

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 67 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

Семинар-практикум для родителей «Секреты психологического здоровья»



**Подготовила: педагог-психолог
МБДОУ № 67
Жданова Мария Сергеевна**

«Здравствуйте!»

В слове «здравствуйте» заложен глубокий, мудрый, позитивный смысл: быть благополучным, счастливым, а главное здоровым.



Психически здоровый ребенок – он какой?

дружелюбный, находчивый, веселый,
смешливый, активный, самостоятельный,
доброжелательный, уверенный, добрый,
открытый, честный, любознательный,
решительный, участливый,
сопереживающий.



Психически здоровый -

это прежде всего жизнерадостный, веселый, смелый и общительный ребенок. И каждому из нас хочется, чтобы в будущем он вырос самостоятельным, активным, успешным, уверенным в себе человеком.



Состояние здоровья

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 10% среди поступающих в школу. По наблюдениям педагогов начальной школы дети оказываются все более подготовлены интеллектуально, и менее эмоционально устойчивы и спокойны



Игра «Мяч здоровья»

Какие качества, необходимы родителям для сохранения благополучия ребенка в семье?



Практическое задание для родителей

*0-3 года; 3-5 лет; 6-10 лет;
11-14 лет; 15-17 лет.*

- Вспомните себя в каждый из этих периодов.
- Кто оказал на вас наибольшее влияние?
- Чему Вы научились?



Факторы, влияющие на психоэмоциональное благополучие ребенка в семье

п/п.	Факторы, влияющие на развитие ребенка	Да	Нет
1.	Планирование беременности		
2.	Ожидание ребенка определенного пола		
3.	Постоянство материнской заботы		
4.	Режим питания		
5.	Наказание		
6.	Поощрение		
7.	Стиль воспитания в семье		
8.	Порядок рождения ребенка в семье		
9.	Имя ребенка. Группа крови		

Если этот фактор кажется вам важным, поставьте напротив него знак «+». Если нет, то «-».



Как воспитывать детей с разной группой крови

Группа крови, как и прочие наследственные признаки, передается от родителей детям на генетическом уровне. Комбинации генов отца и матери образуют несколько пар. На сегодняшний день официально регистрируются четыре группы крови, которые принято обозначать как: первая (O), вторая (A), третья (B) и четвертая (AB).



Первая группа крови

- ласковы и послушны
- чувствительны по натуре
- испытывают потребность в ласке и переживают недостаток родительской любви и внимания
- будучи отвергнутыми, теряют уверенность в себе и могут вырасти с чувством враждебности к обществу
- наделены склонностью к подражанию взрослым.

С одной стороны, для детей этой группы характерны романтичность, идеализм, с другой - ранний практицизм, умение оценить выгоды и потери. Следует поощрять у них мечтательность и страсть к сочинительству. Самое опасное у детей первой группы - это проявление раннего эгоизма. Необходимо с раннего возраста настойчиво прививать им чувство коллективизма и объяснять необходимость думать о других. Ругая ребенка, нужно дать ему понять, что ваше отношение продиктовано исключительно заботой о нем, что он любим.



Вторая группа крови

- упрямы и непоседливы, но по мере взросления становятся все более послушными
- повышенная внимательность как к окружению, так и к отношению к ним со стороны окружающих
- чувствительны к тому, что думают о них окружающие, поэтому внешне сдержанны и умеют себя контролировать
- обладают достаточной силой воли и твердостью, отстаивают свое «я».

Главное в воспитании таких детей - помочь им обрести уверенность в себе. Не следует ругать ребенка, заостряя внимание на его недостатках, это может подорвать его веру в себя. Ласковое слово и похвала оказываются часто незаменимыми помощниками коррекции поведения таких детей. Убеждение - вот главный подход к такому ребенку.

По сравнению с другими дети с этой группой крови более медлительны, поэтому в общении с ними требуется больше терпения. Но, занявшись делом, они стараются довести его до конца. Не подгоняйте, не торопите такого ребенка, иначе у него все будет валиться из рук.



Третья группа крови

- жизнерадостны
- игривы
- интересны своей непредсказуемостью в словах и поступках

Все стандартные приемы - шлепки, крики, наказания - либо бесполезны, либо приводят к обратному результату. Ругать их надо строго и внушительно по нескольку раз за одно и то же, чтобы «дошло до сознания». Дети с ранних лет способны хладнокровно оценивать происходящее. Им безразлично, как к ним относятся окружающие. Они редко заводят друзей, заняты только собой, без энтузиазма относятся к общественно полезному труду. Воспитателям следует особое внимание уделять формированию коммуникативных навыков, объяснять правила поведения в обществе. При воспитании таких детей понадобятся терпение и выдержка.



Четвертая группа крови

- толковы и покладисты
- в детстве многие из них застенчивы и даже трусоваты, испытывают необъяснимый страх перед людьми
- робки и пугливы

Таким детям надо уделять особое внимание, соблюдать предосторожность, принуждая к чему-либо, не угрожать наказаниями. При внешне флегматичных признаках психика детей на самом деле ранима и восприимчива к обидам и несправедливости. Вместо того чтобы отругать ребенка, поговорите с ним мягко и задушевно, взывая к его разуму. У него много здравого смысла - он вас поймет. Взывайте также к его чувству справедливости, которое у него очень развито.



Тест «Воспитывающая позиция»

Подумайте и ответьте, свойственно ли Вам такое поведение?

0 - никогда; 1 - редко; 2 - часто; 3 - почти всегда; 4 - всегда.

- Говорить, что вас нет дома, когда вы есть.
- Переходить улицу в неполюженном месте.
- Извиняться, когда вы не правы.
- Громко рассказывать «взрослые» анекдоты.
- Эмоционально «выражаться», когда у вас что-то не получается.
- Долго сидеть за столом, разговаривать с друзьями.
- Добиваться своей цели, преодолевая сопротивление.
- Уступать место в транспорте.
- Не обращать внимания, когда вас провоцируют на грубый ответ.
- Смотреть фильмы на любые темы.



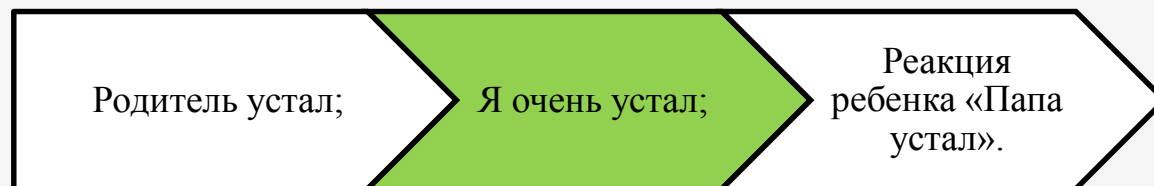
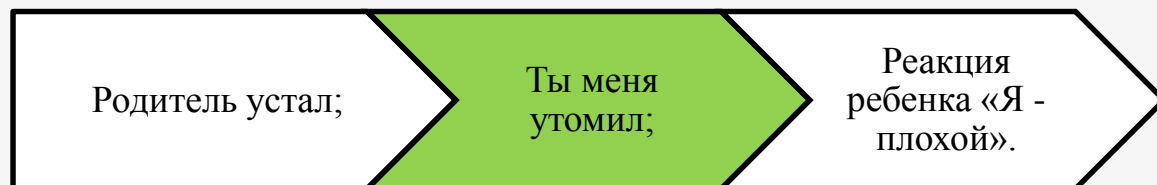
Методы общения с ребенком

Что может сделать родитель?

1. Попытаться непосредственно повлиять на ребенка.
2. Повлиять на самого себя.
3. Попытаться повлиять на обстоятельства.



2 формы сообщения в общении с ребенком «Я - сообщение», «Ты - сообщение»



«Семейные заповеди»

Какие семейные заповеди, необходимы
родителям для формирования
психологической безопасности
ребенка в семье?



Рекомендации для родителей:

1. Соблюдайте режим детского сада в выходные дни.
2. Обнимайте своего ребёнка не менее 8 раз в день.
3. Делайте с ребёнком минутки здоровья (массаж, гимнастика).
4. Играйте с ребёнком не менее 30 минут в день в совместные игры.
5. Приобщайте ребёнка к занятиям спортом, соблюдая меру и осторожность, не допуская его перегрузки и утомления.
6. Обеспечьте ребёнку в семье комфортную психологическую обстановку.
7. Ведите здоровый образ жизни, так как вы являетесь примером для своего ребёнка.

И тогда психологическому здоровью вашего ребенка ничего не угрожает!

