

Справка
о родительском лектории обучающихся 4, 5 классов
МБОУ СОШ №4

Тема родительского лектория: «Эмоциональное благополучие детей в семье»

Задачи:

1. Познакомить родителей школьников с такими понятиями, как «аффект», «стресс».
2. Формировать у родителей понимание необходимости устранения у ребенка негативных эмоциональных состояний для успешной учебной деятельности.

Возраст учащихся: 4-5-й класс.

6 мая 2022 года классными руководителями 4,5 классов Антоненко Е.А., Ямбаевой Е.Ф. с участием педагога-психолога Джамбековой Н.Н. был проведён родительский лекторий с элементами анкетирования. В анкетировании приняли участие 19 родителей. Им были предоставлены такие вопросы, на которые требовались ответы, а именно:

Анкета для родителей

- Эмоционален ли ваш ребенок?
- Умеет ли ваш ребенок радоваться?
- В каких случаях ваш ребенок проявляет радость, восторг?
- Считаете ли вы необходимым для ребенка поддерживать его состояние радости, удовольствия?
- Каким образом вы это делаете?
- Проявляет ли ваш ребенок негативные эмоции?
- В каких случаях он это делает?
- Как вы помогаете своему ребенку преодолевать негативные эмоции?
- Как часто негативные эмоции вашего ребенка связаны со школой и учебной деятельностью?
- Боится ли ваш ребенок говорить вам о своих учебных неудачах?
- Считаете ли вы проблему эмоционального состояния школьника значимой для обсуждения в ходе родительского собрания?

Также было проведено анкетирование 19 учащихся 4,5 классов.

Анкета для детей

- Умеешь ли ты радоваться?
- Если у тебя есть возможность порадоваться, что может стать тому причиной?
- Можешь ли ты порадоваться успехам своего друга или просто чужого человека?
- Как часто ты грустишь?
- Что может стать причиной грусти?
- Если тебе грустно, ты можешь кому-нибудь об этом рассказать?
- Тебе страшно, если ты получаешь плохую отметку?
- Чего ты боишься, если у тебя случаются неудачи в школе?

- Тебе бывает страшно на уроках?
- В каких случаях с тобой такое бывает?
- Ты боишься говорить своим родителям, что ты получил(а) плохую отметку?
- Тебя наказывают за плохие результаты в школе?

Для определения эмоционального состояния обучающимся были предложены заблаговременно следующие темы сочинения:

- Самый трудный день в моей жизни.
- Мои маленькие радости
- Обида, которую не могу забыть.
- Что мне не нравится в школе.

На лектории **классными руководителями 4,5 кл.** было сказано, что родители пытаются внести свои коррективы в существование и развитие ребенка. Пытаясь максимально защитить свое дитя, родители лелеют и оберегают его, предупреждая все желания и потребности, стараемся максимально облегчить его жизнь. Этим взрослыми наносится вред его психике, ломается его эмоциональная сфера.

Ребенок, поставленный в такую ситуацию, не развивается эмоционально, не учится бороться с трудностями жизни и с честью выходить из этой борьбы. Это сказывается и на учебных результатах, на общении со сверстниками и взрослыми. Неумение жить в гармонии с собой приводит к нарушениям физического здоровья, различным заболеваниям.

Медики бьют тревогу: в школе большой процент учащихся страдает нервными заболеваниями. Дети не всегда умеют радоваться и огорчаться, проявлять волю и характер в достижении цели.

Выступление психолога.

Аффект - это сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для человека жизненных обстоятельств и сопровождаемое резко выраженными двигательными проявлениями и изменением функций внутренних органов. (Например, горе при потере близкого человека, гнев при измене, радость при успехе.)

Любое чувство может переживаться в аффективной форме. Например, ужас переживается как скованность движений, речи. При сильной радости человек теряет, не зная, что сказать.

Причины аффекта:

1. Конфликт, противоречие между сильным влечением, желанием и невозможностью удовлетворить возникшее побуждение (очень ярко у маленьких детей).
2. Конфликт, заключающийся в повышенных требованиях к человеку, неуверенному в собственных силах (наблюдается в ситуации, когда родители предъявляют к ребенку завышенные требования в учении, которые ему явно не по силам).

Последствия аффекта:

1. Меняются внимание и восприятие. Человек удерживает во внимании только те предметы, которые связаны с переживанием (доминанта).
2. Человек «теряет голову». Все поступки неразумны, или, если это касается учебной деятельности, ребенок начинает допускать промахи там, где раньше он этого никогда не делал.
3. Заканчивается аффект упадком сил. Человек хочет спать, не хочет выполнять то, что от него в данный момент требуется.

Стресс (от англ. stress - давление, напряжение) - это эмоциональное состояние, которое возникает в ответ на экстремальное воздействие.

Для эмоционального стресса характерны:

- неспособность человека справляться с задачей, усваивать информацию;

- снижение объема и концентрации внимания;
- усиление отвлекаемости;
- невозможность сосредоточиться;
- ухудшение памяти;
- увеличение ошибок и неправильных решений;
- мышление становится спутанным;
- рост напряжения, беспокойства, тревоги;
- появление болезненной мнительности;
- ухудшение сна;
- депрессия или эмоциональные взрывы.

Французский психолог Г. Селье выделил 3 этапа в развитии стресса:

1. Реакция тревоги - фаза мобилизации защитных сил организма, повышающая его устойчивость по отношению к конкретному травмирующему воздействию.

2. Этап стабилизации - параметры, выведенные из равновесия в первой фазе, закрепляются на новом уровне.

3. Если стрессовая ситуация продолжается, наступает стадия истощения.

В конце мероприятия родителям было предложен практикум, на котором разрабатывались возможные пути и способы выхода ребенка из состояния аффекта и стрессовой ситуации.