**ВВЕДЕНИЕ**

Проблема взаимопонимания между представителями различных поколений, прежде всего в системе «родители - подростки», находится в центре внимания ни одного поколения ученых. Философия и психология конфликта «отцов» и «детей», выражающаяся в различных взглядах на идеалы, общечеловеческие ценности, отношение к определенным правилам и нормам, а часто и их противостояния являлись в той или иной степени предметом многих научных исследований. Это обусловлено тем, что детско-родительские отношения - важнейшая составляющая структуры социальной ситуации развития ребенка.

В Законе Республики Казахстан «О браке и семье» (ст. 62, ст.63) говорится о том, что все вопросы, касающиеся воспитания и образования детей, решаются родителями по их взаимному согласию, исходя из интересов детей и с учетом мнения детей. Обеспечение интересов детей должно быть предметом основной заботы родителей. При осуществлении родительских прав родители не вправе причинять вред физическому и психическому здоровью детей, их нравственному развитию. Способы воспитания детей должны исключать пренебрежительное, жесткое, грубое, унижающее человеческое достоинство обращение, оскорбление или эксплуатацию детей. Родители, осуществляющие родительские права в ущерб правам и интересам детей, несут ответственность в установленном законом порядке[1].

В связи с кардинальными изменениями социально- экономической, политической и культурной жизни общества изменились нормы и ценности, модели поведения, которые призван освоить ребенок в семье. Эффективность процесса социализации во многом зависит от наличия гармоничных отношений в системе «родители - дети». Нарушение этих отношений многие исследователи, такие как О.А. Карабанова, Ю.В. Айзина, Н.А. Довгая и др. признают острой, социальной проблемой, которая нуждается в своем разрешении.

Проблема детско- родительских отношений находит свое отражение в трудах Э.Г. Эйдемиллер, А. Адлера, В.Н. Дружинина, А.И. Захарова , А.И. Спиваковской , Е.О. Смирновой и др. Так Э.Г. Эйдемиллер выделяет типы и стили воспитания и типичные ошибки родителей в воспитании детей. А.Адлер в своих исследованиях акцентирует внимание на вопросах влияния особенностей личности родителей на психическое развитие детей. В.Н. Дружинин изучал влияние стиля взаимодействия родителей с детьми на их жизненное самоопределение.

Исследователи утверждают, что атмосфера внутрисемейных отношений способна оказывать как позитивное, так и негативное влияние на формирование личности ребенка. Так при отсутствии в семье атмосферы любви и доброжелательности у ребенка возникает ощущение, что его не принимают и не любят, и это оказывает негативное влияние на формирование его личности и на последующее общение ребенка с другими людьми.

Проблеме влияния внутрисемейных отношений на формирование личности подростка серьезное внимание уделяют психологи Казахстана, такие как Ж. Бижанова, А. Кудайбергенова, Н. Махметова и др.

Так, Ж. Бижанова в статье «К вопросу о роли семьи в становлении личности ребенка» пишет: «Родители несут ответственность за выбор ребенком жизненной позиции. Родители ориентируются на личность ребенка, его мир и мысли, чувства, стремления, на его собственное «Я»» [3,С.38].

А. Кудайбергенова в статье «Проблемы семейного воспитания» отмечает: «Мать и отец составляют первую общественную среду ребенка. Специфика чувств, возникающих между детьми и родителями, определяет особенности его отношений к себе, окружающим людям, миру» [4, С.15].

Ученые считают, что наиболее сложный период внутрисемейных отношений приходится на подростковый возраст, для которого характерны «бури и натиски», острые противоречия, стремление к самостоятельности, самовыражению.

Н. Махметова, подчеркивает: «Подростковый возраст особая зона внимания родителей. Поэтому представляется важным изменить характер отношений с повзрослевшими детьми, для того чтобы пройти этот период без серьезных конфликтов и утрат»[5,С.26].

Анализ психолого-педагогической литературы указывает на имеющийся устойчивый интерес ученых и практиков к проблеме детско-родительских отношений. Но наряду с этим, обнаружена слабая разработка вопроса формирования гармоничных отношений в системе «родители - подростки», что и определило интерес к данной теме исследования.

**Цель исследования:** изменившейся в ходе эксперимента родительской позиции на отношение к подростку.

**Объект исследования :** процесс детско-родительских отношений.

**Предмет исследования:** влияние родительской позиции на гармоничные отношения в системе «родители - подростки».

**Гипотеза исследования:** мы предполагаем, что если впроцессе психологического тренинга детско-родительских отношений имеет место коррекция неадекватных родительских позиций, то это обусловливает развитие гармоничных отношений в системе «родители- подростки».

**Задачи исследования:**

-изучить подходы ученых к рассматриваемой проблеме;

-описать психологический портрет современного подростка;

-рассмотреть семью, как персональную микросреду развития ребенка;

-изучить родительскую позицию, как показатель существующих моделей семейного воспитания;

-отобрать и обосновать методы и методики исследования типов семейного воспитания;

-провести экспериментальное исследование и сделать анализ его результатов;

-составить программу формирования гармоничных отношений в системе «родители- подростки»;

-составить психолого-педагогические рекомендации по развитию гармоничного типа семейных отношений;

**Методы исследования:**

1.Метод анализа научно-психологической литературы по изучаемой проблеме;

2.Психодиагностический метод: («Тест- опросник родительского отношения (ОРО) А.Я.Варги, В.В.Столина»);

3.Эксперимент;

4. Метод обработки данных;

**Научная** **новизна исследования:** проблема формирования гармоничных отношений в системе «родители - подростки» впервые изучается на данной выборке респондентов.

**Практическая значимость:** полученные результаты исследования могут быть использованы в практической деятельности школьного психолога.

**База исследования:** средняяшкола № 2 г. Щучинска. Количество респондентов 58 человек.

**Положения, выносимые на защиту:**

1.Теоретическое положение А.Я. Варги и В.В. Столина о родительском отношении.

2.Обоснование хода и результата эксперимента.

3.Анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования.

**1 ОСНОВЫ НАУЧНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ФОРМИРОВАНИИ ГАРМОНИЧНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СИСТЕМЕ**

**«РОДИТЕЛИ - ПОДРОСТКИ**»

* 1. **Психологический портрет современного подростка.**

Современные ученые отмечают, что подростковый возраст – самый сложный из всех детских возрастов. Так же его называют переходным возрастом, потому что в течение периода от 12-15 лет происходит своеобразный переход от детства к взрослости, от незрелости к зрелости, который принизывает все стороны подростка: анатомо-физиологическое строение, интеллектуальное, нравственное развитие, а также разнообразные виды его деятельности.

Н.Д.Моисеева отмечает: « Подросток – это личность, находящаяся на особой стадии формирования ее важнейших черт и качеств, еще недостаточно развита, чтобы считаться взрослой, и в то же время настолько развита, что в состоянии сознательно вступить в отношения с окружающими и следовать в своих поступках и действиях требованиям общественных норм и правил» [6,С.23].

По ее мнению, подросток способен принимать продуманные решения, совершать разумные поступки и нести за них нравственную и правовую ответственность. Н.Д. Моисеева утверждает, что главной особенностью подростка является нестабильность его личности. Именно в этот период подросток заявляет о себе как о личности с большой буквы. Противоположные черты, стремления, тенденции сосуществуют и борются друг с другом, определяя противоречивость характера и поведения. Ученая утверждает, что именно это чаще всего и становится наиболее конфликтной стороной при общении подростков со старшим поколением и между собой .

Л.Д Столяренко изучая подростковый возраст, выделила его психологические особенности. Как отмечает ученая, наиболее важной особенностью этого возраста является самоутверждение своей самостоятельности и индивидуальности. При этом возможно возникновение конфликтных отношений с взрослыми, возникают трудности во взаимоотношении с взрослыми: негативизм, упрямство, строптивость, бунт против взрослых и т.д. Ведущей деятельностью этого возраста является общение со сверстниками. В процессе общения происходит освоение новых норм поведения и отношений с людьми на основе необходимости «завоевать» признание, расположение и уважение сверстников к себе, поиск друга, поиск «своей » компании. Также Л.Д. Столяренко выделяет новообразования, которые появляются в этом возрасте : возникновение социального сознания и самосознания, а также самоопределение, в процессе которого , по ее мнению, подросток осознает себя в качестве члена общества, определяет свое место в жизни, выбирает будущую профессию. [7]

Ж. Бижанова в своих исследованиях выделяет особенности подросткового возраста: интенсивное половое созревание и развитие, бурную физиологическую перестройку организма, неустойчивую эмоциональную сферу, всплески и неуправляемость эмоций и настроений. Как отмечает ученая, для этого возраста характерно формирование самооценки и характера, собственных взглядов, протест против диктата взрослых, самостоятельный выбор референтной группы [3].

Известный психолог Л.С. Выготский подчеркивал: «Для понимания подросткового возраста надо знать, что этот возраст относится к так называемым критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных кризисов. За всяким негативным симптомом кризиса «скрывается позитивное содержание, состоящее обычно в переходе к новой и высшей форме»[8,С 140]. Попытки взрослых избежать проявления кризиса, создав условия для реализации новых потребностей, как правило, оказываются безрезультатными . Подросток как бы провоцирует запреты, специально принуждает взрослых к их наложению, чтобы получить возможность проверить свои силы в преодолении этих запретов, проверить собственными усилиями расширить границы своей самостоятельности. Именно в ходе этого столкновения подросток узнает себя, свои возможности, удовлетворяет потребность в самоутверждении.

Н.Д. Моисеева в своей статье «Психологические, личностные аспекты детей подросткового возраста» отмечает, что кризис подросткового возраста проходит через три фазы: негативную (или предкритическую), кульминационную фазу и посткритическую. Негативная фаза характеризуется ученой как ломка старых привычек, стереотипов, распад сформировавшихся ранее структур. Кульминационная фаза это фаза 13 лет, но возможны значительные индивидуальные вариации. А во время посткритической фазы, как отмечет Н.Д Моисеева, происходит формирование новых структур, построение новых отношений. Также Н.Д Моисеева выделяет две основные формы, в которых может проходить возрастной кризис. Первая форма это кризис независимости и вторая форма это кризис зависимости. По ее мнению, первый кризис характеризуется такими симптомами как: упрямство, негативизм, своеволие, обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, ревность к собственности. Собственный внутренний мир- главная собственность, которую оберегает подросток. Вторая форма противоположна первой, она характеризуется чрезмерным послушанием подростков, зависимостью от старших или сильных, регрессом к старым интересам, вкусам, формам поведения [6].

Кроме того, исследования ученых показывают, что всех подростков по склонности к межличностным проблемам можно разделить на три группы: устойчивые к конфликтам, удерживающиеся от конфликтов, конфликтные. Подростки, которые устойчивые к конфликтам не избегают смотреть на собеседника, охотно обсуждают предложенную тему, высказывают свое мнение, отвечают без заминки, громко. А подросткам, которые удерживаются от конфликтов характерно неуверенное поведение. Они, как правило, выполняют строгие рамки законов, выполняют правила поведения. Исследователи отмечают, что конфликтные подростки громко говорят вызывающим тоном, на других смотрят свысока, навязывают свое мнение, с жаром изливают свои чувства, могут причинить боль другим.

Б. Волков отмечет: «В психическом развитии подростка основная роль принадлежит устанавливающейся системе взаимоотношений с социальной средой, что определяет направленность психического развития подростка». [9,С.134]. По мнению ученого, своеобразие социальной ситуации развития подростка состоит в том, что он включается в новую систему отношений с взрослыми и товарищами, занимая среди них новое место, выполняя новые функции. Как утверждает ученый, родители должны строить свои взаимоотношения, исходя из развивающегося чувства взрослости подростка. Чувство взрослости ученые рассматривают, как специфическое новообразование самосознания, которое является стрежневой особенностью личности, ее структурным центром, так как выражает новую жизненную позицию подростка по отношению к себе, к людям и миру; определяет направление и содержание его социальной активности, систему новых стремлений и переживаний. Если учитываются возросшие возможности ребенка в этом возрасте, проявляется к нему уважение и доверие, создаются условия, помогающие преодолевать трудности в обучении и общественно- полезной деятельности, в установлении взаимоотношений с товарищами, то все это, благоприятно сказывается на психическом развитии подростка.

Г.С. Абрамова отмечает, что важнейшими процессами переходного возраста являются расширение жизненного мира личности, круга ее общения, групповой принадлежности и типа людей, на которых она ориентируется. Поведение подростка, утверждает ученая, определяется промежуточностью его положения. Это проявляется в психике, для которой типичны внутренняя застенчивость, неопределенность уровня притязаний, внутренние противоречия, агрессивность, склонность к крайним точкам зрения и позициям. Конфликтность тем больше, чем резче различия между миром детства и миром взрослости [10] .

Л.Д Столяренко отмечает важность самоотношения и родительской оценки в подростковом возрасте. Она выделяет типы самоотношения подростка: «самооценка» как прямое воспроизведение оценки матери; смешанная самооценка; подросток воспроизводит точку зрения родителей на себя, но дает ей другую оценку; подросток не замечает негативной оценки родителей [7]. Ученая утверждает, что самооценка подростка как прямое воспроизведение оценки матери проявляется в том, что подросток отмечает в себе, прежде всего, те качества, которые подчеркиваются родителями. Если родителями внушается негативный образ и ребенок разделяет полностью эту точку зрения, у него формируется устойчивое негативное отношение к себе с преобладанием чувства неполноценности и самонеприятия. Для ребенка с узким диапазоном социальных контактов вне семьи родительские оценки становятся единственными внутренними самооценками в силу авторитетности и значимости родителей, тесной эмоциональной связи с ними. По мнению ученой, смешанная самооценка характеризуется противоречивостью компонентов: формирующегося у подростка образа своего «Я» и отголоском родительского видения ребенка. Образ «Я» оказывается противоречивым. Тем не менее, ребенку удается в некоторой степени разрешить конфликт: успешность взаимодействия вне семьи позволяет ему испытывать необходимое чувство самоуважения, а, принимая родительские требования, он сохраняет чувство близости с родителями. А в ситуации кода подросток воспроизводит точку зрения родителей на себя, но дает ей другую оценку, то он, желая сохранить чувство «мы» воспроизводит негативную оценку своего упрямого поведения. Так как, для подростка, по утверждению Л.Д Столяренко очень важны одобрение и поддержка взрослых. Бывают такие ситуации, как отмечает ученая, когда подросток не замечает негативной оценки родителей. Игнорируя реальное эмоциональное отвержение со стороны родителей, подросток трансформирует в самосознании родительское отношение так, как если бы он был любим и ценим.

Л.Ф. Обухова, в своих исследованиях изучая подростковый возраст, выделила механизмы воздействия родительского отношения на самооценку ребенка при симметричном и ассиметричном стиле общения [11] . По мнению ученой, если родители используют асимметричный стиль общения, то их арсенал средств общения направлен на поддержку инициативы подростка, его уверенности в себе чувства принадлежности к семейному «Мы». В этом случае, формируется система собственных критериев самооценивания, идет развитие в направлении независимости. Но если родители придерживаются асимметричного стиля общения посредством «маневров» и «ловушек», то они навязывают подростку представление о себе как о слабом, неспособном самостоятельно мыслить и действовать.

Большинство исследователей отмечают важность семьи и семейного воспитания в этом возрасте. Именно в подростковом возрасте происходит изменение положения подростка в семье: с ростом его физических и умственных возможностей ему начинают больше доверять и поручать выполнение сложной домашней работы, включать в обсуждение семейных проблем. В родительской семье ребенок находится в течение значительной части своей жизни, и по длительности своего воздействия на личность ни один из социальных институтов воспитания не может сравниться с семьей. Именно в семье происходи формирование характера и других основ личности подростка.

Э. Фромм говорил: «Семья – есть своего рода «психологический посредник» общества, поэтому в процессе адаптации в семье ребенок формирует характер, который затем станет основой его адаптации к обществу и решения различных социальных проблем» [12,С.412].

**1.2 Семья как персональная микросреда развития ребенка**

Традиционно главным институтом воспитания является семья. То, что ребенок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в период всей последующей жизни. В ней закладываются основы личности ребенка, и к поступлению в школу он уже более чем на половину сформировался как личность.

Большинство исследователей считают, что **семья** – это ячейка общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. на многосторонних отношениях между мужем и женой родителями и детьми, братьями и сестрами и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство .

Семья - важнейший из феноменов, сопровождающий человека в течение всей его жизни. Значимость влияния семьи на личность, ее сложность, многогранность и проблематичность обусловливают большое количество различных подходов к изучению семьи.

По определению Д.Варги, семья – это «открытая система, подверженная внешним воздействиям », и, по его утверждению, она «должна учитывать в своем строении всю совокупность различных влияний и добиваться некоторого внутреннего равновесия » [13,С.145] .

По мнению А.И. Захарова, семья представляет собой сложную систему отношений, поскольку она, как правило, объединяет не только супругов, но и их детей, а также других родственников[14,С.215].

А. И. Антонов утверждает, что семью создает отношение «родители- дети». Он обращает внимание на пространственную локализацию семьи - жилище, дом, собственность, и экономическую основу семьи - общесемейную деятельность родителей и детей, выходящую за узкие горизонты быта и потребительства. Ученый определяет семью как основанную на единой общесемейной деятельности общность людей, связанных узами супружества – родительства - родства [15] .

Современные ученые отмечают, что семья выступает как фактор воспитания. Никакой другой социальный институт не может потенциально много нанести вреда в воспитании детей, сколько может сделать семья. Так, у тревожных матерей часто вырастают тревожные дети; честолюбивые родители нередко так подавляют своих детей, что это приводит к появлению у них комплекса неполноценности; несдержанный отец, выходящий из себя по малейшему поводу, нередко, сам того не ведая, формирует подобный же тип поведения у своих детей и т.д.

Д. Варга указывает на тесную связь семейного и общественного воспитания. Он пишет: «Семейное и общественное воспитание взаимосвязаны, дополняют и могут, в определенных границах, даже заменять друг друга, но в целом они неравнозначны и ни при каких условиях не могут стать таковыми.

Семейное воспитание более эмоционально по своему характеру. Чем любое другое воспитание, ибо «проводником» его является родительская любовь к детям, вызывающая ответные чувства детей к родителям »[13,С.142].

Изучая проблему влияния семьи на становление личности подростка, В.С. Торохтий подчеркивает, что семья выполняет несколько функций: семья как основа чувства безопасности, модели родительского отношения в семье , семья как приобретение жизненного опыта, семья формирует дисциплину и поведение дисциплина, общение в семье [16]. По мнению ученого семья призвана обеспечивать базисное чувство безопасности, гарантируя безопасность ребенка при взаимодействии с внешним миром, освоении новых способов его исследования и реагирования. Кроме того, близкие являются для ребенка источником утешения в минуты отчаяния и волнений. Также дети учатся у родителей определенным способам поведения, не только усваивая непосредственно сообщаемые им правила, но и благодаря наблюдению существующих во взаимоотношениях родителей моделей.

В.С. Торохтий отмечает, что именно семья является для ребенка источником необходимого жизненного опыта. Запас детских знаний во многом зависит от того, насколько родители обеспечивают ребенку возможность заниматься в библиотеках, посещать музеи, отдыхать на природе. Кроме того, с детьми важно много беседовать. Родители влияют на поведение ребенка, поощряя или осуждая определенные типы поведения, а также применяя наказания или допуская приемлемую для себя степень свободы в поведении ребенка.

В.С. Торохтий выделяет 5 видов власти, характеризующих отношения между ребенком и взрослыми в семье:власть вознаграждения, власть принуждения, власть эксперта, власть авторитета, власть правила[16].

Ученый утверждает, что при власти вознаграждения ребенка могут вознаграждать за определенное поведение. За социально одобряемым и ожидаем поступком, следует награда, за социально порицаемым – наказание. В основе власти принуждения лежит жесткий контроль над поведением ребенка, каждый незначительный проступок подлежит наказанию. Власть эксперта основана на большой компетентности родителей, в том или ином деле

(социальная или профессиональная компетентность). А в основе власти авторитета, как отмечает ученый лежит уважение одного из родителей, который является образцом- носителем социально одобряемого поведения. А в семье, где присутствует власть правила носителем и истолкователем правил поведения для ребенка являются взрослые, и в частности, родители.

По мнению В.С. Торохтия, перенятые стили общения в семьепозволяют ребенку вырабатывать собственные взгляды, нормы, установки и идеи. Развитие ребенка будет зависеть от того, насколько хорошие условия для общения предоставлены ему в семье; развитие также зависит от четкости и ясности общения в семье.

Исследования показывают, что конструктивность воспитательного процесса в семье, в большей мере определяют частные факторы, такие как: представления родителей об эталоне воспитанной личности, предрасположенность к полу ребенка в семье, педагогическая культура общения родителей, мотивы рождения ребенка, установки супругов на воспитание детей, уровень притязаний родителей к ребенку.

Представления родителей об эталоне воспитанной личности характеризуются тем, чтос эталоном воспитанной личности многие родители связывают не столько цельный образ – разносторонний профиль личности, сколько различные обобщения определенных качеств. Причем предпочтения отдается группе нравственных качеств. Имея общее представление о воспитании детей, родители более обстоятельно познают его содержание чаще намного позднее рождения ребенка. В таком случае эталон воспитанной личности представляется родителям нередко как проекция опыта собственного воспитания. Данный эффект определяет все последующее развитие знаний, отношений и установок родителя на процесс воспитания.

В семье существует определенная специфика отношений к полу ребенка. Суть ее состоит в том, что отцу всегда ближе сын, а матери – дочь.

Педагогическая культура общения родителей предполагает усвоение системы знаний и навыков тактичного поведения в различных ситуациях, наличие у людей знания о психологических последствиях для другого человека той или иной формы поведения.

Каждая нормальная семья рано или поздно стремится осуществить важнейшее свое предназначение – рождение и воспитание одного или нескольких детей. Однако к такому решению супруги приходят, руководствуясь собственными, многообразными мотивами: стремление стабилизировать отношения между собой, действовать как все; рассматривают воспитание наследника как цель жизни; желание не выделяться среди других; стремление обеспечить себе заботливую старость; возможность получения дополнительных льгот; желание удостовериться в своих собственных способностях. Доказано, что доминирующая среди супругов мотивация рождения ребенка определяет в последствии и их отношение к воспитанию.

Установки супругов на воспитание детей представляют собой своего рода готовность действовать тем или иным образом. Они указывают, что каждый из супругов не только отражает окружающую действительность, но и эмоционально переживает ее, осмысливает и предпринимает определенные действия для воплощения ее требований в психических свойствах и качествах ребенка. Они обозначают субъективные ориентации индивидов, как членов малой социальной группы, по отношению к тем или иным объектам, людям, ценностям, обуславливающим определенные нормы поведения своих детей.

По мнению В.Н. Дружинина уровень притязаний родителей к ребенку это уровень трудности воспитательных задач, которые выбирают супруги, на осуществление которых они претендуют. Это конкретный результат, который родители собираются получить, приступая к воспитанию дочери или сына. Уровень притязаний зависит от сопоставления результатов воспитания ребенка с нормативными достижениями референтной личности, от самооценки и личностных особенностей [17].

Особый интерес представляет вопрос о взаимосвязи личностных особенностей родителей и характере семейных отношений. Так, по мнению А.И. Захарова, личностные особенности родителей позволяют судить о характере семейных отношений и отклонениях в воспитании детей, а по отклонениям в воспитании и семейным конфликтам можно предположить наличие определенных личностных проблем у родителей. В его исследовании была показана связь между возникновением невроза у ребенка и особенностями личности матери, влияние личностных черт родителей на тип воспитания[14]. Ученым были выделены неблагоприятные особенности личности родителей, дети которых страдали различными неврозами. Это такие особенности как: сензитивность, самопринятие, тревожность, внутренняя конфликтность, эгоцентризм, негибкость, гиперсоциальность.

Так, сензитивность проявляется в повышенной эмоциональной чувствительности, склонности «все принимать близко к сердцу», легко расстраиваться и волноваться. Ученый утверждает, что недостаточная степень самопринятия, порождает неуверенность в себе, а тревожность проявляется в склонности к беспокойству, непереносимости ожидания, неизвестности.

А.И. Захаров утверждает: «Внутренняя конфликтность - это противоречивость чувств и желаний, моральный дискомфорт, психическая напряженность, проблемы самоконтроля. А эгоцентризм, как реактивная сосредоточенность на своей точке зрения, своих проблемах, может принести ущерб отзывчивости, душевной щедрости и способности к сопереживанию». По его мнению, негибкость проявляется в несвоевременности принятия решений, трудности выбора альтернатив, подверженности стереотипам, фиксации на прошлом опыте, затруднения в принятии и выполнении ролей. В то время как, гиперсоциальность рассматривается как завышенное, часто гипертрофированное чувство долга, обязанности, чрезмерная принципиальность, невозможность компромиссов.

Семья обычно служит моделью определенного образца поведения и является для человека источником жизненных ценностей и убеждений. По мнению А.А. Бодалева стиль отношения взрослых к ребенку влияет не только на тенденцию к определенному стилю детского поведения, но и на психическое здоровье детей.

* 1. **Родительская позиция как показатель существующих моделей семейного воспитания.**

Подростковый возраст – один из наиболее сложных периодов развития человека. Несмотря на относительную кратковременность (с 14 до 18 лет), он практически во многом определяет всю дальнейшую жизни индивидуума. Учеными доказано, что становление как положительных, так и отрицательных черт подростка, напрямую зависит от стиля родительского воспитания, от характера и количества дисциплинарных взысканий и наказаний, от родительской позиции и установки. Характер эмоционального отношения родителей к ребенку исследователи определяют как родительскую позицию. В.А.Сухомлинский пишет: «Родительская позиция – это один из важнейших факторов, формирующих личность ребенка. Существует несколько вариаций этого фактора: от доминирования до полного безразличия; от постоянного навязывания контактов, до полного их отсутствия». Он отмечает, что «Очень важно наладить контакт с ребенком, чтобы впоследствии можно было говорить об отдачи со стороны ребенка. К нему, прежде всего, нужно подходить без преувеличенной сосредоточенности внимания, но и без чрезмерной эмоциональной дистанции, т.е. необходим контакт свободный, а не напряженный или слишком слабый и случайный. Речь идет о таком подходе, который можно охарактеризовать как уравновешенный, свободный, направленный к уму и сердцу ребенка, ориентированный на его действительные потребности. Это должен быть подход основанный на общении. Существует также противоположное понятие - гипоопека, которая подразумевает под собой сочетание безразличного родительского отношения с полным отсутствием контроля. Дети могут делать все что им вздумается. В результате, повзрослев, они становятся эгоистичными, циничными людьми, которые не в состоянии никого уважать, сами заслуживают уважения, но при этом по – прежнему требуют выполнения всех своих прихотей » .

Большое внимание изучению родительской позиции уделяет А.И. Захаров. Он сформулировал оптимальные и неоптимальные родительские позиции [14]. Родительская позиция, утверждает исследователь, «это некое целостное образование, это реальная направленность воспитательной деятельности родителей, возникающая под влиянием мотивов воспитания». Оптимальная родительская позиция отвечает, требованиям адекватности, гибкости и прогностичности. Адекватность родительской позиции может быть определена, как умение родителей видеть и понимать индивидуальность своего ребенка, замечать происходящие в его душевном мире изменения. Гибкость родительской позиции, рассматривается ученым, как способность перестройки воздействия на ребенка по ходу его взросления и в связи с различными изменениями условий жизни семьи. Прогностичность родительской позиции, по данным автора, означает, что не ребенок должен вести за собой родителей, а, наоборот, поведение родителей должно опережать появление новых психических и личностных качеств детей. В ходе наблюдений А.И. Захаров выявил, что в дисгармоничных семьях, там, где воспитание ребенка приобрело проблемный характер, довольно отчетливо видно изменение родительской позиции по одному или по всем трем показателям( адекватность, гибкость, прогностичность). Он утверждает, что родительские позиции неадекватны, утрачивают качество гибкости, становятся неизменчивыми и прогностичными. Как отмечает, исследователь родительская позиция находит свое отражение в различных видах семейных отношений,которые оказывают различное влияние на развитие личности ребенка. .

А.С. Спиваковская, в своих исследованиях выделила два типа семей – «зрелые» и «проблемные» [18].

По ее мнению, «зрелые» семьи отличаются от «проблемных» тем, что «родители верят: изменения неизбежны – и в развитии детей, и в жизни взрослых. Они принимают изменения как неотъемлемую часть бытия».По наблюдениям ученой, «проблемные» семьи всегда характеризуются низкой самооценкой; ненаправленными, спутанными, неясными, в значительной степени нереалистичными и нечестными коммуникациями; ригидными, инертными, стереотипными, негуманными, ненаправленными на помощь другим и чрезмерно ограничивающими жизнь правилами поведения социальными связями, либо обеспечивающими покой в семье, либо наполненными страхом и угрозой.

Ученой замечено, что для «зрелых» семей характерны следующие особенности: высокая самооценка; непосредственные, прямые, четкие и честные коммуникации; правила в этих семьях подвижны, гуманны, а члены семей способны к изменениям; социальные связи открыты и полны позитивных установок и надежд.

Ф. Райс, обобщив подходы ученых, указывает на условия, необходимые для нормального развития ребенка в подростковом возрасте: заинтересованность и помощь родителей, способность родителей слушать, понимать и сопереживать, любовь родителей и положительные эффекты в семейных отношениях, признание и одобрение со стороны родителей, доверие к ребенку, отношение к ребенку как к самостоятельному и взрослому человеку, руководство со стороны родителей, личный пример родителей [19]. Ученый отмечает, что заинтересованность и помощь родителей проявляется в родительской поддержке, которая порождает доверительные отношения между детьми и родителями и влечет за собой высокую самооценку подростков, способствует успехам в учебе и нравственному развитию. Недостаточная родительская поддержка, наоборот, может привести к низкой самооценке ребенка, плохой учебе, импульсивным поступкам, слабой социальной адаптации, неустойчивому и антиобщественному поведению. Ф. Райс утверждает: «Неспособность родителей к эмпатии, отсутствие у них эмоциональной восприимчивости и понимания мыслей и чувств ребенка могут привести к развитию равнодушия и у ребенка. Уважение к подростку, общение родителей с ним способствуют установлению гармоничных отношений в семье» [19,С.342] . По его мнению, положительные эффекты связаны с эмоциональной близостью, привязанностью, любовью, восприимчивостью; члены семьи при этом проявляют взаимную заинтересованность и отзывчивость. Если же в семье преобладают отрицательные эффекты, то наблюдается эмоциональная холодность, враждебность, отторжение, что может привести либо к преобладанию у ребенка потребности в любви (во взрослом возрасте), либо к формированию у него замкнутости, холодности, неспособности выразить свою любовь к близким людям, в том числе и к детям.

Недоверие к детям, свидетельствует о том, что родители проецируют на них свои собственные страхи, тревоги или чувство вины. Неуверенные в себе родители (или пережившие определенные трудности в прошлом) больше других склонны бояться за своих детей.

Достижение подростком самостоятельности происходит в процессе индивидуации, когда он занимается формированием собственной индивидуальности и в тоже время устанавливает новые связи с родителями. Подросток пытается изменить отношения с родителями, стремясь при этом сохранить прежнее общение, привязанность и доверие. Чтобы проявить собственную индивидуальность, подростки ориентируются на иную, чем у родителей, систему ценностей, ставят перед собой иные цели, приобретают иные интересы и иную точку зрения.

По мнению ученых, важную роль в формировании личности подростка играет руководство со стороны родителей. Наиболее гармоничными являются те семьи, где родители проявляют гибкость, приспособляемость и терпимость в своих взглядах и поведении. Родители, не проявляющие гибкости в воспитании подростков, отказываются пересматривать свои взгляды и менять точку зрения; они нетерпимы, излишне требовательны, всегда настроены критически и возлагают на детей неоправданные надежды, не соответствующие их возрасту. Это пагубно влияет на самооценку подростка, подавляет развитие его личности, что, в конце концов, приводит к стрессовым ситуациям в отношениях между родителями и детьми. Способность подать хороший пример для подражания также играет большую роль в развитии личности. Так как процесс идентификации у подростков отчасти протекает в семье, те из них, кто гордится своими родителями, как правило, чувствуют себя достаточно комфортно в окружающем мире.

А.С. Спиваковской были выделены различные типы негармоничных взаимоотношений в семье и установлено их влияние на формирование особенностей личности подростка, возникновение у него тех или иных проблем. В исследовании было выделено 7 типов семей:

«вулканическая семья», «семья-санаторий», «семья-крепость», «семья-театр», семья – «третий лишний»,«семья с кумиром», «семья-маскарад» [18].В «вулканической семье» как отмечает ученая, эмоциональная атмосфера пульсирует между крайними полюсами. Дети в таких семьях испытывают значительные эмоциональные перегрузки. А в «семье- санаторий» ограничен круг общения, супруги стараются удержать детей возле себя. Мелочная опека, чрезмерный контроль и чрезмерная защита от реальных и мнимых опасностей являются характерными особенностями таких семей. Дети в таких семьях испытывают нервные и физические перегрузки, становятся тревожными и эмоционально зависимыми. При повышенном контроле и опеке в подростковом возрасте усиливаются реакции протеста и желание раннего ухода из семьи. В основе «семьи -крепости» лежат представления об угрозе окружающего мира. Любовь к ребенку приобретает условный характер, он становится, любим только тогда, когда оправдывает возложенные на него обязанности. Родители стремятся поступать подчеркнуто правильно, излишне принципиально. В ребенке развивается неуверенность в себе, безынициативность, протестные реакции, упрямство, негативизм. В «семье- театр» родители стремятся сохранять видимость благополучия. Демонстрируемая посторонним любовь и забота о ребенке, не спасает его от острого чувства одиночества; между родителями и детьми отсутствует истинная близость. В семье – «третий лишний» родительская роль воспринимается как помеха супружескому счастью; отношение к ребенку – скрытое непринятие. В ребенке формируются неуверенность в себе, безынициативность, чувство неполноценности, зависимость и подчиняемость родителям, которая тяготит взрослых .

В то время как в «семье с кумиром» забота о ребенке превращается в единственную силу, способную удержать родителей друг с другом. Ребенок оказывается центром семьи, объектом повышенного внимания и опеки, завышенных ожиданий родителей. Желание родителей уберечь ребенка от жизненных трудностей приводит к ограничению его самостоятельности; у него утрачивается активность, ослабляются побуждения. В «семье - маскарад» из-за различного понимания ценностей родители ставят ребенка в ситуацию различных требований и оценок, что может привести к растерянности ребенка и расщеплению его самооценки [18] .

В исследовании Э.Г. Эйдемиллер были выделены следующие типы негармоничного (неправильного) воспитания: гипопротекция, доминирующая гиперпротекция, потворствующая гиперпротекция, эмоциональное отвержение, повышенная моральная ответственность, воспитание в атмосфере «культа болезни», противоречивое воспитание, воспитание вне семьи [20]. Гипопротекция характеризуется недостатком опеки, контроля, заботы, внимания к делам, интересам, духовной жизни ребенка. Крайней формой проявления гипопротекции является безнадзорность, заброшенность ребенка, отказ от удовлетворения его насущных нужд. Такое отношение родителей особенно неблагоприятно при неустойчивой и конформной акцентуациях, а также при гипертимной, эпилептоидной и лабильной.

Доминирующая гиперпротекция выражается в чрезмерной опеке, мелочном контроле за каждым шагом подростка, что вырастает в систему запретов и бдительного наблюдения. Ребенок с раннего возраста лишается возможности учиться на собственном опыте, не приучается к самостоятельности, в нем подавляется чувство ответственности и долга. У гипертимных подростков данный тип воспитания приводит к резкому обострению реакции эмансипации. У подростков с психастенической, сензитивной и астеноневротической акцентуацией усиливаются астенические черты – несамостоятельность, неуверенность в себе, нерешительность, неумение постоять за себя. Крайним проявлением потворствующей гиперпротекции является то, что ребенок становится «кумиром семьи». Родители постоянно контролируют ребенка, стремятся оградить его от малейших трудностей и неприятных обязанностей. Присутствует чрезмерное покровительство, восхищение мнимыми талантами и преувеличение действительных способностей ребенка. Дети растут в атмосфере похвал, восторгов и обожания, ими любуются и восхищаются. Это культивирует эгоцентрическое желание быть в центре внимания окружающих, слышать разговоры о себе, с легкостью получать все желаемое. Потворствующая гиперпротекция мешает выработке навыков к систематическому труду, упорства в достижении цели, умения постоять за себя. Подросток, стремящийся быть лидером, пользоваться вниманием сверстников, вызывать у них восхищение, оказывается, в то же время, неспособным осуществлять лидерские функции, подчинять себе других, руководить.

При эмоциональном отвержении ребенок постоянно ощущает себя обузой в жизни родителей. Скрытое эмоциональное отвержение состоит в том, что родители тяготятся ребенком, не признаваясь себе в этом. Подавленное эмоциональное отвержение обычно компенсируется подчеркнутой заботой, утрированными знаками внимания. Однако ребенок чувствует формальность такой заботы и ощущает недостаток искреннего эмоционального тепла.

Условия жестких взаимоотношений обычно сочетаются с эмоциональным отвержением. Такое воспитание способствует усилению черт эпилептоидной акцентуации и развитию подобных черт на основе конформной акцентуации.

При повышенной моральной ответственности родители питают большие надежды в отношении будущего своего ребенка, его успехов, способностей и талантов. Ребенку предъявляются требования, не соответствующие его возрасту и реальным возможностям. При воспитании по типу «культа болезни». Это приводит к инфантилизации, эгоистической фиксации на заботах о собственном здоровье, появляется истерический способ реагирования на трудности. При противоречивом воспитании члены семьи применяют несовместимые воспитательные подходы и предъявляют подростку противоречивые требования. При этом члены семьи конкурируют,либо открыто конфликтуют друг с другом .Воспитание вне семьи, проявляется в том, что ребенка воспитывают не родители, а другие родственники, воспитатели, репетиторы и т.д. [20].

По мнению Е.Т. Соколовой и В.В. Столина существует два основных типа неадекватного родительского отношения к подростку, в частности материнского . Первый тип, характеризуется тем, что мать относится к сыну-подростку как к «замещающему» мужа: требование активного внимания к себе, заботы, навязчивое желание находиться постоянно в обществе сына, быть в курсе его интимной жизни, стремление ограничить его контакты со сверстниками. В менее грубой форме подобное отношение проявляется в присвоении сыну статуса «главы семьи». Второй тип, характеризуется гиперопекой и симбиозом. То есть навязчивым желанием матери удержать, привязать к себе подростка, лишить его самостоятельности из-за возможного несчастья в будущем. В этом случае преуменьшение реальных способностей ребенка приводит к максимальному контролю и ограничениям со стороны родителей, желанию делать все за него, предохранить от опасностей жизни, «прожить жизнь за ребенка». Результатом подобного воспитания является «зачеркивание реального ребенка, регресс и фиксация на примитивных формах общения ради обеспечения симбиотических связей с ним».

Бижанова Ж. выделяет 4 тактики воспитания в семье и отвечающие им **4 типа** **семейных взаимоотношений,** являющиеся и предпосылкой и результатом их возникновения: диктат, опека, «невмешательство» и сотрудничество [3] .

Ученая замечает, что *диктат* в семье проявляется в систематическом подавлении одними членами семейства инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов. Этот тип семейных взаимоотношений, относится к негармоничному. Она подчеркивает, что *опека* в семье - это система отношений, при которых родители, обеспечивая своим трудом, удовлетворение всех потребностей ребенка, ограждают его от каких – либо забот, усилий и трудностей, принимая их на себя. А система межличностных отношений в семье, строящаяся на признании возможности и даже целесообразности независимого существования взрослых от детей, может порождаться тактикой «*невмешательства»*.

*Сотрудничество* понимается Ж. Бижановойкак гармоничный тип взаимоотношений в семье, предполагает опосредованность межличностных отношений в семье общими целями и задачами совместной деятельности, ее организацией и высокими нравственными ценностями. Именно в этой ситуации преодолевается эгоистический индивидуализм ребенка. Семья, где ведущим типом отношений является сотрудничество, обретает особое качество, становится группой высокого уровня развития – коллективом.

Ученые утверждают, что семья должна приспосабливаться к растущей независимости подростка по мере того, как он готовит себя к самостоятельной жизни. Насколько благополучно происходит это взаимоприспособление родителей и взрослеющих детей, в большей степени зависит от стиля родительского воспитания и динамики семьи.

**2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ГАРМОНИЧНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СИСТЕМЕ**

**«РОДИТЕЛИ - ПОДРОСТКИ»**

**2.1 Организация, процедура и методы исследования.**

Наше экспериментальное исследование формирования гармоничных отношений в системе «родители - подростки» проходило в три этапа.

На первом этапе исследования нами была изучена психолого- педагогическая литература по изучаемой проблеме, а также нормативные документы Республики Казахстан, после изучения которых, подтвердилась актуальность темы исследования. Конкретизировался научный аппарат: объект, предмет, цель, задачи, гипотеза исследования, определялась база исследования.

На втором этапе исследования мы провели констатирующий срез родительского отношения с помощью методики А.Я. Варги и В.В. Столина «Тест- опросник родительского отношения ». Результаты опросника позволили определить контрольную и экспериментальную группы.

На третьем этапе нашего исследования проходило собственно экспериментальное исследование с использованием тренинга гармоничных детско- родительских отношений.

После проведения эксперимента был проведен контрольный срез, результаты которого были сопоставлены с результатами констатирующего диагностического среза, что позволило судить о результативности проведенного экспериментального исследования.

С целью определения родительской позиции по отношению к ребенку нами была использована методика А.Я. Варги и В.В. Столина «Тест- опросник родительского отношения ». Данная методика позволяет выявить родительское отношение к ребенку как систему разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческие стереотипы, практикуемые в общении с ним, особенности восприятия и понимания характера ребенка, его поступков. Она дает характеристику респондентов по следующим параметрам: «принятие - отвержение», «кооперация», «симбиоз», «авторитарная гиперсоциализация», «маленький неудачник».

Шкала «Принятие – отвержение » отражает интегральное эмоциональное отношение к ребенку: либо родитель принимает и воспринимает ребенка таким, какой он есть, либо родитель воспринимает ребенка плохим, не приспособленным к жизни, неудачливым.

Шкала «Кооперация» являясь социально- желательным образом родительского отношения, указывает на заинтересованность родителей в делах своего ребенка, старание во всем ему помогать.

Шкала «Симбиоз» отражая межличностную дистанцию в общении с ребенком, позволяет констатировать наличие у родителей постоянной тревоги за своего ребенка, ребенок ему кажется маленьким и беззащитным.

Шкала «Авторитарная гиперсоциализация» отражая форму и направление контроля над поведением ребенка, демонстрирует в родительском отношении отчетливый авторитаризм.

Шкала «Маленький неудачник» отражая особенности восприятия и понимания ребенка родителем, констатирует в родительском отношении стремление инфантилизировать ребенка, приписать ему личную и социальную несостоятельность.

Эксперимент, как метод исследования проходил с 17 января по 20 марта с использование тренинга развития гармоничных детско-родительских отношений на базе средней школы № 2 города Щучинска.

**2.2. Анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования**

Использование методики «Тест – опросник родительского отношения » А.Я. Варги и В.В. Столина позволило выявить родительское отношение, как систему разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческие стереотипы, практикуемые в общении с ним, особенности восприятия и понимания характера ребенка, его поступков, что отражено на рисунке 2.1.



Рис 2.1.- Результаты исследования родительского отношения по методике

«Тест – опросник родительского отношения» А.Я. Варги и В.В. Столина

Авторитарная гиперсоциализация как стиль родительского отношения к ребенку выявлен у 26 респондентов (45 %). Для респондентов характерен авторитаризм в воспитании детей. Родители требуют от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Они стараются навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения. За проявление своеволия ребенка строго наказывают. Родители пристально следят за достижениями своего ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами. Такие родители в своей воспитательной практике стремятся выработать у ребенка дисциплинированность, не оставляют ему возможность выбора вариантов поведения, ограничивают его самостоятельность, лишают права возражать взрослым, даже если ребенок прав. Дети таких родителей, из - за своей настороженности и даже враждебности к окружающим, с трудом устанавливают контакты со сверстниками.

Шкала «Принятие - отвержение» зафиксирована у 16 респондентов (27%) , причем доминирует один полюс шкалы «принятие». Родителям нравится ребенок таким, какой он есть. Они уважают индивидуальность ребенка, симпатизируют ему. Родители стремятся проводить много времени со своим ребенком, одобряют его интересы и планы. Родители ценят в поведении своего ребенка и самостоятельность, и дисциплину. Они сами предоставляют ему право, быть самостоятельным в каких – то областях его жизни; не ущемляя прав, одновременно требуя выполнения обязанностей; они уважают его мнение и советуются с ним. Контроль родителей основан на теплых чувствах и разумной заботе о своем ребенке. Дети таких родителей обычно любознательны, стараются обосновывать, а не навязывать свою точку зрения, они ответственно относятся к своим обязанностям. Они энергичны и уверенны в себе, у них развито чувство собственного достоинства и самоконтроль, им легко удается наладить хорошие отношения со сверстниками.

«Кооперация» как тип родительского отношения, доминирует у 13 респондентов (23 %). Им характерна заинтересованность в делах и планах своего ребенка, они стараются во всем помогать ребенку, сочувствуют ему. Родители высоко оценивают интеллектуальные и творческие способности ребенка, испытывают чувство гордости за него. Они поощряют инициативу и самостоятельность ребенка, стараются быть с ним на равных. Родители доверяют своему ребенку, относятся к нему как самостоятельному и взрослому человеку. Дети у таких родителей, как правило, с высокой самооценкой, доброжелательные, у них высокие успехи в учебе и нравственном развитии, они социально адаптированы.

Воспитание по типу «Симбиоз» выявлено у 2 респондентов (3%).Данный тип родительского отношения отражает межличностную дистанцию в общении с ребенком. Родителям характерно ощущение себя с ребенком единым целым, стремление удовлетворить все потребности ребенка, ребенок им кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителей повышается, когда ребенок начинает автономизироваться волей обстоятельств, так как родители не предоставят самостоятельности ребенку никогда. Вследствие этого дети у таких родителей с низкой самооценкой, слабой социальной адаптацией. Ребенок замкнут, у него возникают трудности в установлении хороших, доверительных отношений со сверстниками.

«Маленький неудачник » как стиль отношения к ребенку, зафиксирован у 1 респондента (2%) . В родительском отношении респондента имеются стремления инфантилизировать ребенка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит подростка младшим по сравнению с его реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся родителю детскими, несерьезными. Ребенок представляется ему не приспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет своему ребенку, досадует на его не успешность и неумелость. В связи с этим родитель старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия. Ребенок в такой семье вырастает с низкой самооценкой, подозрительным, угрюмым, тревожным и вследствие этого - несчастным.

Анализ полученных результатов подтвердил необходимость проведения формирующего эксперимента с целью формирования гармоничных отношений в системе «родители - подростки» и позволил определить контрольную и экспериментальную группы в количестве 29 человек в каждой. Результаты констатирующего диагностического среза показали, что 29 родителей придерживаются гармоничного стиля воспитания. Из них 15 родителей входят в контрольную группу и 14 в экспериментальную группу. Также 29 родителей придерживаются негармоничного стиля воспитания. Из них 14 входят в контрольную группу и 15 родителей в экспериментальную группу. Данные констатирующего диагностического среза контрольной и экспериментальной групп на рисунке 2.2 и 2.3

Рис 2.2.- Показатели родительского отношения в экспериментальной группе

( констатирующий срез)



Рис.2.3.- Показатели родительского отношения в контрольной группе

( контрольный срез)

Сформулируем гипотезы:

* Экспериментальная группа не превышает контрольную группу по показателям родительского отношения (принятие- отвержение \ кооперация \ авторитарная гиперсоциализация \ симбиоз \ маленький неудачник) до эксперимента .
* Экспериментальная группа превышает контрольную группу по показателям родительского отношения (принятие- отвержение \ кооперация \ авторитарная гиперсоциализация \ симбиоз \ маленький неудачник) до эксперимента.

Таким образом, по таким шкалам как «симбиоз» и «маленький неудачник» экспериментальная группа превышает контрольную группу до эксперимента.

Для гармонизации отношений в системе «родители подростки» члены экспериментальной группы были включены в тренинговую программу, которая проходила в течение 10 недель (см. Приложение Д).

**Цель программы «Формирование гармоничных детско- родительских отношений»:** гармонизация отношений в системе «родители- подростки» средствами расширения осознанности мотивов воспитания и формирования адекватных родительских позиций.

**Задачи программы:**

1) психологическое просвещение родителей - дать родителям знания о механизмах семейных систем, показать влияние их родительских семей на актуальную ситуацию в их собственной семье.

2) научение – показать определенную модель построения взаимоотношений с детьми и обучить различным навыкам межличностного общения, необходимым для реализации этой модели.

3) переориентация – самоисследование родительских позиций, развитие многомерности и психологического видения детско- родительских отношений, преодоление стереотипов, ригидных паттернов поведения.

**Основные этапы:**

1.Подготовительный (мотивационный) – представляет собой групповую консультацию для родителей по результатам диагностики детско- родительских взаимоотношений. Знакомство с результатами диагностики и их психологической интерпретацией создает мотивацию, необходимую для эффективного прохождения тренинга.

2.Основной (рабочий) – структура сессий планируется в соответствии с принятыми правилами проведения психологического тренинга.

3.Завершающий – представляет собой отработку комплексного применения опыта, полученного в тренинге, для решения конкретных педагогических задач.

**Содержание программы:** тренинговая программа содержит 10 занятий. Каждое занятие имеет свою тему и цель. Общее количество времени составляет 35 часов работы. Родители встречаются на 3-4 часа каждую неделю. Группа состоит из 29 человек.

Приведем примеры занятий программы «Формирование гармоничных детско- родительских отношений ».

***Пример занятия 1.***

***Тема:*** Родительские позиции и стили взаимодействия с детьми.

***Цель:*** знакомство участников друг с другом и правилами групповой работы; осознание родительских установок, дифференциация их на «мешающие» и «помогающие» в процессе взаимодействия с ребенком.

**Оборудование:** карточки, карандаши, мячик.

**Ход занятия:**

**1.** В начале занятия психолог проводит консультацию для родителей по результатам диагностики, рассказывает о целях, содержании и основных принципах тренинговой программы.

**2.** Введение тренинга как особой формы обучения.

**Психолог**: - «Я прошу всех родителей занять места на стульях, которые расположены по кругу. Наше первое занятие посвящено знакомству друг с другом и правилами групповой работы. Основу наших занятий составляют принципы активности, добровольности, конфиденциальности, уважения говорящего. Всем нам необходимо соблюдать эти принципы для того, чтобы наша работа проходила более спокойно и доброжелательно. Если у кого - то есть вопросы, пожалуйста, задавайте ».

**Родитель:** - «Скажите, ничего страшного, если я буду посещать не все занятия? Или обязательно посещать все занятия?».

**Психолог**: - « Конечно, желательно, чтобы вы посещали все занятия, так как от этого будет завесить эффективность нашей работы. Постарайтесь посещать все занятия. Если ни у кого больше вопросов нет, давайте приступим к нашему занятию. Для начала нам необходимо познакомиться друг с другом, и для этого сейчас мы с вами выполним упражнение, которое называется «Самопрезентация». Для начала я раздам вам карточки и карандаши для того, что бы вы оформили свои визитки. На визитках вам необходимо написать свои фамилию, имя, отчество, написать о своих ожиданиях и опасениях, связанных с тренингом. Я думаю, 7 минут вам будет достаточно. Пожалуйста, приступайте».

Родители заполняют карточки и затем рассказывают о себе.

**Психолог**: - «Теперь, я прошу вас по очереди презентовать свою визитку».

**Родитель 1:** - «Меня зовут Баландина Вероника Васильевна. От этого тренинга я жду результативности, прежде всего для себя. Хочется, чтобы время, которое мы здесь проведем, не было потрачено зря, а принесло свои плоды. Мне кажется, что для меня этот тренинг ничего не даст, так как я уверена, что тот стиль воспитания, который я использую, является наиболее подходящим для моего ребенка. Но я буду ходить на тренинги, так как мне интересно, что из этого получится ».

**Психолог:** «Принесет ли этот тренинг плоды, будет зависеть, прежде всего, от вас, от вашего желания и стремления посмотреть на свой стиль воспитания другими глазами. Спасибо за вашу презентацию, пожалуйста, следующий».

**Родитель 2**: «Меня зовут Курилова Ирина Александровна. Как только мне предложили участвовать в тренинге, я сразу же согласилась. Потому что мне очень интересно и важно знать все о воспитании детей, о том, как правильно их воспитывать. Я жду от тренинга, каких- то рекомендаций, может быть советов о том, как понимать ребенка, не отдалять его от себя какими- то поступками или словами, а наоборот как стать ближе к нему, во время исправлять свои ошибки или вообще не допускать их».

**Психолог:** - «Спасибо за вашу презентацию. Очень хорошо, что вы так оптимистично настроены, радует то, что вы готовы признавать и исправлять свои ошибки. Пожалуйста, следующая презентация».

И так все родители по очереди презентуют свои визитки.

**Психолог:** « И теперь, когда мы все познакомились друг с другом, поделились своим мнением, я предлагаю приступить к следующему упражнению, которое называется «Ребенок в нас». Это упражнение поможет вам глубже познакомиться друг с другом, и поможет вам активизировать свое детское состояние. Для этого нам понадобиться мячик. Вы будете, бросая друг другу мяч, обращаться с такими словами: «Мне кажется, в детстве ты была …..», в ответ каждый может согласиться либо не согласиться с данной ему характеристикой. Если задание понятно, пожалуйста, приступайте ».

**Родитель 1** бросает мяч напротив сидящему родителю: - «Мне кажется, в детстве ты была капризной, упрямой, всегда делала только то, что тебе хочется. Родители тебя часто наказывали, ругали, хотели, чтобы ты их слушалась. Но ты все равно продолжала в этом же духе, и не хотела делать, то, что тебе говорили».

**Родитель 2:** - «Я согласна с данной характеристикой, кроме того, когда меня наказывали, я убегала, и после этого мне доставалось еще больше». После этого бросает мяч другому родителю, со словами: - «Мне кажется, в детстве ты была девочкой доброй, ответственной, хорошо училась, слушалась родителей, у тебя было много друзей и подруг. Тебя очень редко ругали, и если наказывали, то не надолго. Мне кажется, что так».

**Родитель 3:** - «Ты права, но не полностью. Да, я хорошо училась, у меня было много подруг, но я не слушалась родителей, не смотря на то, что они были очень добры ко мной и всегда мне прощали мои проступки. Сейчас мне очень стыдно за свое поведение, и если бы можно было вернуться на зад я бы многое изменила. Но спасибо, за столь хорошую характеристику». Бросает мяч следующему родителю: «Мне кажется, в детстве ты был очень серьезным мальчиком, очень ответственным и дисциплинированным. Хорошо учился, родители гордились тобой. Друзей у тебя было не много, но это были настоящие друзья. Ты очень серьезно относился к учебе и даже мог не пойти гулять, когда была возможность, а предпочитал лишний раз почитать. Я права? ».

**Родитель 4:** - «Конечно, очень приятно за такую характеристику, но со мной было все с точностью да наоборот. Я был очень ленивым, не любил учиться, постоянно задирался с другими мальчишками, приходил домой грязный, в порванной. Конечно, мне здорово попадало от родителей, но это не помогало и все повторялось снова и снова. Вот такой я был проказник». Затем бросает мяч другому родителю.

Так все по очереди рассказывают о детстве друг друга.

**Психолог:** - «Теперь, когда вы узнали побольше о друг друге, вспомнили свое детство, давайте подумаем, и вы постараетесь вспомнить, как воспитывали вас ваши родители, какие методы они применяли. Но прежде чем вы углубитесь в воспоминания, и мы приступим к выполнению следующего упражнения, я начну с того, что в психологииии существует такое понятие как «психологическая установка, она очень сильно влияет на восприятие реальности. Я сейчас не буду углублять в психологию, вы все поймете из следующего упражнения. Скажу просто - на наши взаимоотношения с детьми оказывают влияние установки, сформированные еще в детстве нашими родителями, независимо от нашего желания – пока мы не осознаем их. Если же установка осознана – она перестает верховодить нами, мы можем ее изменить. Я думаю, после следующего упражнения вы поймете смысл моих слов. Я прошу сейчас вас, закрыть глаза, сделать несколько глубоких вдохов и медленных, плавных выдохов – и на фоне расслабленного состояния вспомнить свою родительскую семью, свое детство. Как реагировали родители на ваши шалости, капризы, проступки? Как бы они закончили следующие предложения: «дети плохо себя ведут потому что…», «Непослушный ребенок – это….», «родители должны…»

После нескольких минут родители выходят из состояния расслабления, и делятся своими переживаниями и мыслями по поводу родительских установок.

**Родитель1:** - «Знаете, вспоминая сейчас свое детство, я поняла, что мое детство очень сильно похоже на детство моих детей. И отвечая на вопросы : дети ведут себя плохо потому что…., непослушный ребенок – это, я поняла что ответила бы точно так же как и моя мама. Это значит, что я повторяю сценарий воспитания своей матери. Я воспитываю своих детей так, как воспитывали меня. И даже в каких – то моментах, я поступаю точно также, как поступала моя мама, хотя можно было бы поступить по - другому, но я не задумывалась об этом. Потому что мне нравилось, как меня воспитывали, даже если это было строгое воспитание, я стала такой, какая я есть только благодаря такому воспитанию и поэтому я знаю, к чему оно приведет. И я не жалею, что родительские установки до сих пор на меня влияют и оказывают какое – то воздействие».

**Психолог:** - « Хорошо. И все - таки как вы думаете, как бы ваша мама ответила на эти вопросы?».

**Родитель 1:** - «Я думаю, что мама ответила бы так, что дети ведут себя плохо, значит, так их воспитали родители, выполняли все их пожелания и прихоти. Они почувствовали слабину и расслабились, поэтому считают , что они получат все , что захотят и не получая этого ведут себя плохо. Наверно так….. Непослушный ребенок- это ребенок, который не слушает своих родителей, нарушает дисциплину, грубит родителям. Но родители сами виноваты нужно было раньше думать и применять более строгие методы воспитания. Родители должны воспитывать детей в строгой, но любящей атмосфере и тогда дети будут вести себя хорошо, и слушаться их ».

**Психолог: -** «Спасибо, кто желает еще высказаться по этому поводу».

**Родитель 2**: -«Вспоминая свое детство я только сейчас поняла, что у меня были очень добрые родители, даже где - то очень добрые. Они никогда меня не наказывали, не ругали, не отчитывали. Не замечали моих шалостей, проступков, всегда меня защищали и оправдывали перед другими родителя. Я думаю, что на вопрос дети ведут себя плохо потому что, они ответили бы, что они же дети, дети не могут всегда себя вести хорошо, им свойственно капризничать, шалить, и в этом нет ничего страшного. Непослушный ребенок – это ребенок, который хочет, чтобы на него обратили внимание и поэтому он ведет себя плохо. А родители должны почаще, прислушиваться к своим детям, и вместо того чтобы их наказывать лучше с ними поговорить. »

**Психолог:** - «Скажите, сейчас вы воспитываете своих детей точно также как воспитывали вас?»

**Родитель 2 :** - «Нет у меня все наоборот. Детей я воспитываю строго, даже в каких- то моментах жестко. Но я их люблю, и поэтому такая дисциплина в семье».

**Психолог:** - «Скажите, родительские установки действуют как - то на вас сейчас?».

**Родитель:** - «Я думаю, что нет. Я и никогда не была под их влиянием».

**Психолог**: - «Спасибо за ваше мнение».

И так все желающие высказывают свое мнение.

**Психолог:** -« Я думаю, сейчас проанализировав это упражнение вы сами поймете, кто смог осознать родительскую установку и изменить ее, а кто нет».

После этого подводится итог занятия. Родители высказывают свое впечатление о проведенном вечере, задают вопросы, если они есть. Психолог напоминает о дате и времени следующей встрече и все расходятся по домам.

Главной целью первого занятия было: осознание родительских установок, дифференциация их на «мешающие» и «помогающие» в процессе взаимодействия с ребенком. Данная цель была реализована не полностью. Так как больше 50% родителей были несерьезно настроены на работу. Они считали, что их воспитание является правильным, гармоничным, они воспитывают своих детей, так как надо, и оно не нуждается в коррекции. Родители не хотели признавать, что родительские установки их родителей, хоть как - то мешают им в их собственной семье.

***Приведем пример занятия 7.***

***Тема:*** Переориентация контроля.

***Цель:*** осознание неэффективных стратегий родителей; обучение методике передачи ребенку ответственности за свою жизнь.

***Ход занятия:***

**Психолог: -** «Одной из целей нашего занятия является осознание неэффективных стратегий воспитания. Неэффективные стратегии – это нерациональные суждения, ограничивающие нашу свободу и формирующие ригидные родительские позиции. Очень многим родителям трудно передать ребенку ответственность за его жизнь, потому что они стремятся быть хорошими родителями, подразумевая под этим примерно следующее:

- Я должен присматривать за тем, чтобы мой ребенок нормально развивался и вел себя вполне определенным образом.

- Я обязан заботиться о ребенке. В конце концов, он не виноват, что появился на свет.

- Если мой ребенок попадает в беду, я должен вызволить его из этой беды.

- Я должен жертвовать ради него всем, ибо его потребности важнее моих потребностей.

- Я должен быть начеку по отношению ко всем опасным ситуациям и защищать от них ребенка, обеспечивая его безопасность.

- Это моя обязанность – оберегать моего ребенка от страданий, неприятностей, ошибок и неудач.

Я думаю, что многие из вас сейчас задумались и осознали, что они тоже так иногда думают. Я сейчас вас прошу выполнить следующее упражнение, которое называется «Должен или хочу», вам необходимо заменить в приведенных выше высказываниях слова «должен» и «обязан» на «хочу». Затем рассказать какие чувства при произнесении этих фраз возникают? И понять для себя какая из стратегий «хочу» или «должна» является наиболее эффективной в воспитании детей ».

**Родитель 1:** - «Я думаю. Не во всех выражениях можно заменить «должен» на «хочу». Вот например в выражении : если мой ребенок попадает в беду, я должен вызволить его из этой беды, я например не могу заменить слова, так как считаю, что хочу я или нет я обязана помогать ребенку в беде, если тем более ему грозит какая- то опасность, а вот в выражении :я должен жертвовать ради него всем, ибо его потребности важнее моих потребностей, тут каждый родитель выбирает для себя действительно ли он хочет жертвовать ради ребенка всем. Ведь иногда получается так, что жертва родителей бывают напрасными. А в остальном я не считаю нужным заменять «должен» на «хочу».Родители должны и обязаны заботиться и следить за жизнью своих детей».

**Родитель 2:** - «Честно говоря, я с трудом представляю, как можно заменить слова, тогда я снимаю с себя полностью ответственность за воспитание своих детей. А это ужасно. Ведь жизнь моего ребенка будет зависеть от моих желаний. Я не хочу, чтобы так было. Я должна заботиться о своих детях. Хочу я этого или нет».

**Родитель 3:** «Когда я пыталась заменять эти слова, у меня ничего не получилось. Я сразу чувствовала, что снимаю ответственность с себя. Для меня привычнее слова «должна» чем хочу».

**Психолог:** - « Из того, что вы сейчас сказали, я поняла, что вы даже не допускали мысли попробовать по - другому осмыслить свое поведение и стиль воспитания детей. Вы взяли и на себя слишком много обязанностей и уже не можете от них отказаться, даже если есть такая возможность. Сейчас я попрошу вас выполнить следующее упражнение:«Охапка обязанностей»».

Одного из родителей спрашивают, сможет ли он пройти по нарисованной на полу линии. Затем ему в руки дают коробки, символизирующие разного рода обязанности, которые «должен» выполнять родитель. С охапкой этих «обязанностей» пойти по линии уже куда сложнее. Интерпретируя это упражнение , родители приходят к выводу, что чрезмерная загруженность обязанностями по отношению к ребенку не позволяет видеть перспектив, «зашумляет» воспитательную стратегию, лишая ее цельности и гармоничности.

Единственная реальная защита ребенка от опасностей – это его здоровый смысл и знание, что только он сам должен распознать эти опасности и принять соответствующие решения.

После этого, для того чтобы родители смогли передать ребенку ответственность за решение проблем, непосредственно затрагивающих его жизнь, психолог предлагает выполнить родителям следующие 10 условий:

1. Спокойная обстановка. Готовность к диалогу с обеих сторон.
2. Не заниматься попутно каким- либо другим делом.
3. Заранее подготовить высказывание.
4. Исключить из него оценки («плохо себя ведешь», «лентяй» ), и обобщения( «никогда», «всегда»).
5. Говорить о конкретных действиях.
6. Говорить о своих чувствах и мыслях, желаниях, чаще используя «я», чем «ты».
7. Заверить ребенка в своем дружеском участии в его делах.
8. Не превращать все в нудную, долгую нотацию.
9. Следить за реакцией ребенка.
10. Завершить дружеским физически контактом (обнять, поцеловать, похлопать).

**Психолог:** - « Я предлагаю вам, осмыслить эти условия и подумать над тем, чтобы использовать их в воспитании своего ребенка ».

После этого подводятся итоги занятия, и уточняется время следующей встречи.

Данное занятие, целью которого являлось осознание неэффективных стратегий родителей, а также обучение методике передачи ребенку ответственности за свою жизнь прошло эффективно. 60% родителей, у которых доминировал негармоничный стиль воспитания, осознали, что их стратегии, которые они применяют в семейном воспитании, являются неэффективными, препятствуют их взаимоотношениям с детьми. Они готовы пересмотреть некоторые методы и стратегии семейного воспитания.

**Пример занятия 10.**

***Тема****:* Родительский практикум.

***Цель:*** отработка комплексного применения опыта, полученного в тренинге, для решения конкретных педагогических задач; подведение итогов работы группы, осознание позитивных изменений в сфере детско- родительских отношений.

На последнем занятии родители устно делятся своими впечатлениями, связанными с эффективностью тренинговой группы. Психолог просит ответить родителей на такие вопросы:

- что было наиболее полезным и интересным на тренинге?

- на какие вопросы получили ответы?

- какие вопросы остались неразрешенными?

Отвечая на эти вопросы, родители остались довольны, что посещали тренинги. Для некоторых родителей, которые изначально хотели участвовать в тренинге и были заинтересованы им, то время, которое они провели на тренинге не прошло для них зря. Они узнали много о воспитании, о своих детях, о себе. Наибольший интерес вызвали задания, которые были связаны с принятием чувств ребенка, с осознанием его качеств, характера.

Интересно проходили занятия, на которых необходимо было обратиться к своему детству, вспомнить свою семью, посмотреть на себя со стороны и т.д. Родители с интересом и азартом играли в игры, выполняли упражнения, делились своими впечатлениями. Но были и такие родители, которые отказывались выполнять какие- либо упражнения, или с трудом выполняли их . Им было очень трудно встать на место ребенка, понять его чувства. Они отказывались что- либо менять в своем поведении по отношению к своему ребенку и воспитании. Некоторые родители по началу были даже агрессивно настроены против вех, с трудом шли на контакт и даже после нескольких занятий не поменяли своего отношения .

Некоторые родители наоборот приходили на каждое занятие, выполняли все упражнения, спрашивали совета у психолога. Легко шли на контакт, доброжелательно относились ко всем родителям и психологу. Им легко давалось выполнение всех заданий. Они остались довольны результатами тренинговой программы.

После формирующего эксперимента нами был проведен контрольный диагностический срез, результаты которого отображены на рис. 2.4 и 2.5.

Рис.2.4.- Показатели родительского отношения в экспериментальной группе

( контрольный срез)



Рис.2.5.- Показатели родительского отношения в контрольной группе

( контрольный срез)

Результаты диагностического (контрольного) среза показали, что в экспериментальной группе по шкале «Авторитарная гиперсоциализация» у 2 респондентов (8%) доминирование по данной шкале не выявлено. Родители сменили авторитарную позицию на родительское отношение по типу кооперация, и отказались от авторитарной гиперсоциализации, как стиля родительского отношения. Изменения по шкалам «Принятие - отвержение», «Симбиоз», «Маленький неудачник» не выявлены.

В контрольной группе по шкале «Авторитарная гиперсоциализация» зафиксирован 1 респондент (3%), который изменил стиль родительского отношения с авторитарной гиперсоциализации на принятие подростка как субъекта взаимоотношений. Изменения по шкалам «Кооперация» и «Маленький неудачник» не зафиксировано.

Результаты контрольного среза показали, что после эксперимента, гармоничного стиля воспитания стали придерживаться 32 человека. Негармоничного стиля воспитания придерживаются 26 родителей.

С целью выявления эффективности экспериментальной работы, мы провели сравнение показателей констатирующего и контрольного диагностических срезов в контрольной и экспериментальной группах, что отражено на рисунке 2.6.и 2.7.



Рис. 2.6.- Сравнение показателей родительского отношения констатирующего и контрольного срезов экспериментальной группы



Рис. 2.7.- Сравнение показателей родительского отношения констатирующего и контрольного срезов контрольной группы

Если до эксперимента в экспериментальной группе у 14 респондентов (49%) доминировал стиль родительского отношения «авторитарная гиперсоциализация », то после эксперимента у 12 респондентов (41%), этот стиль родительского отношения имеет место. Т.е. 2 респондента ( 8%) отказались от авторитарной позиции по отношению к ребенку, благодаря участию в тренинговой программе формирования гармоничных детско- родительских отношений. В ходе 10 занятий менялось отношение родителей. О чем можно было судить по устойчивому интересу к тренинговой программе, повышенной активности в выполнении упражнений, желании обмениваться опытом друг с другом, прислушиваться, к альтернативным мнениям, желании и стремлении улучшить свои отношения с подростком. Респонденты изменили свою родительскую позицию по отношению к подростку. Родители сменили строгую дисциплину, жесткий контроль над ребенком на более мягкое отношение. Они, стали доброжелательней относится к ребенку, давать возможность ему самому принимать решения и нести ответственность за свои поступки. У родителей появилось стремление и желание больше общаться с подростком , беседовать с ним, советовать, а не навязывать свое мнение и волю по тому или иному вопросу. Они стараются прислушиваться к мнению подростка и учитывать его желания. Родители осмыслили и то, что не только жесткие рамки, запреты, строгая дисциплина и контроль помогут вырастить порядочного человека, но и принятие, любовь, нежность и доброта являются эффективными средствами в воспитании детей.

Если по шкале «кооперация» до эксперимента в экспериментальной группе доминирование этого стиля воспитания было выявлено у 6 респондентов (20%), то после эксперимента этот стиль был уже представлен у 8 человек (28 %).

Таким образом, 2 респондента (8%) пересмотрели стиль родительского отношения к своему ребенку. Родители стали испытывать к ребенку большее чувство расположения, стремиться, больше помогать ему, если в этом есть необходимость; принимать участие в решении его проблем, если подросток просит о помощи. Родители стали проявлять больше интереса к жизни ребенка, его делам, увлечениям. Они стали признавать, что в конфликтах ребенок тоже может быть прав по - своему, а родители могут допускать ошибки, делать неправильные выводы, исходя из субъективного мнения к сложившейся ситуации. Изменения по шкалам «принятие- отвержение» и «симбиоз» не выявлены.

Если в контрольной группе во время первого диагностического среза шкала авторитарная гиперсоциализация доминировала у 12 респондентов

( 41 %), то на время второго диагностирующего среза данный стиль родительского отношения сохранился у 11 респондентов (38%). Т.е. 1 респондент пересмотрел свою авторитарную родительскую позицию в воспитании своего ребенка, в пользу его принятия. А 8 респондентов (28%) демонстрировали такой стиль родительского отношения как принятие, то на время второго диагностического среза этот стиль выявлен у 9 респондентов. Шкала «Принятие - отвержение » доминировала у 28 % респондентов, на время второго диагностирующего среза этот показатель повысился до 31%, что возможно является следствием опосредованного влияния родителей, которые посещали тренинговую программу формирования гармоничных детско- родительских отношений. Изменения по шкалам «Кооперация», «Симбиоз», «Маленький неудачник» не зафиксированы.

В ходе сравнения показателей шкал родительского отношения на констатирующих и контрольных срезах в контрольной и экспериментальной группах , было выявлено, что в экспериментальной группе 2 респондента ( 8 %) отказались от авторитарной гиперсоциализации, как стиля родительского отношения. Они стали более склоны к осуществлению кооперации как стиля общения с подростком. В контрольной группе 1 респондент (3%) сменил авторитарную гиперсоциализацию, как стиль семейного воспитания на принятие подростка как субъекта взаимоотношений.

Таким образом, если до эксперимента в экспериментальной группе гармоничного стиля родительского отношения придерживались 14 человек

(48%), то после эксперимента таковых стало 16 человек (55%). В контрольной группе до эксперимента гармоничного стиля родительского отношения придерживались15 человек (51%), то после эксперимента таковых стало 16 человек (55%). Что указывает на имеющее место динамику родительского отношения, что отражено в рис. 2.8 и 2.9

10%

20%

30%

40%

50%

**55 %**

60%

**48%**

***январь***

***февраль***

***март***

Рис. 2.8. -Динамика родительского отношения в экспериментальной группе

50%

60%

**55 %**

**51%**

10%

20%

30%

40%

Рис.2.9. - Динамика родительского отношения в контрольной группе

Таким образом, по таким шкалам как «симбиоз» и «маленький неудачник» экспериментальная группа превышает контрольную группу после эксперимента.

Вывод: программа формирования гармоничных отношений в системе «родители- подростки» была недостаточно эффективной. Так после работы в рамках тренинговой программы только 2 респондента (8 %) из 29 респондентов изменили свои родительские позиции, осознав неэффективность ранее использованных стратегий воспитания, а также возможность психотравмирующего влияния физического и эмоционального насилия на формирование личности ребенка. Установление гуманных, педагогически оправданных отношений с подростком, родители стали воспринимать как основную стратегию взаимоотношений с ними.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Подростковый возраст относится к так называемым критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных кризисов. За всяким негативным симптомом кризиса «скрывается позитивное содержание, состоящее обычно в переходе к новой и высшей форме». Попытки взрослых избежать проявления подросткового кризиса, создав условия для реализации новых потребностей, как правило, оказываются безрезультатными . Подросток как бы провоцирует запреты, специально принуждает взрослых к их наложению, чтобы получить возможность проверить свои силы в преодолении этих запретов. Именно в преодолении кризисных ситуаций подросток узнает себя, свои возможности, удовлетворяет потребность в самоутверждении.

Большинство исследователей отмечают важность влияния семьи и семейного воспитания на формирование личности подростка. Именно в подростковом возрасте происходит изменение положения подростка в семье: с ростом его физических и умственных возможностей ему начинают больше доверять и поручать выполнение сложной домашней работы, включать в обсуждение семейных проблем. В родительской семье ребенок находится в течение значительной части своей жизни, и по длительности своего воздействия на личность ни один из социальных институтов воспитания не может сравниться с семьей. Именно в семье происходи формирование характера и других основ личности подростка.

Семья – есть своего рода «психологический посредник» между обществом и подростком. В семье ребенок формирует характер, который проявляет себя в различных стилях поведения и деятельности, в решении различных социальных проблем по мере взросления.

Бижанова Ж. утверждает: «то, что ребенок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в период всей последующей жизни. В ней закладываются основы личности ребенка, и к поступлению в школу он уже более чем на половину сформировался как личность».

Большинство исследователей считают, что **семья** – это ячейка общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. на многосторонних отношениях между мужем и женой родителями и детьми, братьями и сестрами и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство .

Современные ученые отмечают, что семья выступает как фактор воспитания. Никакой другой социальный институт не может потенциально много нанести вреда в воспитании детей, сколько может сделать семья. Так, у тревожных матерей часто вырастают тревожные дети; честолюбивые родители нередко так подавляют своих детей, что это приводит к появлению у них комплекса неполноценности; несдержанный отец, выходящий из себя по малейшему поводу, нередко, сам того не ведая, формирует подобный же тип поведения у своих детей и т.д.

Семья, являясь важным социальным институтом воспитания, может не только благоприятно влиять на формирование личности, но и наносить этому процессу большой вред. Т.В. Андреева, А.Я Варга, В.В. Столин , Э.Г. Эйдемиллер особое внимание уделяют вопросу детско- родительских отношений, различая при этом гармоничные и негармоничные стили воспитания. Они подчеркивают, что стиль отношения взрослых к ребенку влияет не только на тенденцию к определенному стилю детского поведения, но и на психическое здоровье детей.

Становление как положительных, так и отрицательных черт подростка, напрямую зависит от стиля родительского воспитания, от характера и количества дисциплинарных взысканий и наказаний, от родительской позиции и установки.

По мнению ученых, важную роль в формировании личности подростка играет руководство со стороны родителей. Наиболее гармоничными являются те семьи, где родители проявляют гибкость, приспособляемость и терпимость в своих взглядах и поведении. Родители, не проявляющие гибкости в воспитании подростков, отказываются пересматривать свои взгляды и менять точку зрения; они нетерпимы, излишне требовательны, всегда настроены критически и возлагают на детей неоправданные надежды, не соответствующие их возрасту. Это пагубно влияет на самооценку подростка, подавляет развитие его личности, что, в конце концов, приводит к стрессовым ситуациям в отношениях между родителями и детьми. Способность подать хороший пример для подражания также играет большую роль в развитии личности. Так как процесс идентификации у подростков отчасти протекает в семье, те из них, кто гордится своими родителями, как правило, чувствуют себя достаточно комфортно в окружающем мире.

Исследователи утверждают, что атмосфера внутрисемейных отношений способна оказывать как позитивное, так и негативное влияние на формирование личности ребенка. Так при отсутствии в семье атмосферы любви и доброжелательности у ребенка возникает ощущение, что его не принимают и не любят, и это оказывает негативное влияние на формирование его личности и на последующее общение ребенка с другими людьми.

Проблема взаимопонимания между представителями различных поколений, постоянно находятся в центре внимания ученых. Это обусловлено тем, что важнейшей составляющей структуры социальной ситуации развития личности являются «детско- родительские».

Целью нашего экспериментального являлось выявление влияния изменившейся в ходе эксперимента родительской позиции на отношение к подростку. Оно проходило в три этапа.

На первом этапе исследования нами были изучены нормативные документы Республики Казахстан, а также психолого- педагогическая литература по изучаемой проблеме, что подтвердило актуальность темы исследования. Был конкретизирован научный аппарат: объект, предмет, цель, задачи, гипотеза исследования, определилась база исследования.

На втором этапе исследования мы провели констатирующий срез родительского отношения с помощью методики А.Я. Варги и В.В. Столина «Тест- опросник родительского отношения », что позволило определить контрольную и экспериментальную группы.

На третьем этапе нашего исследования проходило собственно экспериментальное исследование с использованием тренинга гармоничных детско- родительских отношений с последующим анализом и интерпретацией.

В тренинге участвовали 29 респондентов, как с гармоничным, так и с негармоничным стилем родительского отношения. После работы в рамках тренинговой программы 2 респондента (8 %) из 29 респондентов изменили свои родительские позиции, осознав неэффективность ранее использованных стратегий воспитания, а также возможность психотравмирующего влияния физического и эмоционального насилия на формирование личности ребенка. Установление гуманных, педагогически оправданных отношений с подростком, родители стали воспринимать как основную стратегию взаимоотношений с ними.

Метод обработки данных, показал что программа формирования гармоничных отношений в системе «родители- подростки» была недостаточно эффективной. Задачи экспериментального исследования реализованы, гипотеза на данном этапе эксперимента не подтвердилась.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1 Закон Республики Казахстан . О браке и семье. Алматы. 2006.- 80 с.

2 Закон Республики Казахстан. О правах ребенка. Алматы. 2005.- 24 с.

3 Бижанова Ж. Подросток в семье. // Воспитание школьника.

2006.- №1. –С. 35- 38.

4 Кудайбергенова А . Проблемы семейного воспитания. // Воспитание школьника. 2006.- № 6.- С. 12-17.

5 Махметова Н. Вопросы семейного воспитания. // Воспитание школьника. 2007.-№ 1.- С. 20- 26.

6 Моисеева Н.Д. Психологические личностные аспекты детей подросткового возраста. // Воспитание школьника 2007.- №1.- С. 20-24.

7 Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов –а – Дону. 2000. - 672 с.

8 Выготский Л.С. Психология развития ребенка. М.: Эксмо . 2006. 140 с.

9 Волков Б, Волкова Н. Возрастная психология: Учебное пособие.

М.: 2000. 134 с.

10 Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебное пособие. М.: Академический проект. 2006. - 624 с.

11 Обухова Л.Ф. Возрастная психология. 1996. - 475 с.

12 Фромм. Э. Психоанализ и этика. М.: Аст- ЛТД, 1998. 412 с.

13 Варга Д. Дела семейные. М.: 1989.146 с.

14 Захаров А.И. М.: 1998. 215 с.

15 Антонов А.И. Социология семьи. М.: 1996. - 241 с.

16 Торохтий В.С. Психология социальной работы с семьей. М., 1996.- 348 с.

17 Дружинин В.Н. Психология семьи. М.: 1996.- 160с.

18 Спиваковская А.С. Обоснование психологической коррекции неадекватной родительской позиции. М.: 1991. - 345 с.

19 Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб: Питер. 2000. 342 с.

20 Эйдемиллер. Э.Г. Семейная психология. СПб. Речь: 2005. - 336 с.

21 Популярная психология для родителей. Под ред. А.А. Бодалева. М.: 1998.

-202с.

22 Ковалев А.С. Психология современной семьи. Просвещение.:1988. -249 с.

23 Хухлаева О.В. Работа психолога с родителями: концепция и технология.

// Школьный психолог. 2006. - № 20.- С. 34 – 31.

24 Карабанова О.А. Возрастная психология. М.: Айрисс Пресс, 2005. -240 с.

25 Сатир В. Как строить себя и свою семью. М.: Пресс. 1992.- 192 с.

26 Леви Д.А. Семейная психотерапия. СПб. 1993. -245 с.

27 Соколова Е.Т. Психотерапия: теория и практика. М.: Академия. 2006.- 368с.

28 Яковлева Е.Л. Психология развития творческого потенциала личности. М.: Флинта. 1997. - 224 с.

29 Гаврилова Т.П. О стилях семейного воспитания. // Психология в казахстанской школе. 2007.- №1.- С. 6-10.

30 Кулагина И.Ю. Колюцкий В. Возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека. М.: Сфера. 2005. - 464 с.

31 Лесгафт. П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение.

М.: 1999. - 320 с.

32 Общая психология: Учебное пособие для студентов. В.В. Богословский. М.: 1981. - 13 с.

33 Овчарова Р.В. Психология родительства: Учебное пособие. М.: Академия. 2005. - 368 с.

34 Овчинникова И.Г. Родительское счастье. М.: 2001.- 325 с.

35 Першина Л.А. Общая психология: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: 2004. -436 с.

36 Петрова О, Ушинова Т. Возрастная психология. Ростов -на -Дону: Феникс. 2005. -224 с.

37 Рахматшаева В.А. Психология взаимоотношений. М.: 2002.- 452 с.

38 Самсакова Н. О семейном воспитании. // Воспитание школьника.

2005.- № 3.- С. 45-48.

39 Сорокоумова Е.А. Возрастная психология.: Краткий курс. .- СПб. Питер. 2006. - 208 с.

40 Семейное воспитание. Хрестоматия. Составитель П.А. Лебедев.

М.: 2001. - 404 с.

41 Шнейдер. Л.Б. Психология семейных отношений. М.: 2000.- 512 с.

42 Хрестоматия по семейному воспитанию. / Под ред. А.В. Петровского. М.: Просвещение. 1987. - 445 с .

43 Шэффер Д. Дети и подростки. Психология развития.

СПб. Питер. 2003.- 976 с.

44 Штейн С. Психология общения с подростками. // Воспитание школьника. 2001.-№3. – С. 29-32.

45 Цельмер. З. На всю жизнь: психология семейной жизни. М.: Шанс. 1992. -126 с.

46 Белоусова. И.Н. Правовые аспекты семейного воспитания. // Преподавание психологии в школе и ВУЗах. 2006.- № 1.- С. 23-26.

47 Иванцова А. Изучение особенностей воспитания в семьях. // Воспитание школьника. 2000. -№ 9. – С. 16-18.

48 Колесов Д.Б. Современный подросток. Возраст и пол. Учебное пособие. М.: Флинта. 2003.- 200 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

*Программа формирования гармоничных детско- родительских отношений.*

**Цель программы:** гармонизация отношений в системе «родители- подростки» средствами расширения осознанности мотивов воспитания и формирования адекватных родительских позиций.

**Задачи программы:**

1. *Психологическое просвещение* *-* дать родителям знания о механизмах семейных систем, показать влияние их родительских семей на актуальную ситуацию в их собственной семье.
2. *Научение* – дать определенную модель построения взаимоотношений с детьми и обучить различным навыкам межличностного общения, необходимым для реализации этой модели.
3. *Переориентация* – самоисследование родительских позиций, развитие многомерности и психологического видения детско- родительских отношений, преодоление стереотипов, ригидных паттернов поведения.

**Организационные принципы**

*Комплектование групп.* Типичным участником группы является человек, принадлежащий к категории людей со средним доходом и имеющий, по крайней мере, законченное среднее образование. Противопоказано включать в группы родителей с психиатрическими нарушениями. Наилучшим вариантом является такой, при котором в группу входят только отдельные родители. Это позволяет проводить корректировку методов тренинга в соответствии со спецификой группы, что значительно повышает эффективность работы. Возникающее чувство группы и групповой сплоченности - важные характеристики процесса родительской психокоррекции, поэтому после второй сессии группа закрывается, и новые участники к ней не присоединяются.

*Временные рамки.* Общее количество времени, необходимого для достижения ощутимого результата, - около 35 часов работы. Родители встречаются на 3-4 часа каждую неделю в течение десяти недель. Такой режим позволяет применять на практике полученные знания и корректировать их в процессе обсуждения на последующих занятиях.

*Основные этапы.*

1.Подготовительный (мотивационный) – представляет собой групповую консультацию для родителей по результатам диагностики деформаций детско- родительских взаимоотношений. Знакомство с результатами диагностики и их психологической интерпретацией создает мотивацию, необходимую для эффективного прохождения тренинга.

2.Основной (рабочий) – структура сессий планируется в соответствии с принятыми правилами проведения социально- психологического тренинга.

3.Завершающий – представляет собой отработку комплексного применения опыта, полученного в тренинге, для решения конкретных педагогических задач.

**Занятие №1.**

***РОДИТЕЛЬСКИЕ ПОЗИЦИИ И СТИЛИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ДЕТЬМИ.***

**Цель:** знакомство участников друг с другом и с правилами групповой работы; осознание родительских установок, дифференциация их на «мешающие» и «помогающие» в процессе взаимодействия с ребенком;

**Введение тренинга как особую форму обучения.**

Психолог приглашает родителей занять места на стульях, расположенных по кругу, обращается к ним со вступительным словом об особенностях работы тренинговых групп, групповых правилах и ритуалах. Помимо традиционных правил, реализующих принципы активности, добровольности, конфиденциальности, уважения говорящего и т.д. практикуется обращение участников друг к другу на «ты»

**Знакомство участников друг с другом.**

*Упражнение 1. «Самопрезентация»*

Участникам раздаются карточки карандаши для оформления «визиток». Через некоторое время (5-7 минут) необходимо предъявить свою «визитку», рассказать о своих ожиданиях и опасениях, связанных с тренингом.

*Упражнение 2. «Ребенок в нас».*

Бросая мяч, участники обращаются друг к другу с фразой: «Мне кажется, в детстве ты был (а)…..». в ответ каждый может согласиться или нет с данной ему характеристикой. Это упражнение помогает участникам глубже познакомиться, кроме того, способствует активизации детского эго- состояния родителей, что создает базу для дальнейшей психокоррекционной работы.

**Осознание родительских установок.**

Рассказ о сути понятия «психологическая установка» и ее влияния на восприятие реальности должен быть максимально прост и иллюстрирован. Здесь возможно использование упражнений, позволяющих родителям на примере перцептивно - когнитивных процессов ощутить влияние установки. Основной тезис этого этапа, который можно предложить родителям записать, состоит в следующем: «На наши взаимоотношения с детьми оказывают влияние установки, сформированные еще в детстве нашими родителями, независимо от нашего желания – пока мы не осознаем их. Если же установка осознана – она перестает верховодить нами, мы можем ее изменить».

*Упражнение 3. «Родительские установки».*

Участников просят закрыть глаза, сделать несколько глубоких вдохов и медленных, плавных выдохов – и на фоне расслабленного состояния вспомнить свою родительскую семью, свое детство. Как реагировали родители на ваши шалости, капризы, проступки? Как бы они закончили следующие предложения : «дети плохо себя ведут потому что…», «Непослушный ребенок – это….», «родители должны…». Затем после выхода из состояния расслабления, участники делятся своими переживаниями и мыслями по поводу родительских установок. В ходе обсуждения необходимо дифференцировать актуальные установки на «помогающие», то есть рациональные, эффективные и «мешающие », то есть нерациональные, неэффективные в сфере детско- родительских взаимоотношений.

**Подведение итогов занятия.**

Этот этап очень важно провести не спеша, чтобы дать возможность родителям осознать и вербализировать свой новый опыт, полученный в процессе занятия, получить поддержку от других участников. Каждому предлагается ответить на три вопроса: «Что я чувствую?», «Что я хочу сделать?», «О чем думаю».

**Занятие № 2.**

***ПРИНЯТИЕ ЧУВСТВ РЕБЕНКА.***

**Цель:** принять и понять чувства ребенка; обучение навыкам активного слушания; осознание неэффективных паттернов реагирования в ситуации, когда ребенок преследует «ошибочную цель».

**Принятие чувств ребенка.**

Один из мотивов работы родителей в тренинговой группе – стремление к взаимопониманию со сворим ребенком. Понять ребенка – значит услышать его чувства, проникнуть в глубинную мотивацию его поведения. Необходимым навыком здесь является навык «активного слушания», освоению которого посвящается этот этап занятия.

*Упражнение 1. «Памятник чувству».*

Это вариант известной техники «Скульптор», являющийся одновременно и разминочным упражнением, и хорошим введением в тему. Родители работают в парах, один выполняет роль «глины», другой – «скульптора». «Скульпторы» получают карточки с названиями чувств, эмоциональных состояний, «памятники» которые они должны без слов «слепить» , используя тело партнера. На этапе обсуждения родителям предлагается ответить дополнительно на два вопроса:

1) когда вы испытываете данное чувство по отношению к своему ребенку? 2)когда, по вашему мнению, ребенок испытывает его по отношению к вам.

Рассказ о психологических механизмах подавления чувств и компенсации составляется в соответствии с образовательным уровнем участников тренинга. Основной тезис может быть следующим: «Эмоции, которые подавляются, сохраняются. Чувства, которые допускаются и признаются, теряют свою разрушительную силу. Называние и признание подавленных эмоций приносит ребенку огромное облегчение, радость, ощущение близости с родителями, сознание того, что тебя слышат и понимают».

*Упражнение 2. «Принятие чувств».*

Участники делятся на микрогруппы по 4-5 человек, кадя из которых получает задание переформулировать неэффективные родительские ответы так, чтобы были приняты чувства ребенка. Образцы заданий и возможные варианты ответов:

* «Не смей его бить! Это же твой брат!» ( «Ты можешь злиться на брата, но бить его нельзя».)
* «Не бойся. Собака тебя не тронет».( «Симпатичный пес…Но если боишься – давай перейдем на другую сторону».
* «Улыбнись. Все не так плохо, как тебе кажется». ( «Я бы тоже расстроился. Но, может, мы вместе найдем выход?»).
* «Подумаешь – укол. Даже малыш не боится, а ты…». («Да, укол – это больно. Если ты боишься, можешь взять меня за руку».

В процессе осуждения этого упражнения родители знакомятся с понятием «активного слушания», автором которого является Т. Гордон, американский психолог. Слушать активно- значит улавливать, что ваш ребенок пытается вам сказать на самом деле, что он чувствует на самом деле, и озвучить эти чувства своими словами, окрашивая свои высказывания пониманием и неподдельной заботой.

**Базовые психологические цели детского поведения.**

На этом этапе родители знакомятся с концепцией Адлера – Дрейкурса об ошибочных путях достижения базовых психологических целей. Это знакомство происходит в процессе ролевой игры.

*Упражнение 3. ролевая игра «Достижение базовых целей».*

Психолог грает роль ребенка, пытающегося достичь признания, возможности влияния, чувства защищенности и автономии неэффективными способами ( требование внимания, борьба за власть, месть, уклонение). Пред родителями ставится задача выстроить взаимодействие с ребенком. При анализе упражнения особое внимание уделяется чувствам родителей, являющимся «индикатором» ошибочных целей ребенка.

**Подведение итогов занятия.**

**Занятие № 3.**

***ОБРАЩЕНИЕ К РОДИТЕЛЬСКОМУ ОПЫТУ.***

**Цель:** осознание качеств характера своего ребенка.

*Упражнение 1. «Мой ребенок…….».*

Подумайте, пожалуйста, в течение 1 минуты, как можно продолжить фразу **«Мой ребенок…..».**

А теперь свяжите эту фразу с чертами характера своего ребенка и в течение 5 минут письменно 10 раз продолжите ее в разных вариантах, указывая черты характера вашего ребенка. Например : «Мой ребенок аккуратен», «Мой ребенок невнимателен».

Посмотрите на качества, которые вы написали. Разделите их на две группы:

1-я – те, которые вас устраивают в вашем ребенке;

2-я - те, которые вы бы хотели изменить в нем.

Посмотрите, каких качеств больше - положительных или отрицательных? Выберете, с какими из отрицательных качеств вы хотели бы сейчас поработать, отметьте их для себя. Отложите на время свои листочки.

*Упражнение 2. «Супермаркет».*

Теперь я предлагаю вам обратиться к своему житейскому опыту. Представьте, что вы сейчас находитесь пред большим современным супермаркетом. В нем три этажа:

* *На 1- м этаже* продаются товары с заведомым браком, низкого качества;
* *На 2-м этаже* - обычные товары средней цены и качества;
* *На 3-м этаже* продаются самые лучшие, качественные, добротные, шикарные вещи;

На каком этаже вы бы хотели приобретать товар? ( Родители отвечают по очереди).

Когда появляется ребенок, мы всегда хотим, чтобы он соответствовал «третьему этажу» - был умный, добрый, посещал музыкальную школу или школу с углубленным изучением иностранного языка. Может быть, воплотил наши несбывшиеся мечты….

Но, к сожалению, в жизни так не бывает. **Каждый ребенок уникален. В нем есть что - то от 1-го, 2-го, и 3-го этажа.**

И ваш ребенок не исключение, вы убедились в этом. В нем есть то, что вам нравится, и то, что вы бы хотели изменить.

*Упражнение 3. «Реклама».*

Работа проходит в группах по 5-6 человек. Группы делятся по любому признаку.

- Посмотрите на качества, которые вы выделили в своем ребенке, требующие, по вашему мнению, изменения. Выберите из них два, которые являются для группы более или менее общими.

Я предлагаю вам сейчас прорекламировать эти качества с целью их продажи – то есть в этих качествах , чертах характера надо найти положительные моменты и рассказать об этом так, чтобы другие группы захотели их купить.

Внимание! Сейчас я предлагаю вам выбрать выступающего и прорекламировать качества характера, с которыми вы работали в группах.

*Процедура*. Один человек от группы представляет рекламу, участники других групп помечают у себя те качества, которые они захотели купить.

- Выступление каждой группы.

Сейчас я предлагаю желающим по кругу назвать качества, которые они решили приобрести, по возможности прокомментировав причину своего выбора (например: упрямство, так как оно близко к настойчивости…).

*Упражнение 4. «Обсуждение в кругу».*

* Легко ли вам было выполнять эту работу?
* В чем сложность?
* Увидели ли вы что- то новое в этом качестве, черте характера?
* Согласны ли вы с тем, что эти черты характера нужны в жизни человека?
* Насколько после проделанной работы вы их принимаете?

В процессе обсуждения тренер подводит участников группы к пониманию того, что все эти качества необходимы в жизни каждого человека: происходит смена иррациональных родительских установок.

**Занятие №4.**

***КАК МЫ ВОСПИТЫВАЕМ СВОИХ ДЕТЕЙ.***

**Цель:** осознание своих невербальных и вербальных проявлений эго- состояния «Свинский родитель».

**Осознание родительских позиций и стиля взаимодействия с ребенком.**

Осознанию собственных реакций, исходящих из эго – состояния «Свинский родитель» способствует следующее упражнение.

*Упражнение 1. «Свинский родитель».*

Родителям предлагается использовать данные им на карточках вербальные и невербальные реакции в импровизированном обращении у воображаемому ребенку.

1. морщины на лбу;
2. вытянутый палец;
3. покачивание головой;
4. «ужасающий» взгляд;
5. притопывание ногой;
6. руки на груди;
7. вздох;
8. «Я бы никогда в жизни…»;
9. «Если бы я был (а) на твоем месте……»;
10. «Ты осмелилась(ся)….»;
11. «Ну и что?»;

Задания подобраны таким образом, чтобы была возможна трактовка их позиционного содержания, как в авторитарном, так и в равноправном контексте. Например, морщины на лбу могут быть расположены как вертикально (гнев, задумчивость), так и горизонтально (удивление, восторг). То, какой контекст мы выбираем чаще, свидетельствует о наших ригидных родительских позициях. На занятиях подавляющее количество родителей выбирают авторитарный контекст, то есть демонстрируют позицию «Свинский родитель». Столкновение с неприглядной собственной сущностью фрустрирует, повергает в уныние , активизирует защитные механизмы. Преодолеть это состояние помогают арттерапевтические приемы.

*Упражнение 2. «Рисуем свинского родителя».*

Микрогруппы, состоящие из 3-4 человек, получают листы бумаги, краски и задание изобразить «Свина», не переговариваясь друг с другом. После обсуждения полученных рисунков необходимо трансформировать их так, чтобы «Свин» утратил свою силу и власть.

Рассказ о способах, которыми наш внутренний «Свин» мешает нашим гармоничным взаимоотношениям с ребенком; негативной мотивации

( когда мы заставляем детей плохо относится к самим себе); гиперопеке

( когда мы делаем слишком много для детей, решаем их проблемы вместо них); повышенной требовательности; неуважении; вседозволенности, отсутствии четких границ дозволенного поведения.

**Подведение итогов занятия.**

**Занятие № 5.**

***ПРОБЛЕМА ДИСЦИПЛИНЫ.***

**Цель:** осознание психотравмирующего влияния физического и эмоционального насилия на формирование личности ребенка; понимание логических последствий предоставления выбора для установления границ дозволенного поведения.

**Обсуждение актуального состояния, психологическая разминка.**

Полученный родителями на предыдущих занятиях когнитивный и эмоциональный опыт часто вызывает негативные эмоциональные и самооценочные процессы. Для предотвращения и коррекции подобных эффектов необходимы как постоянная поддержка со стороны психолога и участников группы, так и целенаправленные упражнения, позволяющие удерживать родителей в ресурсном состоянии.

*Упражнение 1. «Я – хороший родитель».*

Каждому участнику предлагается в течение одной минуты рассказать о своих сильных «родительских» сторонах. После каждого выступления остальные участники невербально выражают свою поддержку рассказчику ( это может быть рукопожатие, дружеское похлопывание по плечу, одобрительный кивок головой).

Почему мы против подавляющих наказаний.

*Упражнение 2. «Наказание».*

На фоне расслабления родителям предлагается вспомнить ситуацию, когда они были наказаны своими родителями. Необходимо получить для себя ответы на следующие вопросы: Что вы чувствовали тогда? О чем вы тогда думали? Что вам хотелось сделать? Обсуждение этого упражнения часто делает излишней какую- либо дополнительную информацию о негативных последствиях наказаний.

**Предоставление свободы выбора и логические последствия.**

Наиболее эффективным методом общения с детьми, по мнению специалистов, является предоставление им свободы выбора во всех ситуациях, где это объективно возможно, и возможности испытать на себе последствия избранного ими образа действий.

*Упражнение 3. «Дисциплина».*

Каждый участник кратко описывает на карточке типичную для его семьи ситуацию, когда необходимы какие- либо дисциплинарные меры по отношению к ребенку. Эти карточки перемешиваются, родители распределяются по парам. Каждая пара вытягивает себе карточку с описанием ситуации, которую надо решить с помощью предоставления выбора и выявления его логических последствий. Затем происходит групповое обсуждение найденных решений.

**Установление границ дозволенного поведения.**

Предоставление свободы выбора и выяснение логических последствий этого выбора – не единственные методы установления необходимой дисциплины. Родителям предлагается познакомиться со «ступенчатой системой установления запрета» по методу Х. Джайнотта:

1. Признать, что некое желание вполне может возникнуть у ребенка ( «Я понимаю, что тебе хочется…»).
2. Четко определить запрет на какое- либо действие («Но я не могу позволить тебе это делать сейчас, так как…»).
3. Указать, каким образом ребенок может осуществить свое желание.
4. Помочь ребенку выразить свое законное недовольство («Конечно, тебе это не нравится….»).

**Подведение итогов занятия.**

**Занятие № 6.**

***ПОВЫШЕНИЕ САМОУВАЖЕНИЯ ДЕТЕЙ.***

**Цель:** знакомство с концепцией эффективного и неэффективного одобрения, с понятием неформального общения; обучение навыкам поддержки, закрепление навыкам активного слушания; осознание роли ребенка и семейной структуре.

**Психологическая разминка.**

В качестве разминки на этом занятии подходит любое психогимнастическое упражнение, способствующее позитивному самовосприятию.

*Упражнение 1. «Праздник хвастунов».*

В течение минуты необходимо назвать как можно больше положительных эффектов для группы от своего участия в ее работе. Соревновательный контекст этого упражнения позволяет родителям раскрепоститься, творчески подойти к поиску своего нового вклада в групповой процесс. Таким образом, открывается поле для осознания роли ребенка в создании и сохранении семейной атмосферы.

**Способы повышения самоуважения детей.**

Наши замечания и общение без слов помогают детям или быть довольными собой, или чувствовать себя неудачниками. Дети инстинктивно чувствуют, когда родители верят в их способности и таланты, доверяют им и уважают их чувство собственного достоинства, когда даже ошибки детей не пугают и не расстраивают родителей, поскольку рассматриваются как необходимый жизненный опыт.

*Упражнение 2. «Мозговой штурм».*

Перед родителями ставится задача найти, как можно больше различных способов поверить в силы ребенка самому и дать ему это почувствовать. Принимаются самые нереальные и нестандартные решения. Важно стимулировать творчество, способность взглянуть на проблему и своего ребенка по – новому.

*Упражнение 3 «Неформальное общение».*

Группа делится на «родителей» и «детей». «Дети» выходят за дверь, каждый придумывает проблему, с которой он хотел бы обратиться к «родителю». «Родители» же получают инструкцию не реагировать на просьбы ребенка под предлогом занятости, усталости и т.п. В течение нескольких минут идет ролевое проигрывание ситуации. Затем участники меняются ролями. Однако новые «родители» получают противоположную инструкцию: отреагировать на слова ребенка максимальным вниманием, отзывчивостью, предложить помощь и поддержку. Обсуждение чувств участников завершается определением понятий формального (закрытого, равнодушного, неискреннего) и неформального

( открытого, эмпатийного, искреннего) общения.

Важным родительским умением является эффективное одобрение или поддержка. Если похвала направлена на оценку личности человека, ставит эту оценку в прямую зависимость от результатов деятельности и тем самым снижает самооценку в случае неудач, то поддержка направлена на признание промежуточных результатов и личностного вклада в их достижение. Тем самым она способствует повышению самоуважения ребенка и взрослого.

*Упражнение 4. «Похвала и поддержка».*

Родители работают в парах. В течение 5-7 минут каждой паре необходимо придумать примеры по следующей схеме: СИТУАЦИЯ – ПОХВАЛА – ПОДДЕРЖКА.

**Подведение итогов занятия.**

**Занятие №7.**

***ПЕРЕОРИЕНТАЦИЯ КОНТРОЛЯ.***

**Цель:** осознание неэффективных стратегий родителей; обучение методике передачи ребенку ответственности за свою жизнь.

**Неэффективные стратегии.**

Это нерациональные суждения, ограничивающие нашу свободу и формирующие ригидные родительские позиции. Очень многим родителям трудно передать ребенку ответственность за его жизнь, потому что они стремятся быть хорошими родителями, подразумевая под этим примерно следующее:

- Я должен присматривать за тем, чтобы мой ребенок нормально развивался и вел себя вполне определенным образом.

- Я обязан заботиться о ребенке. В конце концов, он не виноват, что появился на свет.

- Если мой ребенок попадает в беду, я должен вызволить его из этой беды.

- Я должен жертвовать ради него всем, ибо его потребности важнее моих.

- Я должен быть начеку по отношению ко всем опасным ситуациям и защищать от них ребенка, обеспечивая его безопасность.

- Это моя обязанность – оберегать моего ребенка от страданий, неприятностей, ошибок и неудач.

*Упражнение 1. «Должен или хочу?»*

Заменить в приведенных выше высказываниях слова «должен» и «обязан» на «хочу». Какие чувства возникают при произнесении этих фраз?

*Упражнение 2. «Охапка обязанностей».*

Одного из родителей спрашивают, сможет ли он пройти по нарисованной на полу линии. Затем ему в руки дают коробки, символизирующие разного рода обязанности, которые «должен» выполнять родитель. С охапкой этих «обязанностей» пойти по линии уже куда сложнее. Интерпретируя это упражнение , родители приходят к выводу, что чрезмерная загруженность обязанностями по отношению к ребенку не позволяет видеть перспектив, «зашумляет» воспитательную стратегию, лишая ее цельности и гармоничности.

Единственная реальная защита ребенка от опасностей – это его здоровый смысл и знание, что только он сам должен распознать эти опасности и принять соответствующие решения.

**Сортировка проблем.**

Этот принцип решения проблем детско- родительских отношений был предложен Т. Гордоном. Состоит он в том, что проблемы делятся на две группы в зависимости от того, на чью жизнь – родителя или ребенка - они непосредственно влияют.

**Передача ответственности ребенку.**

При передачи ребенку ответственности за решение проблем, непосредственно затрагивающих его жизнь, необходимо выполнить следующие 10 условий:

1. Спокойная обстановка. Готовность к диалогу с обеих сторон.
2. Не заниматься попутно каким- либо другим делом.
3. Заранее подготовить высказывание.
4. Исключить из него оценки («плохо себя ведешь», «лентяй» ), и обобщения («никогда», «всегда»).
5. Говорить о конкретных действиях.
6. Говорить о своих чувствах и мыслях, желаниях, чаще используя «я», чем «ты».
7. Заверить ребенка в своем дружеском участии в его делах.
8. Не превращать все в нудную, долгую нотацию.
9. Следить за реакцией ребенка.
10. Завершить дружеским физически контактом (обнять, поцеловать, похлопать).

**Подведение итогов занятия.**

**Занятие № 8.**

***ПРАВА ЛИЧНОСТИ РОДИТЕЛЯ.***

**Цель:** осознание необходимости установления равноправных взаимоотношений с ребенком; овладение навыком использования «Я - высказываний» для решения проблем, непосредственно касающихся жизни родителя.

**Осознание степени равноправия в актуальных взаимоотношениях с ребенком.**

*Упражнение 1. «О ком я забочусь».*

Необходимо составить список людей, о которых каждый участник заботиться на данном этапе своей жизни. Как правило, люди забывают внести в этот список себя, на что, и призвано обратить внимание, данное упражнение.

*Упражнение 2. «Весы обязанностей».*

Предлагается составить два списка: первый – «Мои обязанности по отношению к ребенку»; второй – «Обязанности ребенка по отношению ко мне». Сопоставление, «взвешивание» этих списков дает повод для обсуждения степени справедливости сложившейся ситуации.

***Забота родителя о себе - необходимое условие гармоничных взаимоотношений с ребенком.***

*Упражнение 3. «Мозговой штурм».*

Группа делится на две команды, каждая из которых должна в течение определенного времени привести как можно больше аргументов в пользу тезиса: «Заботясь о себе, мы заботимся о своей семье».

**Способы позаботиться о самом себе**.

*Упражнение 4. «Лавина».*

«Представьте, что ваш дом занесло снегом во время выходных, вы не можете ни выбраться, ни связаться с кем- нибудь, ни получить помощь раньше понедельника. Вы совсем одни, у вас нет никаких обязанностей, никакой домашней работы. Придумайте, как вы используете эту критическую ситуацию, чтобы создать себе веселое времяпрепровождение. У вас есть хорошая еда, музыка, книги, игры, горячая вода, ручка и бумага, но нет телевизора и радио». После того как работа завершена, участникам предлагается осуществить эти планы в ближайший выходной: «Стоит ли ждать, когда ваш дом занесет снегом?».

В процессе обсуждения этого упражнения родители составляют список понравившихся им способов позаботиться о себе.

**Занятие № 9.**

***ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ СЕМЬИ.***

**Цель:** смоделировать наиболее комфортные отношения для своей семьи.

*Упражнение 1. «Сказка об идеальном взаимопонимании».*

Ведущий бросает мячик в аудиторию, поймавший его говорит одно предложение. В общем, должен получиться связный текст про семью, в которой царит идеальное взаимопонимание.

*Упражнение 2. «Дискуссия».*

Необходимо закончить предложения.

1. Взаимопонимание в семье - это….
2. Я вижу, когда меня понимают, если….
3. В моей семье нет \ есть взаимопонимание, потому что….

*Упражнение 3. «Скульптура семьи».*

Все участники разбиваются на команды, в каждой выбирается ведущий, который из остальных членов команды моделирует семью, где царит идеальное взаимопонимание.

После того как команды создадут свою модель семьи, они показывают ее всем остальным участникам тренинга.

В конце проводится обсуждение.

- Все ли чувствуют себя на своем месте в данной ситуации?

- Хотел бы кто- нибудь жить в такой семье?

**Вопросы к занятию.**

- Как вы влияете на психологический климат в вашей семье?

- Что может способствовать улучшению взаимопонимания в вашей семье?

- Какой психологический климат вы можете создать в своей семье?

**Подведение итогов занятия.**

**Занятие № 10.**

***РОДИТЕЛЬСКИЙ ПРАКТИКУМ.***

**Цель:** отработка комплексного применения опыта, полученного в тренинге, для решения конкретных педагогических задач; подведение итогов работы группы, осознание позитивных изменений в сфере детско- родительских отношений.

Родители устно делятся своими впечатлениями, связанными с эффективностью тренинговой работы.

- что было наиболее полезным и интересным на тренинге.

- на какие вопросы получили ответы.

- какие вопросы остались неразрешенными.