**Семинар-практикум для родителей "Стиль семейных отношений и эмоциональное самочувствие ребенка"**

- Разговор на эту тему мы начнем с определения понятия «семья». Что же такое семья?

Семья – это не просто сумма всех ее членов, а сложная система «невидимых» связей и взаимоотношений. Семья – это взаимозависимость одних членов от других: детей от родителей, родителей от бабушек и дедушек, других родственников и наоборот. Ни один человек не является в семье абсолютно автономным. Непослушание ребенка, например, влияет на другие семейные проблемы.

Итак, семья – это некая целостность. Изменение одного члена семьи ведет к изменению всей системы. Поэтому проблема семьи обязательно рассматривается в контексте семейных отношений.

- А что на ваш взгляд, включает понятие «Семейные отношения»?

Я предложу на выбор 3 определения. Какое из них вы считаете правильным?

1. Семейные отношения – это характер взаимного общения взрослых и детей в семье.

2. Семейные отношения – это эмоциональная окраска поведения каждого члена семьи.

3. Семейные отношения – это психологический климат семьи, принятые в семье нормы поведения всех ее членов.

- А сейчас предлагаю вам послушать отрывок из рассказа Василия Шукшина «Жена мужа в Париж провожала»:

«Горе началось с того, что Колька скоро обнаружил у жены огромную, удивительную жадность к деньгам. Он пытался было воздействовать на нее, что нельзя так-то уж, но получал железный отпор… Колька впервые тогда шваркнул жену по загривку. Она ни слова не говоря умотала к своим. Колька взял Нину – дочку, пошел в магазин, выпил, пришел домой и стал ждать. И когда явились тесть с тещей, вроде не так тяжко было толковать с ними.

- Ты смотри, смотри-и, парень!

Говорили в два голоса тесть и теща и стучали пальцами по столу – Ты смотри-и! Для тебя мы ее растили, чтоб ты руки тут распускал?! Не дорос!... Тут они поперли на него в три голоса:

- Кретин! Сволочь!

- А вот мы счас милицию! А?

- Живет на все готовенькое, да еще! Сволочь!

- Голодранец поганый! Кретин!

Дочка Нина заплакала. Колька побелел, схватил топорик, каким мясо рубят, пошел на тестя, на жену и на тещу. Негромко, но убедительно сказал:

- Если не прекратите орать, я вас всех, падлы… всех уложу здесь!

С того раза поняли супруги Паратовы, что их жизнь безнадежно дала трещину».

- Вопрос: какие последствия для психического и эмоционального самочувствия ребенка могут иметь такие ситуации в семье? Можно ли избегать их?

Ответ: подобные ситуации могут повлиять на психическое развитие и поведение ребенка. У таких детей возникает беспокойство, тревога, страх. Неправильное поведение родителей может вызвать у детей нервный срыв, стресс.

- Вопрос: как обычно маленькие дети реагируют на повышенный тон общения в семье, становясь свидетелями семейных разногласий.

Ответ: часто дети реагируют на такие ситуации плачем, истериками, капризами. Это как бы их защитная реакция.

Обобщение: Родителям ни в коем случае нельзя допускать таких ситуаций. Психолог И. Плотниекс, написавший книгу для родителей «Психология в семье», считает, что в эмоционально неуравновешенном поведении взрослого только 1 % - заболевания, а 99 % - распущенность. Детские психиатры утверждают, что семейная атмосфера, насыщенная психическим и эмоциональным напряжением взрослых и детей, формирует детей как неустойчивых истериков или запуганных, мрачных людей.

Согласны ли вы с этим мнением?

Предлагаю вашему вниманию ситуацию:

После выходного дня воспитатель спрашивает у детей, как они отдохнули. Один мальчик с радостью сообщает:

- У меня было хорошее воскресенье.

- Чем же? – интересуется воспитатель.

- А у папы было очень хорошее настроение!

По этому поводу вопрос: согласны ли вы с утверждением, что наше поведение определяет наше настроение?

Предлагаю вам посмотреть 2 ситуации, когда поведение взрослого зависит от его настроения.

Ситуация 1. У мамы прекрасное настроение. Ребенок, играя, разбил вазочку.

- Ой, мама?

- Ладно, сыночек, ничего страшного, давай приберем осколки.

Ситуация 2. Мама в мрачном расположении духа, все ее раздражает. Ребенок, играя, разбил вазочку.

- Ой, мама?

- Что наделал? Вечно ты лезешь, куда не следует! Убирай, сейчас же.

Эти две ситуации наглядно показали, как от настроения зависит наше поведение и как оно отражается на эмоциональном самочувствии ребенка. Душевное равновесие взрослого очень важно для благополучия эмоционального самочувствия и безопасности психической жизни ребенка в семье.

Мы вас призываем жить под девизом «Оптимистический настрой как доминанта жизни семья». Мы хотим вам предложить несколько советов о том, как управлять своим повседневным настроением и как правильно общаться с детьми.

**Стиль семейных отношений и эмоциональное самочувствие ребенка**

Изменения в экономике нашей страны повлекли за собой изменения в обществе. Институт семьи и брака в России становится все менее популярен. Данные Комитета Гос. Думы по делам женщин, семьи и молодежи показывают, что за последние 5 лет почти на треть сократилось число зарегистрированных браков, т.е. каждый третий брак распадается. Растет число неполных семей, в них воспитывается каждый седьмой ребенок. Однодетные семьи составляют третью  часть от общего числа, лишь 20% семей имеют двоих детей, 4% приходится на многодетные семьи. Число семей, проживающих за чертой бедности, по статистике на 2001 год составляло примерно 22 млн. или каждая вторая семья.

Снижается воспитательный процент семьи. В течение последних лет наблюдается увеличение числа детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Растет число безнадзорных детей, детей улиц, подвалов, чердаков. Но самое страшное, что эти так называемые «социальные сироты» - сироты при живых родителях.

Сейчас активно обсуждается проблема домашнего насилия. Приводятся действительно страшные факты жестокого обращения с детьми. По результатам исследований, проведенных в Тверском ДОУ, приходится констатировать, что родители нередко используют методы физического  воздействия и психологического давления на ребенка. В неполных семьях физическую агрессию применяют чаще, чем в полных. При этом надо отметить, что образование родителей значения не имеет.

В Конвенции о правах ребенка – правовом документе международного стандарта провозглашается такое право ребенка, как защита его от всех форм жестокого обращения. Возникает вопрос, что понимается под жестоким отношением к ребенку?

По определению профессора М.Р. Рокицкого, председателя подкомитета по охране материнства и детства Комитета Гос. Думы по охране здоровья и спорту – под жестоким отношением к детям понимаются все виды физического, сексуального и психического насилия над ребенком.

Сюда же относится физическая запущенность, под которой понимают тяжелое физическое состояние организма ребенка (переохлаждение, истощение), связанное с необеспечением качества жизни (условия, одежда, питание, мед.помощь).

По определению доктора медицинских наук, профессора Т.Я. Сафоновой, под «жестоким обращением» понимаются любые действия или бездействия по отношению к ребенку со стороны родителей или лиц их замещающих, в результате чего нарушается здоровье и благополучие ребенка или условия, мешающие его оптимальному физическому или психическому развитию, ущемляются его права и свобода.

В чем же заключаются причины жестокого обращения с ребенком? Почему физическое наказание так популярно среди родителей? Причин много. Одна из основных – приверженность традициям – «Наказывали меня и ничего плохого в этом нет» - а потому и сами переносят методы телесного наказания на своего ребенка.

Другая причина: высокая результативность при минимальных затратах времени: ребенку не надо ничего объяснять, убеждать, приводить примеры, наказал – и, по мнению взрослого – проблема решена.

Но, вероятно, самая важная причина – незнание родителями других, оптимальных методов воздействия.

Имеет значение и структура семьи, в которой живет ребенок. Насилие чаще всего встречается в неблагополучных семьях, где алкоголизм снимает нравственные запреты или происходит частая смена партнеров у матери в неполных семьях. Жестокое отношение к детям имеет место как в семьях с низким уровнем дохода, так и во внешне благополучных и обеспеченных семьях.

Согласно требованиям Конвенции и нормативно-правовым документам РФ ребенок имеет право на защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления или злоупотребления. В комментариях к закону РФ «Об образовании» четко указано, что к формам психического насилия относятся угрозы, преднамеренная изоляция, предъявление чрезмерных требований, не соответствующих возрасту и возможностям, систематическая и необоснованная критика.

Когда ребенку наносится физическая или психическая травма, последствия могут быть ближайшими и отдаленными. Впоследствии такие дети не способны добиться успехов в учебе, в профессиональном труде, у них нарушаются представления о себе, возникает ощущение беспомощности, как правило, они часто вовлекаются в преступную среду, у них возникают трудности в создании своей семьи.

Американский писатель-исследователь Н. Поланский доказал, что развитие и благополучие ребенка подвергается опасности не только тогда, когда ребенок плохо питается и одевается, не имеет жилья, находится без внимания и присмотра, но и когда не удовлетворяется его собственная потребность быть любимым.

В России в качестве дисциплинарной меры широко распространено физическое наказание. Однако часто физическое наказание не оказывает того воспитательного эффекта, на который оно было рассчитано. Скорее, наоборот, у ребенка возникает озлобленность, агрессивность, жестокость по отношению к окружающим и животным.

Одним из самых разрушительных видов насилия – психологическое (эмоциональное) насилие.

Это однократное или многократное психическое воздействие на ребенка, враждебное или безразличное отношение, а также другое поведение взрослых, которое вызывает у ребенка нарушение самооценки, утрату веры в себя, затрудняет его развитие и адаптацию в обществе. Дети, испытывающие эмоциональное насилие имеют отклонение в интеллекте, эмоционально-волевой сфере, испытывают тревожность, депрессию, невротические симптомы.

Исходя из вышесказанного, я хочу дать вам несколько советов, выполнение которых обеспечит правильное взаимодействие с детьми и сделает взаимоотношения родителей и детей в семье спокойными и теплыми.

Общение не может строиться на основе авторитарного давления на ребенка. Оно не подчиняется формуле «Взрослый всегда прав, потому что взрослый». Ребенок стремится к равноправию и не понимает, почему взрослым можно, а ему нельзя. Задача взрослого показать целесообразность и полезность своих требований. Поэтому лучше использовать не требование-запрет, а требование-объяснение.

Важно уметь выслушать ребенка. Каждый человек имеет свое мнение, ребенок тоже. Задача взрослого: убедить, если ребенок не прав, согласиться, если взрослый не прав, уметь признать свои ошибки. Нужно обязательно по-хорошему спорить с детьми, учить их доказывать, отстаивать свое мнение и вместе с тем развивать умение соглашаться, прислушиваться к мнению других.

Не угрожать, не применять физическое или эмоциональное насилие, а также не обещать наград. Контроль за выполнением требования должен быть скрыт от ребенка, чтобы у него не возникло мнения, что вы ему не доверяете. Похвала, награда должна быть результатом выполнения требований.

Необходимо учить детей общаться, надо познакомить их с правилами хорошего общения. Самим быть хорошим примером для ребенка, в семье придерживаться одинаковых требований к нему, быть терпимым к его непосредственности.

Найти золотую середину между репрессией по отношению к ребенку, так и вседозволенности.

Не делать ребенка инструментом своего настроения и чувств.

Очень хорошие советы вы можете найти в книге «Популярная психология для родителей» и в книге «Как относится к себе и к людям» Н. Козлова.

**Практикум для родителей**

Вашему вниманию предлагается 2 ситуации:

Ситуация 1.

Уже поздно, ребенку пора спать, но ему не хочется. Отец все-таки пытается отправить ребенка в кровать. Вы вмешиваетесь и разрешаете ребенку еще немного поиграть, говоря, что завтра выходной. Но отец настаивает на своем. Как бы вы поступили в такой ситуации?

Обобщение:

Родители должны знать и помнить о единстве требований к ребенку со стороны всех членов семьи. В этой ситуации данное требование нарушено. Чтобы прийти к единому мнению, матери надо уступить отцу и объяснить свое решение: «Да, сыночек, наверное, папа прав. Ведь если ты нарушишь режим, ты долго не уснешь, это может отразится на твоем здоровье, и завтра тебе будет тяжело вставать. Ты у нас уже большой и понимаешь, что режим надо выполнять, чтобы вырасти сильным, смелым, здоровым. Эти качества тебе очень пригодятся в жизни.

Ситуация 2.

Муж наказал ребенка, но вам кажется, что проступок не столь серьезен и вы начинаете играть с ребенком. Муж недоволен этим. Что предпримите вы в этом случае?

Обобщение.

В этой ситуации возможно надо подойти с позиции «Все поступки детей должны быть прощенные». Мама может сказать:

- Да, папа, наш сын поступил плохо, но я думаю он понял свою ошибку и больше не будет так поступать. Наверное, он сам нам об этом хочет сказать. Давай, отец, послушаем его. Мальчик просит прощения, ситуация исчерпана. Но всегда надо помнить о единстве требований к ребенку со стороны всех членов семьи.

Итоги анкетирования родителей по теме «Влияние семейной атмосферы на развитие ребенка».

Родителями было заполнено 44 анкеты.

На 1 вопрос «Знаете ли Вы, от чего зависит психологический настрой ребенка на весь день?» 36 человек ответили «Да, знаю», 8 человек ответили «Не знаю».

Помните, от того, как родители, т.е. вы разбудите ребенка, зависит его психологический настрой на весь день. Время ночного отдыха для каждого сугубо индивидуально. Показатель один: ребенок должен выспаться и легко проснуться к тому времени, когда вы его будите.

На 2 вопрос «Считаете ли вы нужным использовать возможность погулять с ребенком?» 42 человека ответили «Да, я так часто делаю». Это очень хорошо. 2 человека так не считают, но хотят узнать мнение других.

Помните, если у вас есть возможность погулять с ребенком, не упускайте ее. Совместные прогулки – это общение, ненавязчивые советы, наблюдения за окружающей средой.

3 вопрос: «Какой вопрос вы задаете по возвращении ребенка из детского сада?». 35 человек спрашивают у детей: «Что интересного было в ДОУ?» Это очень похвально. 11 человек – «Чем вас сегодня кормили?», 4 человека – «Что ты сегодня натворил?».

Научитесь встречать детей после их пребывания в дошкольном учреждении. Не стоит первым задавать вопрос: «Что ты сегодня кушал?». Лучше задавать нейтральные вопросы: «Что было интересного в ДОУ?», «Чем занимался?», «Как твои успехи?».

На 4 вопрос «Что вы знаете о том, как следует реагировать на успехи и неудачи ребенка в детском саду?» 21 человек ответили – знаю много, читала; 20 человек ответили – я мало знаю об этом; 3 человека ничего не знают. Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.

На 5 вопрос «Знаете ли вы, что создает в семье обстановку суеты, что служит перегрузкой для нервной системы ребенка?» 20 человек ответили «Знаю»; 21 человек ответили «Знаю, но хотелось бы больше»; 3 человека не знают.

Обстановку суеты и нервозности создают в семье конфликты между родителями и детьми, грубость, эмоциональное насилие. Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации.

На 6 вопрос «Нужен ли вам совет по поводу контроля за работой ребенка дома и оказания ему разумной помощи?» Большинство ответило – да (33 чел.), 11 человек не нуждаются в таких советах.

Чтобы ребенок занимался какой-либо деятельностью, необходимо создать для этого условия заинтересовать его. Очень эффективно действует игровые приемы, ведь игра – основная деятельность дошкольника. Любая деятельность ребенка будет результативна, если она ему интересна, и при этом он получает одобрение, похвалу, помощь, поддержку. Родители должны позаботиться о том, чтобы результат работы был заметен самим детям.

На 7 вопрос «Считаете ли вы, что агрессивные интонации являются неотъемлемой частью воспитательного процесса в семье?» 25 человек считают, что это не верно, 19 человек считают, что «да», но они стараются этого избегать.

Помните, агрессивные интонации не нужны при воспитании детей. Эмоциональный мир ребенка требует бережности и постоянного педагогического труда родителей. Создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения!