

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
профессионального образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Кафедра теории и методики начального образования

Наприенко Диана Андреевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПРОГРАММА РАБОТЫ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ ДЛЯ
ПОВЫШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование и русский язык

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой теории и методики начального
образования, канд. пед. н., доцент

Басалаева М. В.

3.06.24

(дата, подпись)

Научный руководитель

Доцент, кандидат психологических наук

Сафонова М. В.

Дата защиты 19 июня 2024г

Обучающийся: Наприенко Д. А.

3.06.24

Напри

(дата, подпись)

Оценка

отлично

(прошесью)

Красноярск, 2024

Содержание

Введение	3
Глава 1. Психолого-педагогические особенности изучения психологического благополучия младших школьников в семье.....	
1.1. Подходы к пониманию психологического благополучия в психолого-педагогической литературе	7
1.2. Семья как фактор психологического благополучия младших школьников.....	18
1.3. Методы работы педагога с родителями в целях повышения психологического благополучия младших школьников.....	26
Выводы по Главе 1.....	31
Глава 2. Эмпирическое изучение особенностей психологического благополучия младших школьников	
2.1. Методы диагностики уровня психологического благополучия младших школьников в семье.....	33
2.2. Результаты диагностики уровня психологического благополучия младших школьников в семье.....	41
2.3. Описание программы работы педагога с родителями, направленной на повышение психологического благополучия младших школьников в семье.....	56
Выводы по Главе 2.....	65
Заключение.....	67
Список использованных источников.....	69
Приложения.....	76

Введение

Сейчас, в быстроменяющемся мире, вследствие возрастания нестабильности среды, непредсказуемости тенденций развития, появления новых факторов риска, особую остроту приобретает потребность ребёнка в гармоничном взаимодействии со средой. В связи с этим важно исследовать причины внутреннего равновесия личности ребенка. Ведь психологическое благополучие детей, в частности младших школьников, значимо для их дальнейшего развития и функционирования личности.

Проблема психологического благополучия личности занимает одно из важных мест в науке, привлекая как зарубежных учёных (М. Аргайл, Э. Динер, Р. Райанаи, Э. Деси, К. Рифф и др.), так и отечественных (А.А. Кроник, А.В. Воронина, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, Е.Б. Весна, Р.М.Шамионов) [7; 44; 57].

Анализ научной литературы показал, что существует много работ, посвященных исследованию психологического благополучия у взрослых людей, студентов и подростков [53], в то время как психологическое благополучие детей младшего школьного возраста изучено в меньшей степени, что послужило основанием для выбора темы, т.к. изучение психологического благополучия важно в этот период для полноценного функционирования и развития человека в процессе всей жизни.

Наибольшее влияние на психологическое благополучие ребенка оказывает семья. Семья – это первоисточник воспитания и формирования личности ребенка. Семья дает ребенку главное – интимно-личностную связь. Социальная функция семьи – психологическая защита. Благополучие ребенка в семье определяется его отношениями со взрослыми [45].

В ФГОС НОО используется термин «психологическое благополучие». В разделе 37. Психолого-педагогические условия реализации программы начального общего образования должны обеспечить: сохранение и укрепление психологического благополучия и психического здоровья

обучающихся [1].

В связи с этим возникает необходимость взаимодействия родителей и педагога. Согласно Приказу Министерства образования и науки Российской Федерации от 3 февраля 2006 г. № 21 функцией классного руководителя является установление контактов с родителями обучающихся, оказание им помощи в воспитании обучающихся через проведение консультаций, бесед. Современный родитель часто испытывает потребность в актуальных педагогических и психологических знаниях, позволяющих решать задачи воспитания и развития ребенка. Важно, чтобы педагог и родители действовали как партнеры, ведь только совместными усилиями можно создать условия для психологического благополучия ребенка [2].

Цель исследования – на основе изучения особенностей психологического благополучия младших школьников в семье разработать программу работы педагога с родителями, направленную на повышение психологического благополучия младших школьников.

Объект исследования – психологическое благополучие младших школьников в семье; особенности родительского отношения.

Предмет исследования – взаимосвязь психологического благополучия младших школьников в семье и родительского отношения.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что психологическое благополучие младших школьников в семье:

- 1) находится на среднем уровне;
- 2) взаимосвязано с уровнем родительского контроля и требований, общения и эмоциональной поддержки;
- 3) может быть улучшено в результате работы педагога родителями, направленной на знакомство с эффективными приемами общения с ребенком, способами установления оптимальной психологической дистанции с ребенком, различными методами воспитания.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую, научную

литературу по исследуемой проблеме.

2. Проанализировать особенности психологического благополучия младших школьников в семье.

3. Подобрать методы для диагностики психологического благополучия школьников младшего возраста.

4. Проанализировать литературу по проблеме работы педагога с родителями в целях повышения психологического благополучия младших школьников.

5. Провести эмпирическое исследование психологического благополучия младших школьников и особенностей родительского отношения.

6. Проанализировать и описать особенности родительского отношения.

7. Проследить взаимосвязь между особенностями психологического благополучия младших школьников в семье и особенностями родительского отношения.

8. Подобрать методы, приемы работы с родителями в целях повышения психологического благополучия младших школьников.

9. Разработать программу работы с родителями, направленную на повышение психологического благополучия младших школьников в семье.

В ходе исследования были использованы следующие **методы**:

1. Теоретический анализ научной литературы по проблеме.

2. Тестирование.

3. Опросные методы.

4. Методы количественного и качественного анализа данных.

База исследования: МБОУ «Ирбинская СОШ 6», Красноярский край, Курагинский район, пгт. Большая Ирба, ул. Ленина д. 8 А. В исследовании приняли участие 27 школьников в возрасте 9 – 10 лет (3 «А» и 3 «В» классы) и 27 родителей.

Работа апробирована на конференции «Современное начальное

образование: проблемы и перспективы развития» в рамках XXIV Международного научно-практического форума студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» в г. Красноярске.

По теме исследования имеются 3 публикации, в том числе 1 в журнале ВАК.

Глава 1. Психолого-педагогические особенности изучения психологического благополучия младших школьников в семье

1.1. Подходы к пониманию психологического благополучия в психолого-педагогической литературе

При изучении литературы по исследуемой проблеме можно встретить такие понятия, как «психологическое здоровье», «субъективное благополучие», «психологическое благополучие». Рассмотрим их подробнее.

Многие психологи рассматривают понятие «психологическое здоровье», например А.В. Воронина, И.В. Дубровина, В.Э. Пахальян, Е.В. Советова [21; 28; 60].

Таблица 1. – Трактовки понятия «психологическое здоровье»

Авторы	Определение понятия «психологическое здоровье»
А.В. Воронина	Под психологическим здоровьем понимает процессы, которые позволяют человеку в будущем достичь зрелости, прибывать в постоянном саморазвитии, подойти к осуществлению своей жизненной задачи.
И.В. Дубровина	Психологическое здоровье находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа и позволяет выделить, собственно психологический аспект проблемы в отличие от медицинского, социального, философского и других аспектов.
В.Э. Пахальян	Психологическое здоровье есть динамичное состояние внутреннего благополучия личности, которое составляет её сущность и позволяет актуализировать свои индивидуальные и возрастно-психологические возможности на любом этапе развития.
Е.В. Советова	Считает, что психологическое здоровье - это высокий уровень социально-психологической адаптации, проявляющейся в гармоничных отношениях с окружающим и субъективным ощущением психологического комфорта.

Кроме этого встречается понятие «субъективное благополучие» [34;35; 67; 69].

Таблица 2. – Трактовки понятия «субъективное благополучие»

Авторы	Определение понятия «субъективное благополучие»
Э. Динер	Рассматривает понятие как одну из составляющих психологического благополучия. включает в себя три основных компонента: – удовлетворенность жизнью; – комплекс положительных эмоций; – комплекс отрицательных эмоций. Главный показатель благополучия – позитивные эмоции.
О. А. Кислицына	Субъективное благополучие отражается в состоянии психологического благополучия самого субъекта и зависит от его чувств, жизненного опыта, точки зрения на события, происходящие в данный момент. Проявляется в шести аспектах: физический аспект; материальный аспект; социальный аспект; эмоциональный аспект; развитие; активность – творчество и увлечения в свободное время.
Л.В.Карапетян	Субъективное благополучие определяется человеком как субъектом состоянием удовлетворения, основанное на достижении необходимых благ, не всегда совпадающее с объективными условиями.
Р.М. Шамионов	Под субъективным благополучием понимает эмоционально – оценочное отношение человека к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное для него значение с точки зрения усвоенных нормативно – ценностных и смысловых представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде, выражающееся в удовлетворенности ею, ощущении счастья.

Так же можно встретить понятие «психологическое благополучие». Современные отечественные исследователи П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленкова понимают психологическое благополучие как целостное переживание, выраженное в субъективном ощущении счастья, удовлетворенности своей жизнью и собой. Исходя из этого, благополучие -

субъективное явление, которое напрямую зависит от системы внутренних оценок самого носителя данного переживания [63].

Таблица 3. – Трактовки понятия «психологическое благополучие» [15; 58; 66]

Авторы	Определение понятия «психологическое благополучие»
К.Д. Рифф	Рассматривает психологическое благополучие как интегральный показатель, включающий в себя различную степень выраженности основных его составляющих: личностный рост, самопринятие, управление средой, автономия, цели в жизни, позитивные отношения с окружающими.
Р.М. Шамионов	Определяет психологическое благополучие как собственное отношение человека к своей личности, жизни и процессам, имеющим важное значение для личности с точки зрения усвоенных нормативных представлений о внешней и внутренней среде их характеризующееся ощущением удовлетворенности.
Н.М. Брэдбёрн	Раскрыл психологическое благополучие с точки зрения ощущения субъективного счастья или несчастья – общей удовлетворенности жизнью.

В этой работе мы будем подробнее рассматривать понятие «психологическое благополучие» и будем придерживаться мнения Р.М. Шамионова.

Существуют разные подходы к пониманию психологического благополучия. Сначала рассмотрим эвдемонистическое направление исследований, в рамках которого изучали благополучие личности отечественные и зарубежные ученые: А.А. Кроник, А.В. Воронина, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, Е.Б. Весна, О.С. Ширяева, К. Рифф. Важным постулатом здесь выступает личностный рост, как главный и самый необходимый аспект благополучия, показателем которого является позитивное функционирование личности.

А.А. Кроник выделяет следующие эвдемонистические установки, формирующие отношение человека к возможным способам обретения

благополучия (счастья) [36].

- Гедонистические
- Аскетические
- Деятельные
- Созерцательные

Эти установки – психологический материал, который характеризует, где и в какой области объективной деятельности личность стремится самоосуществиться, а также как с помощью каких именно психологических способов она пытается это сделать. Психологические способы обретения счастья, для автора, есть способы саморегуляции человеком своей мотивации к миру. Он выделяет две формы такой саморегуляции: усиление человеком значимости мира и усиление своих возможностей. На основе форм саморегуляции образуется четыре относительно независимых принципа саморегуляции.

Таблица 4. – Принципы саморегуляции человеком своей мотивации к миру по А.А. Кронику

Название принципа	Описание
Принцип максимизации полезности мира (стиль жизни - гедонизм)	Состоит в стремлении человека к максимально полезным, полностью удовлетворяющим его потребности объектам. Полезность субъективно отражается в эмоциональном состоянии приятного, значит, максимизация полезности одновременно означает стремление к поиску положительно окрашенных эмоциональных переживаний разной интенсивности.
Принцип минимизации потребностей (стиль жизни - аскетизм)	Состоит в стремлении человека к уменьшению интенсивности (степени напряжения) движущих им потребностей. Такое стремление может иметь место в случае, когда собственно удовлетворение потребностей невозможно.

Принцип максимизации способностей (деятельный)	Состоит в стремлении человека к всестороннему развитию и самосовершенствованию в физическом и духовном отношении. Стиль жизни в этом случае носит деятельный характер самосовершенствования.
Принцип минимизации сложности (созерцательный стиль жизни)	Состоит в стремлении человека к упрощению своего мира в целом и к упрощению конкретных объектов – целей его деятельности. Это стремление может проявляться в тех случаях, когда сложность цели превышает уровень способностей человека, либо когда в масштабах имеющегося у человека времени цель труднодостижима.

А.В. Воронина определяет психологическое благополучие как системное качество личности, которое обретается в процессе жизнедеятельности и переживается человеком в содержательной наполненности и ценности жизни. В результате сформированности психологическое благополучие выражается в личностных качествах, являющихся залогом удачного и продуктивного осуществления человеком своей жизнедеятельности на личностном и социальном уровнях [16].

А.В. Воронина разработала уровневую модель психологического благополучия. На разных уровнях пространства бытия человека, закладываются внутренние интенции (сознательные и бессознательные ресурсные установки). Они складываются в качественные своеобразно-иерархические уровни психологического благополучия человека:

- психосоматическое здоровье,
- социальная адаптированность,
- психическое здоровье,
- психологическое здоровье.

Эта модель дает понять, что в процессе развития и воспитания ребенок переходит на каждый следующий уровень с новым видением себя, мира и себя в этом мире. В силу этого, он приобретает новые возможности для

реализации замыслов, творческой активности, большую «степень свободы» для выбора путей адекватного реагирования.

П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленкова феномен «психологическое благополучие» рассматривали как субъективное явление, сложное переживание человеком удовлетворенности собой и собственной жизнью, напрямую зависящее от системы внутренних оценок самого носителя данного переживания. На основе сложного переживания человеком удовлетворенности собственной жизнью авторами было выделено актуальное психологическое благополучие и идеальное психологическое благополучие. Причем представление человека об «идеальном» становится важнейшим инструментом оценки им своего существования [68].

П.П. Фесенко выделяет следующие уровни психологического благополучия:

- низкий – обусловлен преобладанием негативного аффекта (человек несчастлив)
- высокий – преобладание позитивного аффекта (счастье)

Стоит отметить, что психологическое благополучие напрямую зависит от условий, в которых находится ребенок. Для младшего школьника психологическое благополучие является необходимым условием становления, формирования учебной деятельности мотивации личности [19].

Е.Б. Весна, О.С. Ширяева рассматривают в качестве одного из основных критериев психологического благополучия - субъективное благополучие [18].

Таблица 5. – Основные подходы к пониманию благополучия Е.Б. Весны и О.С. Ширяевой

Авторы	Базовый конструкт	Компоненты/ модель благополучия
Е.Б. Весна, О.С. Ширяева	Психологическое благополучие - совокупность необходимых личностных ресурсов, обеспечивающая субъективную и объективную успешность личности в системе «субъект-среда»	Компоненты благополучия: <ul style="list-style-type: none"> • аффективный, • метапотребностный, • мировоззренческий, • интрарефлексивный, • интеррефлексивный.

Американская исследовательница К. Рифф, проанализировав различные подходы к исследованию субъективного благополучия в разных сферах жизни, разработала структуру благополучия: [31]



Рис. 1. – Структура благополучия К. Рифф

Все вышеперечисленное – те психологические блага, которыми должен обладать психологически благополучный человек. Также К. Рифф разработала опросник психологического благополучия («Шкала психологического благополучия К. Рифф»). В настоящее время имеются адаптированные русскоязычные версии данной методики.

Далее рассмотрим гедонистический подход зарубежных психологов: Н.М. Бредберна, Э. Динера, М. Селигмана, М. Аргайла, Э.Л. Деси и

М. Ричарда. Базовым понятием данного подхода является – «субъективное благополучие», которое рассматривается как когнитивный компонент удовлетворенности жизнью. То есть психологическое благополучие здесь является состоянием психологического комфорта с преобладанием положительных эмоций.

Н.М. Брэдберн разработал широко признанную в научных кругах модель психологического благополучия – «Шкала баланса аффектов». Она до сих пор применяется в исследованиях, связанных с изучением различных аспектов психологического благополучия. Брэдберн исследовал зависимости, существующие между уровнем психологического благополучия и различными социальными факторами. С его точки зрения, модель представляет баланс, достигаемый постоянным взаимодействием двух видов аффекта: [38]

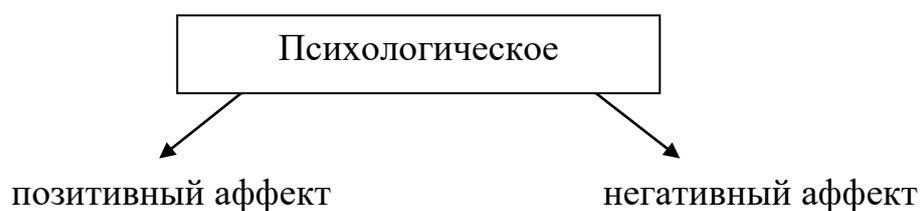


Рис. 2. – Виды аффекта по Н.М.Брэдбёрну

Э. Динер в своих работах ввел понятие «субъективное благополучие», которое рассматривается им как одна из составляющих психологического благополучия. Субъективное благополучие состоит из трёх основных компонентов: [27]



Рис. 3. – Компоненты субъективного благополучия Э. Динер

Сам автор считает речь здесь идёт о когнитивной (интеллектуальная оценка удовлетворённости различными сферами своей жизни) и эмоциональной (наличие плохого или хорошего настроения) сторонах самопринятия. Многие люди в той или иной ситуации оценивают то, что с ними происходит, то есть дают интеллектуальную оценку, окрашенную эмоцией. Субъективное благополучие служит не просто показателем того, насколько человек погружён в депрессию или тревогу, но и должно демонстрировать насколько один человек счастливее другого, получается, Э.Динер уравнивает субъективное благополучие с переживанием счастья. Таким образом:

Счастье = Удовлетворенность жизнью + Позитивная аффективность

М. Селигман разработал модель, названную им «модель подлинного счастья», постулатами которой являются три пути к счастью: [25]

- приятная жизнь
- хорошая жизнь
- осмысленная жизнь

Такие подходы определяют и психологическое благополучие личности. В приятной жизни человек стремится к положительным эмоциям; в хорошей – строить свой жизненный путь в соответствие со своим предназначением; в осмысленной – стремится выйти за пределы самого себя.

Близким к понятию «благополучие» является понятие «счастье». По

определению М. Аргайла, счастье как удовлетворенность человека своей жизнью определяется через частоту и интенсивность положительных эмоций. Наиболее значимыми для удовлетворенности жизнью в целом, для состояния счастья, по М. Аргайлу, являются следующие факторы:

1. Здоровье.
2. Наличие близких социальных связей.
3. Удовлетворенность работой.
4. Наличие свободного времени для досуга.
5. Личностные качества (самооценка, экстраверсия, осмысленность жизни).
6. Положительные эмоции (хорошее настроение).

Менее значимой является материальная обеспеченность, практически не влияющими на состояние счастья являются возраст и пол. Таким образом, по М. Аргайлу, человек любого возраста может чувствовать себя счастливым [9].

Э.Л. Деси и Ричарда М. Райан – авторы одной из наиболее известных теорий самодетерминации (ТСД) [24]. Самодетерминация – это построенная на эмпирических данных теория мотивации человека, его развития и благополучия. В первую очередь, это касается таких вопросов, как развитие личности, универсальные психологические потребности, жизненные цели и устремления, энергия и жизненные силы, бессознательные процессы, отношение к мотивации в культуре и влияние социального окружения на мотивации, поведение и благополучие. В рамках ТСД существуют две различные концепции [55].

Таблица 6. – Концепции по Э. Л. Деси и М. Ричарду

Концепция причинных ориентаций			Концепция стремления к жизненной цели	
Автономная ориентация	Контролируемая ориентация	Безличная ориентация	Внутренние стремления	Внешние устремления
-	- соотносится с	- связана с	- включают в себя	- включают в себя такие цели,

соотносится с психологическим здоровьем и эффективными поведением	ригидным (сопротивляющимся) функционированием и уменьшением благополучия	плохим функционированием и болезненностью и недостатком жизненных сил	такие жизненные цели, как: <ul style="list-style-type: none"> • потребность в причастности к какой-либо группе • генеративность (потребность воспитывать, направлять) личностное развитие 	как: <ul style="list-style-type: none"> • стремление к здоровью • славе привлекательности
---	--	---	---	---

Рассмотрим основные факторы, влияющие на психологическое благополучие личности [3; 29].

Таблица 7. – Анализ основных факторов личностного благополучия

Название фактора	Составляющие фактора	Описание
Внешние (внеличностные) факторы	Биологические	витальность, как интегральный фактор здоровья, пол, возраст
	Социальные	семейные и межличностные отношения
	Материальные	уровень доходов, жилищно-бытовые условия, качество отдыха и досуга
Личностные факторы (психологические)	свойства темперамента	определяет формально-динамические характеристики психической активности
	базовые свойства личности	играют центральную роль в организации поведения человека
	позитивные черты характера	направлены на позитивные поступки и действия
Субъективно – личностные факторы	аффективный компонент	устойчивое, глобальное, позитивное отношение к себе и миру
	когнитивно-аффективный компонент	представляет собой совокупность интегрально-устойчивых оценок себя и окружающего мира
	когнитивный компонент	устойчивая совокупность позитивных знаний о себе и мире

Выделяются факторы, влияющие на психологическое благополучие личности.

Таблица 8. – Факторы, включенные в обеспечение благополучия

Название фактора	Составляющие фактора
Первый фактор	Включает компоненты благополучия, которые связаны с автономностью поведения; описывают самопринятие и отношения с окружающими и то, насколько личность готова к развитию
Второй фактор	Включает в себя аффективные и защитные компоненты: способность интегрировать и контролировать аффекты; способность защищать отношения от беспокоящих импульсов
Третий фактор	Включает регулятивные компоненты, описывающие склонность к обдумыванию поступков, планирование поведения; контроль над образом жизни и здоровья, отношение к болезни
Четвертый фактор	Включает интерперсональные компоненты: склонность испытывать привязанность, чувство вины
Пятой фактор	Включает компоненты социальной направленности: выбор социальной дистанции, приспособляемость в различных социальных ситуациях

Итак, мы рассмотрели встречающиеся понятия при изучении темы «психологическое благополучие», выделили факторы, влияющие на благополучие личности. Можно сделать вывод, что понятия «психологическое здоровье», «субъективное благополучие», «психологическое благополучие» связаны друг с другом. Далее мы рассмотрим особенности психологического благополучия учащихся начальных классов в семье.

1.2. Семья как фактор психологического благополучия младших школьников

Для того чтобы рассмотреть особенности психологического благополучия младших школьников в семье, нужно составить представления о семье как факторе психологического благополучия.

Для ребенка, который обладает психологическим благополучием, характерны следующие черты: [48]

1. Доверие к миру и людям.
2. Проявление гуманных чувств.
3. Сопереживание и чувство состояния других.
4. Присутствие позитивных эмоций и наличие чувства юмора.
5. Потребность в телесном контакте.
6. Чувство удивления.
7. Вариативность поведения.
8. Способность к произвольному усилию с целью преодоления препятствий или исключения дискомфорта, включая ситуации соревнования.
9. Наличие положительного подкрепления самого себя и собственных действий.
10. Осознание аспектов собственного поведения в зависимости от возраста.

Психологически благополучный ребёнок – в первую очередь, спонтанный и творческий. Ему свойственна радость от жизни и веселое настроение. Он познает окружающий мир и самого себя не только с помощью разума, но и через чувства и интуицию. Он принимает себя и принимает ценность и уникальность других людей[20].

Выделяют три основные группы факторов, влияющих на психологическое благополучие ребенка в семье.

Таблица 9. – Факторы, влияющие на психологическое благополучие ребенка в семье [52].

Социально-психологический фактор		Социально-культурный фактор	Социально-экономический фактор
Это гармония супружеских взаимоотношений, семейного воспитания, детско-родительские отношения		Обусловлен ускорением темпа жизни, дефицитом времени, загруженностью родителей, их невротизацией	Неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, занятость родителей, ранний выход матери на работу, определение ребенка в ясли или обращение к услугам няни, ранняя разлука с матерью
Стиль воспитания - это способ воспитания своего ребенка, применение родителями определенных приемов и методов воздействия на ребенка, выражающиеся в своеобразной манере словесного обращения и взаимодействия с ребёнком	Согласованность в воспитании между родителями - это непротиворечивые, согласованные методы воспитания у матерей и отцов		

Принято выделять шесть основных стилей семейного воспитания, каждый из которых имеет свои особенности и по-разному отражается на психике и личностном развитии ребёнка.

Таблица 10. – Стили семейного воспитания [33; 40]

Стиль семейного воспитания	Описание	Влияние стиля воспитания на поведение ребенка
Авторитарный	Родители считают, что ребенку не следует предоставлять слишком много свободы и прав - он должен во всем подчиняться их воле, авторитету. Жесткий контроль над поведением ребенка — основа их воспитания, которое не идет дальше суровых запретов, выговоров и нередко — физических наказаний. Наиболее часто встречающийся способ дисциплинарного воздействия — запугивание, угрозы. Такие родители исключают душевную близость с детьми, они редко хвалят ребенка из чего часто следует отсутствие привязанности.	Дети авторитарных родителей с трудом устанавливают контакты со сверстниками. Чаще они насторожены и враждебны к окружающим. Дети подозрительны, угрюмы, тревожны и вследствие этого — несчастны.
Либерально – попустительский (гипоопека)	Общение строится на принципе вседозволенности и низкой дисциплины. Для самоутверждения ребенок использует капризы, требования демонстративно обижается. Ребенок не выполняет указания и требования взрослых. Родители заботливы и внимательны. Они дают возможность ребёнку проявить себя, показать свою индивидуальность. Таким родителям сложно установить границы дозволенного, допустимого поведения своих детей. Они частенько	Ребенок вырастает эгоистичным, конфликтным, постоянно недовольным окружающими людьми человеком, что не дает ему возможность вступать в нормальные социальные взаимоотношения и эмоциональные прочные связи с людьми. В школе у такого ребенка возможны частые конфликты, поскольку он не приучен уступать, слушаться старших, следовать законам и правилам. Ребенок более подвержен

Продолжение таблицы 10

	поощряют чересчур раскованное и неуместное поведение своего ребенка.	психологическим проблемам, фобиям, депрессиям. В будущем он будет не способен противостоять жизненным проблемам, у него возникнут трудности с социальным взаимодействием, что в свою очередь приведет к несформированности адекватной самооценки и чувства собственного достоинства.
Гиперопекающий	Родители лишают ребенка самостоятельности в физическом, психическом, а так же социальном развитии. Они постоянно находятся рядом с ним, решают за него его проблемы, живут вместо него, излишне опекают его. Гиперопека подавляет инициативу, волю и свободу ребенка, его энергию и познавательную активность, лишает самостоятельности, воспитывает покорность, безволие, беспомощность. При гиперопекающем стиле воспитания родители неосознанно тормозят формирование у ребенка различных навыков и умений, развитие настойчивости в достижении цели, трудолюбия.	Ребенок растет беспомощным, инфантильным, неуверенным в себе, невротизированным, тревожным, плаксивым. В последствии у него возникают трудности в социализации. Гиперопека, контроль, ограничения и запреты разовьют у ребенка умение хитрить, обманывать и скрывать. Ребенок начнет использовать ложь, как средство самозащиты от родителей, которые постоянно пытаются контролировать их личную жизнь, что в итоге приведет к отчуждению от них. Последствия такого семейного воспитания - формирование зависимости и негативного влияния других людей. Именно гиперопекавиновата, что дети вырастают "маменькиными сынками".
Отчужденный	Родители безразличны к личности ребенка. Родители не	Подобное безразличное отношение родителей делает

Продолжение таблицы 10

	<p>замечают ребенка, не заинтересованы его развитием и духовным внутренним миром. Они держат ребенка от себя на расстоянии. Дети предоставлены сами себе. Наблюдается чаще в неблагополучных семьях, где один или оба родителя злоупотребляют алкоголем или наркотиками.</p>	<p>ребенка одиноким и глубоко несчастным, неуверенным в себе. У него пропадает желание общаться, может сформироваться агрессивность к людям. В подростковом возрасте такие дети часто имеют проблемы с законом.</p>
Хаотический	<p>Наблюдается при отсутствии единого последовательного подхода к воспитанию ребенка: отсутствуют четкие требования к ребёнку. Возникает на почве разногласий родителей при выборе средств и методов воспитания Родители постоянно выясняют отношения между собой и нередко в присутствии ребенка, что приводит к возникновению невротических реакций у ребенка. Непредсказуемые действия и реакции родителей лишают ребёнка чувства стабильности, провоцируют повышенную неуверенность, тревожность, импульсивность, агрессивность, социальную дезадаптацию.</p>	<p>Ребенку необходимо наличие четких конкретных ориентиров в оценках и поведении, и стабильность. Родители, применяющие разные стили воспитания и общения лишают ребенка такой стабильности, формируют неуверенную в себе, тревожную, импульсивную, в некоторых случаях агрессивную и неуправляемую личность. При таком стиле воспитания у ребенка не сформируется самоконтроль, чувство ответственности за себя и других людей. Ребенок будет отличаться незрелостью суждений.</p>
Демократический	<p>Наиболее эффективный стиль семейного воспитания. Родители учитывают нужды и потребности своего ребенка, поощряют любую его инициативу самостоятельность,</p>	<p>Дети растут активными, самостоятельными, любознательными, полноценными личностями с развитым чувством собственного достоинства и</p>

Окончание таблицы 10

	<p>помогают ему, Выражают ребёнку свою любовь и доброжелательность, Родители обсуждают семейные проблемы совместно с детьми и учитывают их мнение при принятии решений. А так же в свою очередь требуют осмысленного поведения от детей, проявляют твердость и последовательность в соблюдении дисциплины. Ребенок находится в активной позиции, что дает ему опыт самоуправления, повышает уверенность в себе, своих силах. Дети в таких семьях прислушиваются к советам родителей, знают слово «надо», умеют дисциплинировать себя и выстраивать дружеские отношения. Взаимопонимание между родителями и детьми достигается путем убеждений, обсуждений, компромисса, доводов. Родители всегда выслушивают, дают возможность ребёнку взять на себя ответственность за совершенные поступки и действия.</p>	<p>ответственностью за себя и близких ему людей. Дети хорошо учатся в школе, менее подвержены негативному влиянию сверстников, умеют хорошо ладить и строить взаимоотношения с людьми. Ребёнок вырастает компетентным, ответственным, независимым, уверенным в себе, обладающим адекватной самооценкой, умеющий контролировать свои желания и как правило, такой ребенок добивается больших успехов в жизни. Дети знают, что родители всегда смогут его выслушать и помочь.</p>
--	--	---

Таким образом, можно выделить 4 параметра отношений ребенка и родителя, оказывающие наибольшее влияние на психологическое благополучие ребенка:

Таблица 11. – Параметры отношений ребенка и родителей [10; 11]

Название параметра	Описание
Родительский контроль	Родители оказывают большое влияние на детей. Они способны настаивать на выполнении своих требований. Контролирующие действия направлены на модификацию проявлений зависимости у детей, развитие игрового поведения, агрессивности, а также на более совершенное усвоение родительских стандартов и норм.
Родительские требования	Побуждают к развитию у детей зрелости. Родители стараются, чтобы дети развивали свои способности в интеллектуальной и эмоциональной сферах, межличностном общении. Настаивают на необходимости и праве детей на самостоятельность.
Способы общения с детьми в ходе воспитательных воздействий	Родители стремятся использовать убеждение с тем, чтобы добиться послушания, обосновывают свою точку зрения и одновременно готовы обсуждать ее с детьми, выслушивают их аргументацию. Родители с иным стилем воспитания прибегают к крикам, жалобам и ругани.
Эмоциональная поддержка	Родители способны выражать сочувствие, любовь и теплое отношение. Действия и эмоциональное отношение направлены на содействие физическому и духовному росту детей, они испытывают удовлетворение и гордость от успехов детей.

Из вышеперечисленного следует, что благополучность ребенка зависит от наличия в родительском отношении всех четырех измерений — контроля, требовательности к социальной зрелости, общения и эмоциональной поддержки, т.е. оптимальным условием воспитания является сочетание высокой требовательности и контроля с демократичностью и принятием.

Теплые, близкие и продолжительные отношения, в которых ребёнок и его близкий взрослый находят удовлетворение и радость – основа для

дальнейшего благополучного развития ребёнка, формирования его поисковой активности, благодаря которой развиваются разнообразные способы совладающего поведения, что, в конечном счете, обеспечивает успешную адаптацию как на внутриличностном уровне, так и в процессе социального взаимодействия с другими людьми.

Раньше было принято считать, что, если ребенок из неблагополучной семьи, то он обязательно склонен к психологическому неблагополучию. На сегодняшний день выделяют прочие факторы влияния: личностные особенности ребенка, особенности восприятия детьми окружающей среды – это значит, что ребёнок, находящийся в материально обеспеченной семье, может испытывать чувство одиночества ввиду нехватки родительского внимания или трудностей в принятии или непринятии его сверстниками, из-за гиперопеки родителей и ряда других причин [30].

Таким образом, выявление этих факторов поможет в работе по устранению неблагоприятных условий и позволит снизить количество психологически неблагополучных детей.

1.3. Методы работы педагога с родителями в целях повышения психологического благополучия младших школьников

Взаимодействие родителей и педагогов в воспитании школьников рассматривается как взаимная деятельность ответственных взрослых, направленная на введение детей в пространство культуры, постижение ее ценностей и смысла. Взаимодействие позволяет совместно выявлять, осознавать и решать проблемы воспитания детей, а также обеспечивает необходимые глубинные связи между воспитывающими взрослыми в контексте развития личности ребенка, позитивно отражающиеся на его физическом, психическом и социальном здоровье [12, 54].

Кроме того, регулярное и, главное, неформальное общение с семьями

учащихся позволит учителю сформировать у родителей положительный настрой на анализ проблем обучения, воспитания и развития их детей, правильно определить причины и источники неблагополучия в семье, выбрать наиболее адекватные пути их решения. Рассмотрим некоторые формы и методы работы с родителями [37; 41].

Основная задача **родительского семинара** — расширение знаний родителей о психологии воспитания, о педагогических приемах взаимодействия с детьми; изменение отношения родителей к самому процессу воспитания. На семинарах родители учатся более адекватно воспринимать друг друга, у них меняется представление о своем ребенке, расширяется спектр воспитательных приемов, которые затем апробируются в повседневной жизни. Они вовлекаются в обсуждение и осмысление своих семейных проблем, обмениваются опытом, в ходе групповых дискуссий вырабатывают пути разрешения семейных конфликтов [39].

В процессе такой работы с родителями могут быть использованы следующие приемы:

Мини-лекции приглашенных специалистов (педагогов, психологов, социальных работников, дефектологов и т.п.) по отдельным вопросам. С этой целью заранее специально подбираются темы, интересующие родителей. Необходимо следить, чтобы темы излагались простым языком, образно, живо и убедительно.

Групповые дискуссии, в основе которых — конкретные педагогические ситуации, пережитые родителями. Ситуации могут быть предложены и педагогами. Цель дискуссии заключается в совместной выработке оптимального подхода к решению той и иной жизненной ситуации, основываясь на понимании ее психологического и педагогического смысла [14].

Книжная терапия, суть которой заключается в обсуждении содержания специально подобранных педагогом к семинару научно -

популярных, методических пособий, посвященных проблемам семейной жизни и семейного воспитания.

Помимо родительских семинаров большое значение имеет групповое и индивидуальное **консультирование** [8]. Консультации для родителей проводят педагоги, психолог, социальный педагог, медицинская сестра, логопед и другие специалисты. Функции и содержание консультаций различны. Особое внимание на психологической консультации уделяется: выявлению внутрисемейных отношений, оказывающих воздействие на личность ребенка; психологической коррекции; повышению общей психолого-педагогической культуры родителей [59].

В родительских группах часто используются игровые приемы работы: разыгрываются ситуации взаимодействия с детьми в семье, ситуации поощрения и наказания, отрабатываются приемы общения с детьми. На групповых консультациях общепедагогические положения рассматриваются в конкретном приложении к определенным частным случаям. Консультация может носить либо выраженный инструктивный характер, либо проходить в форме обсуждения сложных воспитательных ситуаций, которые вызывают затруднения у родителей. Это делает консультирование важным элементом в общей системе работы с родителями [32].

Классное **родительское собрание** до сих пор является основной формой взаимодействия учителя с родителями. Оно призвано стать местом обсуждения актуальных проблем учебно-воспитательной работы, проведения бесед педагогического содержания, организации обмена опытом по воспитанию детей в семье, анализа нестандартных подходов к реализации воспитательных задач и т.д.

Родительское собрание, являясь традиционной формой работы с родителями, может быть построено по новому, используя различные приемы и подходы (диспуты, элементы деловой игры, обсуждение книг или фильмов). К родительским собраниям можно приурочить различные мастер

классы и интерактивные приемы работы с родителями [23; 49].

Например, упражнение «Хочу понять». Инструкция: «Продолжите неоконченные предложения таким образом, как, по вашему мнению, закончил бы их ваш ребёнок».

Предложения:

- Мне бывает радостно, когда...
- Мне бывает страшно, когда...
- Я огорчаюсь...
- Я очень грущу, когда...
- Я очень горжусь...
- Я мечтаю...
- Я хочу...

Родители могут сравнить свои варианты окончания предложений с ответами детей. Заранее педагог или педагог-психолог выполняют этот тест с детьми. Совпадения ответов родителя и ребёнка свидетельствуют о способности поставить себя на место ребёнка. В заключение можно провести обсуждение о понимании результатов совпадений или их отсутствия [6].

Хорошо себя зарекомендовала **клубная форма работы с семьей**. Это форма объединения родителей, учащихся и педагогов, одним из назначений которой является формирование их компетентности на основе доверительно-делового взаимодействия школы и семьи. Данное объединение направлено в первую очередь на обеспечение психолого-педагогической поддержки семей [4].

Еще одной формой работы с родителями являются **практические занятия**, направленные на выработку и закрепление педагогических умений и навыков мам и пап. Разрыв между теоретическими представлениями родителей о методах и средствах воспитания и умением применять их на практике является наиболее характерным недостатком образовательной системы. Так, например, родителям (после теоретического ознакомления с

определенными аспектами воспитательной деятельности) можно предложить проиграть различные жизненные ситуации, в том числе и конфликтные. Умение идти на компромисс, слушать, разрешать спорные ситуации, понимать позиции другого человека и многое другое — это важные моменты в общении с детьми. Проигрывание различных «скандальных» сюжетов помогает родителям и детям найти способы взаимоопределяемых решений, позволяет посмеяться над ситуацией, а значит, посмотреть на нее со стороны, без излишней эмоциональной включенности. Также практическим путем можно проводить коуч-занятия по решению проблем общения детей и родителей, заниматься созданием и анализом различных ситуаций, организацией совместных мероприятий [13;61].

Очень эффективным считается проигрывание и анализ конкретных ситуаций. В ходе такой работы родитель может со стороны, по новому взглянуть на ситуации, которые случилась в его взаимоотношениях с ребенком. Проанализировать свое поведение, увидеть мотивы ребенка. Также с помощью данного метода можно не только проиграть ситуации, которые уже случились, но и проанализировать возможные исходы при определенном поведении в настоящем.

Большие возможности в улучшении работы с родителями со стороны педагога, укреплении связей с ними открывают современные информационные технологии. Они могут быть использованы как в организации рассмотренных выше мероприятий, так и для оперативного информирования родителей, к примеру, в форме вебинара. Педагоги сегодня не могут оставаться в стороне от передовых технологий, которыми насыщено современное информационное общество. Они активно прибегают к помощи тех средств, которые дают возможность педагогам и родителям не только общаться, но и организовывать обмен различными интересными материалами, оперативное решение вопросов по разным направлениям учебной и воспитательной работы.

Таким образом, у педагога имеется набор методов для работы с родителями. Все вышеуказанные методы будут способствовать работе с родителями в целях оказания помощи ребенку и решающим условием положительного взаимодействия, будут считаться доверительные отношения между школой и родителями.

Выводы по Главе 1

Анализ научной литературы по теме психологического благополучия, позволяет сделать следующие выводы:

1. Существуют разные понятия, которые касаются темы психологического благополучия – «психологическое здоровье», «субъективное благополучие», «психологическое благополучие» и они связаны между собой.

2. Понятие «психологическое благополучие» не является однозначным, разные психологи и педагоги определяют его по-разному. В общем это понятие можно свести к состоянию человека, выраженное отношением к себе, жизни и процессам, имеющим важное значение для личности.

3. Существуют разные подходы к пониманию психологического благополучия – эвдемонистическое направление (А.А. Кроник, А.В. Воронина, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, Е.Б. Весна, О.С. Ширяева, К. Рифф) и гедонистический подход (Н.М. Бредберна, Э. Динера, М. Селигмана, М. Аргайла, Э.Л. Деси и М. Ричарда).

4. Психологическое благополучие у детей характеризуется доверием к миру и людям; проявлением гуманных чувств; сопереживанием и умением чувствовать состояния других; присутствием позитивных эмоций и наличием чувства юмора; потребностью в телесном контакте; чувством удивления; вариативностью поведения; способностью к произвольному усилию с целью преодоления препятствий или исключением дискомфорта, включая ситуации соревнования; наличием положительного подкрепления самого себя и собственных действий; осознанием аспектов собственного поведения в зависимости от возраста.

5. Выделяют факторы, которые влияют на психологическое благополучие младших школьников в семье: социально-психологический

фактор; социально-культурный фактор; социально-экономический фактор.

6. Наибольшее влияние на психологическое благополучие в семье на ребенка оказывают 4 параметра отношений ребенка и родителя: контроль, требования, общение и эмоциональная поддержка.

7. У педагога имеется набор методов для работы с родителями в целях повышения психологического благополучия младших школьников в семье к таким формам работы относятся: родительские семинары, родительские собрания, практические занятия, проигрывание ситуаций и клубная форма работы. Работа с родителями может осуществляться как в групповой, так и в индивидуальной форме. При работе с родителями используются информационные технологии, что позволяет осуществлять своевременный обмен информацией.

Глава 2. Эмпирическое изучение особенностей психологического благополучия младших школьников

2.1. Методы диагностики уровня психологического благополучия младших школьников в семье

В предыдущих параграфах мы рассмотрели понятие «психологическое благополучие», и семью как фактор психологического благополучия младших школьников. Выделили признаки психологически благополучного младшего школьника, а также стили семейного воспитания и их влияние на психологическое благополучие школьников младшего возраста.

Для их диагностики был подобран диагностический комплекс.

1. Для изучения субъективного уровня счастья младших школьников была выбрана методика: **Шкала «удовлетворенностью жизни» Э. Динера**. Эта методика заключается в том, что младший школьник должен пройти короткий тест, в котором ему следует дать ответы на пять вопросов, касающихся их «областей жизни». Такие области – важные жизненные аспекты. Это может быть семья, друзья, хобби, самореализация и пр. Каждый человек сам определяет, какие аспекты для него особенно важны. Именно из этого и складывается субъективная оценка жизни. Отвечать на вопросы надо максимально честно. Здесь нет верных или неверных ответов – тест показывает субъективное восприятие жизни. Каждый вопрос оценивается по 7-балльной шкале. Исходя из количества баллов, можно определить следующие показатели уровня удовлетворённости жизнью:

- 30–35 баллов — в высшей степени доволен, результат намного выше среднего.
- 25–29 баллов — очень доволен, результат выше среднего.
- 20–24 баллов — более-менее доволен, средний результат для взрослого человека.
- 15–19 баллов — слегка недоволен, результат чуть ниже среднего.

- 10–14 баллов — недоволен, результат явно ниже сред него.
- 5–9 баллов — очень недоволен, результат намного ниже среднего [62; 69].

Таким образом, шкала субъективного счастья измеряет эмоциональное переживание индивидом собственной жизни как целого, отражающее общий уровень психологического благополучия.

2. Для изучения внутреннего мира ребёнка и диагностики внутрисемейных отношений, была выбрана методика **«Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и С. Кауфмана**. Она поможет выявить взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка, показывает, как он воспринимает других членов семьи и свое место среди них. Тест КРС состоит из двух частей: рисование своей семьи и беседы после рисунка. Ребенку предлагается нарисовать свою семью так, чтобы каждый член семьи был занят каким-либо делом. Во время рисования следует записывать все спонтанные высказывания ребенка, отмечать его мимику, жесты, а также фиксировать последовательность рисования. По окончании рисунка уточняются детали, ребенок называет изображенных членов семьи. Беседа проводится по следующей схеме:

1. Кто нарисован на рисунке, что делает каждый член семьи.
2. Где работают или учатся члены семьи.
3. Как в семье распределяются домашние обязанности.
4. Каковы взаимоотношения ребенка с остальными членами семьи.

В системе количественной оценки КРС учитываются формальные и содержательные аспекты рисунка. Формальными особенностями рисунка считается количество линии рисующего, положение объектов рисунка на бумаге, стирание рисунка или его отдельных частей, затушевывание отдельных частей рисунка. Содержательными характеристиками рисунка являются изображаемая деятельность членов семьи, представленных на рисунке, их взаимодействие и расположение, а также отношение вещей и

людей на рисунке.

При интерпретации КРС основное внимание обращается на следующие аспекты:

1) анализ структуры рисунка семьи (сравнение состава реальной и нарисованной семьи, расположение и взаимодействие членов семьи на рисунке);

2) анализ особенностей рисунка отдельных членов семьи (различия в стиле рисования, количество деталей, схема тел отдельных членов семьи);

3) анализ процесса рисования (последовательность рисунка, комментариев, паузы, эмоциональные реакции во время рисования).

Для теста разработана система количественной оценки. Было выделено пять симптомокомплексов: [26; 51]

1. Благоприятная семейная ситуация.
2. Тревожность.
3. Конфликтность в семье.
4. Чувство неполноценности.
5. Враждебность в семейной ситуации.

3. Многие нарушения в психологическом благополучии ребёнка, его поведении и развитии связаны либо с нехваткой внимания, либо с чрезмерным контролем, опекой со стороны родителей. **Методика И.М. Марковской «Мера заботы»** поможет понять уровень влияния, оказанного на детей родителями, и разобраться, насколько верна их воспитательная позиция. Дается 15 утверждений. Напротив каждого из них нужно отметить соответствующее число баллов [5].

Обработка результатов

Свыше 40 баллов. Интересы ребенка – главный мотив поведения. Чрезмерная опека. Родители все выполняют за ребенка, ограждая его от мнимых опасностей. Вследствие этого у ребенка формируется пассивная зависимость. Родителям следует больше доверять своему ребенку.

От 25 до 40 баллов. Ребенку уделяется достаточное, но не чрезмерное внимание. Постарайтесь сохранить этот уровень отношений.

Менее 25. Проблемы в деловых и супружеских взаимоотношениях часто отвлекают ваше внимание от ребенка. Он вправе ожидать от вас больше заботы и внимания.

4. Для диагностики детско-родительского общения была взята методика **«Диагностика содержания общения детей с близкими взрослыми» Т.Ю. Андрющенко и Г.М. Шашловой.** По мнению авторов, она позволяет оценить уровень актуального и спрогнозировать уровень ближайшего коммуникативного развития; выявить межличностные конфликты, проявляющиеся в непонимании, отвержении младшего школьника родителями [42].

Анкета-опросник направлена на выявление содержания общения родителей с ребенком. Она построена на десяти номинальных шкалах, каждая из которых состоит из четырех утверждений, касающихся определенного содержания общения взрослого с ребенком. Задание представлено в виде 40 закрытых утверждений. Родителям предлагается четыре варианта ответов, отражающих меру того, как часто они во взаимодействии с детьми обсуждают ту или иную тему. Оценки фиксируются на специальном бланке, в котором имеется 40 пронумерованных клеточек. Для записи ответов используется 4-балльная шкала, с помощью которой испытуемые отмечают степень выраженности оцениваемого качества. Если та или иная тема, представленная в коммуникативном опыте взрослого, обсуждается с детьми часто, то в соответствующей графе листа ответов взрослый ставит два плюса: «++»; если обсуждается, но нечасто – один плюс: «+»; если о чем-то говорят редко, то один минус: «-»; если никогда – два минуса: «--».

При обработке данных первоначально вычисляется алгебраическая сумма плюсов и минусов по каждой шкале. Окончательный общий результат

представляет соотношение четырех выделенных авторами сфер содержания общения. Сфера «Быт» объединяет три шкалы; сфера «Познание» – две шкалы; сфера «Социальный мир» – две шкалы; сфера «Внутренний мир ребенка» - три шкалы.

Для анализа содержания общения ребенка и родителей выделяют следующие шкалы:

1. Сфера быта:

- шкала удовлетворения витальных потребностей (ВП) ребенка здоровья, гигиены, питания, безопасности;

- шкала ситуативно-бытовых действий (СБД) — помощи по дому, домашних обязанностей, бережного отношения к домашним вещам, самообслуживания;

- шкала формальных совместных занятий (ФСЗ) — совместных видов игры, конструирования, рисования, чтения, счета, письма, просмотра телепередач.

2. Сфера познания:

- шкала содержания познания (СП) — законов природы, растений, животных, анатомо-физиологических сведений о человеке, информации об известных ученых, писателях, путешественниках и др.;

- шкала процесса познания (ПП) — способов самостоятельного изучения ребенком окружающих предметов и явлений, использования окружающих предметов и др.

3. Сфера социального мира:

- шкала формальной школьной действительности (ФШД), отражающая выполнение ребенком требований воспитателя (учителя), его детсадовские (школьные) отношения со сверстниками, участие в ходе организованных взрослыми занятий, выполнение их поручений, успехи, неудачи в детском саду (школе);

- шкала норм социального взаимодействия (НСВ), где обсуждается

соответствие поведения правилам, этическим нормам с точки зрения того, что «хорошо», что «плохо», взаимоотношения людей, последствия асоциального поведения.

4. Сфера внутреннего мира ребенка:

- шкала мира мыслей ребенка (ММР) — особенностей представлений ребенка о тех или иных вещах, его мнений, взглядов по тем или иным вопросам, того, что и как он придумывает, сочиняет, способов решения тех или иных заданий, которые ребенок сам нашел;

- шкала мира чувств ребенка (МЧР) — обсуждение переживаний, настроений ребенка и их причин, его отношения к людям (симпатии, антипатии) и др.;

- шкала Я-концепции ребенка (ЯКР), касающаяся обсуждения перспектив общего развития ребенка, его представлений о себе, об изменениях, произошедших в нем за какой-то промежуток времени (каким он был и каким стал), отношении ребенка к себе.

5. Кроме этого был использован **опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин)** [43]. Родительское отношение понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера личности ребенка, его поступков.

Опросник состоит из 5 шкал:

1. **Принятие-отвержение.** Отражает эмоциональное отношение к ребенку. На одном полюсе шкалы: родителю нравится ребенок таким, какой он есть. На другом полюсе шкалы: родитель воспринимает ребенка плохим, неудачливым. Испытывает к ребенку злость, раздражение, не доверяет и не уважает его.

2. **Кооперация.** Социально желательный образ родительского отношения. Родитель заинтересован в делах и планах ребенка, сочувствует ему. Родитель высоко оценивает интеллектуальные и творческие

способности ребенка, испытывает чувство гордости за него.

3. **Симбиоз.** Отражает межличностную дистанцию в общении с ребенком. Родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все его потребности, оградить от трудностей и неприятностей жизни.

4. **Авторитарная гиперсоциализация.** Отражает форму и направление контроля над поведением ребенка. Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения.

5. **Маленький неудачник.** Отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. Родитель стремится инфантилизировать ребенка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Интересы и мысли ребенка кажутся родителю несерьезными. Ребенок представляется не приспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний.

Опросник содержит 61 вопрос. При подсчете тестовых баллов ко всем шкалам учитывается ответ «верно».

Таблица 13. – Критерии и уровни содержания структурных компонентов психологического благополучия младших школьников в семье

Критерии	Уровни			Методики
	Высокий	Средний	Низкий	
Родительский контроль	Ребенку уделяется достаточное, но не чрезмерное внимание. Ребенку не грозит вырасти избалованным и распущенным.	На детей оказывается большое влияние. Родители заставляют следовать своим требованиям, суждениям.	Ребенка недооценивают. Ребенок растет без внимания и поддержки со стороны родителей.	«Мера заботы»; опросник «Родительского отношения»
Родительские требования	Индивидуальность ребенка учитывается родителями. Родитель высоко оценивает	Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Родитель	Родители не побуждают к развитию у детей зрелости. Ничего не делают для того, чтобы дети	Опросник «Родительского отношения»; «Диагностика

	интеллектуальные и творческие способности ребенка.	пристально следит за социальными достижениями ребенка, его индивидуальным и особенностями, мыслями.	развивали свои способности в интеллектуальной и эмоциональной сферах, межличностном общении.	содержания общения детей с близкими взрослыми»
Общение с детьми	Родитель старается проводить много времени с ребенком, разговаривать. Стремятся использовать убеждения, прислушиваются к детям, выслушивая их точку зрения.	Родитель видит ребенка младшим по сравнению с ним, в связи с этим предпочитает редко советоваться с ребенком. При разговоре старается находить компромисс с ребенком и использовать убеждения.	С ребенком редко общаются. Предпочитают не интересоваться его мнением. Прибегают к крикам, жалобам, наказаниям.	Опросник «Родительского отношения»; «Кинетический рисунок семьи»; «Диагностика содержания общения детей с близкими взрослыми»
Эмоциональная поддержка	Родители способны выражать сочувствие, любовь и теплое отношение. Действия и эмоциональное отношение направлены на содействие физическому и духовному росту детей, они испытывают удовлетворение и гордость от успехов детей.	Родитель стремится быть с ребенком единым целым, быть с ним на равных. Пытается удовлетворить все потребности ребенка, ограждая его от трудностей. Постоянно испытывает тревогу за ребенка.	По большей части родитель испытывает к ребенку злость, досаду, раздражение и обиду. Он не доверяет ребенку и не уважает его.	Шкала «Удовлетворенность жизнью»; «Кинетический рисунок семьи»; Опросник «Родительского отношения»

Итак, в этом параграфе мы рассмотрели некоторые методики, с помощью которых можно диагностировать компоненты психологического благополучия младших школьников в семье – методика: Шкала

«удовлетворенностью жизни» Э. Динера; методика «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и С. Кауфмана; методика «Мера заботы»; методика «Диагностика содержания общения детей с близкими взрослыми» Т.Ю. Андрющенко и Г.М. Шашловой; опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин).

2.2. Результаты диагностики психологического благополучия младших школьников в семье

Анализ результатов исследования родительского контроля

Для выявления уровня влияния, оказанного на детей родителями, была выбрана методика «Мера заботы» И. М. Марковской.

Результаты методики родителей обучающихся 3 «А» и 3 «В» классов представлены на рисунке 4.

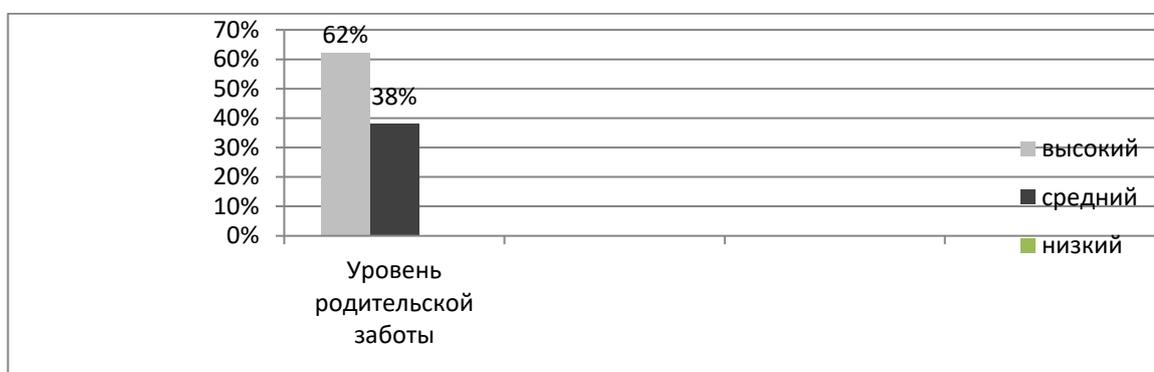


Рис. 4. – Уровни проявления родительской заботы (распределение в %)

По результатам 62% родителей уделяют достаточное, но не чрезмерное внимание своим детям. Остальные 38% родителей проявляют гиперопеку.

Они все выполняют за ребенка, ограждая его от мнимых опасностей. Вследствие этого у ребенка формируется пассивная зависимость. Среди опрошенных не оказалось родителей, которые не уделяют внимание и не

проявляют заботу к своим детям.

Исходя из этого, можно понять, что стоит проводить беседы с родителями на тему того, чем плоха гиперопека и к каким последствиям она может привести. Нужно объяснять родителям, что при чрезмерном внимании к детям, они неосознанно тормозят формирование у ребенка различных навыков и умений, развитие настойчивости в достижении цели, трудолюбия. Ребенок при таком уровне заботы растет беспомощным, инфантильным, неуверенным в себе, невротизированным, тревожным, плаксивым. В последствии, у него возникают трудности в социализации.

Анализ результатов исследования родительских требований

Для выявления родительского отношения к ребенку, требований, предъявляемых ему, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера личности ребенка, его поступков, был использован **опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин)**. Результаты родителей обучающихся 3 «А» и 3 «В» классов представлены на рисунке.

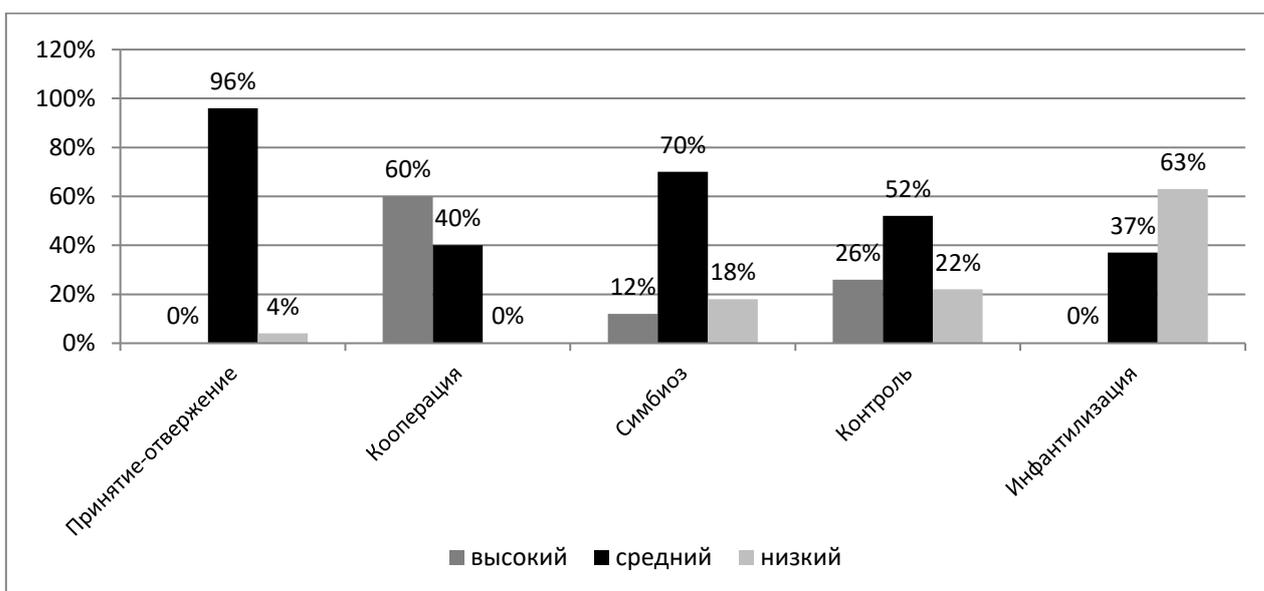


Рис. 5. – Уровни выраженности типов родительского отношения (распределение в %)

Из рисунка 5 видно, что из 100% опрошенных родителей:

- Никто из родителей не оценил на высоком уровне положительное отношение к ребенку. Один взрослый (4%) испытывает по отношению к ребенку в основном отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду.

- Больше половины родителей (60%) проявляют искренний интерес к тому, что интересует ребенка, высоко оценивают его способности. Никто из родителей не занимает противоположную позицию по отношению к ребенку

- Всего 12% родителей не устанавливают с детьми психологическую дистанцию, стараются всегда быть ближе к нему. Пять родителей (18%) устанавливают психологическую дистанцию между собой и ребенком, мало о нем заботятся.

- Одна седьмая часть родителей (26%) ведут себя слишком авторитарно по отношению к ребенку, требуют от него безоговорочного послушания. Средние показатели по шкале контроля (52%) говорят о том, что родители достаточно демократичны по отношению к своему ребенку. У шести родителей (22%) напротив, отсутствует контроль над действиями ребенка

- Никто из родителей не считает своего ребенка маленьким неудачником. Низкие баллы по этой шкале – это 17 родителей (63%) свидетельствуют о том, что неудачи ребенка взрослый считает случайными и верит в него.

Анализ результатов исследования общения с детьми

Для диагностики детско-родительского общения была взята методика «Диагностика содержания общения детей с близкими взрослыми» Т.Ю. Андрющенко и Г.М. Шашловой. Результаты родителей обучающихся 3 «А» и 3 «В» классов представлены на рисунке.

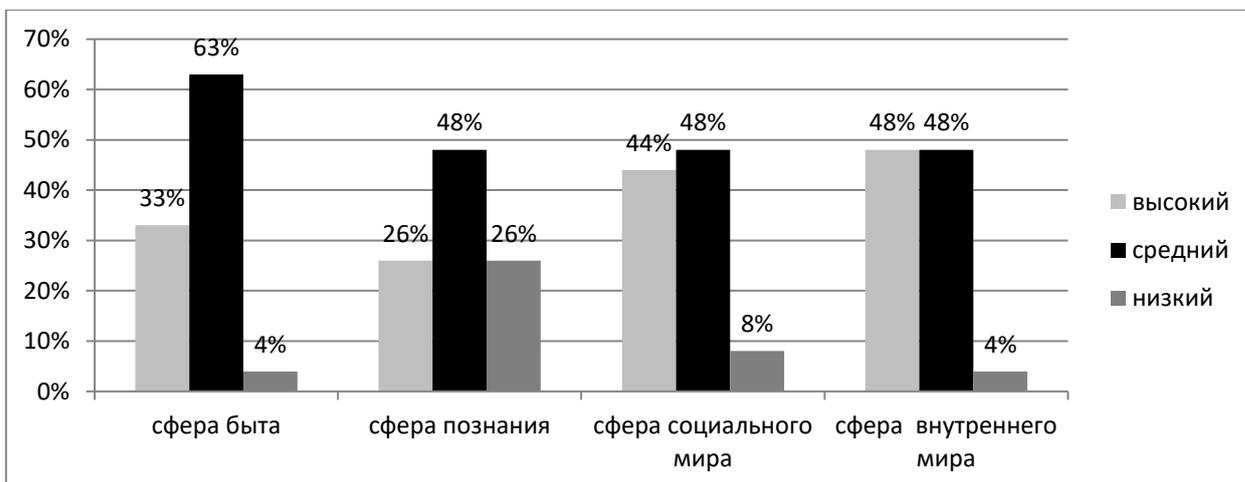


Рис. 6. – Уровни содержания общения с детьми (распределение в %)

Результаты показывают, что общение по поводу социального и внутреннего мира ребенка является доминирующим, и меньше всего внимания при общении с ребенком родители уделяют сфере познания.

Мы соотнесли проценты по распределению содержания общения родителей с детьми с уровнем их родительской заботы. Результаты представлены на рисунке.

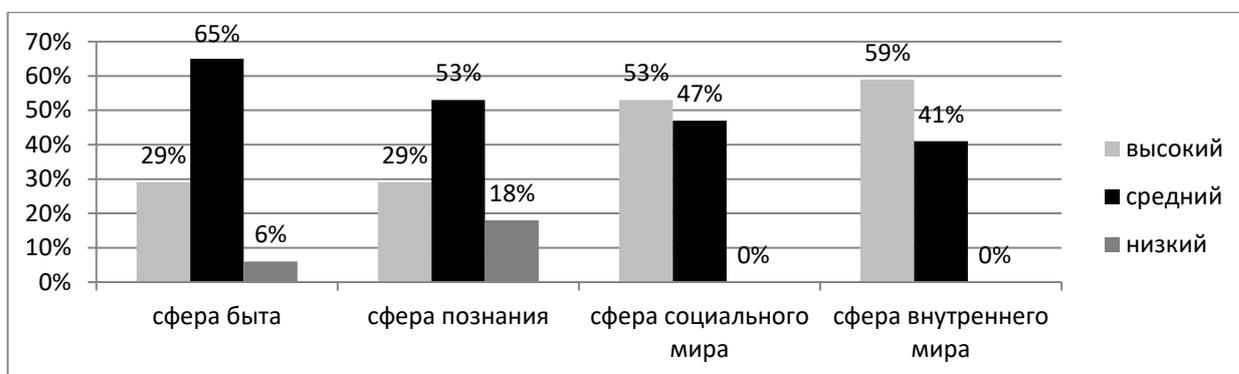


Рис. 7. – Распределение содержания общения в группе с достаточным уровнем заботы (в %)

По результатам видно, что из 62% родителей, уделяющих ребенку достаточный уровень заботы:

Около четверти родителей (29%) на высоком и 65% на среднем уровнях общаются с детьми на тему быта. Общаются с детьми об их здоровье, гигиене. Распределяют домашние обязанности и учат детей

бережному отношению к домашним вещам. В семье присутствует совместное времяпровождение (игры, просмотр телепередач). Всего один родитель (6%) на низком уровне уделяет внимание сфере быта, что безусловно плохо, поскольку можно понять, что в этой семье у ребенка нет домашних обязанностей и редко присутствует совместное времяпровождение. Корреляционный анализ показал, что чем больше родители уделяют внимание этой сфере общения, тем в меньшей степени дети переживают в семейной ситуации тревожность ($r=-0,448$, $p=0,01$) и чувство неполноценности ($r=-0,319$, $p=0,05$).

Одна пятая часть родителей (29%) на высоком и половина родителей (53%) на среднем уровнях при общении с детьми уделяют внимание сфере познания. Родители обсуждают с детьми законы природы, растений, животных, анатомо-физиологические сведения о человеке, информацию об известных ученых, писателях, путешественниках. Учат своих детей способам самостоятельного изучения окружающих предметов и явлений, использования окружающих предметов. Стоит отметить, что 3 родителя (18%) на низком уровне уделяют внимание при общении с детьми сфере познания. В нашем исследовании обнаружена отрицательная связь общения в сфере познания с тревожностью детей ($r=-0,329$, $p=0,05$) и положительная связь с удовлетворенностью жизнью ($r=0,273$, $p=0,05$). Таким образом, содействие родителей в познании ребенком окружающего мира способствует его психологическому благополучию.

Все родители (100%) достаточно часто общаются с детьми об их социальном мире. С детьми обсуждается соответствие поведения правилам, этическим нормам с точки зрения того, что «хорошо», что «плохо», взаимоотношения людей, последствия асоциального поведения. Ребенок делится с родителями своими успехами и неудачами в школе, и тем, как складываются его отношения со сверстниками. Согласно данным корреляционного анализа в наибольшей степени эта сфера общения

представлена в семьях, где ведущим типом родительского отношения является контроль ($r=0,411$, $p=0,01$). То есть, основной целью общения является не стремление узнать о школьной жизни ребенка, понять его затруднения и помочь ему, а проконтролировать соблюдение установленных правил и требований.

Все родители (100%) на высоком и среднем уровнях при общении с ребенком уделяют внимание сфере его внутреннего мира. При разговоре с ребенком поднимаются вопросы особенностей его представлений о тех или иных вещах, его мнений, взглядов по тем или иным вопросам, того, что и как он придумывает, сочиняет, способов решения тех или иных заданий, которые ребенок сам нашёл. Обсуждаются переживания, настроение ребенка и его причины, отношение ребенка к людям, его представления о себе, изменения, произошедшие за какой-то промежуток времени (каким он был и каким стал), отношение ребенка к самому себе.

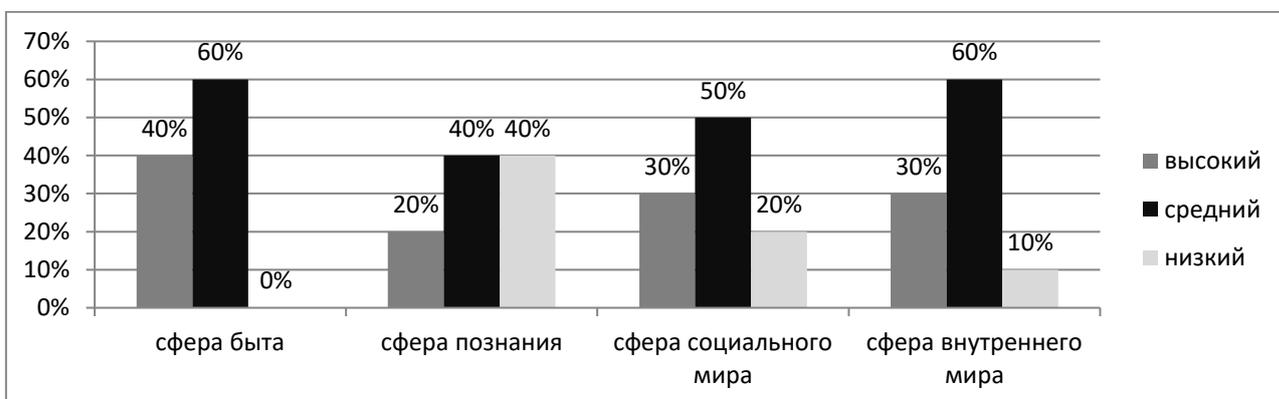


Рис. 8. – Распределение содержания общения в группе с высоким уровнем заботы (в %)

Исходя из результатов, можно понять, что из 38% родителей, уделяющих ребенку чрезмерную заботу:

Все родители (100%) на высоком и среднем уровнях при общении с ребенком затрагивают сферу быта. Общаются с детьми об их здоровье, гигиене. Распределяют домашние обязанности и учат детей бережному

отношению к домашним вещам. В семье присутствует совместное времяпровождение (игры, просмотр телепередач)

Больше половины родителей (60%) на высоком и среднем уровнях общаются со своими детьми на тему познания. Родители обсуждают с детьми законы природы, растений, животных, анатомо-физиологические сведения о человеке, информацию об известных ученых, писателях, путешественниках. Учат своих детей способам самостоятельного изучения окружающих предметов и явлений, использования окружающих предметов. Стоит отметить, что почти половина родителей (40%), на низком уровне уделяют внимание при общении с детьми сфере познания.

Почти все родители (80%) на высоком и среднем уровнях при общении с детьми затрагивают сферу социального мира. С детьми обсуждается соответствие поведения правилам, этическим нормам с точки зрения того, что «хорошо», что «плохо», взаимоотношения людей, последствия асоциального поведения. Ребенок делится с родителями своими успехами и неудачами в школе, и тем, как складываются его отношения со сверстниками. Интересно то, что у 2 родителей (20%) сфера социального мира при общении с детьми находится на низком уровне. Это значит, что родители, считающие, что уделяют своему ребенку достаточно много внимания и заботы, практически не общаются с детьми на тему того, как складываются его отношения с окружающими; как он справляется с теми или иными неудачами; как нужно вести себя в обществе и т.д.

Практически все родители (90%) на высоком и среднем уровнях при общении с ребенком уделяют внимание сфере его внутреннего мира. При разговоре с ребенком поднимаются вопросы особенностей его представлений о тех или иных вещах, его мнений, взглядов по тем или иным вопросам, того, что и как он придумывает, сочиняет, способов решения тех или иных заданий, которые ребенок сам нашёл. Обсуждаются переживания, настроение ребенка и его причины, отношение ребенка к людям, его представления о

себе, изменения, произошедшие за какой-то промежуток времени (каким он был и каким стал), отношение ребенка к самому себе. Лишь 10% родителей на низком уровне прибегает при общении со своим ребенком к теме внутреннего мира. Это означает, что чувства ребенка, его внутренняя составляющая обсуждается редко.

Сравнивая результаты семей с разными уровнями родительской заботы, можно понять, что родители, уделяющие детям не чрезмерную заботу, стараются общаться со своим ребенком на разные сферы жизни, больше всего времени уделяя социальному и внутреннему миру. В свою очередь родители с завышенным вниманием к ребенку, в основном говорят с ним на бытовые темы, практически не обращая при этом внимания на то, что чувствует ребенок, как складываются его взаимоотношения с другими людьми и т.д. Проблема состоит в том, что родители не умеют в нужной мере распределять свою заботу так, чтобы интересоваться всеми сферами жизни своего ребенка.

Анализ результатов исследования эмоциональной поддержки младших школьников

Для изучения субъективного уровня счастья младших школьников была выбрана методика: **Шкала «удовлетворенности жизнью» Э. Динера**. Результаты методики обучающихся 3 «А» и 3 «В» классов представлены на рисунке.

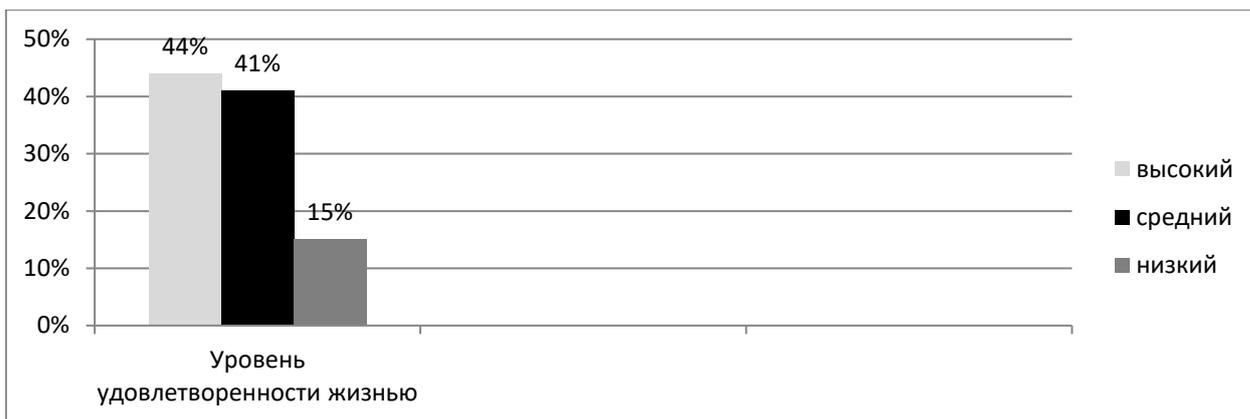


Рис. 9. – Уровни удовлетворенности жизнью детей (распределение в %)

Из 100% опрошенных детей:

Почти половина детей (44%) в высшей степени довольны своей жизнью. Такие дети считают, что в основном их жизнь соответствует идеалу. Присутствует самоощущение своей жизни как успешной и благополучной.

Около половины детей (41%) более-менее довольны. Средние показатели говорят о том, что дети довольствуются тем, а так же боятся перемен или считают, что, имея они возможность прожить жизнь с начала, не смогли бы сделать это лучше, чем то, что имеют на данный момент.

Седьмая часть детей (15%) не довольны своей жизнью. Такие показатели свидетельствуют о низком уровне удовлетворенности основных жизненных потребностей (отношения в семье, здоровье детей и их благополучие, питание, отдых, положение в обществе и т.д.), о стрессе.

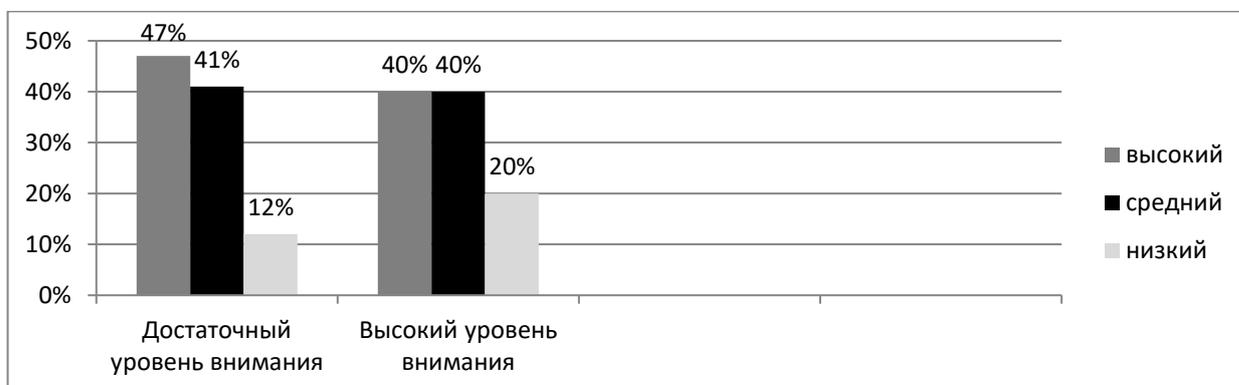


Рис. 10. – Уровень удовлетворенности жизнью детьми в группах с разным

уровнем родительской заботы (распределение в %)

Исходя из результатов, в семьях, где родители утверждают о достаточном внимании к своему ребенку, чуть меньше половины детей (47%) полностью удовлетворены своей жизнью; почти половина (41%) детей не совсем удовлетворены, а (12%) совсем не удовлетворены своей жизнью.

В семьях, где ребенку уделяется чрезмерное внимание: почти половина детей (40%) довольны своей жизнью; столько же детей (40%) не особо довольны; пятая часть детей (20%) не удовлетворены своей жизнью совсем.

Можно заметить, что в большей степени не удовлетворены своей жизнью дети, которым родители оказывают чрезмерное внимание. Исходя из предыдущих методик, можно понять, что не удовлетворены жизнью больше те дети, при общении с которыми родители редко интересуются их социальным и внутренним миром. Таким образом, следует объяснять родителям, как важно для детей грамотное распределение внимания ко всем сферам жизни ребенка при общении.

Корреляционный анализ показал, что высокий уровень проявления заботы с одной стороны, снижает тревожность ребенка ($r=-0,365$, $p=0,01$), но с другой, приводит к тому, что родителей мало интересует внутренний мир ребенка, его мысли, чувства, представление о себе ($r=-0,319$, $p=0,05$), они не обучают ребенка способам самостоятельного изучения окружающего мира ($r=-0,377$, $p=0,01$), что в долгосрочной перспективе сказывается на развитии ребенка не самым благоприятным образом, препятствуя его личностному росту. Вероятно, в расхождении представлений о том, что есть «забота» в том числе кроется одна из причин конфликтов родителей и детей.

Для изучения внутреннего мира ребёнка и диагностики внутрисемейных отношений, была выбрана методика «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и С. Кауфмана. Результаты методики обучающихся 3 «А» и 3 «В» классов представлены на рисунке.

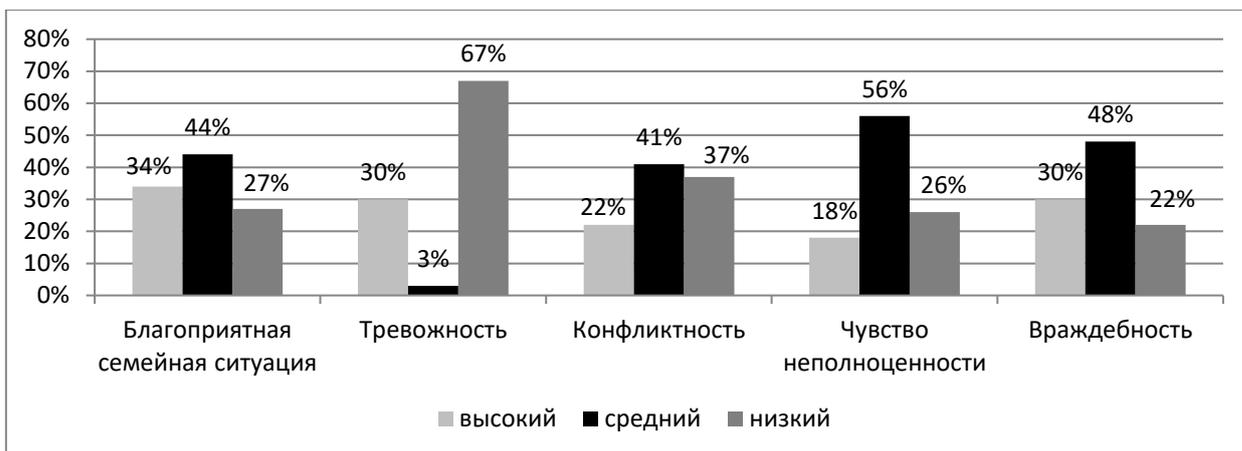


Рис. 11. – Уровни выраженности симптомокомплексов (распределение в %)

Исходя из анализа детских рисунков, благоприятная семейная ситуация выражена у большинства детей (78%). Сплоченность семьи, рисование всех членов семьи с соединенными руками, объединенность их общей деятельностью являются показателями психологического благополучия, интегративности семьи, включенности в семью.

Повышенную тревожность ощущают дети в 30% семей. Сильная штриховка или сильный нажим при изображении фигур выдают чувство тревоги, который испытывает ребенок. В 18 семьях (67%) тревожность детей находится на низком уровне, что радует.

Выраженная конфликтность отмечается у 22% детей на высоком уровне и почти в половине семей (41%) на среднем уровне. Ребенок откладывает рисование членов семьи и начинает изображать вещи, в основном – мебель, которая не обладает эмоциональной значимостью.

Чувство неполноценности в семейной ситуации на высоком уровне ощущают 18% детей, на среднем уровне больше половины детей (56%). Маленькие фигурки себя выражают чувство беспомощности. Дети изобразили себя в нижней части листа, что говорит о чувстве неполноценности, которое они испытывают в семье.

Повышенное чувство враждебности отмечает у 8 детей (30%). Они нарисовали себя с раскинутыми в сторону руками, с длинными

подчеркнутыми пальцами. Это связано с агрессивными желаниями, ребенок чувствует враждебность по отношению к окружающим.

Наблюдая за процессом рисования, была также получена полезная информация. Некоторые из ребят прикрывали свои рисунки руками, что свидетельствовало о недоверии со стороны взрослых и потребности в поддержке с их стороны.

Почти все дети начинали свой рисунок с изображения мамы и папы, что говорит о хорошем отношении к ним. Расположение членов семьи на рисунке показало их взаимоотношения, многие рисовали членов семьи далеко друг от друга, строя между ними преграды. Это означает, что в семье есть свои внутренние группировки. Многие дети дольше всего детализировали образ своей мамы. И чаще всего не дорисовывали основные части тела своим братьям-сестрам, что указывает на отрицательное отношение к ним. Также отмечу, что были и дети, которые изобразили только себя, что говорит об их эгоцентризме.

Эти результаты мы также соотнесли с уровнями родительской заботы, и получила данные, представленные на рисунке 12 и 13.

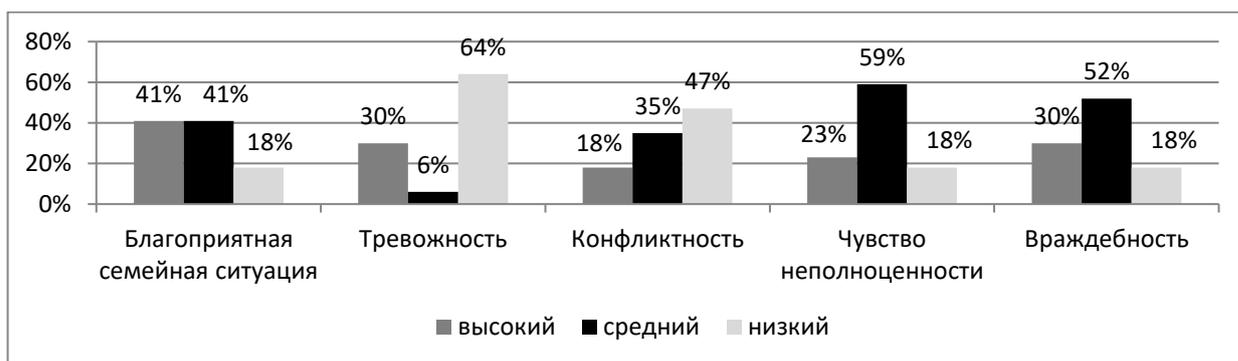


Рис. 12. – Уровни выраженности симптомокомплексов в группе с достаточным уровнем родительской заботы (распределение в %)

Из результатов видно, что:

В семьях, где детям оказывается достаточное внимание почти у всех

детей (82%) наблюдается благоприятная семейная ситуация. Дети изображали всех членов своей семьи. Запечатлели общую деятельность всей семьи. На рисунке наблюдалось преобладание людей. Люди адекватно располагались на рисунке. Отсутствовала штриховка и прочие показатели враждебности. Шестая часть детей (18%) – с низким показателем благоприятной семейной ситуации. На детских рисунках отсутствовали некоторые члены семьи. Обычно он не рисует тех, с которыми находится в конфликтных отношениях. Многие рисовали членов семьи далеко друг от друга, строя между ними преграды. Это означает, что в семье есть свои внутренние группировки.

Треть детей (36%) на высоком и среднем уровне чувствуют в семье тревожность. Это проявлялось в линиях с сильным нажимом, частое стирание, преувеличенное внимание к деталям, двойные и прерывистые линии, подчеркивание отдельных деталей. Низкие баллы по этой шкале у 64% детей: говорят об отсутствии их тревожности в семье.

Половина детей (53%) – с повышенными показателями конфликтности. Ребенок в основном занимает все пространство на рисунке вещами, чаще всего мебелью и при этом откладывает рисование членов семьи. Когда отношения ребенка конфликтны и тревожны, он часто использует штриховку в изображении того члена семьи, с которым у него не сложились эффективные связи. В аналогичных случаях можно наблюдать и перерисовку. Наблюдаются также барьеры между фигурами и член семьи, стоящий за спиной. Почти половина детей (47%) получили низкие баллы по данной шкале, что указывает на отсутствие конфликтности в их семьях.

У большинства детей (82%) – с высокими и средними показателями неполноценности. Маленькие фигурки себя выражают чувство беспомощности. Дети изобразили себя в нижней части листа, что говорит о чувстве неполноценности, которое они испытывают в семье. На рисунке есть слабые и прерывистые линии. Автор рисунка стоит спиной или отсутствует

вовсе. Всего 3 ребенка (18%) получили низкие баллы по шкале, что указывают на то, что ребенок чувствует себя нужным и важным в семье.

Многие дети (82%) – с высокими и средними показателями враждебности. Они нарисовали себя с раскинутыми в сторону руками, с длинными подчеркнутыми пальцами. Это связано с агрессивными желаниями, ребенок чувствует враждебность по отношению к окружающим. Ребенок рисует одну из фигур на отдельной стороне листа. Лишь 18% детей получили низкие баллы по данной шкале, что говорит об отсутствии враждебности в их семьях.

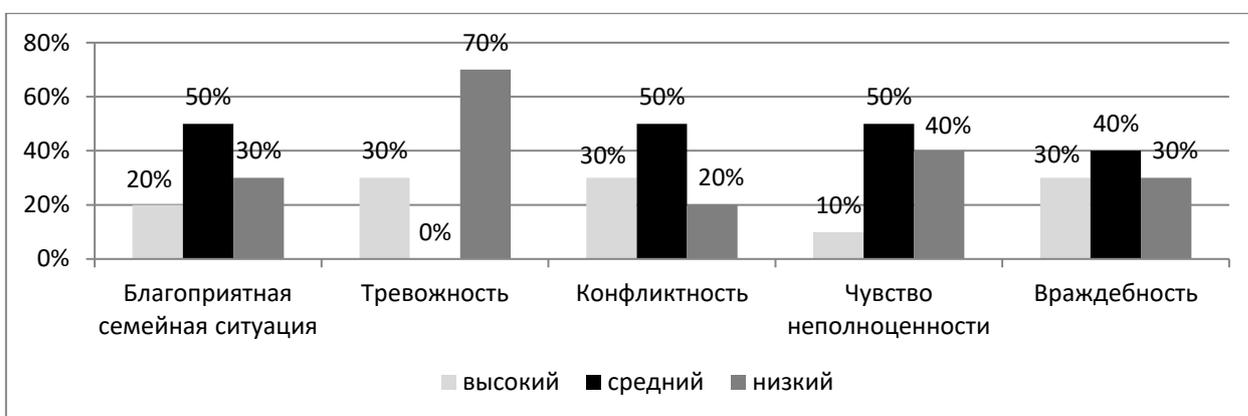


Рис. 13. – Уровни выраженности симптомокомплексов в группе с высоким уровнем родительской заботы (распределение в %)

В семьях, где, казалось бы, детям уделяется повышенное внимание, у большинства детей (70%) высокие и средние показатели благоприятной семейной ситуации. Дети изображали всех членов своей семьи. Запечатлели общую деятельность всей семьи. На рисунке наблюдалось преобладание людей. Люди адекватно располагались на рисунке. Отсутствовала штриховка и прочие показатели враждебности. Чуть меньше половины детей (18%) – с низким показателем благоприятной семейной ситуации. На детских рисунках отсутствовали некоторые члены семьи. Обычно он не рисует тех, с которыми находится в конфликтных отношениях. Многие рисовали членов семьи

далеко друг от друга, строя между ними преграды. Это означает, что в семье есть свои внутренние группировки.

Треть детей (30%) на высоком уровне чувствуют в семье тревожность. Это проявлялось в линиях с сильным нажимом, частое стирание, преувеличенное внимание к деталям, двойные и прерывистые линии, подчеркивание отдельных деталей. Низкие баллы по этой шкале у 7 детей (70%) говорят об отсутствии тревожности детей в семье.

Почти все дети (80%) – с повышенными показателями конфликтности. Ребенок в основном занимает все пространство на рисунке вещами, чаще всего мебелью и при этом откладывает рисование членов семьи. Когда отношения ребенка конфликтны и тревожны, он часто использует штриховку в изображении того члена семьи, с которым у него не сложились эффективные связи. В аналогичных случаях можно наблюдать и перерисовку. У 20% детей низкие показатели, что говорит об отсутствии враждебности в их семьях.

У больше половины детей (60%) – высокие и средние показатели неполноценности. Маленькие фигурки себя выражают чувство беспомощности. Дети изобразили себя в нижней части листа, что говорит о чувстве неполноценности, которое они испытывают в семье. На рисунке есть слабые и прерывистые линии. Автор рисунка стоит спиной или отсутствует вовсе. Чуть меньше половины детей (40%) получили низкие баллы по шкале, что указывают на то, что ребенок чувствует себя нужным и важным в семье.

Многие дети (70%) с высоким и средним показателями враждебности. Они нарисовали себя с раскинутыми в сторону руками, с длинными подчеркнутыми пальцами. Это связано с агрессивными желаниями, ребенок чувствует враждебность по отношению к окружающим. Ребенок рисует одну из фигур на отдельной стороне листа. Треть детей (30%) получили низкие баллы по данной шкале, что говорит об отсутствии враждебности в их семьях.

Стоит отметить, что благоприятная семейная ситуация снижается у детей, которым оказывается чрезмерное внимание. Также такие дети в основном чувствуют высокую конфликтность в семье, скорее всего это объясняется тем, что они пытаются протестовать родителям, которые контролируют все сферы жизни ребенка. Тем не менее, показатели неполноценности в семьях с завышенным вниманием меньше. Это происходит потому, что ребенку уделяется чересчур внимания и заботы, он чувствует себя нужным и любимым. Также высокие показатели враждебности в семьях с достаточным уровнем заботы можно объяснить тем, что ребенку не хватает внимания, которое ему уделяют родители и таким образом он отрицательно настроен в отношении к родителям или же близким родственникам, которым, по его мнению, уделяется больше времени.

Результаты корреляционного анализа показывают, что удовлетворенность младших школьников жизнью связана с общением родителя и ребенка на темы познания ($r=0,213$, $p=0,05$) и внутреннего мира ($r=0,248$, $p=0,05$) ребенка, что помогает ребенку лучше понимать себя и окружающий мир, находя баланс во взаимодействии с собой, другими людьми. Подобный характер общения, а также оптимальное проявление заботы ($r=-0,252$, $p=0,05$) и кооперации ($r=-0,381$, $p=0,01$) способствуют снижению тревожности ($r=-0,324$, $p=0,01$), конфликтности ($r=-0,479$, $p=0,01$) и восприятию семейной ситуации как благоприятной ($r=0,244$, $p=0,05$).

Неудовлетворенность младших школьников жизнью связана с реализацией таких типов родительского отношения как симбиоз ($r=0,324$, $p=0,01$), инфантилизация ($r=0,302$, $p=0,01$) и отвержение ($r=0,233$, $p=0,05$).

Поскольку семья является одним из самых значимых социальных институтов в жизни ребенка, задающих социальную ситуацию его развития, важно, чтобы в семейной системе складывались такие отношения, общения и взаимодействие, которые будут обеспечивать психологическое благополучие всех членов семьи. Именно поэтому, при помощи психолого-педагогической

работы, основанной на результатах исследования, возможно изменение позиции родителя, формирование компетентного родительства.

2. 3. Описание программы работы педагога с родителями, направленной на повышение психологического благополучия младших школьников в семье

На основе рассмотренных методов работы педагога с родителями нами была составлена программа, направленная на коррекцию психологического благополучия младших школьников в семье.

Работа над программой проводилась в несколько этапов.

Первым этапом явилось определение цели и задач программы.

Цель программы: повышение психологического благополучия младших школьников в семье.

Для достижения данной цели нами были выдвинуты следующие задачи:

- 1) познакомить родителей с эффективными приемами общения с ребенком;
- 2) обсудить с родителями, как устанавливать оптимальную психологическую дистанцию с ребенком;
- 3) расширить представления о спектре методов воспитания.

На втором этапе работы мы определяли формы и направления работы.

В программу были включены следующие виды деятельности: родительские семинары, родительские собрания, вебинары, интерактивные презентации, мастер-классы.

Рассмотрим подробнее каждый вид деятельности:

Родительский семинар представляет собой специфическую психокоррекционную методику, в которой решается задача расширения знаний родителей о психологии семейных отношений, психологии

воспитания и психологических законах развития ребенка. Вместе с тем семинар — это не только повышение информированности, но главное — изменение самого отношения людей к собственной семейной жизни и задачам воспитания.

Родительское собрание – это основная форма совместной работы родителей, на которой обсуждаются и принимаются решения по наиболее важным вопросам жизнедеятельности классного сообщества и воспитания учащихся в школе и дома, важная форма коммуникации между учителями/психологами и родителями. Совершенно очевидно, что традиционно сложившиеся формы проведения родительских собраний (монолог, а не диалог, пассивность присутствующих, неостребованность их родительского и жизненного опыта) себя изжили [50]. Необходимо включать родителей в обсуждение проблем, превращая их в субъекты собственной деятельности по поиску вариантов их разрешения. Наиболее эффективными являются интерактивные формы проведения собраний, отличительной особенностью которых является активная позиция родителя в ходе собрания, разнообразие форм взаимодействия учителя/психолога с родителями, применение репетиций поведения, игровых упражнений, проигрывания ситуаций и т.д.

Вебинар – (синонимы онлайн-семинар, веб-конференция), проведение онлайн-встреч или презентация через интернет в режиме реального времени. Главной особенностью вебинаров является интерактивность – то есть возможность обсуждать, отправлять, получать информацию в режиме реального времени. Во время вебинара можно запускать опросы, приглашать других участников к микрофону, общаться в чате, показывать экран и всевозможные материалы. Так как, в нынешнее время, родители обучающихся очень большое время на работе, плюс вебинара в том, что участвовать в нем можно через телефон.

Интерактивная презентация – презентация, ход которой

определяется в зависимости от выбора объекта на экране. Презентация, в которую могут быть включены тексты, изображения, видеофрагменты, тесты и упражнения, которые смотрящий может выполнить в режиме онлайн. А также она дает возможность получить обратную связь от составителя через электронную почту, сразу после выполнения заданий проверить их правильность.

Мастер-класс – это эффективная форма передачи знаний и умений, обмена опытом, обучения и воспитания, центральным звеном которой является демонстрация оригинальных методов освоения определенного содержания при активной роли всех участников занятия. Это не просто теоретическая передача знаний или методик. Это конкретные примеры, с которыми могут столкнуться родители и возможность научиться на чужих ошибках. Это возможность узнать некоторые вещи, не совсем очевидные на первый взгляд, но которые могут стать причиной серьёзных проблем в будущем.

Содержание программы предполагает работу с родителями по трем направлениям:

1. Повышение психологической культуры родителей (когнитивный компонент психологического благополучия младших школьников через родительские собрания, семинары, онлайн-вебинары). Расширение и уточнение представлений родителей о: сферах общения, барьерах общения, психологической дистанции, методах воспитания

2. Расширение поведенческого репертуара родителей, способов взаимодействия с детьми (поведенческий компонент повышения психологического благополучия младших школьников через отработку навыков на мастер-классах, проигрывание ситуаций на родительском собрании)

3. Развитие эмоциональной сферы родителей (эмоционально-оценочный компонент психологического благополучия младших школьников)

работу родителей с интерактивными презентациями)

Третий этап – определили содержание программы: выбор мероприятий, которые способствовали бы повышению психологического благополучия младших школьников в семье. Также мы определили режим встреч. Программа состоит из 11 встреч, периодичность 1 раз в неделю.

Осознавая занятость родителей, мы сделали половину встреч в формате групповых занятий с элементами тренинга и интерактивных собраний, а половину – в режиме вебинаров. Также в ходе работы родителям будут даваться практические домашние задания, направленные на анализ родителями своих эмоций и привычных способов поведения в отношении ребенка. Некоторые встречи будут проходить совместно с педагогом-психологом.

Работе с каждой проблемой (задачей) посвящен отдельный блок занятий.

На основе сформулированных задач была выстроена психолого-педагогическая матрица встреч, представленная в таблице 14.

Таблица 14. – Психолого-педагогическая матрица встреч с родителями

Область психологической реальности	Проблемы (задачи психологического воздействия)		
	Научить родителей эффективным приемам общения с ребенком.	Научить родителей устанавливать оптимальную психологическую дистанцию ребенка.	Расширить спектр методов воспитания
1. Когнитивная сфера	1. Познакомить с разными сферами общения;	1. Познакомить с понятием «психологическая	1. Создать представление о разнообразных

	2. Научить анализировать стиль общения с ребенком; 3. Дать представление о барьерах общения.	дистанция»; 2. Создать представление о симбиозе в семейных отношениях.	методах воспитания; 2. Научить равновесию различных методов семейного воспитания.
2. Эмоциональная сфера	1. Дать позитивный опыт общения с ребенком.	1. Дать опыт негативного влияния гиперопеки; 2. Дать опыт чувства отстраненности ребенка в семье.	1. Создать условия для проявления методов семейного воспитания.
3. Поведенческая сфера	1. Обучить навыкам Я-сообщения; 2. Заложить навыки позитивного общения с ребенком.	1. Научить устанавливать личные границы с ребенком; 2. Содействовать выработке установления оптимальной психологической дистанции на основе договоренности.	1. Научить осознанно применять методы воспитания; 2. Содействовать расширению методов воспитания.

Занятия программы распределены по трем блокам.

Первый блок – знакомство, мотивация на работу. Состоит из двух встреч, в ходе которых родители знакомятся, принимают правила работы в группе. Основными задачами педагога на данном этапе является построение доверительных отношений, создание дружеской атмосферы, мотивация родителей на дальнейшую работу. Обсуждение результатов диагностики детей, разъяснение взаимосвязи между психологическим благополучием младших школьников и родительским отношением.

2. Основная часть, состоит из восьми встреч, в ходе которых происходит развитие представлений и навыков, связанных с позитивным общением с ребенком, установлением оптимальной психологической дистанции на основе договоренности, с балансом различных методов семейного воспитания. Достичь поставленные цели мы планируем в процессе просмотра родителями обучающих вебинаров и интерактивных презентаций на темы детско-родительского взаимодействия, анализа литературы, проведения мастер-классов, родительских семинаров.

3. Заключительная часть, которая состоит из одной встречи. Ее предназначение состоит в подведении итогов предшествующих занятий, обобщении сформированных представлений. Мы предлагаем использовать такие приемы работы как проигрывание ситуаций, которые направлены на использование накопленных в ходе работы знаний и их понимания.

Таблица 15. – Сценарий встреч для родителей

Блок	Занятие	Цель	Задачи занятия	Техники
1. Вводный	1	Способствовать формированию конструктивного взаимодействия педагогов школы и родителей обучающихся.	– Создать положительный эмоциональный настрой в группе; – Создать непринужденную психологическую атмосферу.	1. Упражнение – знакомство; 2. Беседа о том, зачем мы собрались здесь, что будет происходить на занятиях. Принятие правил группы; 3. Игры: «Смешное приветствие», «Поменяйтесь местами», «Рука к руке»; 4. Рефлексия – упражнение «Радуга мнений».
	2	Рассказать о психологическом благополучии младших школьников.	– Донести до родителей важность психологического благополучия ребенка в семье; – Влияние родительского отношения на формирование	1. Родительский семинар на тему «Взаимосвязь психологического благополучия младших школьников и родительского отношения»; 2. Групповая работа.

			психологического благополучия ребенка.	
2.Основной	3	Создать представление о влиянии общения с ребенком на его психологическое благополучие.	<ul style="list-style-type: none"> – Раскрыть значимость общения в семье; – Подвести к осознанию стиля общения в своей семье; – Познакомить с разными сферами общения с детьми, барьерами общения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Онлайн-вебинар на тему «Общение в семье» с включением видеофрагментов и их обсуждение; 2. Домашнее задание (карта наблюдений с целью анализа общения с ребенком).
	4	Познакомить с понятием - «позитивное общение» с детьми.	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие навыков позитивного общения с ребенком; – Научиться понимать психологическое состояние собеседника. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Родительское собрание совместно с детьми (репетиции поведения, проигрывание ситуаций, интерактивные упражнения); 2. Упражнение на взаимопонимание «Почувствуй другого», «Я тебе благодарен за...»).
	5	Научить родителей эффективным приемам общения с ребенком.	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие навыка Я-сообщение; – Развитие навыков невербального общения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения, направленные на развитие навыков невербальной коммуникации; 2. Мастер-класс на тему: «Техника Я-сообщение».
	6	Создать представление о психологической дистанции.	<ul style="list-style-type: none"> – Познакомиться с понятием «психологическая дистанция»; – Научить устанавливать личные границы между собой и ребенком. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Родительский семинар: книготерапия 2. Мастер-класс на тему «Личные границы».

Продолжение таблицы 15

	7	Развитие оптимальной психологической дистанции.	<ul style="list-style-type: none"> – Определение роли симбиоза и гиперопеки в семейных отношениях; – Познакомиться с чувством отстраненности в семье; – Помощь в осознании того, какой должна быть психологическая дистанция в семье. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Родительское собрание: проигрывание ситуаций. 2. Рефлексия.
	8	Создать представление о методах воспитания.	<ul style="list-style-type: none"> – Познакомить с различными методами воспитания; – Определение различных методов воспитания в жизни ребенка. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Интерактивная презентация; 2. Домашнее задание (определение методов воспитания, к которым прибегает родитель чаще всего).
	9	Осознанное применение методов семейного воспитания.	<ul style="list-style-type: none"> – Тренировка применения методов семейного воспитания в различных ситуациях; – Помощь в осознании того, что для ребенка важен баланс различных методов воспитания. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Родительское собрание: проигрывание ситуаций; 2. Разбор домашнего задания.
	10	Показать родителям мир глазами ребенка.	<ul style="list-style-type: none"> – Познакомить родителей с возрастным этапом младшего школьного возраста; – Дать представление о том, что на самом деле чувствует ребенок в различных ситуациях; – Дать рекомендации по позитивному взаимодействию с детьми, направленному на их психологическое благополучие. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Онлайн-вебинар «Мир глазами ребенка» 2. Рефлексия.

3. Итоговый	11	Применить полученные знания на практике.	– Закрепить умения и навыки, приобретенные на занятиях.	1. Родительское собрание: ситуационные задачи; 2. Упражнение «Мнения»
----------------	----	--	---	--

Мы предполагаем, что реализация данной программы по повышению психологического благополучия младших школьников в семье научит родителей позитивному общению с детьми и установлению оптимальной психологической дистанции с соблюдением личных границ, позволит расширить их поведенческий арсенал, число методов семейного воспитания, поведения в процессе совместной деятельности, сформировать представления о психологическом благополучии своего ребенка.

Выводы по Главе 2

Анализ результатов эмпирического исследования психологического благополучия младших школьников в семье позволяет сделать следующие выводы:

1. Большинство родителей уделяют достаточное, но не чрезмерное внимание своим детям. Остальные родители проявляют гиперопеку. Они все выполняют за ребенка, ограждая его от мнимых опасностей. Вследствие этого у ребенка формируется пассивная зависимость. Среди опрошенных не оказалось родителей, которые не уделяют внимание и не проявляют заботу к своим детям.

2. Большинство родителей принимают своих детей такими, какие они есть. Лишь 1 родитель отвергает своего ребенка и испытывает к нему отрицательные чувства. Большинство родителей проявляют искренний интерес к тому, что интересует ребенка, высоко оценивают его способности, не устанавливая с детьми психологическую дистанцию, стараются всегда быть ближе к нему и контролируют своего ребенка в достаточной, но не чрезмерной мере. Абсолютно все родители считают неудачи своих детей случайностями и верят в него.

3. Чаще всего при общении с ребенком родители затрагивают сферу социального и внутреннего мира ребенка. Меньше всего внимания при разговоре с ребенком уделяется сфере познания.

4. В большей степени родители, уделяющие детям достаточное внимание, общаются с ними на тему их внутреннего мира. Родители, оказывающие чрезмерное внимание, в основном общаются с детьми на тему быта, при этом, уделяя мало внимания сфере познания и социального мира ребенка.

5. Большинство детей удовлетворены своей жизнью на высоком и среднем уровнях. В большей степени не удовлетворены своей жизнью дети,

которым родители оказывают чрезмерное внимание.

6. У большинства детей выражена благоприятная семейная ситуация и тем не менее у 33% детей ощущается повышенная тревожность; у 63% детей наблюдается выраженная конфликтность в семье; 74% детей чувствуют себя неполноценными в семье и 30% детей настроены враждебно.

7. В семьях, где, по словам родителей, ребенку уделяется достаточное внимание, наблюдаются высокие показатели враждебности и чувства неполноценности. В семьях с чрезмерным вниманием родителей к ребенку, у детей повышенная конфликтность.

9. Разработана система работы с родителями в целях повышения психологического благополучия младших школьников в семье. Программа состоит из 11 занятий, периодичность занятий 1 раз в неделю. Осознавая занятость родителей, мы сделали половину занятий в формате групповых занятий: родительских семинаров и интерактивных родительских собраний, а половину занятий – в режиме вебинаров. Также в ходе работы родителям будут даваться практические домашние задания, направленные на анализ родителями своих эмоций и привычных способов поведения в отношении ребенка.

Мы предполагаем, что реализация данной программы по повышению психологического благополучия младших школьников в семье научит родителей позитивному общению с детьми и установлению оптимальной психологической дистанции с соблюдением личных границ, позволит расширить их поведенческий арсенал, число методов семейного воспитания, поведения в процессе совместной деятельности, сформировать представления о психологическом благополучии своего ребенка.

Заключение

Тема психологического благополучия сейчас актуальна как никогда. Начиная с начала XX века, многие исследователи занимаются изучением этой темы и продолжают это делать.

Мы рассмотрели понятия, которые связаны с психологическим благополучием; подходы к пониманию «психологического благополучия»; какие факторы влияют на психологическое благополучие младших школьников в семье; из каких компонентов состоит психологическое благополучие; какие стили воспитания бывают, и как каждый из них влияет на психологическое благополучие ребенка; как можно диагностировать уровень психологического благополучия младшего школьника в семье.

Очень важно рассматривать психологическое благополучие младших школьников, особенно в семье, поскольку «психологическое благополучие» понимается как мера реализации личностного потенциала личности, развития его способностей и умений, которые осуществляются, в первую очередь, в результате эффективной защиты и поддержки со стороны семьи. Для ребенка важно внимание, помощь и понимание со стороны родителей.

По нашему мнению, существует недостаточно исследований психологического благополучия младших школьников. Соответственно, не хватает методических возможностей по профилактике и коррекции нарушения психологического благополучия [17; 22].

Для проведения эмпирического исследования был подобран диагностический комплекс, позволивший выявить и описать особенности психологического благополучия младших школьников в семье; проанализировать и описать особенности родительского отношения и проследить взаимосвязь между особенностями психологического благополучия младших школьников в семье и особенностями родительского отношения.

Результаты исследования показали, родительское отношение к детям и психологическое благополучие младших школьников связаны напрямую и находится в большинстве на среднем уровне, но тем не менее была выявлена проблема в том, что родителям кажется, что они со своей стороны оказывают детям должное внимание, проявляют активный интерес к своему ребенку и т.п, но анализ детских работ показывает обратное – детям не хватает внимания, у детей наблюдается повышенная конфликтность и враждебность. Нужно учить родителей смотреть глазами ребенка [64].

Полученные результаты явились основой составления программы занятий, целью которой является повышение психологического благополучия младших школьников в семье.

Составленная нами программа и результаты диагностики могут быть полезны педагогам и психологам, а также родителям, которые интересуются этой проблемой.

Список используемых источников

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 03. 02. 2006 г. № 21 «Об утверждении методических рекомендаций об осуществлении функций классного руководителя педагогическими работниками государственных общеобразовательных учреждений субъектов РФ и муниципальных общеобразовательных организаций»
3. Азаров Ю.П. Искусство воспитывать.2-е изд. Просвещение.:М., 1985 – С. 448.
4. Алешина В.О. Клубная форма работы с семьей // Начальная школа. – 2008.– № 1.– С. 7-9.
5. Андреева А.Д., Данилова Е.Е. Родительский контроль в современном обществе: приоритеты и формы реализации // Научный диалог. – 2017. –№4.– С. 220-232.
6. Андреева С.И., Фоменко А.А. Сотрудничество учителей с родителями: учимся вместе // Современное образование Витебщины. – 2017. – № 2 (6). – С. 22-25.
7. Аргайл М. Психология счастья. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. – 271с.
8. Артамонова Е.И. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. Учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования.– 6-е изд. –М.: Академия, 2011. – 192 с.
9. Басанова Е.Е. Проблема интегративного исследования семьи / Е.Е. Басанова // Вестник ПСТГУ IV: Педагогика. Психология. – 2015. – С. 66-81.
10. Башкатов С.А. Влияние характеристик темперамента и базовых

свойств личности на компоненты позитивности как основы личностного благополучия / С.А. Башкатов // Вестник ЮУрГУ, серия «Психология». – 2013. – №1. – С. 4-13.

11. Башкатов С.А. Социально – биологические факторы личностного благополучия / С.А. Башкатов // Сборник трудов I Международной научной конференции «Психология развития и стагнации личности в рамках современного общества».- Казань: Изд-во «Казанский университет», 2013. – 14с.

12. Белоусова Н.С. Психолого-педагогические технологии коррекции детско-родительских отношений// Педагогическое образование в России. – 2013. – 67 с.

13. Богомолова Н.Н. Фоломеева Т.В. Фокус-группы как качественный метод социально-психологического исследования. – М.:Смысл, 1997. – С. 280-34.

14. Богомякова О.Н. Системный семейный подход в обеспечении психологического здоровья ребенка / Психологические и педагогические науки. Серия №1 / Вестник ПГГПУ, 2014.

15. Брэдберн Н. Структура психологического благополучия. Ярославль, 2005. – 13с.

16. Варга А.Я. Влияние некоторых особенностей родительского воспитания на развитие личности ребенка //Детский психолог. – 2011. – 75 с.

17. Вергелес Г.И., Матвеева Л.А., Раев А.И. Младший школьник: помощи ему учиться (книга для родителей и учителей). – СПб.: Союз, 2000.

18. Весна Е.Б., О.С. Ширяева. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: Петропавловск-Камчатский: КамГУ им. Витуса Беринга, 2012. – 246с.

19. Водяха С.А. Психологическое благополучие учащихся // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве / Под ред. Ю.В. Братчиковой. Екатеринбург, 2013. – С. 5-11.

20. Волков Б.С. Психология младшего школьника. – М: Академический проект, 2005.
21. Воронина А.В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы. Автореферат дисс... кандидата психологических наук. Томск, 2002. – 28с.
22. Героева Ю.В. Особенности психологического благополучия детей младшего школьного возраста / Ю. В. Героева. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2023. – № 6 (453). – С. 346-349.
23. Дереклеева Н.И. Новые родительские собрания. – М.: ВАКО, 2009.
24. Деси Э.Л. Теория самоопределения: Макротеория человеческой мотивации, развития и здоровья // Теория самодетерминации: [Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL: <https://pdfs.semanticscholar.org/a32f/3435bb06e362704551cc62c7df3ef2f16ab1.pdf> (дата обращения 14.05.2022)
25. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма. Изд. «Институт психологии РАН». М., 2013.
26. Диагностика работы: " Кинетический рисунок семьи" [Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL: <https://infourok.ru/diagnostika-raboty-kineticheskij-risunok-semi-5354361.html> (дата обращения: 10.04. 2023)
27. Динер Э. Большинство людей счастливы // Психологическая наука. – 1996. – № 7. – С. 181-185.
28. Заусенко И.В. Личностные детерминанты психологического благополучия педагога: автореф. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2012. – 23 с.
29. Зацепин В.И. Счастье как проблема социальной психологии / В.И. Зацепин. – Львов, 2009. – 174с.
30. Зинченко А.В., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся: Очерки российской психологии. М., 1994.

31. Ильинский С. В. Факторы психологического благополучия семьи // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психологические науки, 2017.
32. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учеб.пособие/ О.А. Карабанова. М.: Гардарики, 2014. – 234 с.
33. Карапетян Л.В. Теоретические подходы к пониманию субъективного благополучия / Л. В. Карапетян // Известия Уральского федерального университета. Сер. 1, Проблемы образования, науки и культуры. – 2014. – № 1 (123). – С. 171-182.
34. Кислицына О.А. Измерение качества жизни и благополучия: международный опыт. М.: Институт экономики РАН, 2016. – 62с.
35. Коррекционный блок психокоррекционного комплекса. [Электронный ресурс]. — URL: https://studme.org/1791021117600/psihologiya/metodika_roditelskiy_seminar (дата обращения: 20.11.2023)
36. Кроник А.А., Ахмеров Р.А. Каузометрия: 4. Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного. – М.: Смысл, 2008. – 294с.
37. Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание: Учебник для студ. сред, и высш. пед. учеб.заведений. – М: Издательский центр "Академия", 2007.
38. Кучуб Н.А. Семья как ценность развивающегося социума и личности// Вестник ОГУ. 2010. Лазарев А.А. Семейная педагогика: уч. пособие. – М.: Академия. –2011. – 372 с.
39. Леонтьев А.А. Психология общения: учеб.пособие / А. А. Леонтьев. – 4-е изд. – М.: Академия, 2007. – 368 с.
40. Лепешинский, Н.Н. Адаптация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф / Н.Н. Лепешинский //

Психологический журнал. – 2007. – № 3(15). – С. 24-27.

41. Метенова Н.М. Родителям о детях. Методические рекомендации. – Ярославль. Издательско-полиграфический комплекс «Индиго». – 2010. – 64 с.

42. Методика «Диагностика содержания общения детей с близкими взрослыми» Т.Ю. Андрющенко и Г.М. Шашловой// Психологическое обследование семьи [Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL: <https://pro-psichology.ru/psixologicheskoe-obsledovanie-semi/615-metodika-diagnostika-soderzhaniya-obshheniya.html> (дата обращения: 14.05.2022)

43. Методика диагностики родительского отношения (ОРО) А.Я. Варга, В.В. Столин. // Психологический журнал [Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL:https://sch2026v.mskobr.ru/files/oprosnik_roditel_skih_gotnoshenij_vargistolina.pdf (дата обращения: 14.05.2022)

44. Молчанова Е.В. Психологические аспекты детско-родительских отношений// Психология и педагогика: методика и проблемы. – 2014. – 423 с.

45. Организация взаимодействия семьи и школы как фактор создания психологической безопасности образовательной среды //Вестник северо-осетинского государственного университета имени к. Л. Хетагурова, Изд.: Северо-Осетинский государственный университет им. К.Л. Хетагурова (Владикавказ), 2018. – С. 105-115.

46. Особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии // Справочник. [Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL: https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fspravochnick.ru%2Fpsihologiya%2Fosobnosti_povedeniya_rebenka_pri_psihologicheskom_blagopoluchii_ili_neblagopoluchii%2F&cc_key= (дата обращения: 16.05.2022)

47. Павлов И.В. Общение с ребенком. Тренинг взаимодействия. – СПб.:Речь, 2008.

48. Подбор методик для изучения эмоционального благополучия

ребенка в семье // Семья как социальная среда воспитания ребенка [Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL: <https://ped.bobrodobro.ru/48550> (дата обращения: 21.05.2022)

49. Попова Е.В., Слабодских Н.В. Психологическая безопасность детей в семье // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 150–156.

50. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. Руководство практического психолога / Под ред. И.В. Дубровиной. – М., 2006.

51. Психологическая диагностика // Методика: Стратегии семейного воспитания [Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL: <https://www.sites.google.com/site/test300m/ssw> (31.05.2022)

52. Психологическое благополучие ребёнка в современном обществе: монография. М.В. Сафронова, В.Б. Кузнецова, Е.А. Козлова, О.А. Ахметова, А.В. Варшал. Новосибирск: Издательство НГТУ, 2016.

53. Психология и педагогика семьи: Учебное пособие / Авторы: Г.Ф. Биктагирова, Э.И. Муртазина. – Казань: Издательство «Бриг», 2015. – 232 с.

54. Работа с родителями как одно из направлений социальнопедагогической деятельности: методические рекомендации / сост. О.В. Неценко, ред. И.Р. Тамахина. – Выпуск 5. – Воронеж: ГБУ ВО «ЦППиРД», 2019. – 50 с.

55. Райан Р.М., Деси Э.Л. Теория самодетерминации и поддержка внутренней мотивации, социальное развитие и благополучие / науч. перевод Р. А. Вороновой // Вестник Алтайского ГПУ, 2003. – № 3-1. – С. 97-111.

56. Рифф К.Д. Пересмотр структуры психологического благополучия // Журнал психологии личности и социальной психологии. – 1995. – Т. 69. – С. 719–727.

57. Руководство практического психолога: психологическое здоровье

детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И. В. Дубровиной. М., 1995.

58. Семья в психологической консультации / Под ред. В.В. Столина, А.А. Бодалева. — М.: Педагогика, 1989. — 208с.

59. Тихонова (Михеева), Ю.В. Психолого-педагогические условия сохранения психологического здоровья младших школьников : автореферат диссертаций кандидата психологических наук : 19.00.07 / Тихонова Юлия Валерьевна; [Место защиты: Поволж. гос. соц.-гуманитар. акад.]. — Самара, 2013. — 22 с.

60. Ушева Т.Ф. Рефлексивное взаимодействие социального педагога с родителями по профилактике социальных девиаций обучающихся // Педагогический ИМИДЖ. — 2018. — Т. 12. — № 4 (41). — С. 97-105.

61. Фесенко П.П. Имеет ли понятие психологического благополучия социально-культурную специфику? // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2005 — Т. 2. — №4. — С.132-138.

62. Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: автореферат дис.....канд. психологических наук : 19.00.01 / Рос.гос. гуманитар. ун-т (РГГУ). — Москва, 2005. — 24с.

63. Хоментаскас Г.Т. Семья глазами ребенка. М.: Академия, 2011. — 282 с.

64. Целуйко В.М. Родители и дети: психология взаимоотношений в семье. — Волгоград, 2012. — 372 с.

65. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия. М., 2003.

66. Шамионов Р.М. Этнокультурные факторы субъективного благополучия личности // Психол. журн., 2014. — Т. 35. — №4.— С. 68-81.

67. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. — 2005. — № 3. — С. 95-129.

68. Шкала удовлетворенности жизнью // Портал о психологии.

[Электронный ресурс]: [Режим доступа]: URL: <https://experimental-psychic.ru/shkala-udovletvorennosti-zhiznyu/> (дата обращения 21.05.2022)

69. Fauth B., Thompson M. Young Children's Well-Being: Domains and Contexts of Development from Birth to Age 8. London: National Children's Research Centre, 2009.

Приложение А

Таблица 1. – Результаты родителей 3 «А» и 3 «В» классов по методике «Мера заботы» И.М. Марковской

Респондент	Баллы	Общий уровень
1. Светлана Б.	30 баллов	Средний
2. Татьяна Б.	37 баллов	Средний
3. Татьяна Н.	36 баллов	Средний
4. Елена И.	28 баллов	Средний
5. Татьяна З.	31 балл	Средний
6. Елена Л.	34 балла	Средний
7. Ольга И.	42 балла	Высокий
8. Оксана Х.	40 баллов	Высокий
9. Наталья О.	44 балла	Высокий
10. Елена С.	41 балл	Высокий
11. Марина К.	29 баллов	Средний
12. Елена Т.	45 баллов	Высокий
13. Ольга Е.	32 балла	Средний
14. Анастасия Т.	44 балла	Высокий
15. Марина А.	53 балла	Высокий
16. Дарья Г.	43 балла	Высокий
17. Марина П.	34 балла	Средний
18. Галина А.	38 баллов	Средний
19. Мария А.	38 баллов	Средний
20. Лидия А.	48 баллов	Высокий
21. Кира Ф.	48 баллов	Высокий
22. Юлия П.	32 балла	Средний
23. Елена Г.	39 баллов	Средний

24. Людмила М.	37 баллов	Средний
25. Юлия К.	32 балла	Средний
26. Каролина Н.	40 баллов	Средний
27. Елена З.	43 балла	Высокий

Таблица 2. – Результаты родителей 3 «А» и 3 «В» классов по опроснику родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин) в группе с результатами по методике «Мера заботы» И. М. Марковской

Рес пон ден т	Уровень родительской заботы	Принятие - Отвержен ие	Коопе рация	Симбио з	Конт роль	Инфанти лизация	Общий уровень
1	Достаточный	10 с	7 в	1н	1 н	1 в	С
2	Достаточный	10 с	7 в	1 н	3 в	2 в	В
3	Достаточный	12 с	3 с	2 н	6 с	3 с	С
4	Достаточный	11с	7 в	5 с	7 с	2 в	С
5	Достаточный	11 с	5 с	4 с	4 в	1 в	С
6	Достаточный	9 с	7 в	6 в	5 в	3 с	В
7	Высокий	10 с	7 в	5 с	4 в	2 в	С
8.	Достаточный	12 с	5 с	4 с	6 с	1 в	С
9	Высокий	10 с	7в	3 с	2 н	1 в	С
10	Высокий	10 с	7 в	6 в	4 в	2 в	В
11	Достаточный	10 с	4 с	4 с	3 в	2 в	С
12	Высокий	12 с	6 с	4 с	4 в	2 в	С
13	Достаточный	10 с	7в	2 н	2 н	1 в	С
14	Высокий	9 с	7 в	6 в	6 с	2 в	В
15	Высокий	11 с	6 с	3 с	3 в	2 в	С
16	Высокий	10 с	7 в	4 с	4 в	3 с	С
17	Достаточный	13 с	6 с	5 с	2 н	3 с	С
18	Достаточный	13 с	6 с	5 с	2 н	3 с	С
19	Достаточный	8 н	4 с	4 с	6 с	2 в	С
20	Высокий	11 с	7 в	4 с	1 н	2 в	С
21	Высокий	18 с	6 с	5 с	3 с	5 с	С
22	Достаточный	10 с	6 с	4 с	4 с	2 в	С
23	Достаточный	10 с	7 в	2 н	5 в	2 в	В
24	Достаточный	11 с	7 в	5 с	4 в	4 с	С
25	Достаточный	10 с	7в	5 с	4 в	4 с	С
26	Достаточный	11 с	7 в	5 с	6 с	3 с	С
27	Высокий	10 с	7 в	3 с	6 с	3 с	С

Приложение А

Таблица 3. – Результаты родителей 3 «А» и 3 «В» классов по методике «Диагностика содержания общения детей с близкими взрослыми» Т.Ю. Андрющенко и Г.М. Шашловой в группе с результатами по методике «Мера заботы» И. М. Марковской

Рес пон ден т	Уровень распределения родительской заботы	Сфера быта	Сфера познания	Сфера социального мира	Сфера вн.мира ребенка	Общий уровень
1	Достаточный	12	8	8	12	В
2	Достаточный	17	3	14	21	С
3	Достаточный	24	15	16	23	В
4	Достаточный	12	8	8	12	В
5	Достаточный	21	15	16	21	В
6	Достаточный	14	3	12	18	С
7	Высокий	14	4	6	10	Н
8	Достаточный	13	8	9	12	С
9	Высокий	11	5	2	11	Н
10	Высокий	20	10	11	19	С
11	Достаточный	16	12	11	20	С
12	Высокий	15	8	10	13	В
13	Достаточный	20	11	12	17	С
14	Высокий	24	14	15	17	С
15	Высокий	20	8	8	13	С
16	Высокий	15	4	9	12	С
17	Достаточный	12	6	8	12	В
18	Достаточный	6	4	9	12	Н
19	Достаточный	15	11	14	20	С
20	Высокий	12	6	2	9	Н
21	Высокий	21	16	16	24	В
22	Достаточный	13	6	6	13	С
23	Достаточный	14	13	12	19	В
24	Достаточный	23	15	15	23	В
25	Достаточный	13	10	11	14	В
26	Достаточный	13	9	12	19	С
27	Высокий	14	3	14	5	Н

Приложение А

Таблица 4. – Результаты 3 «А» и 3 «В» классов по методике «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера в группах с разными уровнями проявления заботы

Респондент	Уровень распределения родительской заботы	Уровень удовлетворенности жизнью ребенка (в баллах)	Общий уровень
1	Достаточный	23	С
2	Достаточный	32	В
3	Достаточный	26	В
4	Достаточный	22	С
5	Достаточный	24	С
6	Достаточный	19	Н
7	Высокий	17	Н
8	Достаточный	26	В
9	Высокий	27	В
10	Высокий	31	В
11	Достаточный	23	С
12	Высокий	18	Н
13	Достаточный	25	В
14	Высокий	25	В
15	Высокий	22	С
16	Высокий	23	С
17	Достаточный	22	С
18	Достаточный	20	С
19	Достаточный	27	В
20	Высокий	33	В
21	Высокий	24	С
22	Достаточный	25	В
23	Достаточный	29	В
24	Достаточный	23	С
25	Достаточный	26	В
26	Достаточный	18	Н
27	Высокий	21	С

Приложение А

Таблица 5. – Результаты 3 «А» и 3 «В» классов по методике «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернс, С. Кауфман в группах в группах с разными уровнями проявления заботы

Ре сп он де нт	Уровень распределения родительской заботы	Благопри ятная семейная ситуация	Тревожн ость	Конфлик тность в семье	Чувство неполно ценности	Враждеб ность в семейно й ситуации	Общий уровень
1	Достаточный	0.4	0.7	0.2	0	0	С
2	Достаточный	0.5	1.3	0.9	0.4	0.2	Н
3	Достаточный	0.8	0	0.2	0.1	0.3	С
4	Достаточный	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	Н
5	Достаточный	1	1	0	0.1	0	С
6	Достаточный	0.8	0.1	0.2	0.2	0.2	С
7	Высокий	0.3	0.2	0.6	0.2	0	Н
8	Достаточный	0.9	0.1	0	0.1	0	В
9	Высокий	0.3	0.4	0.5	0	0.2	Н
10	Высокий	0.8	0.1	0.4	0.2	0.3	С
11	Достаточный	0.8	0.3	0.6	0.2	0.3	С
12	Высокий	0.7	0.1	0	0	0	В
13	Достаточный	0.3	1.1	0.7	0.3	0.4	Н
14	Высокий	0.2	0.1	0.7	0.2	0.2	Н
15	Высокий	0.7	0	0.3	0.1	0	С
16	Высокий	0.6	1.3	0.3	0.1	0.3	Н
17	Достаточный	0.7	0.4	0.2	0	0.1	С
18	Достаточный	0.6	0.2	0.3	0.1	0.3	Н
19	Достаточный	0.5	1.2	0.4	0.3	0.2	Н
20	Высокий	0.6	1.2	0.8	0.3	0.4	Н
21	Высокий	0.6	0.1	0.2	0	0.2	С
22	Достаточный	0.7	0.4	0.2	0.1	0.1	С
23	Достаточный	0.8	0.2	0.4	0.1	0.1	Н
24	Достаточный	0.6	1.2	0.4	0.3	0.2	Н
25	Достаточный	0.9	0.2	0.4	0.1	0.4	Н
26	Достаточный	0.7	0.4	0.2	0	0.1	С
27	Высокий	0.8	1	0.4	0	0.1	Н

Программа работы педагога с родителями, направленная на повышение психологического благополучия младших школьников в семье

Цель программы: повышение психологического благополучия младших школьников в семье.

Для достижения данной цели нами были выдвинуты следующие задачи:

- 1) научить родителей эффективным приемам общения с ребенком;
- 2) научить родителей устанавливать оптимальную психологическую дистанцию ребенка;
- 3) расширить спектр методов воспитания.

Программа представляет собой цикл из 11 занятий. Программа рассчитана на 27 родителей. Продолжительность одного занятия 40-45 минут. Периодичность занятий – 1 раз в неделю в течение трех месяцев.

Вводный этап

Занятие 1. Знакомство.

Цель: способствовать формированию конструктивного взаимодействия педагогов школы и родителей обучающихся.

Участники: родители детей 3 «А» и 3 «В» класса.

Ход работы

Педагог:

Здравствуйте, уважаемые родители! Я очень благодарна, что вы нашли время и пришли сегодня на нашу встречу. Я считаю, что тема, которой будет посвящена наша сегодняшняя встреча и вся дальнейшая работа, является очень важной, той темой, которой необходимо уделять внимание, не смотря

на нашу с вами высокую занятость. Я очень надеюсь, что к концу сегодняшней встречи вы станете со мной солидарны, и мы сможем в дальнейшем построить продуктивную и плодотворную работу.

Нам с вами предстоит серьезная совместная работа, поэтому сейчас я предлагаю нам с вами познакомиться.

1. Упражнение «Знакомство»

Цель: Познакомить участников встречи.

Участники: родители детей 3 «А» и 3 «В» класса.

Ход упражнения: Предложить каждому члену группы представиться. Каждый по очереди назовет свое имя и скажет одно предложение о себе, любую информацию, которую считает, что стоит знать группе. Представление ведется по кругу.

Участники знакомятся.

2. Беседа о цели встреч. Далее идёт беседа, где педагог рассказывает, зачем они все собрались, что будет происходить на занятиях, цели, задачи занятий, оглашаются правила работы в группе.

Педагог:

Для того чтобы лучше узнать друг друга, развить чувство «групповой сплоченности», коммуникативные навыки и активизировать хорошее настроение предлагаю поиграть.

Вы, конечно, знаете много слов приветствия. Отлично, но давайте поздороваемся друг с другом необычными способами – с помощью жестов.

Перед каждой игрой ведущий (учитель) объясняет правила.

3. Игра «Смешное приветствие»

Цель: разнообразить репертуар телесных ощущений, способствовать большей самоидентификации с группой, создать непринужденную психологическую атмосферу.

Участники: родители детей 3 «А» и 3 «В» класса

Ход игры: Игра проводится в кругу, стоя. Каждый участник по очереди

предлагает способ приветствия. Здравуются необычным способом с соседом справа (например, соприкасаясь носами, щеками, ладошками), приветствие проходит по кругу от одного родителя к другому.

– Сегодня мы больше узнаем друг о друге и о себе. Предлагаю создать непринужденную психологическую атмосферу и узнать кто из вас самый быстрый, ловкий и внимательный.

4. Игра «Поменяйтесь местами...»

Цель: создать непринужденную психологическую атмосферу, развитие внимания и быстроты.

Участники: родители детей 3 «А» и 3 «В» класса

Ход игры: Ведущий (педагог) произносит фразу «Поменяйтесь местами те...» и называет разные продолжения. Родители, к которым это относится меняются местами.

У кого светлые волосы

У кого есть сын

Кто родился осенью

У кого веселое настроение

У кого есть в одежде что-то красное

У кого есть 2 детей

Те, кто любит готовить

У кого любимый праздник Новый год и т.д.

5. Игра «Рука к руке»

Цель: гармонизация дружеских взаимоотношений, снятие мышечного напряжения, развитие переключения внимания, быстроты реакции.

Участники: родители детей 3 «А» и 3 «В» класса

Ход игры: По команде ведущего надо определенным образом прикоснуться друг к другу: «Рука к руке!» – руками; «Плечо к плечу!» – плечами; «Спина к спине!» – спинами и т. п. А теперь раз, два, три – пару новую найди! Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения

отчужденности. Для полноты тактильных ощущений вводится запрет на разговоры во время этой игры.

6. Рефлексия - Упражнение «Радуга мнений»

Для красочного окончания дня можно задействовать наборы карточек из цветного картона. На них участники записывают ответы на вопросы. Каждому цвету соответствует определенный вопрос, неизменный на протяжении всей сессии, примерно так: синяя – ваши ощущения от работы, красная – самое ценное приобретение сегодняшнего дня, желтая – что бы вы желали поменять в работе следующих встреч, зеленая – ваши ожидания относительно следующих встреч. Вопросы следует заранее напечатать на одной стороне карточки, на другой, члены команды излагают свои ответы, после чего отдают цветные наборы педагогу – опрос проходит анонимно.

Занятие 2. Родительский семинар на тему «Взаимосвязь психологического благополучия младших школьников и родительского отношения.»

Цель: поговорить о психологическом благополучии младших школьников в семье.

Участники: родители детей 3 «А» и 3 «В» класса, педагог-психолог

Ход работы

Педагог:

Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим о психологическом благополучии ваших детей, о том, что вы знаете об этом понятии, и как ваши отношения с ребенком влияют на его психологическое благополучие.

Сейчас я прошу вас продолжить фразу, сделать это нужно быстро, не задумываясь.

«Школа предстает как пространство, в котором ребенок...»

Родители проговаривают ответы. Ответы фиксируются.

Педагог:

Проанализировав получившиеся ответы, мы можем заметить, что большинство из вас считает школу местом, где происходит становление личности ребенка, формирование самостоятельности, мотивации и гражданственности. Где ребенок учится взаимодействию со сверстниками и взрослыми. Безусловно, все выше перечисленное является важным для будущего детей, развития их возможностей. Но нельзя забывать про сохранение здоровья детей. Состояние психологического здоровья ребенка – важная часть их общего здоровья, что также является целью современного начального образования.

Современные отечественные исследователи П. П. Фесенко и Т. Д. Шевеленкова дают следующее определение понятию «психологическое благополучие» – субъективное ощущение счастья, удовлетворенности своей жизнью и собой.

Как вы считаете, дорогие родители, оказывает ли семья влияние на психологическое благополучие младшего школьника? Если да, то каким образом? (Родители высказывают свое мнение)

Как вы понимаете, первичное воздействие на воспитание и формирование личности младшего школьника осуществляет вы – родители. Именно вам отводится ведущая роль. И, конечно, кому, если не вам, оказывать большое влияние на психологическое благополучие вашего ребенка.

Психологическое благополучие младших школьников в семье определяется 4 критериями:

- Родительский контроль
- Родительские требования
- Общение с детьми
- Эмоциональная поддержка

Сейчас я прошу вас обратить внимание на экран, на нем мы можем

видеть результаты исследования психологического благополучия младших школьников в семье.

Родители рассматривают результаты на экране. Задают интересующие вопросы. Параллельно педагог уточняет, поясняет представленное на слайде.

Педагог:

Результаты исследования показали, родительское отношение к детям и психологическое благополучие младших школьников связаны напрямую и находится в большинстве на среднем уровне, но, тем не менее, была выявлена проблема.

Групповая работа.

Педагог:

Сейчас предлагаю вам поработать в группах и написать свои предположения на тему того, какая основная проблема была выявлена в ходе диагностики.

Родители в группах фиксируют свои предположения. Затем по очереди зачитывают то, что у них получилось.

В итоге приходим к общему выводу о том, что родителям нужно учиться видеть глазами ребенка, чем мы и будем заниматься в течение наших занятий.

Педагог:

В качестве следующего занятия вам предлагается прослушать онлайн-вебинар, по теме «Сферы общения с детьми». Данный формат позволит нам в режиме реального времени обсудить представленную тему, у нас с вами состоится диалог, я буду рассказывать материал, а вы сможете в любое время меня остановить, задать интересующий вопрос при помощи чата. Также будет включена работа с видеофрагментами и их обсуждение.

Оговаривается с родителями точное время для вебинара.

Основной этап

Занятие 3. Онлайн-вебинар «Общение в семье».

Цель: Создать представление о влиянии общения с ребенком на его психологическое благополучие.

Участники: родители детей 3 «А» и 3 «В» класса.

Ход работы

Педагог:

Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим об одном из параметров отношений детей и родителей, оказывающим наибольшее влияние на психологическое благополучие младших школьников в семье – общении с детьми.

Стоит начать с того, что жизнь в семье невозможна без общения. Общение в семье демонстрирует отношения членов семьи друг к другу и их взаимодействие, обмен информацией, духовный контакт.

Помимо взрослых, в полноценном общении нуждаются также и дети. Общение является одним из основных факторов формирования личности ребенка, сохранения его психологического благополучия

Так, что же такое общение?

Общение – это процесс взаимодействия родителя и ребёнка, направленный на взаимное познание, установление и развитие взаимоотношений и предполагающий взаимовлияние на состояния, чувства, мысли, взгляды, поведение и регуляцию совместной деятельности

Сейчас мы живем в сложное время, когда пытаюсь заработать и обеспечить достойную жизнь нашим детям, мы приходим домой уставшими и часто уже не готовыми на общение с ними. А ведь они ждут от нас внимания, понимания, заинтересованности, все они ждут общения.

Для создания гармоничной атмосферы в семье следует установить правила общения. Они позволят каждому члену семьи чувствовать себя услышанным.

Есть несколько принципов, которые помогут вам установить правила

общения:

Создайте семейный кодекс. Разработайте набор правил поведения, которые будут действовать в вашей семье. Эти правила должны быть ясными, понятными и основываться на уважении и поддержке друг друга. Позвольте каждому выразить свое мнение о предложенных правилах и внести свой вклад. Важно, чтобы все члены семьи чувствовали себя вовлеченными и принимали участие в процессе установления правил.

Организируйте поощрения. Установите систему поощрений и наград за соблюдение правил общения. Это может быть словесная благодарность, похвала или маленький подарок; Такие поощрения помогут укрепить желание соблюдать правила.

Будьте примером. Родители должны быть примером для детей в установлении правил общения. Показывайте своим детям, как следовать этим правилам через свое собственное поведение.

Сейчас мы поговорим про стили общения в семье. Для полной ясности и наглядности вашему вниманию будут представлены видеофрагменты, на которых будет демонстрироваться тот или иной стиль общения. Во время занятия попрошу вас быть серьезно настроенными, обдумывать все изложенное и в завершении самостоятельно прийти к пониманию того, какой стиль общения преобладает в вашей семье. В процессе обсуждения я буду задавать вопросы. Давайте приступим.

Авторитарный стиль общения. Родители хорошо представляют, каким должен вырасти их ребенок, и прилагают к этому максимум усилий. В своих требованиях родители очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что ребёнку порой неуютно под их контролем. В общении с ребёнком они отдают приказы и ждут, что ребёнок в точности их исполнит. Закрывают для постоянного общения с детьми, устанавливают жёсткие требования и правила, не допускают их обсуждения, позволяют детям лишь в незначительной степени быть независимыми.

Подумайте, как влияет данный стиль общения на детей? (родители высказывают свое мнение)

Педагог:

Как правило, дети в семьях с таким стилем общения замкнуты, боязливы, угрюмы и зависимы, раздражительны. Девочки на протяжении подросткового возраста остаются пассивными и зависимыми. Мальчики могут стать неуправляемыми и агрессивными.

А мы переходим к следующему стилю общения.

Либеральный стиль общения. Родители слишком высоко ценят своего ребёнка, считают простительными его слабости. Легко общаются с ним, доверяют ему во всём.

В такой семье ребёнок слабо или совсем не регламентирует поведение. Детям предоставлен избыток свободы, т. е. руководство родителей незначительно, не устанавливается никаких ограничений. Поэтому такие дети склонны к непослушанию, агрессии. На людях ведут себя неадекватно и импульсивно, нетребовательны к себе; лишь в некоторых случаях дети становятся сильными и решительными, творческими людьми.

Родители – сторонники **демократического стиля воспитания** – уважают личность ребенка, принимают его таким, каков он есть; дают понять ребенку, что его дела важны для них; доверяют, поощряют самостоятельность, осуждают не самого ребенка, а его поступок, прислушиваются к мнениям ребенка, проводят вместе с ним свободное время, помогают развивать его способности. Дети в таких семьях прислушиваются к советам родителей, наследуют адекватные мужские и женские черты поведения, растут уверенными в себе, хорошо социально адаптированными.

Сейчас вашему вниманию представляются видеотрекменты. Ваша задача догадаться о каком стиле общения идет речь. Фиксируйте ваши ответы в нашем чате.

Сложно ли вам было соотносить?

Проверяется правильность выполнения. Проводится обсуждение.

Теперь, когда вы ознакомились с разными стилями общения в семье, увидели, как они проявляются и осознали, что чувствует ребенок и к каким последствиям может привести каждый из этих стилей, вам стоит понять, какой стиль общения присущ вам.

Подумайте...

Как часто в ваших фразах звучат указания и угрозы?

Как проходит обмен информацией с ребенком?

Как часто вы поощряете ребенка и оказываете ему психологическую поддержку?

Подведение родителей к осознанию.

Педагог:

Сейчас вы с вами обсудим факторы, которые служат причиной неэффективного взаимодействия и конфликтов. Эти препятствия на пути понимания собеседника называют барьерами общения.

Рассмотрим основные виды барьеров в общении и пути их преодоления.

1) **Барьеры коммуникации.** Это барьеры в общении, связанные с обменом информацией между собеседниками в ходе общения. Для того чтобы разрушить этот барьер, необходимо хорошо понимать партнера, внимательно слушать его и задавать вопросы.

2) **Барьеры взаимодействия.** Это барьеры, связанные с взаимодействием с человеком во время общения и возникающие из-за недовольства поведением партнера по общению. Как правило, в позициях собеседников есть существенные различия. Чтобы этого не произошло, полезным будет вовремя обозначать собственные мотивы, пытаться находить компромисс.

3) **Барьеры понимания и восприятия** – это барьеры, связанные с

восприятием и познанием друг друга, а также с установлением взаимопонимания на этой основе. Не стоит думать о том, как выглядит ваш собеседник, принимать его эмоции на свой счет и приписывать ему свои мнения и взгляды.

Педагог:

Содержание общения взрослых с детьми может быть разным. Все зависит от того, как часто во взаимодействии с детьми обсуждается та или иная тема. Выделяют 4 сферы общения с детьми:

- **Сфера быта.** Родители общаются с детьми об их здоровье, гигиене. Распределяют домашние обязанности и учат детей бережному отношению к домашним вещам. В семье присутствует совместное времяпровождение (игры, просмотр телепередач)

- **Сфера познания.** Родители обсуждают с детьми законы природы, растений, животных, анатомо-физиологические сведения о человеке, информацию об известных ученых, писателях, путешественниках. Учат своих детей способам самостоятельного изучения окружающих предметов и явлений, использования окружающих предметов.

- **Сфера социального мира.** С детьми обсуждается соответствие поведения правилам, этическим нормам с точки зрения того, что «хорошо», что «плохо», взаимоотношения людей, последствия асоциального поведения. Ребенок делится с родителем своими успехами и неудачами в школе, и тем, как складываются его отношения со сверстниками.

- **Сфера внутреннего мира.** При разговоре с ребенком поднимаются вопросы особенностей его представлений о тех или иных вещах, его мнений, взглядов по тем или иным вопросам, того, что и как он придумывает, сочиняет, способов решения тех или иных заданий, которые ребенок сам нашёл. Обсуждаются переживания, настроение ребенка и его причины, отношение ребенка к людям, его представления о себе, изменения, произошедшие за какой-то промежуток времени (каким он был и каким

стал), отношение ребенка к самому себе.

Педагог:

Подумайте, каким вы видите общение с вашим ребенком?

Стоит помнить о том, что ваш ребенок нуждается в общении на темы, касающиеся каждой из представленных сфер.

Задумайтесь, удастся ли вам это? (родители обдумывают)

А теперь давайте посмотрим, что показывают результаты диагностики общения с детьми.

(демонстрация диаграммы по результатам диагностики общения взрослых с детьми)

Педагог:

Результаты показали, что чаще всего при общении с ребенком родители затрагивают сферу социального и внутреннего мира ребенка. Меньше всего внимания при разговоре с ребенком уделяется сфере познания.

Уважаемые родители, старайтесь при общении с ребенком уделять внимание всем аспектам его жизнедеятельности.

Дома я попрошу вас понаблюдать за тем, как вы осуществляете общение с ребенком. Фиксируйте результаты на листочке (демонстрация образца).

Примерная карта наблюдений (наблюдение проводится в течение недели. На следующем занятии обсуждение)

Сколько времени я уделила(л) ребенку сегодня	день						
Какие темы были обсуждены за это время							
Сколько раз похвалила(л) (поощрила) ребенка							

Как похвалила(л) (поощрила) и за что?							
Использовались ли в речи указания? (Убери игрушки, вымой посуду и т.д)							
Оказала(л) ли я психологическую поддержку своему ребенку, когда он нуждался в этом (пример ситуации)							

Занятие 4. Родительское собрание на тему «Позитивное общение с детьми» с использованием интерактивных упражнений, проигрыванием ситуаций и репетиций поведения.

Цель: Познакомить родителей с понятием «позитивное общение» с детьми.

Участники: родители и дети 3«А» и 3 «В» классов

Занятие начинается с обсуждения домашнего задания:

У кого возникли трудности?

Какие наблюдения вам удалось отметить?

К какому выводу пришли?

(родители высказываются)

Педагог:

Сегодня мы с вами продолжаем говорить про общение в семье, а именно обсудим «позитивное общение».

Позитивное общение трактуется как взаимодействие, основанное на положительных эмоциях, направленное на взаимопонимание и приносящее удовлетворение всем участникам.

Настройка позитивного общения в семье – одна из ключевых задач каждого родителя.

Почему это важно?

Во-первых, потому, что позитивное общение позволяет усилить связь между членами семьи и при этом каждый чувствует себя нужным. Во-вторых, позитивное общение оказывает влияние на эмоциональную сферу, а мы с вами уже обсуждали, что эмоциональная поддержка очень важна для психологического благополучия детей. В-третьих, настраивая позитивное общение в семье, вы помогаете своим детям развивать навыки эффективной коммуникации.

Для того, чтобы в семье царил позитивное общение, необходимо создать спокойную и доброжелательную атмосферу, в которой каждый член семьи будет чувствовать себя комфортно и защищено. Вот несколько методов, которые помогут вам в этом:

- **Установите правила.** Совместно со всеми членами семьи определите набор правил и ценностей, которые будут лежать в основе вашего общения.
- **Практикуйте эмпатию.** Старайтесь поставить себя на место других членов семьи и понять их точку зрения. Учите детей быть внимательными к эмоциям и потребностям других людей.

1. Проигрывание семейных ролей.

Цель: позволить родителям посмотреть на свое поведение глазами ребенка.

Участники: 2 пары (родитель и ребенок).

Ваша задача ненадолго поменяться семейными ролями, то есть родитель принимает роль ребенка, а ребенок роль родителя и проиграть следующие ситуации:

Ситуация: Ребенок получил в школе плохую оценку. Приходит домой и делится этим с родителем.

1 пара: Ребенок (с расстроенным видом): «Мам, я получил сегодня 2 по математике»

Родитель: «Ну тебе не привыкать, ты постоянно получаешь эти двойки»

2 пара: Ребенок (с расстроенным видом): «Мам, я получил сегодня 2 по математике»

Родитель: «Не расстраивайся. Бывают и плохие оценки, я верю, что у тебя получится это исправить»

Кому из вас, уважаемые родители, было приятнее быть ребенком?

Педагог:

Я рада, что вы сумели верно понять то, что чувствуют дети в подобных ситуациях. Старайтесь быть понимающими родителями для своих детей. А мы двигаемся дальше. Следующие методы:

- **Учитесь прощать и извиняться.** Прощение и извинение – важные аспекты позитивного общения. Учите детей принимать ответственность за свои ошибки и уметь прощать других.

- **Разрешайте конфликты мирно.** Неизбежными частями семейной жизни являются конфликты, но важно научиться решать их мирно.

2. Проигрывание ситуаций.

Цель: проработка применения средств понимания, развитие эмпатии.

Участники: 2 родителя

(Родителям выдаются карточки, на которых описываются ситуации)

Ваша задача продемонстрировать нам, как бы вы повели себя в данной ситуации.

1 ситуация: Ребенок разбил вашу любимую вазу, скрыл это, но вы все равно заметили. Ваши действия?

2 ситуация: Ребенок не выполняет ваши требования (сидит в телефоне в запрещенное время, игнорирует домашнюю работу и т.д.) Как вы поступите в этой ситуации?

Педагог:

Хорошо, спасибо вам! Продолжаем.

Важную роль в настройке позитивного общения также играет активное слушание. То слушание, в процессе которого мы действительно проявляем интерес и понимание друг к другу. Именно такое слушание позволяет укреплять связь родителей и детей.

3. Упражнение «Активное слушание»

Цель: показать участникам важность активного слушания для эффективного общения.

Участники: 5 родителей и 1 ребенок

Описание: 4 родителя выходят за двери, одному ребенку зачитывает текст. Задача родителя передать то, что он запомнил следующему родителю. Родители заходят по очереди – слушают и передают полученную информацию.

Обсуждение:

Было ли сложно запоминать текст?

Хорошо ли вам удастся быть активными слушателями ребенка?
(родители высказываются)

Педагог:

Когда мы действительно слушаем друг друга и проявляем эмпатию, мы создаем глубокие связи и понимание. При общении в семье используйте открытые вопросы, чтобы показать, что вы заинтересованы в мнении и чувствах вашего ребенка. Практикуйте активное слушание. Подтверждайте свое понимание, повторяя или перефразируя сказанное.

Последним методом для настройки позитивного общения в семье является укрепление связи через общие цели и интересы.

Для этого стоит выявить общие интересы членов семьи и находить занятия, которые будут приятны и интересны каждому из вас.

Старайтесь как можно чаще проводить время со своим ребенком. Планируйте совместные мероприятия, отводя для них специальное время. Проживайте это время с ребенком, разделяя позитивные эмоции.

Сформулируйте общую цель, которую вы хотите достичь вместе. Это может быть запланированная поездка куда-либо на каникулах или проведение выходных за городом. Поддерживайте друг друга в достижении поставленных целей.

Регулярно обсуждайте и обменивайтесь мнениями со своим ребенком. Это поможет всей семье чувствовать себя ближе друг к другу.

Как уже было сказано выше – родителям важно уметь проявлять эмпатию и считывать эмоции своих детей, а для этого нужно учиться выражению собственных эмоций. Давайте выполним еще несколько упражнений, направленных на развитие этих умений.

4. Упражнения на взаимопонимание «Почувствуй другого»

Цель: научиться понимать психологическое состояние собеседника, вербализировать их.

Участники: родители и дети 3«А» и 3 «В» классов

Ход упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий предлагает детям по очереди сделать какое-то движение, которое отражает его внутреннее состояние, а все остальные повторяют движение каждого 3-4 раза, стараясь при этом прочувствовать состояние другого человека.

Обсуждение проводится с помощью ответов на вопросы: Как вам кажется, что испытывал тот, кто демонстрировал свое движение? (Ответы сравниваются с высказыванием автора движения.) Удастся ли через повторение движения глубже проникнуть в чувственный мир человека? Что мешает (или, напротив, помогает) этому?

5. Упражнение «Я тебе благодарен за...»

Цель: Создать положительный настрой на оставшуюся часть дня.

Участники: родители и дети 3«А» и 3 «В» классов

Ход упражнения: Участникам предлагается по парам (родитель–ребенок) закончить занятие следующей фразой: «Я тебе благодарен за то, что...» Во время проведения можно включить медитативную,

торжественную музыку.

Занятие 5. Мастер-класс на тему: «Техника Я-сообщения»

Цель: научить родителей эффективным приемам общения

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов

Ход занятия

Педагог:

Здравствуйте, уважаемые родители. Сегодня мы продолжаем говорить про общение с детьми. На занятии будем развивать способность эффективного общения посредством невербальной коммуникации, а также я познакомлю вас с техникой, которая называется «Я-сообщение». Давайте начнем.

Общение – это не только природный дар, но и технология: приемы установления контактов, умение видеть, чувствовать собеседника. Лучше понимать собеседника позволяет наш «язык тела» или невербалика.

Невербальное общение — это коммуникационное взаимодействие между индивидами без помощи языковых и речевых средств.

Овладение способами и средствами невербального общения требует серьезного, вдумчивого подхода и систематического обучения. Знание языка жестов и телодвижений также позволяет предвидеть, какое впечатление произведёт на собеседника услышанное ещё до того, как он выскажется по данному поводу.

Сейчас мы с вами поучимся улавливать и анализировать невербальные сигналы других людей.

1.Упражнение «Подарок»

Цель: развитие навыков невербальной коммуникации.

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов

Ход упражнения: участники стоят в кругу. Каждый должен сделать подарок своему соседу слева. Подарок надо вручить молча (невербально), но

так, чтобы сосед понял, что ему подарили. Тот, кто получает, должен понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего нельзя.

Обсуждение: Сложно ли было объяснять только с помощью мимики и жестов? Не было ли желания использовать еще и речь?

2. Упражнение «Испорченный телефон»

Цель: совершенствование навыков невербальной коммуникации.

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов.

Ход упражнения: Выбирается пять родителей, четверо из них выходят из комнаты. Пятому дается текст: «У отца было три сына. Старший умный был детина, средний был ну так себе, младший сын был не в себе». Он должен без слов показать этот текст четвертому человеку, тот третьему, тот второму, и затем первому. Для лучшего запоминания первый человек может проговорить текст несколько раз.

Обсуждение: Ведущий (педагог), расспрашивает родителей, начиная с самого последнего человека, о чем был текст истории. Можно просить повторить текст, если тот, кому он передается, не понимает его.

3. Мастер – класс: техника «Я-сообщение».

Цель: развитие навыка Я-сообщение.

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов.

Педагог:

Что вы обычно говорите своему ребенку, когда недовольны его поведением? (родители высказываются)

Чаще всего это фразы, которые начинаются с обвинения в адрес ребенка (Например, «ты опять опоздала», «ты снова не сделала то, о чем я просила» и т.д).

В этот момент ребенок чувствует, что на него «нападают», поэтому в большинстве случаев в этот момент человек начинает защищаться, в следствие такая беседа может перерасти в конфликт.

Сегодня я хочу познакомить вас с техникой общения, которая не

заставляет собеседника защищаться, а наоборот располагает его на диалог, дает возможность высказаться. Я научу вас выражать свои негативные эмоции в необидной для ребенка форме при помощи техники, которая называется «Я-сообщение».

«Я-сообщение» – это техника межличностного общения, который помогает выразить свои чувства, потребности и ожидания без обвинений и критики в адрес собеседника.

Данная техника поможет детям ближе узнать вас и тем самым открыться в ответ. И, что не маловажно, выражая свои чувства без обвинений и приказа, мы отставляем детям возможность самостоятельно принять решение. И тогда, в итоге, они начинают учитывать наши переживания.

Техника «Я-сообщение» состоит из четырех основных этапов:

1 этап. Начало вашего высказывания. Оно должно начинаться с описания факта, который не устраивает вас в ребенке. Делать это необходимо как можно нейтрально, не переходя на личность ребенка. Лучше всего использовать безличные или неопределенно – личные предложения.

Приведу пример: «Когда приходится долго просить...», «Когда мне грубит близкий человек ...»

2 этап. Затем следует описать свои эмоции в связи с таким поведением.

Например, «Когда мне приходится долго просить, я расстраиваюсь...», «Когда мне грубит близкий человек, я огорчаюсь...».

При этом старайтесь как можно точнее выразить свои чувства.

3 этап. Дальше следует объяснить, какое воздействие оказывает такое поведение на вас или окружающих.

Например, так: «Когда мне приходится долго просить, я расстраиваюсь, потому что это лучше всего делать вовремя...», «Когда мне грубит близкий человек, я огорчаюсь, потому что складывается впечатление, что меня не уважают...».

4 этап. В завершении фразы нужно сообщить о том, какое поведение

вы хотели бы видеть вместо того, которое вызвало у вас недовольство.

К примеру, «Когда мне приходится долго просить, я расстраиваюсь, потому что это лучше всего делать вовремя, а мне хочется рассчитывать на твою помощь», «Когда мне грубит близкий человек, я огорчаюсь, потому что складывается впечатление, что меня не уважают, а я хочу, чтобы мой родной человек относился ко мне с уважением».

Давайте попробуем применить полученные знания на практике.

Задача родителей – применить технику «Я-сообщение» в следующих высказываниях:

«Ты всегда бросаешь свои вещи повсюду!» можно сказать: «Я чувствую себя некомфортно, когда в нашем доме беспорядок, и мне бы хотелось, чтобы мы оба старались поддерживать чистоту и порядок».

«Ты не делаешь свои обязанности по дому!» можно сказать: «Я заметил(а), что мне приходится выполнять больше домашних обязанностей, и мне бы хотелось, чтобы мы разделили их более равномерно».

«Ты всегда противоречишь мне!» можно сказать: «Я замечаю, что иногда ты не соглашаешься со мной, и это вызывает у меня раздражение. Мне бы хотелось, чтобы мы оба старались лучше слушать друг друга и уважать точку зрения каждого из нас».

Педагог:

Вижу, что у вас хорошо получается. Безусловно, применение данной техники требует опыта, поскольку не всегда получается быстро сориентироваться и перестроить фразу, тем более в те моменты, когда вы испытываете злость и обиду. Я очень надеюсь, что вы все же прислушаетесь к моим советам и будете стараться изменить общение с детьми в лучшую сторону. Поверьте, с каждым разом у вас будет получаться все лучше и лучше.

Занятие 6. Родительский семинар.

Цель: создать представление о психологической дистанции

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов

Ход занятия

Педагог:

Здравствуйте, уважаемые родители. Сегодня мы с вами разберем не менее важные для общения в семье понятия – «психологическая дистанция» и «личные границы».

Психологическая дистанция – степень эмоциональной близости и взаимной заинтересованности, которую переживают участники общения.

Психологическая дистанция позволяет выделить существование границ, как в своем пространстве, так и в психологическом пространстве другого человека.

Книготерапия:

Бакина А. А. и Яремчук С. В. изучали психологическую дистанцию и его взаимосвязь с благополучием.

«Психологическая дистанция – важный момент, поддерживающий гармоничные межличностные отношения. Ее изменение в неблагоприятную для субъекта сторону приводит к нарушению значимой системы отношений, к нарушению полноценного функционирования человека в обществе и к личностной дезорганизации. В детско-родительских отношениях психологическая дистанция имеет особенно большое значение, так как является одним из факторов развития личности ребенка, а также одним из факторов благоприятных отношений в семье.

Солоинк Логик в своей книге «Держи дистанцию» пишет:

«Держи дистанцию, потому что, не соблюдая дистанцию, ты нарушаешь чужие границы»;

«Главная проблема близких людей в том, что они постоянно нарушают зону комфорта, что вызывает агрессию, ссоры и негатив»;

«Чтобы не потерять авторитет, держи дистанцию».

К какому выводу натолкнули вас мысли исследователей? О чем заставили задуматься?

Педагог:

Установление «психологической дистанции» между людьми напрямую связан с проблемой с личными границами. И сегодня мы научимся навыкам уважения и расстановки личных границ, которым, к сожалению, владеют не все взрослые. Что уж говорить о детях...

2. Мастер – класс на тему «Личные границы»

Педагог:

Начнем с того, что же такое личные границы?

Личные границы – это лично ваше пространство. Это индивидуальная сфера убеждений и интересов.

Главный признак того, что с вашими границами все в порядке — это комфорт. Если окружающие люди своими словами, либо действиями причиняют вам физический или эмоциональный дискомфорт — это и есть нарушение личных границ.

Родители иногда не задумываются над тем, что вторгаются в личное пространство своих детей. Вспомните, вы когда-нибудь врвались в комнату к ребенку без стука? Если да, то именно в этот момент вы нарушали его личное пространство.

Очень важно начинать вырабатывать понятие личных границ по отношению к ребенку и к себе как можно раньше. Учите ребенка осознавать потребности и желания, понимать самого себя, понимать причины и следствия своих поступков. Очень важен и собственный пример. Поэтому так необходимо уметь охранять свои личные границы и не нарушать чужих.

Сейчас мы разберем ситуаций, из которых выведем правила, которые научат вас не нарушать личных границ ребенка.

Ситуация 1.

Ваш ребенок не хочет доедать кашу до конца. Родитель начинает

насиленно кормить ребенка этой кашей и все-таки заставляет доесть. Прав ли родитель? Как бы поступили вы?

Из этого следует «Правило 1» – Не нарушать физических границ ребенка – это все, что связано с телом и телесными ощущениями.

Ситуация 2.

Ребенок приходит со школы и ложится отдохнуть. Родитель напоминает о том, что ему пора на кружок по рисованию. Ребенок начинает упираться и говорить, что не хочет туда ходить, что ему было бы интересно заниматься футболом. Как бы вы поступили на месте родителя?

Выводим «Правило 2» – Не нарушать интеллектуальные границы ребенка. Каждый имеет право на свои увлечения и свой образ мыслей.

Ситуация 3.

Ребенок приходит со школы домой. Он делает уроки и приступает к домашним обязанностям. Ему нужно ежедневно убираться, мыть посуду, стирать свои вещи, поливать цветы и т.д. Скажите, пожалуйста, является ли нормой то, что все оставшееся время ребенка занимают домашние обязанности?

«Правило 3» – Не нарушать временные границы ребенка.

Ситуация 4.

Ребенок за что-то обижен на родителя. Он дуется, начинает плакать. Родитель начинает запрещать ребенку плакать, сопровождая свою речь высказываниями по типу «Мальчики не плачут!» Ребенок подавляет в себе эти эмоции и делает вид, что ему больше не обидно. К чему могут привести такие ситуации?

– Ребенок не сумел в полной мере выплеснуть свои эмоции, родитель не позволил ему это сделать, а значит рано или поздно эмоции, загнанные в угол, вылезут наружу.

Делаем вывод. «Правило 4» – Не нарушать эмоциональные границы ребенка. Задача родителей не подавлять эмоции, а научить выплескивать их

безопасно для окружающих и для самого ребенка.

Ситуация 5.

Ваш ребенок играет с другими ребятами на улице. В какой-то момент вы замечаете, что ваш ребенок не хочет делиться своей игрушкой с другим ребенком. Ваши действия?

– Скорее всего, вы начнете говорить ребенку о том, что он жадина и нужно поделиться. Эти фразы очень часто звучат из уст родителей, а ведь это – нарушение материальных границ ребенка. Ребенок отстаивает свою личную собственность и имеет на это право.

Из этого следует «Правило 5» – Ребенок имеет право сам распоряжаться своими вещами. Он может отказаться делиться, а может подарить их кому-то из друзей.

Педагог:

Уважаемые родители, мы с вами только что разобрали часто-встречаемые ситуации, с которыми сталкиваются родители при нарушении личных границ ребенка. Сейчас нужно закрепить полученные знания. Я буду называть нарушение, а вы приводить пример.

1. Нарушение физических границ: насильно укладывать спать, рыться в детских вещах, физические наказания и т.д.

2. Нарушение эмоциональных границ: фразы «Злиться – плохо», «Девочка должна быть доброй», «Не будь нытиком» и т.д.

3. Нарушение интеллектуальных границ: фразы «Помолчи, еще не дорос», «Да что ты в этом понимаешь...», заставлять читать то, что ребенку не нравится.

4. Нарушение временных границ: фразы «Тебе же все равно нечем заняться, помоги мне», «Мне скучно, посиди со мной».

5. Нарушение материальных границ: «Не будь жадинкой!», «Не смей раздавать свои вещи».

Педагог:

Спасибо за работу, дорогие родители. Вижу, что вы сделали правильные выводы. Не забывайте, что ваши дети берут пример именно с вас и, возможно, нарушение ими ваших личных границ – это следствие ваших нарушений в их сторону. Помните, что без ощущения личных границ человек перестает управлять собственной жизнью, поэтому сумейте правильно выстроить их в своей семье.

Занятие 7. Родительское собрание.

Цель: развитие оптимальной психологической дистанции

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов

Педагог:

Приветствую вас, дорогие родители! На прошлой встрече мы с вами обсуждали главную составляющую психологической дистанции – это выстраивание личных границ. Теперь, когда каждый из вас знает о том, как отстаивать свои личные границы и не нарушать личные границы вашего ребенка, мы можем поговорить об оптимальной психологической дистанции в семье.

Психологическая дистанция в семье может быть:

1. «Здоровая». В такой семье у каждого есть своя личная жизнь. И эти две жизни - семейная и личная очень хорошо переплетаются друг с другом.

– Как вы думаете, чем еще характеризуется «здоровая» психологическая дистанция в семье? Поиграем в игру «Я думаю...». Я буду говорить утверждение, а вы отвечать, думаете ли вы, что это правда или ложь.

В семье со здоровой психологической дистанцией:

- Каждый член семьи сам за себя; (Л)
- Решения принимаются вместе; (П)
- Есть совместный отдых; (П)
- Можно открыто выражать свое мнение; (П)

- Члены семьи везде и всюду вместе; (Л)
- У супругов есть свое хобби, отдельное от детей; (П)
- У каждого члена семьи свой взгляд на семейную жизнь. (Л)

Спасибо. Давайте подытожим. В семье, в которой наблюдается здоровая психологическая дистанция: есть время, когда вся семья принимает совместные решения, причем мнение каждого члена семьи важно; каждый член семьи – отдельная личность; у супругов и детей отдельное хобби и увлечения, но при этом в такой семье царит согласие и понимание.

Перейдем к следующему типу – симбиотическая дистанция.

Перед тем, как мы дадим определение этому понятию, предлагаю выполнить упражнение.

Упражнение «Держи дистанцию»

Цель: показать родителям, на примере упражнения, важность сохранения дистанции между людьми.

Инструкция: Родители делятся на две группы. Каждая группа строится в шеренгу так, чтобы напротив каждого участника первой группы лицом к нему находился участник второй группы на расстоянии 1,5-2 метра. Участникам первой группы дается задание: «Вам необходимо произнести «Стоп» в тот момент, когда, на ваш взгляд, расстояние с участником противоположной группы сократится до комфортного для общения». По команде ведущего участники второй группы очень медленно начинают подходить к первой группе. При этом контакт глаз обязателен для участников обеих групп.

После выполнения проводится обсуждение. Участники делятся мнениями о том, почему им было некомфортно подходить слишком близко к собеседнику, рассуждают о комфортных зонах для общения.

Педагог:

Уважаемые родители, а как вы считаете, если бы перед вами были ваши дети, ваша дистанция бы изменилась? Было бы комфортно вашим

детям с вами при минимальной дистанции?

Именно «Симбиотическая дистанция» – это буквально "слипание" друг с другом. Дистанции практически нет. Нет индивидуальности, самобытности, уникальности, а есть единое поглощение друг другом. Это когда везде и всюду вместе, с общим мнением и желанием на всех. В связи с чем – избыточное напряжение и постоянный контроль. И как следствие – обиды, недопонимания и раздражительность, которые либо открыто проявляются, либо замаскированы.

Последний тип дистанции, встречаемый в семье – отчужденная дистанция. Рассмотрим ее также на примере упражнения.

Упражнение «Дистанция»

Инструкция: Родители делятся на пары. Начинают диалог, в ходе которого все дальше и дальше отдаляются друг от друга. Максимальное расстояние между собеседниками достигает 4 метра.

Затем проводится рефлексия: родители делятся чувствами, подходят к выводу о том, что дистанция велика, то и контакт между участниками бывает затруднен и вряд ли возможен.

Педагог:

Итак, уважаемые родители, мы с вами обсудили все типы дистанций. Скажите, пожалуйста, какой вывод можете сделать?

– Вопрос психологической дистанции в семье очень важный. Необходимо создавать оптимальную психологическую дистанцию, где будет хорошо каждому члену семьи.

Занятие 8. Интерактивная презентация.

Цель: создать представление о методах воспитания.

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов

Презентация выполнена в программе Slidess.com, данная программа позволяет создавать интерактивные презентации, на слайдах которых можно

разместить: картинки, тексты, аудио и видео материалы, а также упражнения и тесты из различных программ (LearningApps.com; Etreniki.ru; H5p; Google формы и т.д.), которые можно выполнить в реальном времени и проверить правильность выполнения работы. Данную презентацию можно транслировать в программе «Zoom» по конференц связи.

Слайд 1.

Здравствуйте, сегодня нам предстоит рассмотреть важную тему: «Методы воспитания». Приведена краткая инструкция по работе с презентацией, указано значение икон, стрелка-указатель, для перехода на следующий слайд.

Слайд 2.

Прочитайте, пожалуйста, высказывание: «Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда вы с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома. (А.С. Макаренко). Озвучьте свои мысли, которые возникли после прочтения цитаты. Родители вписывают свои мысли в чат конференц-связи.

Слайд 3.

Перечислите, пожалуйста, ассоциации, которые приходят в голову, когда вы слышите словосочетание «методы воспитания»? Работа в чате.

Слайд 4.

Родители читают текст.

Методы воспитания многообразны, по своей сущности они едины в школьном и семейном воспитании. Однако в семье их применение носит более индивидуализированный характер, окрашивается особой эмоциональностью, родительской любовью. Успех семейного воспитания во многом зависит от правильности выбора методов воздействия на ребенка.

Слайд 5.

Я предлагаю вам посмотреть показательное видео о методах

воспитания.

Слайд 6.

Обсуждение видео в чате. Разбор плюсов и минусов в каждом из методов воспитания.

Слайд 7.

Перед вами различные эмоции. Выберите из предложенных те, на которых изображены эмоции, схожие с эмоциями, которые переживал ребенок при использовании родителями того или иного метода воспитания.

Метод убеждения – Что чувствует ребенок, когда родитель опирается на сознание ребенка, пытается убедить его в чем-либо и договориться?

Метод требования – Что чувствует ребенок, когда ему дают указания, которые необходимо выполнить?

Метод поощрения – Что чувствует ребенок, которого постоянно хвалят?

Метод принуждения – Какого ребенку, которого заставляют делать то, что он не хочет?

Метод наказания – Как себя ощущает ребенок, родители которого используют различные средства лишения его каких-либо аспектов жизнедеятельности?

Слайд 8.

Подумайте и ответьте, в чем на ваш взгляд заключается смысл видео?

– При выборе оптимальных методов воспитательного воздействия родителю нужно учитывать особенности своего ребенка.

Слайд 9.

Спасибо за работу! Попрошу вас дома пронаблюдать за тем, какой метод воспитания ребенка и при каких обстоятельствах вы используете.

Занятие 9. Родительское собрание.

Цель: применение методов семейного воспитания

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов

Педагог:

Дома вы наблюдали за тем, к каким методам воспитания прибегаете со своим ребенком. Сейчас предлагаю каждому из вас описать в форме мини эссе результат своего наблюдения.

Сегодня вы будете тренироваться применять методы семейного воспитания в различных ситуациях.

Ситуация 1.

Вы возвращались домой и ребенок попросился пол часа поиграть возле дома. По истечении оговоренного времени ребенок вам говорит, что он не пойдет домой. Ваши действия? Каким методом воспитания воспользуетесь? (Неуместно использовать наказание. Стоит поговорить с ребенком, убедить его. Например, «Я понимаю, что тебе не хочется идти домой, а хочется продолжать играть во дворе, но я могу дать тебе еще только пять минут, и потом мы все же пойдем, а завтра обязательно выйдем гулять снова».)

Ситуация 2.

Вы договорились с ребенком, что он сядет за компьютер после того, как выполнит уроки. Придя домой с работы, вы видите, что ребенок все это время просидел в компьютере и уроки не сделал. Что делать? Уместно ли наказывать ребенка? (Да, здесь можно применить наказание, но в допустимой форме. Например, «Ты лишаешься возможности играть в компьютер ровно на один день».)

Ситуация 3.

Вы пришли с работы и увидели, что ребенок навел порядок в своей комнате. Проявите поощрение. (Не стоит говорить ребенку «Какой молодец!». Лучше сказать «Как же чисто в комнате, приятно сюда заходить»)

Ситуация 4.

Ребенок долгое время сидит в телефоне и на просьбы родителей убрать телефон и сделать уроки, убрать в комнате, реагирует агрессивно. Как в

данном случае будет работать метод требования? (В первую очередь, стоит помнить о том, что ребенок копирует родителя. Если родитель долгое время проводит в телефоне, то не удивительно, что ребенок ведет себя также. Далее стоит вводить в процесс воспитания договоренности с ребенком. Например, «Я засекаю время и даю тебе 1 час. Как только он закончится, ты убираешь телефон. Договорились?». При этом ребенок должен понимать, что ему будет, если он не уложится в отведенное время.)

Ситуация 5.

Школьник постоянно избегает домашней работы, ленится, недобросовестно относится к выполнению домашних заданий. Могут ли родители в данном случае применить принуждение в воспитании? (Да, но принуждение может быть только временной мерой, которая должна сочетаться с другими методами воспитания.)

Педагог:

Поделитесь, пожалуйста, своими мыслями по данной теме. Что думаете?

– Стоит помнить о том, что прибегать к одному методу воспитания – не лучший вариант. В идеале родителю следует сохранять баланс различных методов воспитания.

Занятие 10. Онлайн-вебинар «Мир глазами ребенка»

Цель: показать родителям мир глазами ребенка

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов, педагог-психолог

«Родители не понимают, как много вреда они причиняют своим детям, когда, пользуясь своей родительской властью, хотят навязать им свои убеждения и взгляды на жизнь». Ф. Э. Дзержинский.

Родители переходят в чат «Zoom» и начинается обсуждение.

1. Как вы понимаете данное высказывание?
2. Назовите, пожалуйста, ассоциации со словом «детство»

3. Вспомните, самые запоминающиеся события из детства

4. Можете ли сравнить себя в детстве и вашего ребенка?

Работа в чате. Подведение к осознанию того, что родитель и ребенок – это разные люди.

Родители читают текст.

Детство, чудесная пора, у всех нас она ассоциируется с чем-то добрым, светлым и радостным, оно похоже на праздник. Сладкая вата, прогулка по парку, песочница, качели, карусели, эскимо. Потопать по лужам, слепить снеговика из первого снега, собрать букет подснежников по весне или пробежать по осенней поляне, прислушиваясь, как хрустит листва под ногами. Строить шалаш из веток во дворе или домик из одеял дома. То время, когда сидишь и морщишься над тарелкой супа, но желание попробовать новую конфету побеждает, и, зажмурившись, мы беремся за дело. Первая школьная учительница и бабушкины пирожки на летних каникулах, и еще множество историй и эмоций, которые порой, даже не передать словами.

Но помимо всего позитива, случаются и грустные истории. Самыми грустными можно назвать те истории, когда самые близкие и родные люди не понимают и не принимают наши желания и интересы. Когда в выборе хобби, профессии, супружеской пары, родители думают, что лучше знают, чем нам заняться, с кем дружить и где гулять. Ориентируясь на свои установки, и предубеждения не дают возможность заниматься любимым делом. Очень часто, на экране мы можем встретить истории, когда родители пытаются через детей реализовать свои амбиции, несбывшиеся мечты, или, опираясь на стереотипы, со словами «не позорь меня», «не мужское это дело», «девочки не должны так себя вести» и т.д., мешают самореализации детей.

Стоит помнить, что тексты сценариев к фильмам сценаристы берут из окружающей действительности, а значит, подобные истории, не редкость и в

реальной жизни.

Я предлагаю вам посмотреть интересное видео «Родители и дети смотрят на мир по-разному»

Обсуждение видео:

– О чем видеоролик?

– К какому выводу пришли? (просмотр видеоролика «Что, если дети будут вести себя так же, как родители?». Показать родителям, что чувствует ребенок в различных ситуациях.)

Педагог:

Спасибо за работу! Старайтесь проводить с детьми как можно больше совместного времени, уделяйте время на общение всего, что интересует вашего ребенка, для него это важно. Не забывайте, что ребенок видит мир иначе, по-своему.

Заключительный этап

Занятие 11. Заключительное родительское собрание, направленное на применение полученных знаний, подведение итогов программы

Участники: родители 3«А» и 3 «В» классов, педагог-психолог

Педагог:

Здравствуйте, уважаемые родители! Рада вас всех видеть, сегодня у нас с вами финальная встреча. Мы сможем еще раз применить полученные знания, подвести итоги работы. Сначала мы с вами разберем несколько ситуационных задач. Делать мы это будем следующим образом. Мы вытянем роли, затем по очереди будем разыгрывать ситуации и анализировать их.

Ситуация 1.

Мама: Почему у тебя одежда мокрая?

Дима: Мы лепили из снега постройки. Воспитательница сказала, что я очень старался.

Мама: не слушая сына: «Сколько раз тебе говорить – клади варежки и

штаны на батарею».

Дима: Я ещё дома попробую такую птичку сделать.

Мама: Пойдешь в мокром.

Дима замолчал и стал неохотно одеваться.

Ситуация о том, что нужно быть внимательным к ребенку, вслушиваться в его слова, проявлять интерес, замечать, что его увлекает, радует.

Вопросы для родителей:

1. Почему не состоялся разговор матери и ребенка?
2. Что бы вы посоветовали маме в данной ситуации?

Ситуация 2.

Миша (7 лет) был очень активным мальчиком, постоянно бегал, прыгал, придумывал различные игры. Родители наблюдали за поведением мальчика и не посоветовавшись с ребенком, решили записать его на плавание, в школу бальных танцев и в художественную школу. Спустя несколько недель Миша перестал проявлять активность дома и на уроках, отказывался от всех предложений родителей.

Папа: Миша, чего ты каждый вечер сидишь на диване и ничего не делаешь? Я тебя не узнаю! Где твоя фантазия, игры, танцы?

Миша: не хочу! Я уже ничего не хочу!

В ситуации поднимается очень популярная проблема. Когда родители с раннего возраста загружают ребенка большим количеством хобби, важно отметить, что не всегда эти занятия интересны ребенку. В дальнейшем подобные действия приводят к усталости детей, потери инициативности, иногда болезненности. Перегрузки негативно сказываются как на физическом, так и педагогическом здоровье ребенка.

Вопросы родителям:

1. Что вы можете сказать, по поводу представленной ситуации?
2. На ваш взгляд, что стало причиной изменений в поведении ребенка?

3. Можно ли вернуть былую активность и жизнерадостность ребенку?

Ситуация 3.

Второклассник Дима решил постирать белье до прихода с работы мамы. Вынимая белье из машины, мальчик заметил, что вода в ней стала темной, а белые майки и сорочки приобрели синеватый цвет. Дима не знал, что синий спортивный костюм, который он постирал вместе с белыми вещами, линяет. Мальчик расстроился. Когда мама вернулась домой, он виновато признался в случившемся.

– Кто тебя просил это делать, почему ты лезешь не в свои дела?! – возмутилась мать.

Дима молчал, однако ему было обидно: ведь он хотел порадовать маму, а получилось наоборот.

Вопросы:

1. Какие ошибки допустила мама в данной ситуации?
2. Как бы вы поступили в подобном случае?

Мы с вами разобрали несколько ситуаций, в которых заметили ошибки в поведении родителей, по отношению к ребенку. Проанализировали поведение участников, рассмотрели последствия неверных действий, предложили различные пути выхода из них.

В данных ситуациях были представлены случаи, когда родители не достаточно внимательны к детям, или же ограничивают их свободу выбора. Но! Встречаются и такие ситуации, в которых нам необходимо вмешаться, направить ребенка. Важно, как мы будем доносить до него свое мнение. Предлагать, рекомендовать, говорить и показывать так, чтоб ребенку захотелось попробовать. Принуждение не даст позитивных результатов, а лишь испортит наши отношения с ребенком.

Сейчас я попрошу вас еще раз ответить на вопрос, который задавала на первых наших встречах.

1. Важно ли психологическое благополучие ребенка?

На протяжении наших занятий, я пыталась донести до каждого из вас то, что психологически благополучный ребенок, это прежде всего, счастливый, открытый, веселый, познающий себя и окружающий мир ребенок. Он полностью принимает себя и при этом принимает ценность окружающего. То, что сделать его психологически благополучным под силу нам с вами. Расскажите, а какую роль играет семья в психологическом благополучии ребенка? Как сохранить психологическое благополучия ребенка?

Необходимо научиться слушать и слышать ребенка, уважать его личность, интересы и желания, помогать в развитии. И самое главное, о чем нужно помнить, что ребенок – это особый мир, требующий особого отношения, а способен на такое отношение лишь тот родитель, который помнит то, как он сам был ребенком.

Упражнение «Мнения». Сейчас я попрошу высказаться каждого из вас и сделать это следующим образом. Перед вами три картинки: мясорубка, урна и чемодан. Я прошу каждого хорошо подумать и сказать, из всего, что он узнал, почувствовал, попробовал на протяжении всех занятий, что он с легкостью выкинет в урну, как ненужное и бесполезное, что возьмет с собой в чемодан, как ценный опыт и нечто полезное, что пригодится в будущем, а что бы, он пока поместил в мясорубку, как то, что еще требует осмысления, как то, что еще не до конца понято и принято. Кому сложно высказаться вслух, того я попрошу написать свой ответ на листочке.

В заключении мне бы хотелось сказать вам: «Будьте внимательны и заботливы к своим детям, их психологическое благополучие является важным фундаментом для будущего счастья и успеха».

Все желающие могут остаться, и мы обговорим оставшиеся вопросы.

