** Центр психолого-медико-социального сопровождения**

**«Со-Действие»**

***Семинар-практикум для родителей***

***«С любовью к детям или как воспитать счастливого ребёнка?»***

**Подготовила:**

Педагог-психолог I квалификационной категории Зуева С.С.

г. Клин

**Форма проведени**: семинар - практикум

**Цель:** Формирование ценностного отношения родителей к проблемам феликсологического воспитания в семье.

**Задачи:**

1. Способствовать оздоровлению семейных отношений, укреплению и развитию воспитательного потенциала семьи.
2. Развивать чувство эмпатии, самоанализа.
3. Формировать эмоционально – положительные установки в вопросах воспитания.

**Установка:** «Цель воспитания - научить каждого ребенка быть счастливым».

**Материалы и оборудование**: мультимедийная установка, карточки с высказываниями о счастье, колокольчик, косынка, пластилин, листы А4, акварель, гуашь, цветные карандаши.

**Ход проведения:**

Педагог: «Дорогие папы, мамы! Тема нашей встречи- «С любовью к детям или как воспитать счастливого?». То есть сегодня, мы подумаем.. .о счастье!

По окончании нашего занятия мы выявим основные признаки феномена счастья, узнаем, в чем заключается феликсологическая функция семьи, после нашей работы каждый из Вас научится приемам воспитания счастливого человека. Не правда ли интересная тема для обсуждения?

***Упражнение “Знакомство”.***

Каждый участник рассказывает о своем настроении, называет свое имя, имена своих детей, возраст, и все что он хочет рассказать о себе и своих детях.

***Упражнение «Что такое счастье?»***

Педагог: «Итак, дорогие родители, всем ли удобно, Вы хорошо расположились? Перед Вами «Мудрые мысли о счастье», пожалуйста, прочитайте эти мудрые мысли, и выберите ту, которая наиболее полно соответствует Вашему представлению о счастье»

Звучит негромкая, спокойная музыка. После 5-6 мин. педагог вновь приглашает их к диалогу, желающие зачитывают высказывания , участники группы анализирую и обсуждают.

***Задание родителям: «Закончить предложение, выразив своё отношение: «Чтобы человек был счастлив, надо…»***

***«Экспликация»***

Педагог: «Проблема счастья относится к ряду вечных проблем человечества.

Сегодня многие ученые выдвигают проблемную категорию счастья в качестве цели воспитания, утверждая насущную необходимость каждого ребенка научить быть счастливым.

Способность быть счастливым - не врожденное качество, оно не передается по наследству и не вручается ребенку родителями или педагогами, оно формируется в процессе его жизнетворчества.

Мы все видим, например, как:

* раздражительны и агрессивны несчастливые при любой мелкой неприятности или оплошности окружающих, но спокойны и великодушны счастливые;
* безразличны к окружающему миру потерявшие веру в добро несчастные, но активны, инициативны и энергичны счастливые;
* легко попадают под влияние наркотиков, алкоголя, табака и алкоголя несчастливые, счастливые же, минуют такое воздействие.

Сегодня необходимо ставить и решать проблему счастья как воспитательную проблему. Таким образом, «счастье»- категория педагогическая.

Способность быть счастливым, конечно же, обуславливается уровнем общего развития (нравственного, интеллектуального, физического, эстетического, полового, правового и т.д.) человека. Но данная способность нуждается и в дополнительном внимании педагога, родителя, воспитывающего детей. Известно, что счастье не случайный дар природы и не капризная воля случая. Счастье – продукт усилий самого человека.

В латыни счастье называли фортуной, с французского языка- шанс, с английского- удача. В русском языке «счастье» имеет общечеловеческие корни, приставка съ-в значении счастье - хорошая доля, совместное участие.

Говоря о воспитании ребёнка , мы не можем не упомянуть, что счастливого ребёнка может воспитать счастливый наставник.

Тем, кто хочет определиться однозначно, счастлив он или нет, предлагаю незатейливый способ.

Представьте себе половину стакана Вашего любимого напитка.

Что Вы чувствуете - радость по поводу того, что он наполовину полон, или раздражение оттого, что он наполовину пуст? В этом - Ваше отношение к собственной жизни. Если Вы рады тому, что в ней есть, то Вы - счастливый человек. А если Вы огорчаетесь от того, чего нет в Вашей жизни, то в плане самосовершенствования у Вас еще все впереди. Как говорил тот Лев Толстой - «у меня нет всего, что я люблю, но я люблю все, что у меня есть».

Выглядеть счастливым -и по-настоящему быть им- как Вы понимаете, две большие разницы.

В жизни каждого человека семья занимает особое место. Но сегодня семья переживает кризис. Кризис семьи привел к упадку ее воспитательной функции, воспитательная функция семьи постепенно становится символической, многим родителям не хватает ни времени, ни сил для личностного общения с ребенком, растет число родителей, которые теряют любую мотивацию к улучшению положения своей семьи, им вообще все становится безразличным, даже собственные дети, ученые исследователи констатируют факты падения авторитета родительской власти.

Для семьи характерно наличие определенного количества жизненно важных функций. Среди важнейших функций семьи можно выделить следующие: воспитательную, хозяйственно- бытовую, интеллектуального общения, психологической разрядки, деторождения и т.д. Среди данных функций семьи есть и феликсологическая функция- функция обеспечения счастья детям. Об этой наиважнейшей функции семьи хотелось бы и поговорить.

Сегодняшняя ситуация в обществе диктует необходимость подготовки родителей, которая оснащает их научно-теоретическими знаниями о феномене счастья и обеспечивает практическими умениями для воспитания детей в данном направлении.

Родители, бесспорно, -потенциально самый сильный субъект влияния на детей. Их стиль жизни, аргументы, свободный выбор в альтернативных ситуациях, тематика бесед, оценка происходящего вокруг семьи и в самой семье, рассказы о работе и знакомых, психологические формы отраженного отношения, а в итоге весь веер ценностных предпочтений - все это могло бы оказать кардинальное влияние на становление у детей способности быть счастливыми. Однако и семья отстраняется сегодня от воспитательного процесса, не справляясь с проблемами общего выживания и семейного сохранения. Следовательно, в первую очередь, именно родителям необходимо занять феликсологическую позицию.

« У каждого счастье своё и своё понимание счастье. А давайте с Вами в общих чертах опишем : счастливый ребенок – это такой ребенок, который:

- знает, что его любят (независимо от совершенного проступка)

- чувствует свою защищенность

- участвует во «взрослых делах»

- ощущает свою уникальность

- чувствует поощрение со стороны родителей в преодолении незнакомых ситуаций

- оценен коллективом

Родители обязательно должны помочь ребенку стать счастливым. Что для этого нужно? (*презентация)*

- Любите ребенка

*Если вы будете любить ребенка таким, какой он есть – то ваш ребенок будет счастливым. Если какая-то часть его личности будет вызывать у вас раздражение – он просто спрячет ее – и поэтому не будет полностью счастливым, постоянно скрывая какую-то черту своего характера. Будьте всегда на его стороне.*

- Помогите ребенку справиться с преодолением

*Дети очень любят добиваться результата – надо помочь ребенку поставить цель и добиться ее. При этом, если его оставить одного справляться с трудностями – он вырастет неуверенным в себе. Ребенок с удовольствием будет смотреть, как справляется с чем-то взрослый – и подражать. Идеальный вариант – это совместная деятельность, чем больше внимания получит ребенок, чем больше, соответственно, примеров для подражания, тем счастливее он себя ощутит.*

- Поощряйте увлечение

*Помните ли вы, когда последний раз были так увлечены чем-то, что не замечали ничего вокруг? Маленькие дети умеют это, как никто другой. Когда они увлечены игрой, они не помнят больше ни о чем. От родителей требуется всего лишь дать им возможность уйти с головой в любимое занятие.*

*Чем старше становится ребенок, тем больше ограничений в его жизни, не дающих ему отдаться увлечению – режим, нелюбимые занятия, навязанные взрослыми…*

*Не забывайте также, что ваши амбиции и увлечение ребенка – это не одно и то же. Не стоит отдавать ребенка на дзюдо , только потому, что это модно. Постарайтесь дать ему возможность быть самим собой и самоутверждаться только в том, что ему по-настоящему близко. Если ребенок увлечен чем-то и хочет с вами поделиться – примите это с радостью, разделяйте с ним его увлечение. Просто идеально, если у вас самих есть хобби и вы сумеете «заразить» им ребенка, например, игрой в шахматы или вышивкой. Поверьте, тогда у вас с вашим ребенком установится прекрасная, тонкая связь.*

- Риск новизны

*Каждый ребенок нуждается в новых впечатлениях и ощущениях. Дети ведут себя в этом случае по-разному. Один каждый раз норовит исследовать незнакомую территорию, а другой испытывает понятные опасения. Если ваш ребенок робок – помогите ему, ненавязчиво продвигая в направлении чего-то нового.*

*Большая ошибка родителей – клеймить осторожного ребенка словами «трус», «стеснительный» и т.д. Ребенок может бесстрашно взбираться на дерево и стесняться людей. А может быть общительным, но бояться прокатиться на пони. Скажите, что такое бывает со всеми и это нормально. Вы должны понять, в чем проблема – ребенок нуждается в вашей поддержке.*

- Огорчения

*Не нужно ограждать ребенка от неприятностей тотально. Тогда ему не будет хватать стойкости в тяжелых жизненных ситуациях позднее. Здесь нужна разумная поддержка – необходимо найти золотую середину между безоговорочным контролем и ситуацией, когда ребенка оставляют с проблемами наедине. При этом к чувствам ребенка надо относится ничуть не хуже, чем к чувствам взрослого. Его страдания отнюдь не меньше, а, может, и больше. Не смейтесь над ребенком.*

И самое главное у ребёнка должно быть доверие к Вам, ведь он идёт за Вами, и в силу своего возраста ( не имея опыта и знаний) идёт в слепую! Что бы прочувствовать состояние ребёнка и оценить я предлагаю Вам игру

***«Путь доверия»***

*Материалы:* Маленький колокольчик и повязки для глаз.

Инструкция: Желающие ,разойдитесь по двое. Один из вас двоих надевает повязку на глаза так, чтобы ничего не видеть. Второй будет ведущим. Ведущий – должен провести «слепого» ребенка» по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и уверенно. Время от времени делайте паузу. Через три минуты я позвоню колокольчиком – тогда вы поменяетесь ролями. А еще через три минуты я позвоню еще раз – и тогда вы возвращаетесь обратно , и мы поговорим о том, что вы пережили во время прогулки. Перед началом договоритесь с партнером, как он вас будет вести: за руку или как-то по-другому.

Анализ упражнения:

* Как Вы чувствовали себя, когда был «слепым»?
* Вел ли Вас ваш «поводырь» бережно и уверенно?
* Знали ли Вы все время, где Вы?
* Как Вы себя ощущали в роли поводыря?
* Что Вы делали, чтобы вызвать и укрепить доверие своего партнера?
* Когда Вам было лучше: когда Вы вели или когда Вас вели?

В общении с ребёнком важное место занимает эмоциональная передача информации.

***Упражнение «Передать одним словом»***

*Цель:* подчеркнуть важность интонаций в процессе общения.

*Материалы:* карточки с названиями эмоций.

*Ход упражнения*: Участникам раздаются карточки, на которых написаны названия эмоций, и они, не показывая их другим участникам, должны сказать слово «Счастье » с интонацией, соответствующей эмоции, написанной на карточке. Остальные отгадывают, какую эмоцию пытался изобразить участник.

*Список эмоций:* Радость, удивление, сожаление, разочарование, подозрительность, грусть, веселье, равнодушие, спокойствие, заинтересованность, уверенность, желание помочь, усталость, волнение, энтузиазм.

Вопросы для обсуждения:

* Легко ли вам было выполнять данное упражнение?
* Насколько легко удавалось угадать эмоцию по интонациям?
* В реальной жизни, насколько часто в телефонном разговоре вы по интонации с первых слов понимаете, в каком настроении находится ваш собеседник?
* Какие эмоции вы испытываете в жизни чаще?

Для ребёнка очень важны родительские послания. Давайте с Вами посмотрим и проанализируем предложенные ситуации с разных сторон.

***Упражнение Родительские послания»***

1.Четырехлетний мальчик преподносит маме букет ромашек. Она берет цветы со словами: «Где же ты их взял?». При этом ее светлая улыбка, восторженная интонация говорят: «Какие замечательные цветы ты мне принес! Где же растут такие прелестные ромашки?»

Рассуждения: Такая реакция матери повышает самооценку ребенка……

2.Но ситуация может сложиться иначе. Мама скажет: «Спасибо», — а потом добавит: «Ты случайно не сорвал ромашки на соседней даче?»

Рассуждения: Мальчик поймет, что его считают способным совершить не вполне достойный поступок. Естественно, подобные высказывания вряд ли будут способствовать формированию высокой самооценки ребенка.

3.Если этого мальчика оставить в комнате одного, объяснив ему, что он обязан делать, а затем появиться и отругать его, кричать на него, что он даже играть самостоятельно не умеет.

Рассуждения: испуганный малыш после такого «общения» с матерью будет или тихо сидеть в углу, или безутешно рыдать.

1. Если мальчику показать, что он должен делать, и при этом говорить, что вам нравится, как он строит крепость, что он сообразительный малыш, что вот здесь он ошибся, ничего страшного, все поправимо, что вы готовы ему помочь, — вы даже не можете представить себе потенциальные возможности такого ребенка!

Каждому малышу просто необходимо ощущать себя самым дорогим для мамы и папы человеком, самым нужным им и самым хорошим. Для этого родителям следует постоянно, открыто, в том числе и словами выражать свою любовь к ребенку, чаще хвалить его за успехи, пусть и очень маленькие.

***Упражнение « Чтобы я …»***

Я предлагаю Вам сформулировать правила воспитания счастливого ребёнка. Я буду начинать предложение, а Вы продолжать фразой : « Чтобы я умел, мог, стал..».

- Слушай меня, чтобы я умел слушать.

- Уважай меня, чтобы я уважал других.

- Верь мне, чтобы я верил.

- Разговаривай со мной, чтобы я умел общаться.

- Прощай меня, чтобы я умел прощать.

- Помогай мне, чтобы я стал помощником.

- Не смейся надо мной, чтобы я не стал циником.

- Люби меня, чтобы я мог любить!

А теперь, я хочу Вам предложить «окунуться в мир детства», посмотреть на мир глазами ребёнка.

***Презентация « Работа над детскими обидами»*** ( сайт SkindkinSchool.ru)

***Упражнение «Рисуем и лепим счастье».***

Цель: предоставить возможность родителям ощутить многозначный облик счастья.

Инструкция: «Пожалуйста, нарисуйте или вылепите из пластилина, как Вы представляете себе счастье».

На отдельном столе должны подготовлены листы формата А-4, цветные карандаши, акварельная краска, гуашь, кисти, пластилин, фломастеры. Родители выбирают подходящий для него вид творчества.

Упражнение выполняется под спокойную, расслабляющую мелодию.

Время: 5-10 мин.

После выполнения упражнения, желающие родители делятся своими ощущениями, идет обсуждение, оформляется выставка работ родителей.

После упражнения педагог желает счастья: «Счастья Вам и вашим близким! Творите свое счастье!» »

Родителям раздаются памятки (приложение № 1)

**Литература:**

1. Павлова Е.П., Щуркова Н.Е. Как воспитать счастливого: феликсология воспитания,- М.: Педагогическое общество России,2002.-80с.

2. Полякова В.В.ЦРНШ,2005,РЦПМСС «Сайзырал»,2005., Кызыл.

3. Прохорова О.Г.Основы психологии семьи и семейного консультирования: Учебное пособие/Под общей ред .В.С.Торохтий.М.:ТЦ Сфера,2005.-224с.-(Учебное пособие).

4. Селевко Г.К.Реализуй себя. Изд.2-е.М.: Народное образование, НИИ школьных технологий,2006.112с. ( Серия « Самосовершенствование личности»),

5. Щуркова Н.Е. Педагогическая технология. Второе издание, дополненное. м.: Педагогическое общество России,2005.-256с

***Приложение № 1***

***«Как воспитать счастливого ребёнка».***

*«Сидело Счастье в яме… Проходил мимо человек, увидел Счастье и попросил у него много денег. Счастье выполнило его просьбу — и он ушёл счастливый. Проходил второй человек, увидел Счастье и попросил красавицу жену. Счастье выполнило и его просьбу — и он ушел счастливый со своей красавицей женой. Проходил третий человек, увидел Счастье и воскликнул: «Что ты делаешь в яме?!» Дал он Счастью руку, вытащил его из ямы и пошёл своей дорогой, а Счастье за ним побежало».*



***Каждый родитель мечтает видеть своего малыша здоровым и счастливым. Родители как никто другой могут помочь ребенку стать счастливым. Для этого необходимо соблюдать 7 простых, но важных правил.***

1. Всегда показывайте ребенку свою любовь к нему, радуйтесь, когда он подходит к вам, хвалите за все начинания и успехи и поддерживайте во всем.

2. Учите ребенка иногда заниматься самостоятельно. Поначалу это будет трудно и не понравиться малышу, но со временем он привыкнет и научиться быть предоставленным самому себе. К такому самостоятельному виду деятельности следует приучать постепенно и пошагово.

3. Следует ограничить доступ малыша к средствам массовой информации. Тщательно подбирайте программы и телепередачи, которые смотрит малыш, дозируйте время проведенное перед монитором или экраном телевизора.

4. Выполняя работу по дому, не забывайте и о малыше, отвлекайтесь на него, задействуйте его в этой работе. Ни в коем случае не отказывайте малышу провести с ним время, мотивируя это занятостью на работе или домашними хлопотами.

5. Ребенок уже в дошкольном возрасте может принять и усвоить несколько простых правил. Поэтому научите ребенка убирать, например, за собой игрушки, застилать самостоятельно свою постель и т.п. Такие простые правила приучат ребенка к самостоятельности и ответственности, которые пригодятся ему во взрослой жизни.

6. Процесс обучения и развития должен проходить постоянно и непрерывно. Обучайте своего малыша дома, на прогулке, по пути со школы или детского сада домой. Не стоит полностью сваливать процесс обучения на педагогов. Только тесное сотрудничество принесет долгожданные плоды.

7. Не забывайте, что главным примером для ребенка остаются родители. Поэтому так важно следить за своим поведением.

***Соблюдая эти правила, родители дадут хорошую основу для счастливой самостоятельной жизни своего чада.***

**«Если ты хочешь быть счастливым, привязывай это свое желание к целям, а не к людям или вещам»**

**«Быть счастливым не значит быть идеальным. Это просто значит, что ты решил глядеть дальше собственных недостатков»**

