

## **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 лично 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, 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.

*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*

<b>Тип</b>	<b>Краткая характеристика</b>	<b>Формируемые качества</b>	<b>Преобладающие эмоции</b>
Со тру дн и ч е ст в о	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. произвольная 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.

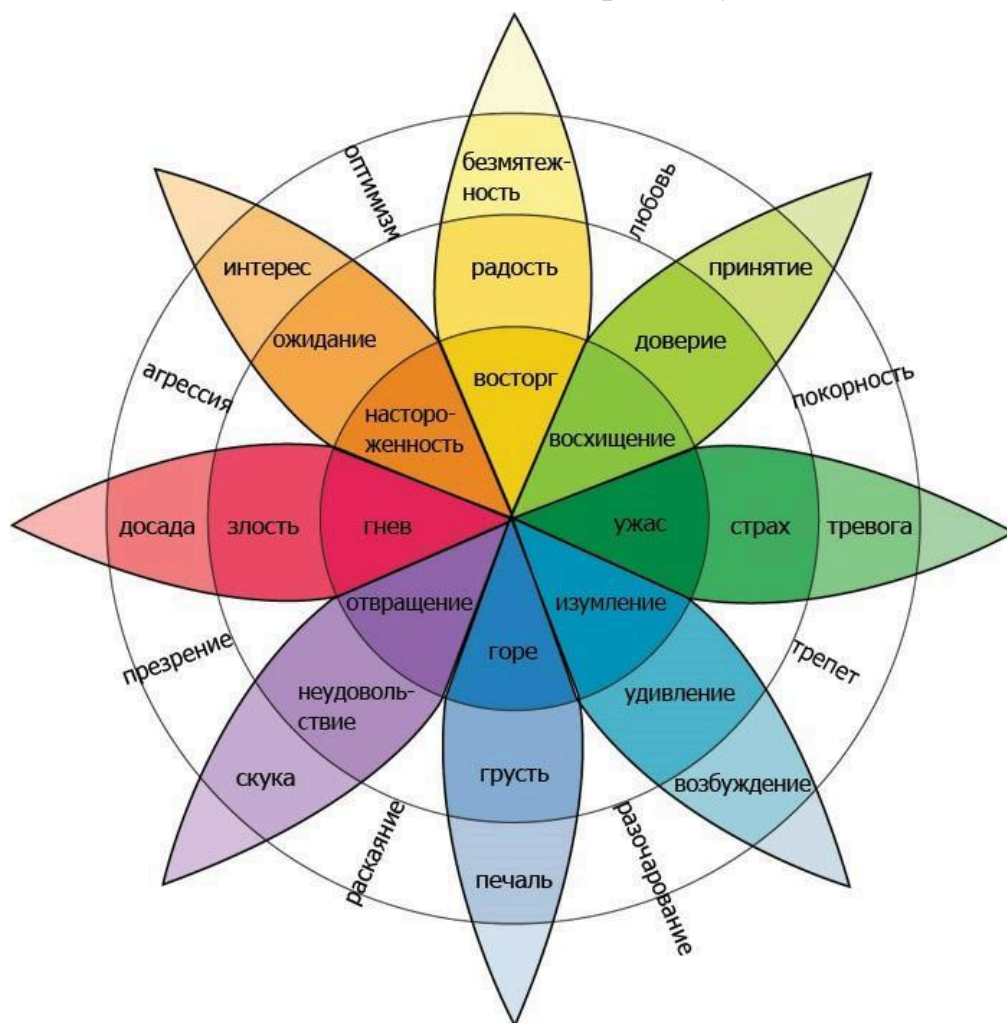
- Хочу пожелать вам терпения, внимания, оптимизма и мудрости в воспитании детей!

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](https://studopedia.su/7_1327_lektsiya---semeynaya-pedagogika.html). – Дата доступа: 15.03.2022.

«Колесо эмоций» Роберта Плутчика.





**«Качества и эмоции при различных типах семейных отношений».**

<b>Тип</b>	<b>Краткая характеристика</b>	<b>Формируемые качества</b>	<b>Преобладающие эмоции</b>
С от р у д н и ч ес тв о	Общие цели и задачи, внимание к чувствам другого, поощрение инициативы	Все положительные качества: уважение к старшим, любовь, доверие, взаимопомощь, уверенность, самостоятельность.	Интерес ...
	Разумная требовательность		
	Учитываются интересы ребенка, обсуждаются потребности		
	Совместная организованная деятельность		
Д и кт ат	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 ...
	Предъявление чрезмерных требований		
	Игнорирование интересов и потребностей ребенка		
	Подчинение деятельности авторитарному члену семьи		
О п ек а	Слепое следование за ребенком	Неприспособленность к жизни в коллективе, часты срывы в переходном возрасте, отсутствие самостоятельности, инициативы.	Скука ...
	Ограждение от забот, усилий, отсутствие требований		
	Обеспечение удовлетворения всех потребностей ребенка		
	Совместная деятельность с учетом, в первую очередь, интересов ребенка		
Б ез ра зл и ч и е	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 ...
	Отсутствие каких-либо требований		
	Безразличие к потребностям ребенка, внимание к своим интересам		

	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?»*

## 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