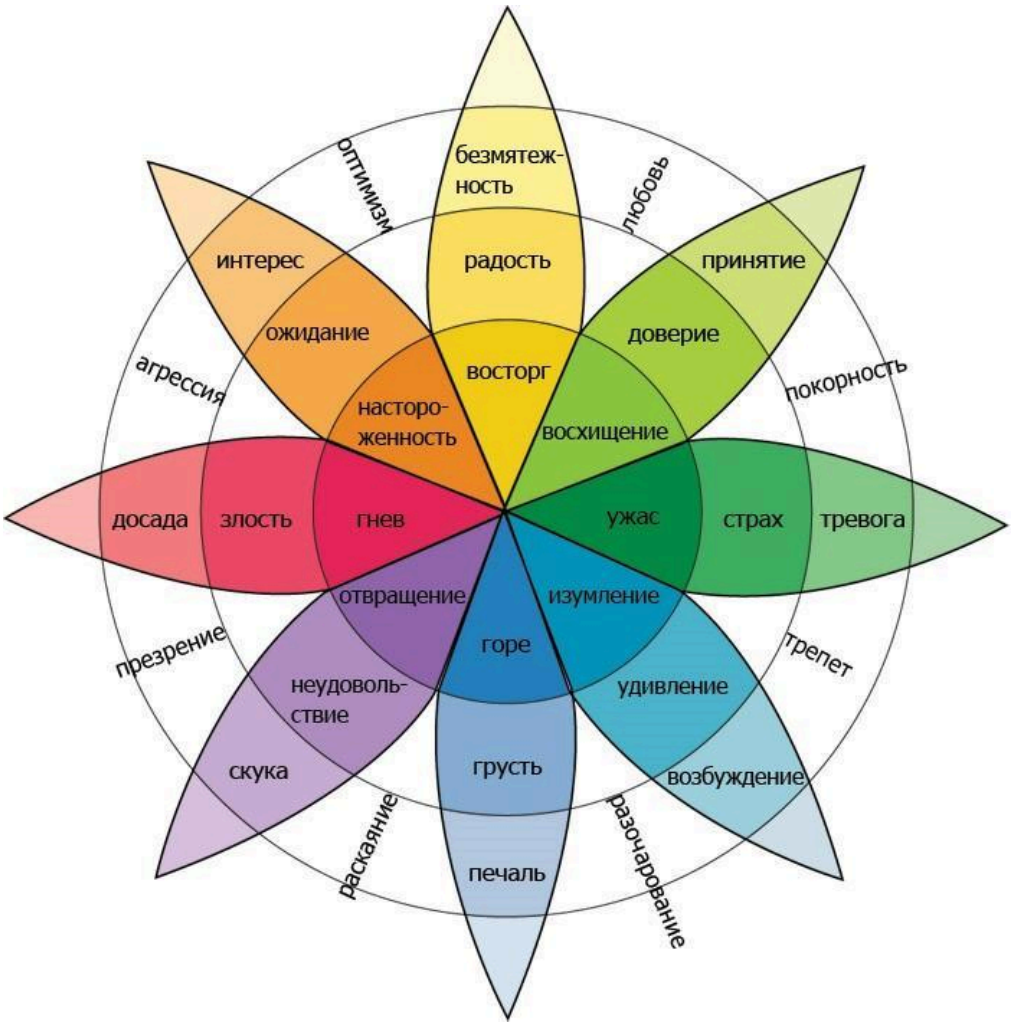
Слайд 20

Список использованных источников:

1. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П.Ильин. – СПб: Питер, 2001. – 752 с.
2. Кузьмишина, Т.Л., Амелина, Е.С., Пермякова, А.А., Хохлова, Е.А. Стили семейного воспитания: отечественная и зарубежная классификация [Электронный ресурс] / Т.Л.Кузьмишина и др. // Детская психология. – Режим доступа: http://childpsy.ru/lib/articles/id/32545.php. – Дата доступа: 15.03.2022.
3. Шнейдер, Л.Б. Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога / Л.Шнейдер // Школьный психолог. – 2009. – №20. – С.20-26.
4. Семейная педагогика. [Электронный ресурс] / Студопедия. – Режим доступа: https://studopedia.su/7_1327_lektsiya---semeynaya-pedagogika.html. – Дата доступа: 15.03.2022.

Приложение 1.

«Колесо эмоций» Роберта Плутчика.



Приложение 2.

«Качества и эмоции при различных типах семейных отношений».

Тип	***Краткая характеристика***	***Формируемые качества***	***Преобладающие эмоции***
Сотрудничество	Общие цели и задачи, внимание к чувствам другого, поощрение инициативы Разумная требовательность Учитываются интересы ребенка, обсуждаются потребности Совместная организованная деятельность	Все положительные качества: уважение к старшим, любовь, доверие, взаимопомощь, уверенность, самостоятельность.	Интерес …
Диктат	Подавление инициативы и чувства собственного достоинства Предъявление чрезмерных требований Игнорирование интересов и потребностей ребенка Подчинение деятельности авторитарному члену семьи	Сопротивление 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 …
Опека	Слепое следование за ребенком Ограждение от забот, усилий, отсутствие требований Обеспечение удовлетворения всех потребностей ребенка Совместная деятельность с учетом, в первую очередь, интересов ребенка	Неприспособленность к жизни в коллективе, часты срывы в переходном возрасте, отсутствие самостоятельности, инициативы.	Скука …
Безразличие	Внимание к собственным чувствам, независимое существование Отсутствие каких-либо требований Безразличие к потребностям ребенка, внимание к своим интересам	Эгоизм, полное отсутствие внимания к другим родственникам, безразличие, срывы от отсутствия внимания в подростковом возрасте, пагубное влияние дурной компании.	Обида ...

	Отдельно организованная деятельность членов семьи		

Приложение 3.

«Ненавижу учебу, класс...»
«Все кажется таким безнадежным...»
«Всем было бы лучше без меня!»
«Вы не понимаете меня!»
«Я совершил ужасный поступок...»
«А если у меня не получится?»

Приложение 4.

Информационный материал для родителей.

РОДИТЕЛЯМ

Здорово

- Проводить совместный активный досуг.
- Организовать так режим дня, чтобы ребенок мог отдохнуть.
- Помнить, что от того, как родители разбудят ребенка, зависит его настрой на день.

Интересно

- Идти вместе в школу, наслаждаясь общением.
- Встречать ребенка из школы, задавая ему вопросы: «Самый неожиданный момент?», «Что тебя удивило?», «Чем гордишься?» и др.
- Вместе выбрать фразы-мотиваторы, которые будут поддерживать ребенка: «Я с этим справлюсь», «Чуть больше тренировки – и у меня получится».

Полезно

- Иметь представления о различных этапах в развитии ребенка.
- Обнимать и целовать ребенка, говорить ему, как он вам дорог.
- Спокойно анализировать поведение ребенка, справившись со своими эмоциями..

Важно

- Уважать право ребенка на собственное мнение.
- Относиться к ребенку как к равноправному партнеру, который обладает меньшим жизненным опытом.
- Оказывать поддержку, формируя тем самым прочную эмоциональную привязанность.

ГУО «Средняя школа № 2 г.Белыничи»

Полезно прочитать



Людмила Петрановская. Тайная опора.
Если важно выстроить с ребенком прочную связь и дать ему безопасность и стабильность.

Жаклин Мик. Сандра Темп-Джеттер. Не рычите на ребенка.
Если вам нужны приемы для восстановления своего эмоционального состояния после конфликтов с детьми.





Юлия Гиппенрейтер. Счастливый ребенок.
Если вы хотите научиться общаться с ребенком и при этом испытывать удовольствие и удовлетворение.

Контактный телефон: 80223272422