

Консультация для родителей

подготовительной к школе группы № 1 МБДОУ с. Ракитное

Тема: «Внутрисемейные отношения и эмоциональное самочувствие ребёнка».

Цели и задачи: Акцентировать внимание родителей на взаимосвязи родительской установки с эмоциональным благополучием и личностным развитием ребёнка. Стимулировать рефлексию родителей над собственными воспитательными установками. Организовать обмен опытом в области взаимодействия с детьми. Способствовать выработке новых навыков общения с ребёнком.

“Счастлив тот, кто счастлив у себя дома” (Л.Н.Толстой);

«Как взрослые ведут себя в семье, так ведут себя в обществе и дети, и виноваты они не больше, чем деревца, засохшие оттого, что почва оказалась отравленной» (А. Приставкин)

Семья для ребенка — это место его рождения и основная среда обитания. Она определяет очень многое в жизни ребенка. Связь между родителями и детьми относится к наиболее сильным человеческим связям. Эмоциональное воспитание ребёнка происходит в первую очередь в семье. Задача семьи — поддерживать достоинство ребёнка, укреплять его хорошее мнение о себе.

От чего зависит эмоциональное благополучие ребёнка?

Факторы социально – культурного характера:

- Ускорение темпа жизни;
- Дефицит времени родителей;
- Недостаток условий для снятия напряжения и расслабления;
- Загруженность родителей и невротизация взрослых;
- Неумение решать внутри личностные конфликты и отсутствие возможности оказать психотерапевтическую помощь.

Социально – экономические факторы:

- Неудовлетворительные жилищно-бытовые условия;
- Ранний выход матери на работу.

Социально – психологические факторы:

- Дисгармония в семейных отношениях;
- Дисгармония в семейном воспитании;
- Нарушение детско – родительских отношений.

Психологический климат семьи выражается в том, какие в ней 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. Влияние родителей на развитие ребенка очень велико. Дети, растущие в атмосфере любви и понимания, имеют меньше проблем, связанных со здоровьем, трудностей с

обучением в школе, общением со сверстниками, и наоборот, как правило, нарушение детско-родительских отношений ведет к формированию различных психологических проблем и комплексов.

Признаки неблагоприятной семейной ситуации, которая может привести к распаду семьи – это ссоры, конфликты, непонимание между супругами.

Жить в такой семье дискомфортно всем. Особенно восприимчивы к семейному климату дети дошкольного возраста, личностные качества которых только начинают закладываться. У ребёнка в таких семьях может появиться тревожность, агрессивность, неорганизованность, стремление к лидерству и отгороженность.

Родители должны быть очень внимательны к эмоциональному состоянию ребёнка.

Аффективное поведение – одна из форм эмоциональной неустойчивости ребёнка, когда эмоциональные процессы протекают стремительно и бурно, носят взрывной характер.

Симптомы:

- Нестабильность и неровность поведения ребёнка, резкие перепады настроения и самочувствия при отсутствии явно выраженных причин, внезапные переходы от увлечённости делом к потере интереса, от безудержного веселья к подавленности.

- Острота реагирования на настроение других (замирают или напрягаются, когда персонажу сказки или фильма плохо, могут расплакаться во время грустных событий);

- Узкий диапазон эмоциональной выносливости (в одиночестве танцует, сочиняет, поёт, но не может воспроизвести всё это на утреннике, в ситуации экзамена).

- Общее чувство неуверенности во всём, что делает («А у меня получится? Это ничего, что я плачу? Это ничего, что я играю?»), гипертрофированный страх и предчувствие неудачи («всё равно не получилось»).

- Отчётливый соматический характер отдельных эмоциональных ощущений, переход эмоций, например страха и гнева, в ощущение боли («когда я сильно сержусь, у меня темнеет в глазах»)

- Неустойчивость и взаимопереходы эмоций (страха в гнев, страха в ревность, страха и гнева в зависимость), трудность преодоления.

- Чрезмерная чувствительность не только к замечанию (особенно к замечаниям взрослых), но и к тому, как сказано: каким голосом, с какими интонациями и т.д.

- Навязчивые привычки – сосание пальца, грызение ногтей, накручивание волос на палец.

- Невротические проявления – моргание глазами, подёргивание плеч, дрожание рук.

Все перечисленные симптомы могут говорить о том, что ребёнок находится в состоянии психоэмоционального напряжения, ему нужна помощь.

Детские психиатры утверждают: семейная атмосфера, насыщенная психическим, эмоциональным напряжением, формирует из детей неустойчивых истериков или запуганных, мрачных людей.

Во взаимоотношениях с ребёнком взрослый должен тонко подбирать эмоциональные формы воздействия. Одной из таких форм являются родительские установки – совокупность родительского эмоционального отношения к ребёнку, восприятия ребёнка родителем и способов поведения с ним.

Давайте вспомним реплики родителей, высказывания, оценки, услышанные или сказанные лично вами, и попробуем определить. Негативное или позитивное влияние они оказывают на ребёнка.

Например, очень часто в поликлинике можно услышать раздражённые высказывания родителей, в адрес расшалившегося малыша. «Хватит капризничать, а то оставлю тебя здесь»

Лучше сказать: «Я понимаю, ты устал. Я тоже не хотела бы сидеть в очереди. Давай придумаем, чем мы можем заняться? Может быть, поиграем в слова?»

Перед вами таблица - бланк с негативными установками, которые иногда даются ребёнку.

<i>Негативные установки</i>	<i>Последствия</i>	<i>Позитивные установки</i>
Горе ты моё!	Заниженная самооценка, чувство вины, отчуждение, конфликты.	Радость ты моя!
Нытик, плакса!	Внутренняя озлобленность, повышенное эмоциональное напряжение, тревожность, неуверенность в своих силах, безынициативность.	Поплачь, станет легче!
Ты копия своего папочки!	Неадекватная самооценка, упрямство, противоречивость, трудности в общении с родителями	Папа у нас замечательный! Мама у нас умница!
Неумейка! Откуда у тебя только руки растут!	Страх, заниженная самооценка, неуверенность, низкая мотивация к деятельности.	Попробуй ещё раз, и у тебя получится! Давай попробуем вместе.
Ты обидел маму! Ты плохой, вот уйду от тебя к другому мальчику.	Отчуждение, тревожность, страхи, чувство одиночества, нарушение сна.	Я всё равно тебя люблю! Но мне очень неприятно – постарайся не поступать так больше.
Займись чем-нибудь, отстань.	Отчуждение, озлобленность.	Иди ко мне, давай подумаем, чем мы займёмся.
Только и слышу: «Купи! Купи!» Надоел со своими просьбами!	Агрессия, капризы, истерики.	Мне бы хотелось купить тебе, но у меня нет денег

Зависит ли поведение взрослого от его настроения?

После выходного дня воспитатель спрашивает у детей, как они отдохнули.

Один мальчик с радостью сообщил:

- У меня было хорошее воскресенье.
- Чем же? – интересуется воспитатель.
- А у папы было очень хорошее настроение!

Большое значение в становлении ребенка имеет стиль семейного воспитания, принятые в семье ценности, поведение.

Стили семейного воспитания:

- Авторитарный
- Демократический
- Попустительский (Либеральный)

«Кумир семьи»

Ребенок обожаем, любим. Любая прихоть ребенка – закон. Восторгаются им, ежеминутно находят в ребенке «таланты». Растет капризным, своевольным эгоистом. Освобожден от всех обязанностей.

«Гиперопека»

Ребенок лишен самостоятельности, следует советам взрослых. Родители диктуют каждый шаг ребенка и контролируют во всем.

Возносят ребенка до небес, «готовят» вундеркинда. Ребенок загружен до предела, хочет оправдать надежды родителей. Растет безвольным, трудности в общении.

«Гипоопека»

Ребенок предоставлен сам себе. Ощущает себя ненужным, лишним, Нелюбимым. Временами вспоминают, что он есть и уделяют минимум внимания. Вынужден сам думать о себе, завидуя всем детям.

«Ежовые рукавицы»

Ребенку диктуют, приказывают, на нем срываются и разряжаются. Внушают лишь подчинение. Ребенок не знает ласки и тепла, беспрекословно подчиняясь. Вырастает эмоционально неотзывчивым, суровым к близким, часто с бурными реакциями протеста.

«Повышенная моральная ответственность»

На плечи ребенка возлагается огромная ответственность, обычно непосильная для его возраста. Свои не оправдавшиеся надежды, мечтают реализовать в детях. Ребенку поручают заботиться о младших в доме или престарелых.

«В культе болезни»

Когда ребенок болеет достаточно серьезным хроническим заболеванием. Боясь, что ребенок заболеет, трясутся над ним, предупреждая все его желания. Пользуется создавшимся положением и злоупотребляет им.

Ребенок хочет, чтобы исполнялись все его желания, заботились о нем.

Такой ребенок - маленький тиранчик, он притворяется, придумывает новую болезнь, чтобы добиться всего. Ждет сочувствия и сострадания от всех. С трудом приспосабливается к действительности.

Может ли влиять порядок рождения на развитие ребёнка? Старшему ребёнку в семье свойственны: ответственность, добросовестность, стремление к достижениям, честолюбие. Он часто берёт на себя часть родительских функций, заботясь о младших детях в семье. Он может чувствовать себя ответственным за семейное благосостояние, продолжение семейных традиций, часто становится лидером. Рождение следующего ребёнка приводит к лишению его исключительной позиции в обладании любовью и защитой матери и часто сопровождается ревностью к появлению соперника. Если старшему к этому моменту нет 5-6 лет, то появление брата или сестрички может вызвать сильный стресс. Такая реакция сильнее, если дети однополые.

Младшему ребёнку в семье свойственны: беззаботность, оптимизм, готовность принимать чужое покровительство. Для членов своей семьи он может, так и остаться навсегда малышом. К его достижениям родители, как правило, относятся менее требовательно. В отношениях с людьми манипулятивен, враждебен, конфликтен, он более ориентируется на себя, чем на других. Младшие часто становятся любимчиками, поэтому в отличие от старших они более эмоционально стабильные, более общительные.

Средний ребёнок может обладать характеристиками, как младшего, так и старшего или их комбинацией. Часто вынужден бороться за то, чтобы быть замеченным, получить своё место в семье.

Единственный ребёнок оказывается одновременно самым старшим и самым младшим ребёнком в семье. Более чем какой – либо другой, единственный ребёнок наследует характеристики своего родителями того же пола. Единственные дети часто имеют привязанность к родителям на протяжении всей жизни. Поскольку родители склонны возлагать большие надежды на своего единственного ребёнка, как и на старшего, он обычно отличается в школе и в других областях приложения сил. Однако находясь во власти родителей, под их опекой, ребёнок может стать беспомощным.

Существует два типа единственных детей: рано повзрослевший и

«маменькин сынок», второй вариант особенно, распространён в семьях, где были проблемы с беременностью, поздние роды и т. п.

Ситуации

- Ребёнок шалил за столом, и, не смотря на ваше предупреждение, пролил молоко. (Ничего, бывает, иди, принеси тряпку и убери за собой.)
- У вас важный разговор с приятельницей/приятелем. Ребёнок постоянно вас перебивает. (Я понимаю, тебе хочется поиграть со мной). Этот разговор для меня очень важен. Нарисуй пока что-нибудь, я скоро освобожусь и мы поиграем.)
- Вы торопитесь на работу. Ваш ребёнок медленно одевается и отказывается надевать приготовленные вещи. (Я тороплюсь, мне бы не хотелось опаздывать). Тебе нужна моя помощь?)

Алгоритм Джона Грея

1. Взрослый чётко формулирует, что хочет от ребёнка, например: «Я хочу, чтобы ты собрала игрушки и пошла в ванну». Часто взрослые формулируют свои послания невнятно: «А может пора спать?», «Смотри, уже темно»

2. Озвучиваем предполагаемые чувства ребёнка и проводим причинно – следственные связи: «Видимо игра тебе очень нравится, и ты расстраиваешься, когда надо всё заканчивать»

3. Ребёнку обещается то, что он любит делать (но не покупка игрушек, деньги и сладкое): «Если ты сейчас пойдёшь в ванну, то сможешь поиграть там, в пиратский корабль (то я прочитаю тебе книгу подольше и т.д.). Мы часто поступаем наоборот – угрожаем: если не сделаешь, то потеряешь.

4. Произносится та, же фраза, но более грозным тоном.

5. Если и после усиления интонации ребёнок продолжает буянить – то объявляется тайм – аут. Важно понимать, это не наказание. Это пауза – для того, чтобы успокоиться и продолжить общаться адекватно. И в то же время это обозначение «границ». Перерыв объявляется на несколько минут, (на столько, сколько лет ребёнку). Объясняем так: «Я вижу, мы не можем договориться, поэтому объявляется перерыв на 3 минуты. Нам надо успокоиться. И тебе, и мне».

Компетентный родитель – это человек, который не испытывает страха за то, что он «плохой» родитель и не переносит чувство страха и вины на своего ребенка. Это человек, готовый видеть реальную ситуацию, в которой растет его ребенок и предпринимает усилия для того, чтобы ее менять. Это человек, который знает, что если не помогает одно – надо пробовать другое.

Компетентный родитель понимает, что для изменения развития ребенка в более благоприятную сторону надо меняться самому, пробовать, искать, в общем – учиться.

Каждый ребенок талантлив и добр. Это взрослые формируют в детях пороки, зло, жадность.

Памятка «Создание благоприятной семейной атмосферы»

- От того, как родители разбудят ребёнка, зависит его психологический настрой на весь день.
- Строго соблюдайте режим дня ребёнка.
- Радуйтесь успехам ребёнка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.
- Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребёнка о событиях в его жизни.
- Ребёнок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации.
- Создайте в семье атмосферу радости и любви.

Одно из основных условий полноценного развития ребёнка – психологическая защищённость, т. е. осознание того, что его любят в любых жизненных ситуациях. Слушать и чувствовать ребёнка непросто для взрослого. Именно в диалоге рождается доверие и взаимопонимание, умение видеть чувства свои и окружающих. А это важнейшая задача воспитания ребёнка дошкольного возраста.