

ЗДОРОВЫЙ МИКРОКЛИМАТ В СЕМЬЕ

Подготовила педагог-психолог Э.Е.
Грекова

*Брак ... есть правовая нравственная любовь.
Никто не принуждается к заключению брака,
но всякий должен быть принуждён подчиняться
законам брака, раз он вступил в брак.*

К. Маркс

Семья – малая социальная группа, важнейшая форма организации личного быта, которая основана на супружеском союзе и родственных связях, т.е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами и другими родственниками живущими вместе и ведущими общее хозяйство на основе общего семейного быта.



Основные функции семьи

- Репродуктивная;
- Хозяйственно-потребительская;
- Воспитательная;
- Восстановительная.

РЕПРОДУКТИВНАЯ ФУНКЦИЯ СЕМЬИ

- ▣ Репродуктивная функция включает в себя воспроизводство в детях численности родителей, т.е. принимает участие в количественном и качественном воспроизводстве населения. В настоящее время, по причине преобладания городского образа жизни, увеличения занятости женщин, тяжелого экономического положения рождаемость падает. Стоит отметить и связь общего количества разводов и аборт. С этой точки зрения государство заинтересовано в увеличении многодетных семей, создании им определенных льгот.



ХОЗЯЙСТВЕННО-ПОТРЕБИТЕЛЬСКАЯ ФУНКЦИЯ СЕМЬИ

- Хозяйственно-потребительская функция Охватывает различные аспекты семейных отношений. Это ведение домашнего хозяйства, соблюдение домашнего бюджета, управление семьей, проблема женского труда...



ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ФУНКЦИЯ СЕМЬИ

- ▣ Семья как первичная ячейка является воспитательной колыбелью человечества. В семье главным образом воспитываются дети. В семье ребенок получает первые трудовые навыки: занимается самообслуживанием, оказывает помощь по дому, приобретает опыт заботы о родителях, братьях и сестрах, а главное, учится разумному потреблению материальных и духовных благ, накапливает опыт общения с деньгами, у него развивается умение ценить и уважать труд людей. Лучший пример для ребенка - это пример родителей.



ВОССТАНОВИТЕЛЬНАЯ ФУНКЦИЯ

СЕМЬИ

- Состоит в поддержании здоровья, жизненного тонуса, организации досуга и отдыха, семья становится оздоровительной средой, где любой член семьи вправе надеяться на заботливое отношение родных и близких. Для этого требуется не только нравственно-психологическая подготовка, но и соблюдение режима труда и отдыха, режима питания и прочее. Организация досуга играет большую роль в восстановлении. Досуг служит средством восстановления физических и духовных сил человека. Часто досуг происходит у каждого по-своему. Человек нуждается в активном отдыхе – путешествия, прогулки. Это приносит больше здоровья для семьи в целом и каждого её членов.



Семейный микроклимат-

своеобразная атмосфера отношений, сложившихся в семье между её членами. Понятия "благополучная", "не совсем благополучная", "неблагополучная семья" - характеризуют содержание устоявшихся в ней отношений и процессов, обуславливающих атмосферу повседневной жизни. В основе семейного микроклимата лежат прежде всего отношения между супругами, иногда супругами и старшими членами семьи (бабушка, дедушка, тёща, свекровь и др.). Сложность межличностных отношений в том, что каждый из супругов должен приспосабливаться к привычкам, желаниям, интересам и потребностям другого, в то время как до брака они удовлетворялись автономно или в зависимости от родителей.

Правила для двоих



По большому счету никаких особых секретов нет. Разве что нюансы. Но именно из них состоит жизнь! Более того, благодаря им она наполняется. Да и ребенок наблюдает со стороны. Растет в атмосфере добра и взаимопонимания. Есть ради чего стараться!

ПРАВИЛО 1

Ежедневные признания в любви

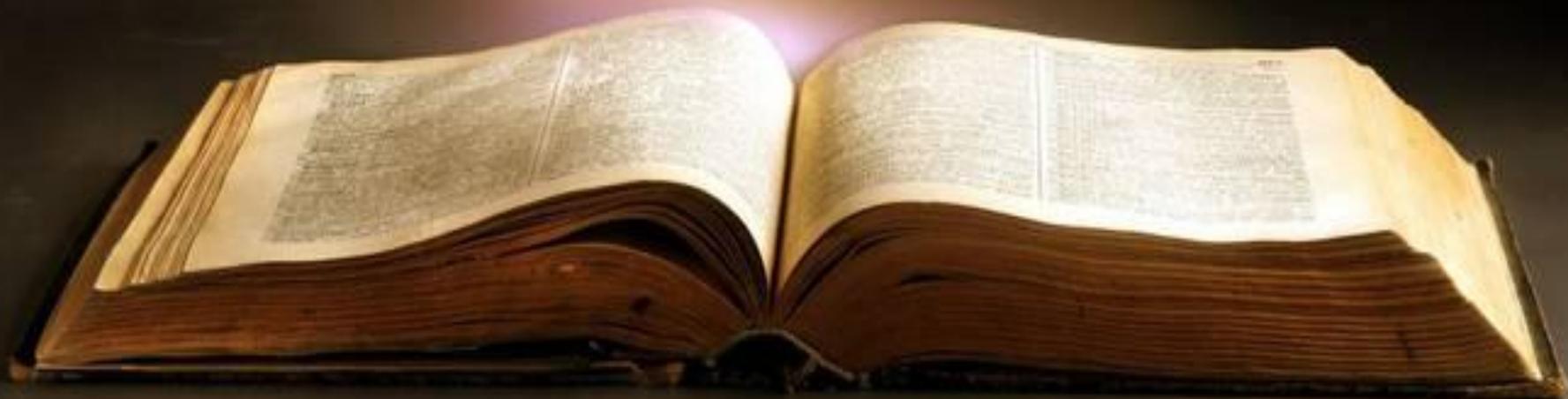
Это только кажется, что теперь, когда вы живете вместе, говорить о любви излишне. Вы вместе, значит, все ясно? Нет, ясно было вчера, когда говорилось: «Я тебя люблю». А сегодня уже не вполне... Ежедневно находи возможность выразить свои чувства – словом, прикосновением, маленькой необязательной услугой. Кофе в постель – это, конечно, неустаревающий хит. Но и туфли почистить для любимого человека – тоже нежное признание. Приравнивается к приглашению в кафе.

ПРАВИЛО 2

Искренняя благодарность

Говори спасибо даже за малость.

Внимательность и забота всегда исходят из души. Ну как же не поблагодарить за то, что тебе подарили кусочек сердца! Отношения, несомненно, станут нежнее.



ПРАВИЛО 3

Прямое высказывание просьб и пожеланий

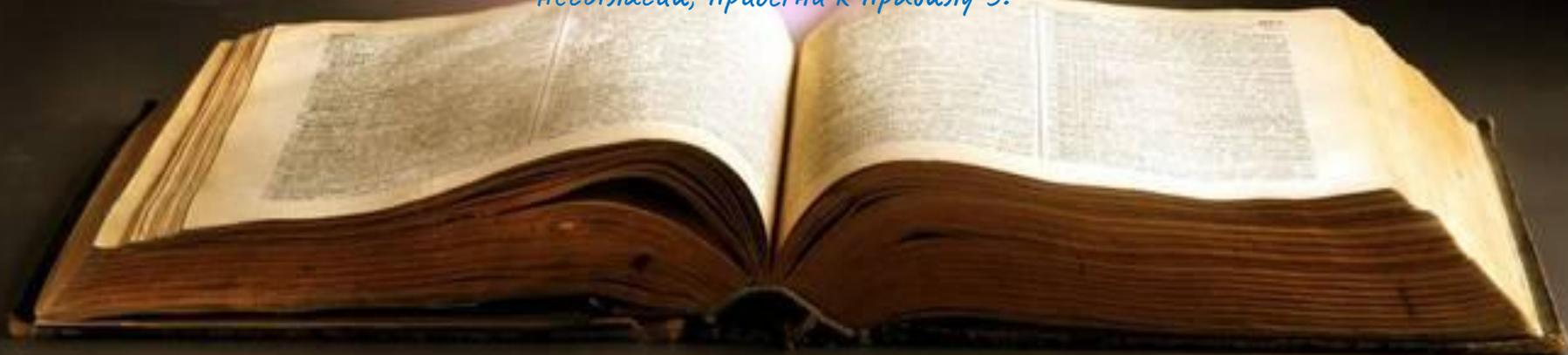
Ожидать, что любимый человек «сам догадается», не стоит.

Телепатия еще не стала популярным средством общения. Лучше не искушай себя обидой. Говори открыто: «Завтра у нас годовщина первого поцелуя. Пусть это будет красный день календаря!». Ты сама удивишься плодам такой прямоты!

ПРАВИЛО 4

«Выкл.» для опции «критика»

«Если не я скажу, то кто скажет?..» Ты искренне веришь, что действуешь во благо тому, кого критикуешь. Увы, это не так. Любая критика обижает и вызывает сопротивление. Она воспринимается как сигнал: меня считают плохим! Поэтому отвечают упрямством, а анализа ошибок не происходит. Когда нужно сказать партнеру о несогласии, прибегни к правилу 5.



ПРАВИЛО 5

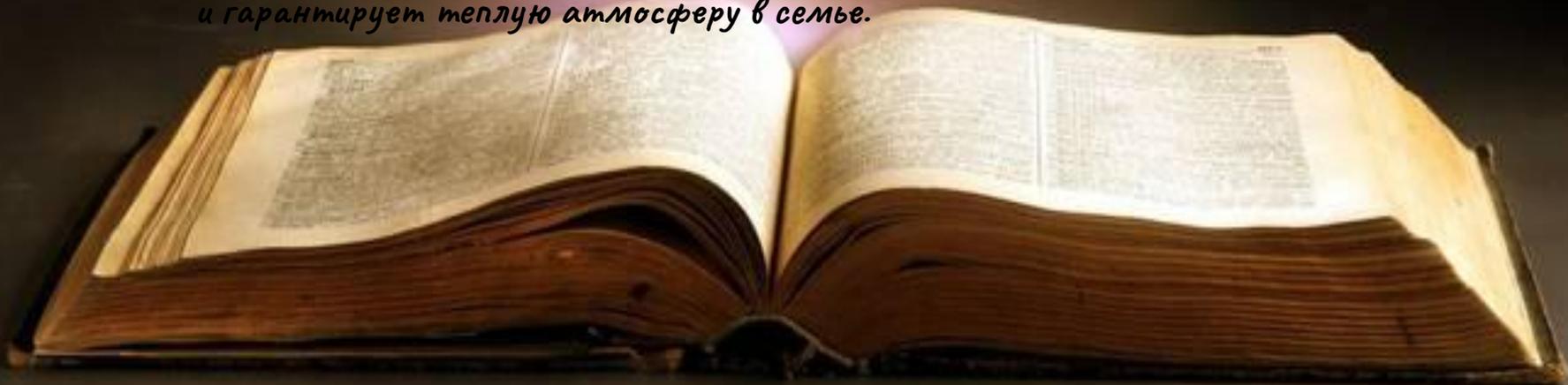
Используйте «Я-сообщения»

Обычно мы говорим: «Опять ты не купила хлеба!» или «Сколько тебе говорить, чтобы ты не раскидывал вещи?!» Это называется «Ты-сообщение». Оно несет в себе критику, даже обвинение, а в ответ... читай выше, где речь об упрямстве. Теперь сравни: «Я расстроен, что в доме нет хлеба. Я даже сержусь!» Или: «Я злюсь, когда вещи разбросаны. Я раздражаюсь». Это – «Я-сообщение». В нем нет обвинения. Дальше лучше промолчать. Позицию прояснять уже не нужно, поскольку и так все понятно, а разборки приведут к ссоре.

ПРАВИЛО 6

Хвалить и восхищаться

Если любишь человека, он для тебя самый лучший. Не забывай говорить ему об этом. Выражай восхищение богатством его души. Хвали! Свободно проявляй свою любовь. Это совсем просто и гарантирует теплую атмосферу в семье.



Методы семейного воспитания

Могут быть выделены 4 метода семейного воспитания, и соответственно им 4 типа семейных отношений:

- Диктат (систематическое подавление инициативы и чувства собственного достоинства ребенка);
- Опекунство (удовлетворение всех потребностей ребенка, ограждение от трудностей, забот, усилий);
- «Невмешательство» (уклонение от активного участия в воспитании ребенка, пассивность, признание полной автономности ребенка);
- Сотрудничество (отношение взаимного уважения, совместное переживание радостей, горя и т.д.).

ПРИНЦИПЫ ПОЗИТИВНОГО ВОСПИТАНИЯ

- понимать потребность ребенка в принадлежности;
- взаимное уважение;
- любить и принимать его таким, какой он есть;
- последовательность воспитательных воздействий;
- правильное построенное общение;
- использовать в повседневном общении приветливые фразы.

ОСНОВНЫЕ ТИПЫ НЕПРАВИЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ

- ▣ Безнадзорность, бесконтрольность: когда родители излишне заняты своими делами и не уделяют должного внимания детям.

Результат: поиск увеселений, попадание под влияние уличных компаний

ОСНОВНЫЕ ТИПЫ НЕПРАВИЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ

- ▣ Гиперопека - жизнь ребенка находится под бдительным и неустанным надзором, он слышит все время строгие приказания, многочисленные запреты.

Результат: ребенок становится нерешительным, боязливым, неуверенным в своих силах, не умеет постоять за себя, за свои интересы

ОСНОВНЫЕ ТИПЫ НЕПРАВИЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ

- ▣ «Золушка»: эмоциональная отверженность, безразличие, холодность со стороны родителей.

Результат: появляются неврозы, чрезмерная чувствительность к невзгодам или озлобленность.

ОСНОВНЫЕ ТИПЫ НЕПРАВИЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ

- ▣ Жесткое воспитание: за малейшую провинность ребенка сурово наказывают.

Результат: ребенок растет в постоянном страхе

Страх – источник пороков (жестокость, озлобленность, приспособленчество, угодничество)

ОСНОВНЫЕ ТИПЫ НЕПРАВИЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ

- ▣ Воспитание в условиях повышенной моральной ответственности: с малых лет ребенку внушается мысль, что он обязательно должен оправдать многочисленные честолюбивые надежды родителей или же на него возлагаются недетские непосильные заботы.

Результат: невротические срывы, трудные взаимоотношения со сверстниками, навязчивые страхи, постоянная тревога за благополучие свое и близких

Анкетирование: Какой Вы родитель?

Отметьте те фразы которые вы употребляете по отношению к своему ребенку.

1. Сколько раз тебе повторять!
2. Посоветуй мне, пожалуйста.
3. Не знаю, что бы я без тебя делала?!
4. И в кого ты такой уродился?!
5. Какие у тебя замечательные друзья!
6. Ну, на кого ты похожа?!
7. Я в твоё время!
8. Ты моя опора и помощница (к).
9. Ну, что за друзья у тебя?!
10. О чем ты только думаешь?!
11. Какая ты у меня умница!
12. А как ты считаешь, сынок (доченька)?
13. У всех дети как дети, а ты?
14. Какой ты у меня сообразительный (ая)!

Подсчитайте количество баллов за все высказывания, которые вы отметили

- | | | |
|-----|-----|--|
| 1. | - 2 | • 5 - 8 баллов - вы живете с ребенком душа в душу. Он искренне любит Вас. Ваши отношения способствует становлению его личности. |
| 2. | - 1 | |
| 3. | - 1 | • 9 - 10 баллов - вы непоследовательны в общении с ребенком. Он уважает вас, хотя и не всегда с вами откровенен. |
| 4. | - 1 | |
| 5. | - 1 | • 11 - 12 баллов - вам необходимо быть с ребенком повнимательнее. Вы пользуетесь у него авторитетом, но, согласитесь, авторитет не заменит любви. |
| 6. | - 2 | |
| 7. | - 2 | • 13 - 14 баллов - вы и сами чувствуете, что идете по неверному пути. Между вами и ребенком существует недоверие. Пока не поздно, постарайтесь уделять больше внимания, прислушивайтесь к его словам. |
| 8. | - 1 | |
| 9. | - 2 | |
| 10. | - 2 | |
| 11. | - 1 | |
| 12. | - 1 | |
| 13. | - 2 | |
| 14. | - 1 | |

Семья – это труд, друг о друге забота,
Семья – это много домашней работы.
Семья – это важно!
Семья – это сложно!
Но счастливо жить одному невозможно!



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!