

Влияние семейных установок на психику детей и подростков

Подготовил:

клинический психолог, педагог-психолог МБОУ СОШ №155

Винокуров Александр Валерьевич

Установка

Предупреждает и определяет формирование любой формы психической активности; является состоянием мобилизованности, готовности к следующему действию. Обусловлена соответствующей ситуацией наличия у субъекта потребности и необходимостью ее удовлетворения.

Негативные семейные установки

- Долженствование;
- Сверхобобщение;
- Избирательность восприятия.

Различия ценностных ориентиров

Низкое принятие и авторитарный стиль воспитания – меньшая опора на себя, неуверенность в своих силах, значимость внешних указаний и ориентиров.

Ценность развлечений и свободного времяпрепровождения. Тревога выше.

Высокое принятие и демократический стиль воспитания – больше доверяют себе, ориентируются на собственные приоритеты, лучше понимают свои возможности.

Ценностные ориентации направленности на других, значимости другого, уверенности в себе.

Сходные ценностные ориентиры

Развитие, работа над собой, постоянное физическое и нравственное совершенствование.

При авторитарном стиле – фрустрация.

При демократическом – направленность на достижения.

Влияние установок на психику детей, в зависимости от типа неблагополучной семьи

- «Недоверчивая» семья;
- «Легкомысленная» семья;
- «Хитрая» семья.

Насилие в семье приводит к:

- уклонению ребёнка от установления эмоционального контакта с новым человеком;
- неудачам в разрешении конфликтов со взрослыми и сверстниками;
- слабой значимости дружбы и родственных связей;
- отсутствию уверенности в себе, искажению «образа себя»;
- несформированному положительному эмоциональному самоощущению, низкой самооценке.

10 правил для родителей

- Проблема ребёнка – ваша проблема.
- Вы и ваш ребёнок – два разных человека.
- Не бойтесь быть строгим.
- Правило есть правило.
- Не говорим, а показываем.
- Чем меньше давление, тем меньше сопротивление.
- Наказание соответствует преступлению.
- Не всё для ребёнка.
- Не пытаться быть идеальным родителем.
- Верьте в своего ребёнка.

10 ошибок в воспитании

- Обещание больше не любить.
- Безразличие.
- Слишком много строгости.
- Детей надо баловать.
- Навязанная роль.
- Денежная ошибка.
- Наполеоновские планы.
- Слишком мало ласки.
- Зависимость принятия решения от настроения.
- Слишком мало времени для воспитания ребёнка.

Памятка для родителей

Если ребёнок(ка)...

- ...окружён критицизмом, он учится обвинять.
- ...видит враждебность, он учится драться.
- ...живёт с обвинениями, он учится чувствовать вину.
- ...постоянно стыдят, он учится чувствовать себя виноватым.
- ...хвалят, он учится ценить других.
- ...живёт в безопасности, он учится доверять.
- ...живёт в терпимости, он учится быть терпеливым.
- ...живёт с признанием и дружбой, он учится находить в мире любовь.
- ...поддерживают, он учится уверенности.
- ...живёт в честности, он учится быть справедливым.
- ...живёт с одобрением, он учится любить себя.

Возможности применения техники mindfulness в работе с родителями

Принципы mindfulness:

- Пребывание в настоящем моменте.
- Безоценочное восприятие.

8-недельная программа

Цель данной психологической коррекционно-развивающей программы – развитие осознанности, профилактика и коррекция негативных эмоциональных состояний.

Задачи:

1. Расширить и углубить представления о негативных эмоциональных состояниях и mindfulness (осознанности).
2. Способствовать снижению влияния негативных эмоциональных состояний.
3. Помочь осознать автоматизмы, привычки, приводящие к негативному эмоциональному состоянию и изменить их.

8-недельная программа

Программа описана Денни Пенманом и Марком Уильямсом в их книге «Осознанность. Как обрести гармонию в нашем безумном мире».

Всего в программе насчитывается:

- 8 медитативных упражнений;
- 7 упражнений по избавлению от привычек;
- 5 дополнительных упражнений на осознанность.

Успешный опыт применения mindfulness

- Педагоги-психологи МБОУ СОШ в 2021 году полностью проходили программу mindfulness в МБУ Центр «Родник», ОО «Алиса».
- Оказана психологическая помощь ученикам во время ЕГЭ.
- Опыт применения в школе №155 для родителей.

Перспективы работы с родителями

- Активно развиваются дистанционные возможности работы с психологом, но сохраняется необходимость продолжительного психолого-педагогического сопровождения родителей и детей. Ресурсы специалистов испытывают определённые ограничения (как минимум, по времени), поэтому есть смысл автоматизировать и алгоритмизировать работу для того, чтобы помощь была оказана максимальному охвату аудитории.
- Реализация программ и проектов, направленных исключительно на работу с родителями.



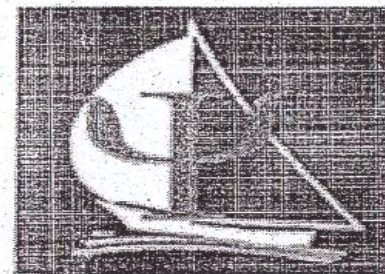
ВИТА
асельцовский район,
Ср. Проспект 161/1
Телефон: 225-98-11



КОРАЛЛ
Железнодорожный район
ул.Серебrenиковская 23
телефон 210-29-49



ПРОМЕТЕЙ
Ленинский район
ул.Широкая 137/3
Телефон: 341-11-74



НИКА
Центральный район,
Красный проспект 73
Телефон: 220-15-00



ДИАЛОГ
Калининский район
ул. Б. Хмельницкого,
51 *271-12-10*
Телефон: 276-53-53



ПЕЛИКАН
Кировский район,
ул.Зорге 42
Телефон: 342-26-90

276-02-11

276-02-12



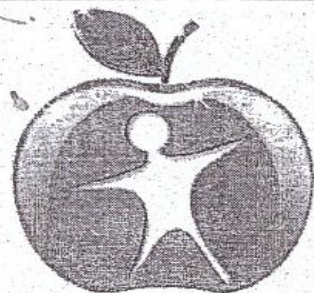
ЛАД
Ленинский район
ул. Титова, 41/1,
Телефон: 301 26 74



АЛИСА
Октябрьский район,
ул.Никитина 15
Телефон: 266-63-48



РАДУГА
Советский район,
ул.Кутотеладзе 16
Телефон: 335-63-94



Информационный отдел
Ювентус - Н *266-11-06*
Октябрьский район,
ул.Никитина 15
Телефон: 266 63 48

АССОЛЬ
Первомайский район
ул. Маяковского, 4
телефон 337-02-51



АПРЕЛЬ
Дзержинский район,
Пр. Дзержинского 79.
Телефон: 278-59-18

Библиографический список

1. Клименко Е.А. Связь семейных мифов и иррациональных установок личности / Е.А. Клименко, С.В. Молчанов // От истоков к современности. – 2015. – С. 212-214
2. Пенман Д. Осознанность: как обрести гармонию в нашем безумном мире / Д. Пенман, М. Уильямс – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 260 с.
3. Рогожникова О.Г. Особенности семейных установок супругов с высокой степенью удовлетворенности браком / О.Г. Рогожникова, Ю.Е. Водяха // Психология в современном мире. – 2017. – С. 403-406
4. Фомина Н.В. Влияние семейных установок на развитие ценностных ориентаций в юношеском возрасте / Н.В. Фомина, Т.Е. Федосеева, О.А. Никишина, П.М. Куландин // Современные наукоемкие технологии. – 2015. – № 12-5. – С. 941-946
5. Яковлева В.В. Семейное неблагополучие и насилие как факторы развития негативных поведенческих установок у детей / В.В. Яковлева // Весенние психолого-педагогические чтения. – 2020. – С. 199-203