Семінар – практикум для педагогів.

**Тема:** «Збереження психічного здоров’я

дитини дошкільного віку, основне завдання сучасної сім»ї»

 **План**

**Мета:** Усвідомлення ролі педагога в збереженні психологічного здоров’я дитини, необхідності просвітницької роботи з батьками.

Формування навичок взаємодії педагогів з батьками вихованців.

1 Вправа «Привітання»

2 Вправа «Складаємо правила»

3 Вправа «Очікування»

4 Теоретичний аспект

5 Вправа «Образ щасливої дитини»

6 Вправа «Види спілкування»

7 Вправа «Стиль спілкування»

8 Гра – руханка «Погода в Занзібарі»

9 Вправа «Установки»

10 Вправа «Реакції»

11 Рефлексія.Вправа «Подяка»

**Література:**

Психологічне здоров’я дошкільників /Уклад. Т.І.Прищепа.-Х.:Вид.група «Основа», 2010

Журнал «Вихователь-методист дошкільного закладу» №4, 2017

Журнал «Вихователь-методист дошкільного закладу» №10, 2017

Журнал «Вихователь-методист дошкільного закладу» №12, 2017

Журнал «Вихователь-методист дошкільного закладу» №7, 2018

Журнал «Вихователь-методист дошкільного закладу» №10, 2018

**1. Вправа «Привітання»**

Мета: згуртування колективу, створення психоемоційного контакту.

Психолог пропонує учасникам по черзі коротко розповісти про себе: ім’я, ким працює, чим захоплюється (хобі). /Всі стають у коло, передають м’ячик сусіду праворуч, у кого м’ячик той розповідає/.

**2. Вправа «Складаємо правила»**

Психолог: Щоб досягти гармонії під час семінару необхідно виробити правила, якими мають керуватися учасники. З цього й розпочнемо.

**Хід вправи**: Методом «мозкового штурму» група має встановити правила ефективної взаємодії. Для цього учасники відповідають на запитання: «Що потрібно зробити, аби робота в групі була ефективною?». На основі отриманих відповідей вони складають і приймають правила роботи на час семінару. Кожне із запропонованих правил психолог записує на дошці. Надалі психолог звертає на них увагу учасників, якщо в цьому є потреба. Орієнтовні правила роботи групи: дотримуватися правила піднятої руки; цінувати час; діяти «тут-і-зараз»; активно брати участь у роботі групи; спілкуватися на основі довіри; поважати інших учасників; бути щирим і відвертим.

**3. Вправа «Очікування»**

Мета: визначити сподівання учасників від семінару, з’ясувати відповідність мети семінару потребам аудиторії.

Хід вправи: Учасники на стікерах записують свої очікування від семінару та розміщують їх на «Сонечку».

**4. Теоретичний аспект**: а/ уявлення батьків про цінності, які вони прищеплюють дітям; б/ портрет сучасної сім’ї;

**а/** Сім’я – перше, а відтак і найсильніше джерело впливу на дитину. З перших днів життя, задовго до оволодіння мовленням, дитина вдається до єдиного доступного їй способу взаємодії з оточенням – емоційного. Надалі набутий в ранньому дитинстві емоційний досвід виконує роль фундаменту під час

вироблення регулятивних способів поведінки впродовж життя. Результати психологічних спостережень, що чимало батьків не замислюються, який приклад подають дитині, які образи добра і зла крок за кроком формують у її свідомості власними вчинками, висловлюваннями й оцінними судженнями. Окрім того, зазвичай батьки не цікавляться змістом того, що їхня дитина дивиться по телевізору, на комп’ютері чи з планшету. Причини байдужого ставлення батьків зрозуміли. Вони сумніваються, що дошкільник вже усвідомлює такі базові цінності, як-от добро-зло, гарне-потворне. Батьки переконані: дитина не здатна по справжньому осмислити реаліі сучасного життя, які не «осідають» в її пам’яті і не впливають на становлення особистості в майбутньому.

**б/** Нині чимала частка молодих батьків має недорозвинений інстинкт материнства. Це стосується передусім тих сімей, де діти народжуються, «бо так вийшло». Багато таких мам і самі зростали в родинах, де батьки постійно працювали і ім. було не до дітей. Недолюблені, часто закомплексовані й зорієнтовані винятково на кар’єрне зростання й престижну роботу – так можна описати молодих батьків, яких виховали завжди зайняті тато й мама. Як результат, перевага стресогенного емоційного досвіду може призвести до виникнення у майбутньої дитини неврозів, алергійних сплесків, дислексії, а часом і органічних пошкоджень головного мозку. А це часто спричиняє відставання у розумовому розвитку. Окрему категорію становлять сім’ї де дитину виховує одна мама. Зазвичай це круговий досвід, коли дівчинка повторює долю власної матері, яка теж виховувала доньку сама. Для таких родин характерна тривожна емоційна атмосфера, страждальна, співчутлива любов і надмірна турбота між членами родини. Водночас у кожного члена родини проглядається надто егоїстичне -Я-. Схожа ситуація й з так званими середньостатистичними родинами, де наявність дітей вважають обов’язковим атрибутом сім’ї, а систему виховних впливів передають із покоління в покоління. Усвідомлення ціннісних орієнтацій в процесі виховання дитини в таких сім’ях доволі розмите й оцінне ставлення до них низьке.

**Висновок:** Дуже мало з таких батьків добре знають свою дитину. Зазвичай їм складно відповісти навіть на прості запитання: «Що полюбляє їсти ваша

Дитина? Чим вона любить займатися? Ким мріє стати? Чого боїться? З ким дружить?». Утім є сім’ї, стиль стосунків у яких спонукає до роздумів і творчих пошуків нових прийомів взаємодії з батьками.

**5. Вправа «Образ щасливої дитини»**

Психолог пропонує об’єднатися у групи та створити портрет – малюнок «Образ щасливої дитини», підготувати коментарі до результату роботи для презентації. Він роздає учасникам аркуші ватману, воскові олівці, фломастери. Після групових презентацій психолог звертає увагу на те, що однією зі складових щастя дитини в сім’ї є наявність батьків. Він підводить до думки, що батьки щасливі тоді, коли щасливі діти.

**6. Вправа «Види спілкування»**

Психолог пропонує учасникам семінару скласти перелік способів, у які дитина спілкується з дорослими. Відповіді записують на дошці маркером. /орієнтовні відповіді: різні види плачу; рухи; зоровий контакт; слідкування очима за предметами, об’єктами; посмішка; писк; повертання голівки в бік батьків; агукання, белькотіння; розмова і т.д./. Психолог звертає увагу на значимість усіх способів спілкування.

**7. Вправа «Стиль спілкування»**

Учасники об’єднюються у 4 групи. Психолог кожній дає картку з характеристикою одного стилю поведінки.

**КАРТКА 1**. Авторитарний стиль батьківської поведінки.

Батьки схильні до авторитарного стилю: надто суворі; застосовують фізичні покарання; надмірно контролюють всі вчинки дитини; вимагають від неї постійної покірності; обмежують право вибору дитини; не бажають іти на компроміс із дитиною; нетерплячі до дитячих недоліків і проявів «дитячості»

**КАРТКА 2**. Ліберальний стиль батьківської поведінки.

Батьки схильні до ліберального стилю: недостатньо або взагалі не контролюють поведінку дитини через байдуже ставлення до батьківських

обов’язків; практикують вседозволеність; виконують всі забаганки дитини; невиправдано ідеалізують дитину

**КАРТКА 3**. Опікунський стиль батьківської поведінки.

Батьки схильні до опікунського стилю: прагнуть постійно бути поруч із дитиною; вирішують за дитину всі проблеми; оточують дитину надмірною увагою; роблять за дитину те що вона може робити сама; обмежують самоствердження дитини; контролюють кожен крок дитини

**КАРТКА 4**. Демократичний стиль батьківської поведінки.

Батьки схильні до демократичного стилю: поважають особистість дитини; приймають дитину такою як вона є; дають зрозуміти дитині, що її справи важливі й для них; довіряють дитині; дозволяють робити власний вибір; заохочують самостійність; засуджують не саму дитину, а ЇЇ вчинок; прислухаються до думок дитини; проводять разом із дитиною вільний час; допомагають розвивати здібності

Протягом 5 хвилин учасники ознайомлюються із текстом, обговорюють у групах запитання:

- Як почуває себе дитина, до якої батьки ставляться таким чином?

- Як може вплинути таке ставлення на особистий розвиток дитини?

Після обговорення представники груп почергово зачитують картки та пропонують на загальний розгляд результати своїх міркувань. Відтак психолог дає завдання визначити, який стиль батьківської поведінки найбільш сприятливий для формування особистості дитині.

**Примітка**. Оптимальним для сімейного виховання вважається демократичний стиль, якому притаманні високий рівень вербального спілкування між дітьми і батьками, готовність прийти на допомогу дітям, віра в успішну самостійну діяльність дитини, адекватний батьківський контроль. Але в нестандартній, екстремальній ситуаціях доцільним буде вдатися до авторитарного стилю, взяти керівництво у свої руки за браком у дитини життєвого досвіду і самосвідомості дорослої людини. Ліберальний стиль стане у пригоді в

ситуації перевірки набутого дитиною досвіду, розвитку пізнавальної сфери, здібностей дитини.

**Висновок**. Тому слід шукати підходи до виховання дитини як індивідуальності, створюючи таке середовище, в якому вона активно розвиватиметься.

**8 Гра «Погода в Занзібарі»**

Мета: зняти м’язове напруження, відпочити.

Хід вправи: Учасники стають у коло. За командою психолога повертаються вправо і йдуть, виконуючи рухи. Психолог супроводжує рухи розповіддю: «У Занзебарі гріє сонечко /гладять по плечам того, хто йде попереду/, дме легенький вітерець /проводять пальцями по його спині/, та ось хмарки затулили сонце, почав накрапати дощик /стукають пальцями по спині/, здійнявся вітер /труть спину/, почалася злива /постукують кулаками/. Але що це? Буря вщухає /рухи виконують у зворотньому порядку/. Злива переходить у дрібний дощик. У Занзібарі знову сонячно. Психолог : «Трохи розім’ялися? Тоді продовжимо нашу роботу».

**9 Вправа «Установки»**

Психолог пропонує учасникам проаналізувати, як часто вони говорять дітям:

- у тебе все вийде; ти сильний, не здавайся; дякую, що допомагаєш; я на твоєму боці; я пишаюсь тобою; я тебе люблю; яке щастя, що ти в мене є; кожен може помилитися, спробуй ще; мені добре коли ми разом; ти такий хороший;

- я зараз зайнята; подивись, що ти накоїла; це потрібно робити не так; неправильно; коли ж ти навчишся; скільки разів я тобі говорила; ти зведеш мене з розуму; що б ти без мене робив; йди від мене; стань у куток;

Психолог пояснює, що дорослі не мають систематично висловлювати незадоволення діями дитини, оскільки це переросте в неприйняття самої дитини. Можна виражати своє незадоволення її окремими діями, але не дитиною в цілому. Більшість установок, які діти отримують в сім’ї від

дорослих, в подальшому визначають їхню поведінку.

**10 Вправа «Реакції»**

Учасники об’єднюються у групи. Психолог роздає картки із ситуаціями, які обговорюють і дають відповідь: «Що спонукало дитину до такого вчинку?». Кожна група обирає спікера, який висловлює загальну думку щодо ситуації:

- Мама тримає в руках планшет і уважно вивчає якусь інформацію. Дитина звертається: «Мамо! Мамо!». Мама, не звертаючи уваги, говорить лише коротке «Угу». Дитина знову: «Мам, ти мене чуєш?». Дитина із сумним поглядом залишилась наодинці зі своїми бажаннями.

-Мама з сином йдуть вулицею. Син жваво починає ділитися з мамою подіями сьогоднішнього дня: весело розмахуючи руками, забігаючи наперед мами, голосно сміятися. «Мамо, ти уявляєш…», не закінчивши думку дитина завмерла, почувши у відповідь: «Чого ти кричиш? Ти що, у лісі? Не вмієш розмовляти пошепки – краще помовч!»

- Ви та ваша трирічна донька йдете вулицею зі жвавим рухом. Ви просите дитину йти поряд, однак вона все одно біжить вперед.

- Чотирирічний син дивиться телевізор. Ви чекаєте на гостей і хочете, щоб він зібрав свої іграшки. Ви просите його вимкнути телевізор і допомогти вам, але він починає сперечатись.

Психолог наголошує, що відносини в сім’ї, поведінка батьків – це вирішальна річ. Він пояснює, що батьки розвивають, виховують дитину не лише тоді, коли розмовляють з нею, повчають або карають. Вони виховують її кожен момент життя. Навіть тоді, коли їх немає вдома. Як вони одягаються, як розмовляють з іншими людьми, як вони радіють або сумують, як поводяться, як сміються – все це має для дитини велике значення. Найменші зміни в тоні дитина бачить або відчуває, всі повороти батьківської думки доходять до неї. А якщо в сім’ї батьки грубі, вихваляються, пиячать, а ще гірше, ображають маленьку істоту, то все це звичайно відіб’ється на психічному здоров’ї дошкільника

**11 Рефлексія** **. Вправа «Подяка»**

Учасники семінару по колу передають одне одному свої враження від роботи , слова подяки за співпрацю, підтримку та розуміння.