

СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ

«ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА»

Жить – значит чувствовать и мыслить,
страдать и блаженствовать.
Всякая другая жизнь – смерть.

В. Г. Белинский

Цель: Выявление особенностей взаимоотношений между ребёнком и родителями.

Задачи:

- совместно с родителями обсудить проблему значения в жизни человека эмоциональной сферы, положительных эмоций;
- актуализировать значение влияния семьи на эмоциональное состояние ребёнка;
- ознакомить родителей с возможными способами психологической поддержки детей.

Форма проведения: обучающий семинар.

Вопросы для обсуждения:

- Значение эмоционально-чувственной сферы для формирования полноценной личности.
- Роль семейных отношений в развитии эмоциональной сферы ребенка.

Ход семинара.

Вступительное слово педагога-психолога.

Эмоциональное воспитание ребёнка - бесспорно, прерогатива семьи. Следует учитывать, что чувства играют исключительную роль в жизни ребёнка. Они "окрашивают" его ощущения, восприятия, представления, мысли. В них отражается представление ребёнка к окружающему миру.

Для развития у ребёнка позитивного образа "Я" значимыми являются чувства собственного достоинства, гордости, становление которых зависит от условий жизни и воспитания прежде всего в семье. Поддерживать достоинства ребёнка, укреплять его хорошее мнение о себе - задача семьи. Это удаётся сделать в тех семьях, где ребёнка включают в различные виды деятельности, помогают "расти" в них, видеть свои достижения и ощущать, что они небезразличны родителям. Возникшее чувство гордости за хорошо выполненное задание, поручение побуждает ребёнка к новым "победам".

Детство - самая прекрасная пора жизни человека, получившая целый букет красивых определений: счастливое, безмятежное, безоблачное... но для некоторых детей оно - трудное, и, прежде всего, по вине окружающих взрослых. К сожалению, ребёнок не выбирает свою семью, родителей и очень зависит от малого круга общения, особенно в детстве.

Как вы думаете, от чего зависит эмоциональное благополучие ребёнка?

Выслушав мнения родителей, педагог-психолог делает записи на доске:

*Психологический климат семьи;
самооценка ребёнка;
успешность в учебной деятельности;
взаимоотношения со сверстниками и т. д.*

Педагог-психолог: Действительно, перечисленные факторы в разной степени влияют на эмоциональное состояние ваших детей. Хочу добавить некоторые причины, отрицательно влияющие не только на эмоциональную сферу, но и на умственное развитие ребёнка: 1) смерть отца или матери; 2) развод родителей; 3) частое отсутствие отца из-за командировок; 4) длительное отсутствие матери и в связи с этим жизнь с другими людьми; 5) плохие отношения между родителями: ссоры, гнев, оскорбления; 6) употребление спиртных напитков в семье; 7) курение родителей; 8) плохие знакомства родителей. Сегодня мы будем говорить о влиянии психологического климата семьи на эмоциональное состояние ребёнка.

1 Психологический всебуч на тему "Психологический климат семьи и его влияние на эмоциональное состояние ребёнка"

Педагог-психолог.

Психологический климат семьи выражается в том, какие преобладают отношения и настроения: восторженное, радостное, светлое, спокойное, тёплое, тревожное, холодное, враждебное, подавленное. При благоприятном микроклимате каждый член семьи чувствует себя равным среди равных, нужным, защищённым и уверенным. Он ощущает семью своеобразным пристанищем, куда приходит отдохнуть, или колодецем, где черпает живительную свежесть, бодрость и оптимизм. Главное в семье - чувство самоценности и стремление уважать право каждого быть личностью, а не только мужем, отцом, хозяином дома или партнёром. Благоприятная психологическая атмосфера связана с таким общением, которое не в тягость кому-то из членов семьи. А для того чтобы барометр вашей семьи показывал всегда хорошую погоду, постарайтесь овладеть следующими умениями:

- "Держать улыбку" (потому что именно лицо - ваша визитная карточка)*
- Обращать внимание на других (от вашего знания домашних зависит счастье семьи)*
- Слушать, что говорят другие (ибо с глухими разговаривать трудно)*
- Говорить "нет", не обижая (и в семье тоже нужна дипломатия)*
- Не вступать в конфликты (учтите, что лучший способ выйти из конфликта - это не вступать в него)*
- Ободрять других (оптимистом жить легче)*
- Делать комплименты (учтите, что женщины любят ухом, и даже самые умные мужчины легко откликаются на самую грубую лесть)*

Вероятнее всего благоприятная психологическая атмосфера присутствует в гармоничной среде. Какую же семью можно назвать гармоничной? В такой семье ощущается радость жизни. Все обитатели Дома уверены, что их и интересом и радостью выслушают. Здесь все знают, что с ними считаются и всегда учитывают позицию других. Потому люди открыто проявляют свои чувства: радость и огорчения, успех и поражения. В такой семье люди не боятся рисковать, так как знают - семья поймёт, что поиск нового всегда сопряжён с

возможными ошибками. Ошибки говорят о том, что человек меняется, растёт, совершенствуется и развивается. В гармоничной семье все чувствуют себя на своём месте, и они таковы, какими хотят себя видеть - признанные и любимые. Здесь привыкли смотреть друг на друга, а не в сторону или в потолок. И даже младенцы выглядят открытыми и дружелюбными. В семье царит молчаливое спокойствие (но не безразличное молчание или молчание из-за страха быть непонятым). Буря в таком Доме - это признак какой - то очень важной активности членов семьи, а вовсе не попытка затеять ссору. Ведь каждый знает: если его не слушают сейчас, то лишь потому, что на это нет времени, а не потому, что не любят. В таких семьях люди чувствуют себя уютно и комфортно. Взрослые и дети не скрывают нежности и в любом возрасте проявляют её не только в поцелуях, но и в том, что открыто беседуют о себе, о своих делах.

Воспитывая детей, родители ведут себя как лидеры, но не как хозяева и руководители. Свою главную воспитательную задачу они видят в том, чтобы научить ребёнка в любой жизненной ситуации оставаться человеком, и поэтому не скрывают от детей негативные факты, делятся своим огорчением, гневом, а, когда им хорошо, могут быть радостными и уверенными в себе. Если в проблемных семьях родители призывают детей не огорчать мать или отца, наказывают или даже бьют только за то, что ребёнок не сказал "спасибо" или ответил невежливо на замечание, то в гармоничной семье родители твёрдо знают, что им самим постоянно надо учиться быть родителями, а значит - лидерами!

В гармоничной семье родители твёрдо знают, что дети по своей природе не могут быть плохими если ребёнок ведёт себя плохо, это означает, что он неправильно понимает ситуацию или же мало ценит и уважает самого себя.

Истинная сущность воспитательной работы, вы и сами уже догадались об этом, вероятно, заключается вовсе не в ваших разговорах с ребёнком, не в прямом воздействии на ребёнка, а в организации вашей семьи, вашей личной и общественной жизни и в организации жизни ребёнка. Воспитательная работа есть прежде всего работа организатора. В этом деле поэтому нет мелочей.

2. Организация обсуждения на тему "Роль родителей в эмоциональном благополучии детей"

Педагог-психолог.

Как вы думаете, в чём заключается роль родителей в создании эмоционального благополучия детей? Что Вы понимаете под термином "психологическая поддержка"? (Психолог записывает все версии, далее проходит обсуждение, педагог-психолог даёт рекомендации и помогает сделать выводы. Естественно, что у родителей могут возникнуть различные версии, которые на протяжении всей беседы будут дополнять определение. Главный вывод: поддержка необходима и является важнейшим фактором, способным улучшить взаимоотношения между ребёнком и родителями.)

Давайте разберёмся, почему родители часто позволяют себе высказывания типа: "Ты всегда плохо справляешься со своими обязанностями, и я вынужден (а) исправлять, доделывать всё за тебя" Есть две причины: 1) родители разговаривают с ребёнком так же, как разговаривали с ним в дошкольном возрасте; 2) взрослая жизнь в социуме приучает родителей к постоянному

столкновению с неудачами, к ожиданию худшего, т. е. сами взрослые изначально не верят в удачу ребёнка.

Стремление к тому, чтобы у ребёнка сформировалось позитивное отношение к жизни, чтобы в его характере не сложилась тенденция к ожиданию неудачи и разочарования - одна из главных задач родителей. Поэтому важно поощрять и поддерживать ребёнка в его самостоятельных начинаниях.

Действительно, наши дети вырастают и им хочется другого отношения со стороны родителей. Для того чтобы дома, (в семье) они чувствовали себя уверенно, нужно родителям изменить своё отношение к детям.

Ритуалы, которые нравятся детям:

- перед уходом в школу получить объятие родителей и напутственное слово или жест, в котором будет маленькая тайна взрослого и ребенка;*
- придя из школы, рассказать о своих успехах и проблемах и получить слова поддержки и участия за чашкой чая;*
- в выходной обсудить прожитую неделю и её значение для детей и родителей;*
- посидеть в сумерках при свечах рядом с мамой и папой;*
- на ночь услышать доброе пожелание;*
- в свой день рождения получать сюрпризы и устраивать их для других членов семьи;*
- вместе с мамой готовить к празднику и печь красивый пирог, а с папой просто поговорить по душам;*
- посидеть с мамой и папой, взявшись за руки во время своей болезни и попросить у них любимую еду или что-то такое, чего очень давно хотелось.*

Заключение

Уважаемые родители, не следует забывать, что главную роль в жизни ребёнка имеет семья. Ведь не зря говорится: "Счастлив тот, кто счастлив дома". Всего вам доброго! До новых встреч!

Составила: педагог-психолог Сапожникова Н.З.