

Государственное бюджетное учреждение - центра психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
«Психолого-педагогический центр»
городского округа Тольятти
Самарской области



ОТДЕЛ РАННЕЙ ПОМОЩИ

Секреты родительского успеха



Программа семинара

1. «Начинаем с себя: понимание и познание».

*Комарчева Татьяна Евгеньевна
методист, педагог-психолог*

2. «Принципы позитивного родительства».

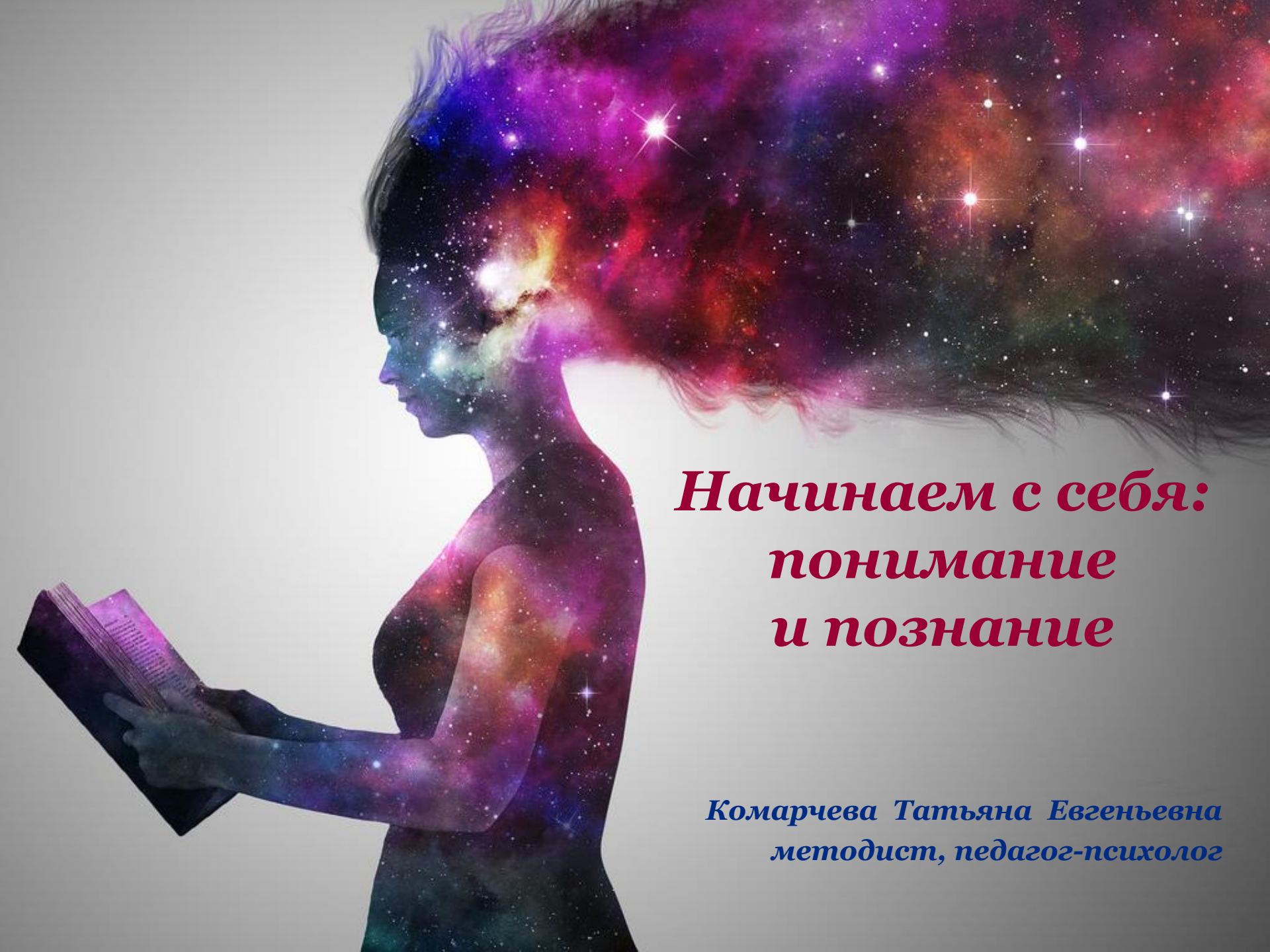
*Франива Анастасия Викторовна
педагог-психолог*

3. «Качества успешного родителя».

*Чепиго Анна Юрьевна
педагог-психолог*

4. «Психолого-педагогические рекомендации для родителей детей раннего возраста».

*Муслинович Татьяна Анатольевна
педагог-психолог*



***Начинаем с себя:
понимание
и познание***

***Комарчева Татьяна Евгеньевна
методист, педагог-психолог***

Чтобы стать успешным родителем нужно...

Понимать и познавать себя, свой характер, личные поведенческие нормы, особенности взаимодействия с окружающим миром - свои слабые и сильные стороны



Полноценное,
позитивное,
авторитетное влияние
отца и матери на детей,
основанное на знаниях,
нравственных достоинствах,
воспитывающем уважение в семье.

Личностная работа родителей

✦ *Наблюдение за собой*

✦ *Контроль и анализ своего поведения и взаимоотношений в семье*

✦ *Оценка собственных способностей и возможностей*

✦ *Каждодневная наработка качеств успешного родителя*



Упражнения, способствующие повышению самооценки, приобретению и закреплению позитивных качеств

Упражнение-утверждение «Я - прекрасная мама, любящая и заботливая».

- 1. Работа отнимает у Вас слишком много времени и поэтому Вы не уделяете детям необходимого внимания:**
 - **«Я уделяю своим детям столько внимания, сколько им нужно» .**
 - **или «Я провожу со своими детьми столько времени, сколько им нужно».**
- 2. Вы перестали понимать ваших детей:**
 - **«Я хорошо понимаю своих детей».**
- 3. Ваши отношения с ребенком уже в тупике:**
 - **«У нас с сыном (дочерью) прекрасные, теплые взаимоотношения».**

***Продолжайте произносить утверждение
ежедневно в течении 2 месяцев.***

Упражнения, способствующие повышению самооценки, приобретению и закреплению позитивных качеств

Упражнение «Мой успех»

- Проанализируйте всю свою жизнь и найдите 6-10 успешный дел.
- Позвольте своему разуму задержаться в течении нескольких минут на каждом из пунктов.
- Почувствуйте гордость.
- Вспомните Ваши ощущения, когда Вы достигли этого.
- Наслаждайтесь снова и снова!
- Запомните это состояние.

!!! Кроме того, это упражнение вдохновляет и поднимает настроение.

Делайте упражнение каждый день на протяжении 5 минут.

Упражнения, способствующие повышению самооценки, приобретению и закреплению позитивных качеств

Упражнение «Я могу»

- **Выберите положительное качество, которое Вы хотели бы иметь.**
- **Напишите его.**
- **Найдите в своем прошлом те случаи, когда Вы проявляли это качество.**
- **Напишите это качество и повесьте лист там, где он чаще всего будет попадаться Вам на глаза.**
- **Читайте его вслух или про себя как можно чаще.**
- **Создайте подходящую ситуацию и ведите себя по-новому!**

Принципы позитивного родительства



*Франива Анастасия Викторовна
педагог-психолог*

Принцип 1

Отличаться от других - нормально

- **каждый ребенок уникален;**
- **нет универсальных подходов к обучению и развитию;**
- **найти подход к ребенку, ориентируясь на его таланты и потребности;**
- **не сравнивать успехи ребенка с достижениями других детей.**



Принцип 2

Совершать ошибки- нормально

- **ошибки неизбежны, их совершает каждый;**
- **не нужно делать из оплошности ребёнка трагедию;**
- **ребенок не должен жить в постоянном чувстве вины и страхе сделать что-то не так;**
- **он должен научиться принимать ответственность за свои поступки, искать решения в случае неудач, не бояться признать вину и прощать себя;**
- **пример родителей.**



Принцип 3

Проявлять негативные эмоции- нормально

- **злиться, расстраиваться, смущаться, стыдиться, бояться или испытывать другие негативные эмоции — это нормальное явление для ребёнка;**
- **ребенок должен понимать, что крики и истерики — не везде уместны, но не должен бояться говорить о своих проблемах родителям и обсуждать пути решения;**
- **родители не должны манипулировать детскими эмоциями: запугивать или, наоборот, дарить игрушки или сладости за спокойное поведение в общественном месте.**

Принцип 4

Хотеть большего - нормально

- **ребёнок не должен чувствовать себя ущербным или виноватым, если ему что-то хочется;**
- **он должен понимать, что не всегда может получить желаемое;**
- **важно учиться договариваться и искать решения.**



Принцип 5

**Выражать свое несогласие - нормально,
но нужно сотрудничать с родителями,
ведь они - главные**

- **«Нет» — из уст ребёнка — не ультиматум, а выражение мнения и стартовая площадка для обсуждения разногласий;**
- **ребёнок должен научиться не сдавать свою позицию под натиском родительского авторитета, но прислушиваться, обсуждать все «за» и «против», понимать, почему у папы и мамы другое мнение.**



Методы позитивного родительства

- капризный ребенок – не фокусируемся на плохом поведении — ситуация не изменится! Нужно не ругать ребёнка, а восстанавливать с ним позитивную связь;
- одобряйте действия ребёнка, а не его личность;
- уделяйте ребёнку особое время;
- ежедневно, перед сном, предлагайте ребёнку рассказать о самых грустных и радостных переживаниях, с которыми он столкнулся за день;
- устраивайте семейные собрания, чтобы совместно найти решение проблем;
- не приучайте ребёнка к тому, что вы всё сделаете за него;
- не забывайте уточнять, правильно ли ребёнок вас понял, когда вы попросили его что-либо сделать;
- показывайте ребёнку положительный пример уважительного общения с другими людьми;

Методы позитивного родительства

- **научитесь вовремя останавливаться и успокаиваться;**
- **безопасный уголок с игрушками и спокойной музыкой;**
- **наказание поможет остановить плохое поведение в текущий момент, но в дальнейшем вызовет печаль, обиду или даже месть;**
- **ошибки — это то, из чего можно извлечь урок;**
- **пусть ребёнок поможет вам придумать, как решить проблему;**
- **не забывайте проявлять уважение и напоминать ребёнку, что он важен и любим.**

7 шагов для создания позитивной атмосферы



Шаг 1 *Заведите дневник или таблицу.*

Шаг 2 *Вовлекайте ребёнка в процесс.*

Шаг 3 *Учитесь объяснять и просить,
а не требовать и предъявлять.*

Шаг 4 *Начните слушать и слышать ребёнка.*

Шаг 5 *Делайте акцент на успехах, а не промахах.*

Шаг 6 *Думайте наперёд.*

Шаг 7 *Задавайте правильные вопросы.*



5 способов для родителей стать ПОЗИТИВНЫМ образцом для подражания:

- 1** *Учитесь управлять гневом*
- 2** *Не ищите виноватых*
- 3** *Не касайтесь «горячих тем»*
- 4** *Научитесь признавать свои ошибки*
- 5** *Двигайтесь к своим целям*

Качества успешного родителя



*Чепиго Анна Юрьевна
педагог-психолог*

Главная задача родителей – это полноценный курс воспитания ребенка.

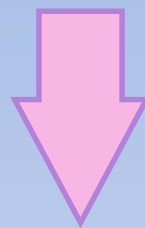
**Желание родителей –
вырастить ребенка,
который будет социально
адаптированным
и психологически здоровым,
независимым и самодостаточным.**

Качества родителей для успешного воспитания ребенка



- №1 Побуждение детей к выполнению домашних дел
- №2 Обучение социальным навыкам
- №3 Умение ладить друг с другом
- №4 Ответственность
- №6 Стрессоустойчивость
- №7 Проявлять интерес к жизни ребенка
- №8 Уверенность
- №9 Решение проблем, а не их избегание
- №10 Гибкость воспитания
- №11 Наличие работы у обоих супругов
- №12 Авторитетность
- №13 Прививание хороших привычек и здорового образа жизни
- №14 Любознательность
- №15 Чувство юмора
- №16 Безусловная любовь

*За счастье и успех своих чад
отвечают родители,
которые вкладывают в них основы жизни.*



*Счастливое детство формирует
счастливое будущее!*



*Психолого-педагогические
рекомендации для родителей
детей раннего возраста*



*Мушилович Татьяна Анатольевна
педагог-психолог*

Причины возникновения психоэмоциональных нарушений у детей

НАРУШЕНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ

```
graph TD; A[НАРУШЕНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ] --> B["* состояние тревоги у ребенка  
* отсутствие адекватной поддержки родителей"]; B --> C["страхи, агрессивность, упрямство,  
капризы, истерики, гиперактивность"];
```

*** состояние тревоги у ребенка**
*** отсутствие адекватной поддержки родителей**

***страхи, агрессивность, упрямство,
капризы, истерики, гиперактивность***

Приемы, помогающие эффективно развивать эмоциональную сферу детей

- *слушание музыки*
- *чтение сказок, потешек*
- *игры с природным материалом*
- *двигательная деятельность*
- *релаксация*
- *художественная деятельность*



Слушание музыки

Музыка - источник особых эмоций и детской радости:

передает переживания, смену настроений,
динамику эмоциональных состояний.

Для создания позитивного настроения:

- Моцарт. 25-я симфония, ч.2.2;
- Шопен. Вальс №2; Ноктюрн №3;
- Фибих. Поэма;
- Глюк. Мелодия из оперы «Орфей и Эвридика»;
- Сибелиус «Грустный вальс»;
- Чайковский «Сладкие грёзы»;
- Равель «Павана», «Болеро»;
- танцевальная музыка из оперетт Штрауса, Кальмана, Легара.



Для расслабления, снятия напряженности:

- Рубинштейн «Мелодия»;
- Шуберт «Аве Мария»;
- Брамс «Колыбельная»;
- П. И. Чайковский. «Октябрь»;
- Кюи. «Колыбельная»;
- Г. В. Свиридов. «Грустная песенка»;
- Н. А. Римский – Корсаков. «Море»;
- К. В. Глюк. Опера «Орфей и Эвридика». Мелодия;
- М. И. Глинка. Ноктюрн ми бемоль мажор;
- Л. В. Бетховен. «Сурок»;
- Л. В. Бетховен. «Соната № 14»;
- Ф. Шуберт. «Серенада».





Некоторые интересные факты о классической музыке:

- во время прослушивания классической музыки работа сердца и дыхания копирует ритм музыкального произведения;
- при первых звуках любимых классических пьес у кормящих мам прибывает молоко, у детей лучше переваривается пища.
- нельзя давать маленьким детям слушать музыку через наушники; наши уши природой приспособлены для рассеянного звука, от направленного звука незрелый мозг может получить акустическую травму;
- классическую музыку перинатальные психологи называют школой эмоций.

Чтение сказок, потешек

Сказка

- формирует основы поведения, общения,
- развивает воображение и творческий потенциал,
- помогает ребенку ориентироваться в окружающем мире,
- обогащает его эмоции и чувства.

Способы рассказывания сказок:

- рассказывание сказки от лица игрушки;
- рассказывание сказки несколькими взрослыми;
- придумывание продолжения известной сказки;
- сочинение сказки с рисованием;
- использование пальчикового театра и самостоятельно изготовленных кукол.



Игры с природным материалом

*Главное предназначение –
успокаивающее и расслабляющее действие.*

Ориентированы

*на активизацию и оптимизацию
эмоционально-чувственной сферы ребенка.*

Являются

*одним из наиболее подходящих способов воздействия
на психоэмоциональное развитие ребенка и позволяют
сделать это эффективно и своевременно.*



Двигательная деятельность

Движение – это главное условие нормального роста и развития ребенка:

- познание мира;
- положительное влияние на эмоциональное состояние.



Приемы:

- подвижные игры;
- элементы физкультуры;
- пальчиковые игры;
- нанизывание на шнурок, соединение деталей конструктора и т.д.;
- массаж.



Релаксация

Релаксационные игры

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, нормализация мышечного тонуса, улучшения настроения.

- *«Часики»*
- *«Интересный разговор»*



Игры – «усыплялки», колыбельные

Цель: ограждение от чрезмерных впечатлений и эмоций. Спокойная мелодия способствует замедлению пульса, расширению сосудов, упорядочиванию мозговых ритмов.



«Прилетели гули»
«Зайки серые»
«Игрушка спит»



Художественная деятельность

Изобразительная деятельность для ребенка

- ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫПЛЕСНУТЬ НА БУМАГУ
СВОИ ЧУВСТВА И ЭМОЦИИ.

- *Рисование*
- *Аппликация*
- *Лепка*



***Использование данных методов и приемов
благоприятно действует
на эмоциональное состояние детей,
помогает снятию психоэмоционального напряжения
и формированию установки на положительные эмоции.***



***Раннее формирование положительных эмоций –
это залог полноценного развития
и психологического здоровья личности.***



Спасибо за внимание!