

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

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии и педагогики детства

**КАТУШОНОК ДАРЬЯ ВИКТОРОВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ДЕТСКОГО ОПЫТА ПРИВЯЗАННОСТИ  
ЖЕНЩИНЫ К МАТЕРИ И СТИЛЯ ВОСПИТАНИЯ РЕБЁНКА  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы  
Психология семьи и семейное консультирование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

И. о. заведующего кафедрой  
канд. филол. наук, доцент Кухар М.А.

Руководитель магистерской программы  
канд. психол. наук, доцент Арамачева Л.В.

Научный руководитель  
доктор психол. наук, профессор  
Волкова О.В.

Обучающийся  
Катушонок Д.В.

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ НАРУШЕНИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ В ДЕТСТВЕ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ В СТАТУСЕ РОДИТЕЛЯ	9
1.1. Анализ изучения феномена привязанности в психологической науке с момента открытия теории привязанности в 50-60-х г. XX в. до настоящего времени	9
1.2. Понятие стиля воспитания. Определения. Классификации отечественных и зарубежных учёных	28
1.3. Роль опыта привязанности матери в формировании детско-родительских отношений в семье, воспитывающей ребёнка дошкольного возраста	37
Выводы по главе 1	47
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ДЕТСКОГО ОПЫТА ПРИВЯЗАННОСТИ ЖЕНЩИНЫ К МАТЕРИ И СТИЛЯ ВОСПИТАНИЯ РЕБЁНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	51
2.1. Организация и методы исследования	51
2.2. Исследование взаимосвязи детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста	55
2.3. Программа оптимизации стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста с учетом детского опыта привязанности женщины к матери	64
Выводы по главе 2	77
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	80
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	84
ПРИЛОЖЕНИЯ	94

## ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе развития психологической науки семья представляется стержневой основой психического развития, формирования личности и всей системы человеческих взаимоотношений. Опираясь на данный подход, значительный ряд феноменов, закономерностей и ключевых особенностей эмоционального и познавательного развития ребенка, а впоследствии и взрослого человека, получает свое раскрытие в среде анализа, как семейных отношений в целом, так и детско-родительских в частности.

Таким образом, значимость характера взаимоотношений в семье для формирования основных черт характера, привычек, базовых ценностей, а также общественно важных качеств личности, безусловна и очевидна.

Известно, что человек, только рождаясь на свет, сразу же попадает в первые в своей жизни межличностные отношения «мать – ребенок», которые очень важны для новорожденного, поскольку именно мать в первую очередь является источником развития ребенка, как субъекта познавательной активности и общения. Именно характеру эмоциональной связи с матерью принадлежит особая роль в становлении основ самосознания человека, в том числе отношения к окружающему миру и людям, что отмечали такие ученые, как Л.И. Божович, Г.Г. Филиппова, С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А. Фрейд, М.И. Лисина, Е.О. Смирнова, М. Малер, М. Кляйн, Дж. Боулби, М. Эйнсворт и др.

И одно из ключевых понятий в психологии развития, характеризующих детско-родительские взаимоотношения, это, безусловно, привязанность. Этот термин появился благодаря английскому психиатру и психоаналитику Джону Боулби еще в 50-х-60-х годах прошлого столетия. Феномен привязанности представляет собой витальную потребность ребенка в близости со значимым взрослым, которая проявляется в установлении доверительных и безопасных отношений.

Такие ученые, как Д. Боулби и М. Эйнсворт, в своих исследованиях впервые показали важную роль привязанности, которая оказывает колоссальное, разностороннее, долгосрочное и даже во многом непреходящее влияние на становление целого ряда сторон эмоционально-личностной и коммуникативной сфер в развитии личности человека, что в последующем подтвердили такие ученые, как Е.С. Калмыкова, Е.О. Смирнова, М.А. Падун, Г.В. Бурменская M. Main, J. Cassidy, C. Hazan, P. Shaver, G. Amsden, M. Greenberg, K. Batholomew, M. Mikulincer, R. Fraley, K. Davis, N. Rosenthal, R. Kobak, B. Feeney, и др.

Также Д. Боулби и М. Эйнсворт выделили и охарактеризовали конкретные типы эмоциональной привязанности к матери на протяжении всей жизни человека: надежный, амбивалентный, избегающий, дезорганизованный, единственно гармоничным из которых является только надежный тип привязанности.

Согласно представлениям автора теории привязанности Д. Боулби, тип привязанности, который сформировался у ребенка с близкими взрослыми (чаще всего это мать, как главный объект привязанности) станет основой всех последующих взаимоотношений.

Таким образом, весь тот уникальный и совершенно многообразный опыт во взаимоотношениях ребенка с близкими взрослыми (родителями) и прежде всего с матерью, накладывает неизгладимый отпечаток на личности, оказывая влияние уже во взрослой жизни в совершенно разных ее аспектах.

Следует сказать, что отпечаток детского опыта внутрисемейных взаимодействий с родителями особенно проявляется при выборе стратегии взаимоотношений с собственными детьми. И зачастую характер этого выбора неосознанный, так как сложившаяся внутренняя рабочая модель взаимоотношений с родителями (главным образом, с матерью) влияет на становление родительской позиции уже взрослой женщины и, так или иначе, может привести к повторению опыта во взаимодействии со своими детьми. А опыт, в свою очередь, может быть, не только позитивным, но и негативным,

что безусловно актуализирует проблему психологического здоровья и благополучия подрастающего поколения.

В отношении собственных детей этот опыт, в том числе, находит свое выражение в так называемых стилях родительского воспитания. Под стилем семейного воспитания подразумеваются те аспекты воздействия взрослых на детей, которые в наибольшей степени оказывают влияние на психическое развитие ребенка и развитие его личности: отношение родителя к ребенку, характер контроля за его действиями, способ предъявления требований, формы поощрения и наказания.

Безусловно выбор стилей воспитания зависит также и от личностных ориентаций самих родителей, от семейных традиций и моральных устоев, но огромный отпечаток накладывают именно условия воспитания самих родителей и их детский опыт взаимоотношений со своими значимыми взрослыми.

Тем не менее, согласно проведенному анализу научной и методической литературы, были обнаружены противоречия между серьезной психологической значимостью выявления и исследования взаимосвязи детского опыта привязанности матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста – с одной стороны, и определенным дефицитом исследований, посвященных данной проблематике – с другой. Понимание важности определения взаимосвязи детского опыта привязанности матери и воспитательных стратегий в отношении ребенка дошкольного возраста и недостаточное внимание ученых к разработке специальных психологических программ оптимизации стиля родительского воспитания, учитывающих детский опыт привязанности женщины к матери, определяет актуальность проведения данного исследования с последующей разработкой необходимой программы оптимизации, что и составило научную проблему данной работы.

Цель исследования: – выявление взаимосвязи детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста.

Объект исследования: стиль воспитания.

Предмет исследования: взаимосвязь детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста.

Гипотеза исследования: детский опыт привязанности женщины к матери, имеющий в своей основе ненадежные типы привязанности, имеет взаимосвязь с преобладанием деструктивных стилей воспитания собственных детей.

Задачи:

1. Провести теоретический анализ научной литературы (охарактеризовать типы привязанности; представить классификации стилей семейного воспитания; оценить роль опыта привязанности матери в формировании детско-родительских отношений в семье, воспитывающей ребенка дошкольного возраста)

2. Провести эмпирическое исследование типа привязанности женщины к матери и стиля семейного воспитания в отношении собственного ребенка дошкольного возраста,

3. Выявить взаимосвязь типа привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста в настоящем времени.

4. На основании полученных данных, разработать программу консультационных мероприятий, направленных на оптимизацию неблагоприятных стилей воспитания у женщин с учетом их детского опыта привязанности к матери.

В соответствии с целью и задачами использовались следующие методы исследования:

1. Теоретические: анализ научной литературы;
2. Эмпирические: беседа, опрос и проективные методы
3. Статистические: корреляционный анализ Спирмена

Методики:

- Опросник для определения типа привязанности к матери (М.В. Яремчук)
- Рисунок «Я и моя мама» (Г.Г. Филиппова)
- Опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис).

- Рисунок «Я и мой ребенок» (Г.Г. Филиппова)
- Экспериментальная база исследования: Выборку составили 49 матерей в возрасте от 30-40 лет, состоящих в зарегистрированном браке, имеющих высшее образование, воспитывающих ребенка дошкольного возраста.

- Теоретическая значимость исследования:

Систематизация теоретического материала о развитии и видоизменении теории привязанности с момента открытия до настоящего времени в трудах зарубежных и отечественных ученых, а также систематизация теоретических и практических исследований в области изучения влияния детского опыта привязанности женщины на взаимоотношения с собственным ребенком.

- Практическая значимость исследования:

Разработка программы консультационных мероприятий, направленных на оптимизацию стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с учетом типа привязанности женщины к матери, и возможность дальнейшего использования данной программы в психологической практике.

Научная новизна: внесен вклад в теорию привязанности, который заключается в описании роли детского опыта привязанности женщины к матери, как определенном факторе формирования детско-родительских отношений с собственным ребенком.

Определена взаимосвязь детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста.

Разработана психологическая программа оптимизации стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с учетом типа привязанности женщины к матери.

Теоретико-методологическая основа:

- системный подход (Э.Г. Эйдемиллер, О.А. Карабанова, А.Я. Варга)
- теория привязанности Дж. Боулби
- положения исследований Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина, раскрывающие особенности психического и личностного развития ребёнка дошкольного возраста
- работы Г. Г Филипповой в области психологии материнства.

Структура и объем диссертации: Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений.



# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ НАРУШЕНИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ В ДЕТСТВЕ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ В СТАТУСЕ РОДИТЕЛЯ**

## **1.1. Анализ изучения феномена привязанности в психологической науке с момента открытия теории привязанности в 50- 60-х г. XX в. до настоящего времени**

Одним из ключевых вопросов в современной психологии и, безусловно, в истории психологии, является проблема изучения взаимоотношений между людьми. На протяжении всей своей жизни человек непрестанно взаимодействует различным образом с окружающими его людьми. Но именно опыт самых первых межличностных отношений: как правило, между матерью и ребенком, оказывает неизгладимое и глубокое впечатление на личность, на ее развитие в целом, а также на физическое, психическое и психологическое здоровье.

На роль влияния детского опыта в развитии личности указывали такие ученые, как Н.Н. Авдеева, Д. Боулби, М.А. Василенко, Т.Д. Василенко, Н.Н. Васягина, Л.С. Выготский, В.В. Гагай, Л.Г. Жедунова, М.И. Лисина, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина, Г.Г. Филиппова и др.

Одним из первых ученых, предпринимавших попытки объяснить особую эмоциональную связь ребенка с матерью, был автор теории психоанализа З.Фрейд. Психоаналитик предположил, что именно то, какими были взаимоотношения между матерью и ребёнком, будет главным образом определять и являться прототипом всех последующих взаимоотношений человека с другими людьми.

С середины 30-х гг. XX в., такими именитыми исследователями, как М.Кляйн, А.Фрейд, Д.Винникотт, стали проводиться прямые наблюдения за взаимоотношениями матерей с детьми. В своих работах они развивали теорию объектных отношений, планомерно открывая новые области становления материнско-детских эмоциональных связей [25; 48; 92].

В 50-60 е гг XX в. британским психоаналитиком и клиническим психологом Джоном Боулби была разработана психологическая концепция, впервые описывающая феномен привязанности ребенка к матери, которая известна в психологической среде, как теория привязанности. Открытие данного феномена произошло в условиях распространения в Европе большого количества круглосуточных яслей и приютов, несовершенства практики содержания детей в больницах, а также обширных эвакуаций детей без родителей в наиболее безопасные местности, что было характерно для исторического периода того времени в связи с началом Второй мировой войны. Безусловно, изменившиеся жизненные реалии, свидетелями и прямыми участниками которых стало подавляющее большинство детского населения, резко обострили проблему деструктивного влияния на психику ребенка разлуки с матерью и необходимость ее объяснения.

Дети испытывали подлинные страдания в разлуке с матерью, невзирая на то, что их физиологические потребности (полноценный уход, кормление), на первый взгляд, были в полной мере удовлетворены. Прослеживалось и отставание в развитии в целом, особенно ярко проявлявшееся у детей раннего возраста; у них замедлялось развитие речи, мышления, движений. Дети недостаточно набирали вес, начинали позднее ходить и в целом плохо росли.

Таким образом, представления ведущих психоаналитиков того времени о том, что любовь ребенка к матери базируется лишь на удовлетворении ею базовых физиологических нужд ребенка, не могли дать исчерпывающие объяснения детским страданиям от разлуки с матерью.

И, как следствие, совершенно новой вехой в исследовании данной проблемы стала именно теория привязанности Д. Боулби. В данной теории детско-родительские отношения характеризуются таким понятием, как привязанность. В научной терминологии привязанностью принято называть влечение или отношения, которые характеризуются стремлением к приобретению и сохранению близости. В самом широком понимании человеческая привязанность включает стремление к близости любого рода:

физической, эмоциональной и психологической. В контексте отношений матери и ребенка, интересующих нас, привязанность – это витальная потребность ребенка в близости со значимым взрослым, которая проявляется в установлении доверительных и безопасных отношений [93]. Наконец, по определению самого автора теории, привязанность – это подвид эмоциональной связи, в которой чувство безопасности человека связано с отношениями [36].

В теории привязанности Д. Боулби предрасположенность к формированию тесных эмоциональных связей с определёнными людьми (в детстве: с близким значимым взрослым, как правило, матерью) рассматривается как фундаментальный компонент человеческой природы, присутствующий в зачаточной форме уже на стадии новорожденности и сохраняющийся на протяжении всей жизни вплоть до глубокой старости. По мнению английского ученого, любое человеческое существо появляется на свет с врожденной психобиологической системой привязанности, которая побуждает в трудные минуты жизни искать близости со значимыми людьми [36]. Теория привязанности интегрирует психоанализ, когнитивную психологию, этологию, совместима с эволюционной биологией и нейрофизиологией [18]. В настоящее время эта теория служит концептуальной базой для разнообразных исследований партнерских отношений у детей и взрослых, а изучение привязанности ребенка к матери является одним из главных направлений зарубежной экспериментальной психологии на протяжении последних десятилетий [3; 66].

В исследованиях Д. Боулби и других ученых – его последователей, обозначено, что привязанность – это сложная система, включающая в себя три типа компонентов:

- 1) когнитивные компоненты в виде опознавательных признаков, образов и представлений, связанных прежде всего с матерью (или в отдельных случаях с другой значимой фигурой привязанности);

2) эмоциональные реакции, адресованные матери и сигнализирующие о потребностных состояниях ребенка и их удовлетворении;

3) поведенческие реакции – улыбка, плач, следование, приближение, цепляние и др. [42].

В зарубежной литературе выделены два основных способа объяснения природы привязанности [85]:

1. Сторонники идеи «первичной мотивации» полагают, что у ребёнка существует врождённая потребность находиться в непосредственной близости с другим существом.

2. Сторонники концепции «вторичной мотивации» считают, что привязанность возникает вследствие того, что близкие взрослые (прежде всего мать) удовлетворяют нужды и физиологические потребности ребёнка. Этих взглядов в основном придерживались сторонники поведенческого подхода.

По мнению Д. Боулби, благодаря взаимодействию человека с фигурой привязанности, выстраиваются внутренние, так называемые «рабочие модели» окружающего мира и самого себя. Именно они составляют глубинную структуру самосознания. Несмотря на то, что данные модели не поддаются контролю сознания, тем не менее, именно благодаря им человек осознает себя, воспринимает и интерпретирует события окружающего мира, выстраивая также и определенные отношения с ним [10].

Невзирая на то, что потребность в формировании привязанности является врожденной и генетически обусловленной, формируется она в младенчестве и сохраняет также свою активную роль и важное значение по мере взросления ребенка. В течение всей жизни человека привязанность трансформируется и становится уже более сложной по форме и содержанию, но тем не менее сохраняет свою суть и оказывает весомое влияние на познавательные процессы и межличностные отношения уже взрослого человека.

Таким образом, содержание внутренних рабочих моделей в большинстве случаев находится в прямой зависимости от качества

привязанности (один из ключевых компонентов рабочей модели, отражающий характер привязанности и взаимоотношения с объектом привязанности), на которое оказывают непосредственное влияние отношения с матерью, ее внимание, чуткость, забота, направленность на ребенка а также условия воспитания [31, 99].

Известно, что сенситивным периодом для установления отношений привязанности является первый год жизни ребенка. Ориентировочно в шесть — десять месяцев у младенца появляется определенная избирательность в отношении взрослых, происходит так называемое «объективирование» фигуры родителя (наиболее часто объектом привязанности выступает мать), как главного предмета привязанности. В случае, когда до двенадцати месяцев привязанность по каким-то причинам оказывается не сформированной - психическое развитие ребенка может иметь серьезные нарушения [11].

Дж. Боулби выделил несколько стратегий поведения родителей, способствующих нарушениям в формировании привязанности у детей:

1. Невосприимчивость обоих родителей (или даже одного) к поведению ребенка, стремящегося получить заботу, или активное его принуждение.
2. Прерывание родительской заботы на некоторый период времени (например, периоды нахождения в детском учреждении или больнице).
3. Систематические угрозы нелюбви к ребенку со стороны родителей или родителя, используемые как определенный способ контроля над ним.
4. Угрозы родителей уйти из семьи, высказываемые в качестве способа дисциплинировать ребенка, либо же в целях воздействия на партнера по браку.
5. Угрозы со стороны одного родителя бросить, даже убить другого родителя или покончить жизнь самоубийством (каждая из них встречается чаще, чем может представиться на первый взгляд).
6. Принуждение ребенка ощущать себя виноватым [32].

Каждое из вышперечисленных переживаний может способствовать возникновению такой ситуации, когда ребенок постоянно пребывает в

состоянии тревожной привязанности, иными словами, в непрекращающемся страхе и напряжении [94].

Существенный вклад в развитие концепции теории привязанности внесла Мэри Эйнсворт, проводившая исследования в группе ученых-последователей Дж. Боулби. Именно она разработала методику определения типа привязанности (который определяется степенью безопасности, обеспечиваемой ребенку объектом привязанности), предназначенную для детей раннего возраста [99]. Знаменитый тест «Незнакомая ситуация» первоначально был задуман, как эксперимент, призванный изучить исследовательское поведение ребенка в присутствии и отсутствии матери: на время эксперимента мать и ребенка оставляли в незнакомой игровой комнате с игрушками, а в это время исследователь посредством наблюдения фиксировал этапы прохождения через одностороннее зеркало. Исследование состояло из восьми последовательных этапов, в которых ребенок испытывал, как отделение от матери, так и воссоединение с ней, а также присутствие незнакомого человека [51]. Благодаря этому значительному эмпирическому исследованию были обозначены и охарактеризованы 3 типа привязанности.

1) Надежный (В) тип привязанности предполагает, что потребность ребенка в безопасности в достаточной мере удовлетворена. Ребенок занимает активную исследовательскую позицию (с любопытством рассматривает игрушки и взаимодействует с ними, с интересом исследует незнакомую комнату) и проявляет высокую познавательную активность. Во взаимодействии с матерью прослеживается близость, теплота, отмечаются положительные эмоции. Ребенок при разлуке с матерью останавливает свою исследовательскую деятельность, переживая уход матери. Когда мать возвращается, ребёнок проявляет оживление и радость, активно вовлекая ее в общение. Дети с безопасным типом привязанности, как правило, дружелюбны и с объектом привязанности, и с незнакомцем. Наблюдая такое поведение ребенка, можно сделать выводы о чувстве безопасности, которое ребенок

получает от матери и о том, что в данном случае привязанность надежная [13; 42].

Исходя из вышесказанного, можно с уверенностью отметить, что безопасный тип привязанности предполагает восприятие объекта привязанности отзывчивым и доступным, а субъекта привязанности – важным, достойным заботы внимания и любви. Как отмечает Г. В. Бурменская, надежная эмоциональная привязанность возникает у ребенка, если мать достаточно чутко реагирует на запросы и потребности ребенка. Развивается эмоциональная открытость, формируется чувство защищенности, появляется уверенность [20]. При надежном типе привязанности, который является единственно гармоничным из всех, формируется определенная установка на будущее о том, что близкие отношения дают человеку защиту и поддержку, освобождая его от ненужных волнений и напряжения.

В связи с этим, в эмоциональном плане людям с данным типом привязанности присуща способность к большему самораскрытию и свободному выражению чувств. Такие люди не имеют склонности к преувеличению трудностей и накоплению негативных эмоций. Даже в случае возникновения гнева их более позитивное и дружелюбное отношение к другим людям способствует тому, что этот гнев проявляется в контролируемой и невраждебной форме. В ситуациях стресса люди с безопасной привязанностью в гораздо большей степени способны сохранять веру в собственные силы и поддержку со стороны окружающих, а также воспринимать трудности как преодолимые.

2) При избегающем (А) типе привязанности ребенок не ждет поддержки и помощи со стороны матери (или другого значимого взрослого), а ожидает скорее отвержения, (и, как следствие, использует стратегию избегания), для него это привычная модель поведения близкого взрослого (матери) по отношению к нему. При уходе матери из помещения ребенок продолжает играть, не проявляя расстройств и огорчения. Когда же мать возвращается – он не обращает на это особого внимания. Прослеживается

явное избегание близкого взаимодействия с матерью, ребенок выглядит отстраненным. Также наблюдается активное избегание матери, когда ребенок чем-то огорчен.

И следует сказать, что в целом познавательная активность и любознательность у детей с таким типом привязанности явно снижена. Дети с избегающим типом привязанности могут оказывать дружелюбное расположение незнакомым людям, тогда как к собственной матери внешне у них более холодное и отстраненное отношение: они не демонстрируют своего предпочтения объекту привязанности, не приглашают его в свою игру. Данное поведение сигнализирует об отчуждении и избегании матери (мать была зачастую недоступна или проявляла отвержение), а также о том, что у ребенка формируется образ себя, как недостойного доброго расположения и любви и наблюдается полное отсутствие чувства безопасности [40].

Отличительная черта детей и взрослых с данным типом привязанности – это чувство дискомфорта в близких отношениях, ощущение уязвимости и зависимости. Вследствие чего у таких людей происходит формирование защитных механизмов в виде эмоциональной гипоактивации. Это и вытеснение неприятной информации, и снижение самой восприимчивости к ней. Для эмоциональной гипоактивации также характерно обеднение аффективной сферы и эмоциональная закрытость. В поведении люди с избегающим типом проявляют дистанцирование в межличностных отношениях, стремление опираться только на себя.

3) При амбивалентном (С) типе привязанности у ребенка проявляется достаточно настороженное и тревожное поведение в новых и неизвестных для него ранее обстоятельствах, не прослеживается яркая познавательная активность (слабый интерес к игрушкам), даже если рядом присутствует родитель. Дети с таким типом привязанности не уверены в получении поддержки и помощи со стороны взрослого и демонстрируют следующее поведение: при расставании с матерью они показывают явное огорчение (одновременно могут проявлять враждебность по отношению к



незнакомым людям), но при ее возвращении не проявляют никакой радости, а демонстрируют скорее амбивалентное отношение, сопровождающееся такими проявлениями, как гнев и беспомощность по отношению к своему взрослому (могут сердиться, плакать, отказываться идти на руки, но явно ждут и хотят, чтобы на них обратили внимание. Таким образом, они чередуют явное сопротивление и активный поиск контакта с главной фигурой привязанности. Данный тип привязанности, как правило, формируется в ответ на непредсказуемый стиль воспитания, взаимодействия и ухода значимого взрослого [85].

Люди с амбивалентной привязанностью имеют повышенную потребность в поддержке, принятии и подтверждении своей значимости со стороны партнеров по общению. Для них скорее характерна эмоциональная гиперактивация. Она проявляется в том, что сфера близких взаимоотношений человека пронизана неуверенностью и тревогой, а память с готовностью актуализирует переживания обиды и гнева. В поведении люди с тревожно-амбивалентным типом привязанности выказывают повышенное внимание к объекту привязанности, стремятся минимизировать дистанцию и любыми средствами добиться принятия (то есть занимают своеобразную позицию зависимости, своего рода «цепляния»).

В последствии ученицей М. Эйнсворт М. Мэйн был выделен и охарактеризован также и четвертый тип привязанности – дезорганизованный. К данному типу привязанности относятся дети, восприятие мира которых носит угрожающий и враждебный характер. Поведение таких детей зачастую бывает хаотичным, демонстрирующим противоречия аномального типа, например стереотипные формы поведения (ритмично повторяющиеся бесцельные движения ногами или руками, таскание себя за волосы, раскачивания и т.п.). И, как правило, при расставании с матерью ребенок словно застывает, а при возвращении убегает от нее, испытывая огромный страх. При этом возвращение матери в большинстве своем усиливает вышеперечисленные формы поведения [21]. Дезорганизованный тип

привязанности формируется при жестоким обращении с детьми и является самым деструктивным из всех существующих типов привязанности, последствия которого непредсказуемы, как для самой личности в целом, так и для осуществления полоролевых функций [47].

Учитывая все вышесказанное, можно сделать выводы о высокой предсказуемости ценности характеристики типа привязанности, оказываемой на дальнейшую траекторию развития ребенка. В своей психозволюционной концепции Э. Эриксон также отмечает то, что отношение матери к ребёнку вносит большой вклад в развитие его личности. Не обращаясь к понятию «привязанность», учёный описывает процесс формирования базового доверия к миру, который имеет схожие характеристики с ключевым понятием и центральными положениями теории привязанности [98]. То есть Э. Эриксон видел надежную (безопасную) привязанность так называемой конкретизацией стержневого фактора развития личности, выражающегося в базисном доверии к миру. Следовательно, типы ненадежной (небезопасной) являются проявлениями глубинного недоверия по отношению к людям, к окружающей среде, к миру в целом. И таким образом, можно сделать заключение, что две позиции составляют обязательное условие формирования у ребенка базисного доверия к миру: теплота материнской любви и ее неизменность [81].

Следует сказать, что с течением времени стали появляться новые варианты теории Джона Боулби, в которых уже выделялись разные этапы формирования привязанности. Одним из таких вариантов является теория М. Махлер, в которой определяется четыре этапа становления привязанности: нормального аутизма, нормального симбиоза, автономного функционирования, консолидации индивидуальности [104]. Очевидно, что теория М. Махлер некоторым образом отличается от изначального варианта теории привязанности Д. Боулби. Первое – это то, что в ней обозначены конкретные стадии развития отношений матери и ребенка, тогда как согласно представлениям М. Эйнсворт, привязанность проявляется изначально, подобно механизму импринтинга. Следующее – это то, что в оригинальном

варианте теории привязанности материнская роль содержит в себе стремление к постепенному предоставлению ребёнку свободы и самостоятельности и оказание полноценной эмоциональной поддержки. Материнское отношение отличается высокой чувствительностью к нуждам ребёнка и готовностью откликаться на его сигналы. Чрезмерно пристальное внимание и гиперопека могут рассматриваться, как игнорирование матери потребностей своего ребенка. Тогда как М. Махлер отмечает, что развитие ребёнка проходит через две важные фазы, где период симбиоза сменяется периодом автономии. И, наконец, по классической теории привязанности, представление, которое у ребенка формируется о самом себе и о других людях, всегда основывается на опыте взаимодействия с родителями (близкими значимыми взрослыми). Согласно взглядам М. Махлер внутренний образ матери остается более стабильным, неизменным и в целом максимально отделенным от личности ребенка. [85].

Д. Штерном была выдвинута иная траектория развития привязанности [108]. Ученый видел желание контакта и близости с родителями (значимыми взрослыми) инстинктивным стремлением младенца (так же, как и сам автор теории привязанности – Джон Боулби) и впоследствии обозначил несколько периодов в формировании отношений между ребёнком и матерью. На начальном этапе младенец благодаря своей высокой чувствительности к окружающему миру, начинает различать себя и других людей, что способствует формированию его представления о себе и своём теле. На следующем этапе (который занимает временной интервал от 2 до 9 месяцев), ребенок начинает формировать представление о своей "внутренней сущности" или "ядре Я", которое в свою очередь также включает в себя фигуру привязанности, с которой у него особая связь (это может быть родитель или другой близкий человек). Данные эмоциональные состояния и ощущения ребёнка становятся основными строительными блоками его представлений о мире. В период от 9 месяцев до 1,5 лет ребенок достигает третьего этапа развития, на котором он начинает осознавать свою индивидуальность и учиться

взаимодействию с окружающими людьми. В этом возрасте появляются совместные игры, происходит обмен эмоциями, устанавливаются связи с другими людьми. На четвертом этапе развития ребенка, который наступает сразу после этого, происходит формирование речи, что позволяет ему лучше понимать самого себя и окружающих его людей. Таким образом, Д. Штерн, будучи солидарным с Дж. Боулби, считает, что формирование образа себя и отношений с другими людьми тесно связаны. Различие лишь в том, что Дж. Боулби стержневым аспектом отношений считает привязанность, а Д. Штерн утверждает, что социальные взаимодействия в целом (такие, как совместная деятельность, игра и пр.), также являются важными. Дополнительно он поясняет, что базой привязанности является эмоционально личностное отношение взрослого к ребёнку (то есть для ребенка не формируется привязанность ко взрослому, который несёт в себе некий «функционал»: например, просто играет с ним, обучает его, а формируется именно к тому, кто проявляет по отношению к нему любовь и заботу) [101; 108].

Еще один вариант теории привязанности был представлен американским психологом П. Криттенден. В её исследовании предпринята попытка совместить несколько современных теорий в рамках общей концепции теории привязанности: теорию развития Жана Пиаже, теорию научения, теорию обработки информации и поведенческий подход. Целью такой интеграции является создание более полной и всесторонней теоретической основы для понимания взаимосвязей между факторами, влияющими на формирование и развитие привязанности. Одно из центральных мест в модели П. Криттенден занимают стратегии адаптации ребенка к материнскому отношению (в противовес другим вариантам теории, где на переднем плане отношения между матерью и ребенком).

Исходя из взглядов П. Криттенден, взаимодействие ребенка с другими людьми, особенно с родителями, играет ключевую роль в его развитии. Родители являются источником информации, моделей поведения и ценностей, которые ребенок осваивает и впоследствии интегрирует в свою жизнь.

Ребенок активно приспосабливается к этой внешней среде, стремясь разработать эффективные стратегии поведения, которые помогут ему успешно функционировать и достигать своих целей. Это включает в себя усвоение информации, полученной от родителей и применение ее в повседневных ситуациях. Важно, чтобы ребенок умел выбирать и применять наиболее подходящие стратегии, которые соответствуют его потребностям в данный момент и, безусловно, контексту, в котором он находится. При формировании стратегии приспособления, ребенок основывается на опыте и обратной связи, полученной из своей внешней среды, особенно от близких людей, таких как родители. Если ребенок применяет определенные способы поведения, которые приводят к положительным результатам, то эти способы закрепляются и усиливаются. С другой стороны, если ребенок испытывает неудачи или негативные последствия от определенных действий, то он склонен избегать такого поведения в будущем. Таким образом, в контексте видения П. Криттенден теория привязанности была смещена в сторону поведенческого подхода. Привязанность, согласно теории Дж. Боулби, заключается в эмоциональной связи и чувстве безопасности, которые мы получаем от наших отношений, тогда как, П. Криттенден подчёркивает, что привязанность также является стратегией поведения, которая помогает нам приспособляться и решать задачи в различных ситуациях. Можно предположить, что оба подхода дополняют друг друга, обнаруживая более широкое представление о привязанности и ее влиянии на нашу жизнь [78].

Мюнхенский исследователь привязанности, детский и подростковый психиатр Карл Хайнц Бриш посвятил всю свою исследовательскую и практическую деятельность психотерапии, основанной на привязанности [19]. Активно применяя теорию в своей клинической практике, ученый показал новые перспективы и технологии в консультативной работе с детьми и взрослыми, семейной и групповой терапии. В целях профилактики нарушения привязанности, а также обеспечения необходимых условий для развития безопасной и надежной привязанности ребенка к своим близким взрослым,

К. Бриш создал и успешно реализует и в настоящее время (с помощью своих последователей) программу SAFE (Безопасное образование для родителей) во многих странах Европы [5, 68].

Интересное развитие теория привязанности получила благодаря Гордону Ньюфелду – клиническому психологу и психотерапевту, специализирующемуся на психологии развития. Парадигма Ньюфелда представляет собой совокупность идей и концепций, которые объединяют и сближают как теорию развития, так и теорию привязанности. Она предлагает целостный подход, который учитывает взаимосвязь и взаимодействие между эмоциональной привязанностью ребенка и его развитием в целом [69].

Таким образом, шесть последовательных стадий привязанности (согласно модели Г. Ньюфелда) описывают гармоничное развитие привязанности в течение первых 6-7 лет жизни ребёнка (тем не менее ученый отмечает и то, что в случае некоего «застывания» в детстве, при благоприятных условиях привязанность может раскрыться и углубиться в более позднем возрасте, что упускала из поля зрения классическая теория привязанности Дж. Боулби из-за фокуса внимания на младенцах).

Итак, в норме с каждым следующим этапом добавляется сложность и глубина, а также новая форма и новый способ поддержания близости со своими привязанностями. Следовательно, чем больше у ребенка способов поддерживать близость, тем больше у него будет энергии на развитие самостоятельности, социальности и адаптивности.

Первый уровень привязанности – через ощущения (начиная с рождения).

Ввиду того, что на первом году жизни у детей преобладает сфера ощущений (с помощью которой они познают окружающий мир), они привязываются через прикосновения, запах, вкус, зрение и слух. Поэтому на данном этапе очень важен регулярный и последовательный физический контакт с фигурой ухаживающего взрослого (преимущественно матери) для формирования привязанности именно на уровне ощущений.

Далее дети стремятся имитировать, подражать, изображать тех, к кому они привязаны (отождествляя себя с объектами привязанности). На этой стадии развивается привязанность через похожесть (с 1 года), которая играет важную роль в становлении начальных и базовых элементов личности.

Начиная с 2 лет развивается следующая стадия привязанности – через принадлежность и преданность. Желание обладать служит цели поддержания ощущения близости. А приверженность фигуре привязанности и оказание поддержки (например, принятие чьей-либо стороны спорах) – это выражение преданности.

Привязанность через значимость (с 3 лет) выражается в желании детей быть особенными, значимыми, одобряемыми в глазах близкого взрослого. Дети используют свои фигуры привязанности словно психологические зеркала, которые отражают их проявляющуюся идентичность. То, что они там обнаружат, скажется на том, какими они будут видеть себя в дальнейшем, особенно это касается ярко окрашенных, выраженных и повторяющихся реакций.

Когда развитие идет своим чередом, с 4-5 лет ребенок вступает в возраст эмоциональной близости (любви) с ближайшими привязанностями. Связь через эмоциональную близость — это пример изысканного танца привязанности и разделения: дети смело двигаются вперед, но при этом держатся за ощущение «дома» внутри себя.

Начиная с 5-6 лет развивается следующая стадия привязанности – через познание. Это шаг к психологической близости, одна из приносящих наибольшее удовлетворение (и в то же время уязвимость) форм взаимоотношений с другим человеком.

Подводя итог, следует сказать, что именно привязанность помогает ребенку дорасти до самостоятельности. Это парадоксальный и удивительный замысел природы. Способность ребенка «вытягиваться» к личностному потенциалу зависит от глубины корней привязанности, питающих его. А в месте с углублением привязанности самостоятельность продвигается в

противоположном направлении [64]. Таким образом, привязанность является неотъемлемой частью взросления, а следовательно, имеет все основания быть важнейшим приоритетом и основной заботой процветающего и психологически здорового общества [69].

Гордон Ньюфелд в течение 40 лет преподавал в университете и вел частную практику, а на данный момент возглавляет созданную им научно-образовательную организацию The Neufeld Institute (Институт Ньюфелда), которая имеет отделения во многих странах, в том числе и в России.

Следует сказать и о том, что еще в начале 1970-х годов была поднята тема отношений привязанности уже между взрослыми в различных исследованиях утраты у взрослых и также супружеской сепарации. С течением времени интерес к теме привязанности у взрослых расширился (включив супружеские отношения) и получил своё дальнейшее развитие в работе Ф. Шейвер и С. Хазан, которые перенесли представления о младенческих стилях привязанностей на стили у взрослых. Исследования романтических взаимоотношений у взрослых показали следующее. Взрослые, которые описывают самих себя как избегающих, тревожно-амбивалентных или надежных в романтических отношениях, рассказывают о различных паттернах детско-родительских отношений в своих родительских семьях [102, 105].

Также в работах К. Бартоломью и Л. Хоровитца на основании анализа, как негативных, так и позитивных аспектов того, как человек воспринимает себя и других, была описана двухмерная модель привязанности у взрослых с четырьмя основными категориями привязанности: безопасная (где с безопасностью, близостью все в порядке), озабоченная (тревожность и озабоченность отношениями), опасаящаяся (социальное избегание, боязнь близости), а также отвергающая (контрзависимая, отвергающая близость) [100]. В данной модели последние три группы могут быть объединены уже в общую группу, именуемую, как небезопасная привязанность у взрослых [57].

В целом можно сказать, что данные современных психологических исследований определённо расширяют представления о типах привязанности.



Например, американская исследовательница К. Кернс разработала шкалу на выявление надёжности привязанности ребёнка к родителям. Эта методика позволяет оценить привязанность детей уже не только по отношению к матери, но и к отцу. Тем не менее, данная методика не позволяет разграничить разные по своему психологическому содержанию типы ненадёжной привязанности детей: тревожно-амбивалентную, избегающую и дезорганизованную. Она раскрывает именно количественный, а не качественный аспект оценивания привязанности, то есть позволяет оценить степень её надёжности, разделяя привязанность на три категории: ненадёжная, условно надёжная, высоконадёжная [40].

Как уже обозначалось ранее, понятие привязанность сложилось в науке изначально именно в зарубежной психологии, тогда как в отечественной психологии интерес к исследованию привязанности начинается ориентировочно только в 1985 году, с обзоров зарубежных работ, где рассмотрены различные подходы и методы к изучению данной проблематики. И, таким образом, рассматривая историю изучения привязанности в отечественной психологии, обращает на себя внимание тот факт, что подавляющее большинство исследователей использовали уже сложившееся в зарубежной психологии понятие привязанности, применяя его без каких-либо изменений [38, 77]. Тем не менее, некоторые отечественные ученые предлагают иные типологии. Так, в одном из своих исследований привязанности детей в раннем возрасте Н.Н. Авдеева и Н.А. Хаймовская выделили два типа привязанности, разделив каждый из них ещё на две группы, в итоге получая четыре типа. Значимым отличием предложенной ими типологии от стилей привязанности Дж. Боулби является разделение безопасной (надёжной привязанности) на два вида: надёжная привязанность с поддержкой контакта преимущественно визуально и надёжная привязанность с активным проявлением телесного контакта. Дети с ненадёжным типом привязанности разделены авторами на две подгруппы: ненадёжно аффективно привязанные и индифферентно привязанные [2].

Теория межличностной привязанности, предложенная Т.В. Казанцевой, включает в себя две социально-психологические ориентации, касающиеся, как индивидуальной автономии, так и зависимости в контексте близких взаимоотношений. Опираясь на данный подход, были выявлены и охарактеризованы четыре уникальных типа привязанности, отличные от предыдущих классификаций. Один из типов носит название «автономный». Люди, имеющие отношение к данному типу, осознают и принимают, как идею независимости, так и зависимости в близких отношениях. Второй тип – «сверхзависимый». Представители этого типа не только не признают свою собственную независимость, но и не стремятся к ее реализации. Отличительной чертой третьего типа – «псевдоавтономного», является четкое неприятие любого вида зависимости и определенный фокус на достижение личной независимости. Четвёртый тип – «дезориентированный», в свою очередь, характеризуется тем, что отвергает, как взаимозависимость, так и независимость [43].

Также отечественные ученые вносят свой вклад в развитие направления в психологии, изучающее феномен привязанности, посредством различных эмпирических исследований и разработки диагностического инструментария. Например, такие российские ученые, как Г.Г. Филиппова и Н.В. Матушевская в 2005г. представили научной среде «Опросник привязанности к матери», М.В. Яремчук в 2006г. «Опросник на выявление типа привязанности к матери в детстве», а Е.В. Куфтяк в 2021г. разработала проективную рисуночную методику «Рисунок гнезда», предназначенную для изучения привязанности у детей [56].

Таким образом, проведя анализ развития модели привязанности в психологии, можно сделать следующие выводы.

1. В современной науке описаны различные типологии привязанности. Тем не менее, большинство представленных типологий обнаруживают базовые сходства с типами, выделенными в теории привязанности Дж. Боулби,

что даёт некоторую возможность понимания и последующего сопоставления результатов научных исследований различных ученых

2. Авторы многих теоретических концепций сходятся во мнении о том, что привязанность формируется в возрасте до 5 лет и оказывает весомое влияние на всю дальнейшую жизнь человека.

3. Несмотря на то, что привязанность, согласно мнению большинства исследователей, формируется до пяти лет и является достаточно устойчивой в течение всей жизни, существуют факторы, способствующие её изменению и преобразованию. И безусловно это даёт основание для разработки различных коррекционных мероприятий [40].

Важно отметить и то, что во взрослом возрасте тип привязанности сохраняет большое значение по меньшей мере в двух отношениях. Во-первых, привязанность остается активно действующим психологическим механизмом в ключе построения межличностных отношений, таких, как отношения любви, дружбы, все виды внутрисемейных отношений. Существует тенденция к преемственности типа привязанности от одного поколения в семье к другому, включая случаи «межпоколенного наследования», когда от бабушки к матери и затем уже к дочери и далее – к внучке, передается конкретный тип привязанности. А, во-вторых, тип привязанности к матери сохраняет свой отпечаток в особенностях эмоциональной и когнитивной сфер у людей молодого и даже зрелого возраста. Поэтому в современной научной среде достаточно интенсивно изучаются психодинамические особенности личности, характерные для разных типов привязанности [20; 103; 106].

Таким образом, появление различных вариантов теории привязанности и неугасаемые дискуссии вокруг ее центральных понятий свидетельствуют в пользу того, что это направление и в настоящее время привлекает внимание, как зарубежных, так и отечественных исследователей, активно развивается и наполняется новыми фактами и научными представлениями.

## **1.2. Понятие стиля воспитания. Определения. Классификации отечественных и зарубежных ученых**

Семья – это основа жизни; первая и, как правило, наиболее значимая площадка становления личностного, интеллектуального и духовного развития каждого человека. Именно в ней растет и формируется личность, закладываются характер, привычки, формы взаимодействия с миром, индивидуальные особенности и в целом мировоззрение человека.

И одной из важнейших функций семьи, как известно, является, именно воспитательная функция, предполагающая духовное воспроизводство населения. Многочисленные исследования подтверждают тот факт, что становление ребенка, как личности, его духовно-нравственное, психологическое и социальное развитие во многом зависит от стиля семейного воспитания.

Согласно определению отечественного ученого А.Л. Венгера, стиль воспитания обозначается, как «стиль взаимоотношений с ребенком в семье, характеризуемый степенью контроля, заботы и опеки, теснотой эмоциональных контактов между родителями и ребенком (эмоционально теплый — эмоционально холодный), характером руководства поведением ребенка со стороны взрослых (демократический — авторитарный), количеством запретов (ограничительный — попустительский) и т. п.» [24].

А.В. Либин, известный российский научный деятель обозначает стиль семейного воспитания, как определенно устойчивый паттерн поведения, основывающийся на комбинации индивидуальных переменных (представления, ожидания, методы реализации воспитательных воздействий, личностные особенности) и проявляющийся в определенной форме взаимодействия родителей с детьми [61].

Было установлено, что стиль воспитания проявляется двояко: с одной стороны он представляет собой совокупность приемов и способов общения родителя со своим ребенком, характеризующегося различной степенью

динамизма, с другой, представляет совместную с ребенком деятельность, определяющую личностные особенности ребенка и родителя [7].

В отечественной и зарубежной научной психологической среде, учитывая значимость влияния характера осуществления воспитательной функции каждой отдельно взятой семьи, существует большое количество исследований, изучающих данный феномен, вследствие чего были выделены и охарактеризованы различные виды классификаций стилей воспитания.

В 30-40-х годах XX столетия одним из первых ученых, изучавших аспекты стилей родительского воспитания, был австрийский психолог, психиатр и мыслитель А. Адлер. Согласно его мнению, избираемый стиль семейного воспитания зачастую определяется жизненным стилем матери или отца, т. е. тем значением, которое человек придает миру и самому себе, его целями, задачами, направленностью его устремлений и подходов, используемых им при решении жизненных проблем. В свою очередь, стиль родительского отношения оказывает прямое влияние на формирование стиля жизни ребенка, который формируется до пяти лет [107].

Следовательно, семья со специфичным стилем воспитания является первостепенной социальной средой формирования личности и главным институтом поддержки и развития ребенка, отвечающим за становление его образа жизни, мыслей и отношений [53, 58, 96].

Особая роль для обозначения характеристик стилей семейного воспитания, было отмечена в работах Д. Баумринд. В классификации американского психолога выделены три паттерна поведения или стиля, представляющих собой комбинацию из таких элементов, как контроль, зрелость требований, образовательная составляющая и коммуникативность, которые образуют авторитетный, либеральный и авторитарный стили семейного воспитания [15].

Авторитетный стиль характеризуется в первую очередь эмоциональным принятием ребенка и в целом теплыми взаимоотношениями в семье. Родители при таком стиле воспитания общительные, добрые, инициативные, с

оптимальным уровнем контроля и в том числе с поощрением развития автономии детей (прослеживается готовность со стороны родителей к изменению правил и требований по мере роста и развития детей) [76]. Здесь реализуется так называемый демократический стиль общения, как наиболее гармоничный, из данной классификации ввиду того, что, по мнению Д. Баумринд, именно авторитетный стиль в наибольшей степени способствует воспитанию у детей активности, самостоятельности, уверенности в себе и своих силах, а также инициативности и социальной ответственности.

Авторитарный стиль характеризуется жестким контролем и суровыми запретами (возможно наказаниями) со стороны родителя, отвержением или низким уровнем эмоционального принятия ребенка. Здесь явно ограничена самостоятельность ребенка и не приветствуется проявление какой бы то ни было инициативы. Стиль общения родителей, придерживающихся данного стиля воспитания - командный, а система требований, как правило, ригидна. При таком стиле воспитания у детей обычно формируется механизм не внутреннего, а внешнего контроля, корни которого находятся в чувстве вины и страхе перед наказанием. Неудивительно, что в результате такого воспитания у ребенка возникают проблемы с самооценкой, представления о себе лежат в негативной плоскости, прослеживаются также и трудности в общении [21].

Либеральный стиль семейного воспитания характеризуется избытком свободы и отсутствием активной позиции со стороны родителей касательно управления процессами обучения и воспитания. Система правил и требований при данном стиле воспитания практически отсутствует либо недостаточно выражена. Родители, придерживающиеся либерального стиля воспитания, стремятся быть со своими детьми «на равных», предоставляя ребенку свободу действий, предполагая, что он сам ко всему со временем придет: и поймет и осознает главное в жизни, полагаясь только на свой личный опыт. Реальной поддержки и помощи родители не оказывают и не строят притязаний в отношении достижений ребенка. Дети либеральных родителей зачастую

безответственны, инфантильны, с достаточно высоким уровнем тревожности и страхом проявить себя в реальной деятельности [45].

В последствии коллеги Д. Баумринд Э.Маккоби Д. Мартин развили данную классификацию, обозначив два основных измерения: уровень требований или контроля и общий параметр принятия-отвержения. На пересечении описанных выше двух измерений образовался еще один, четвертый стиль семейного воспитания. – индифферентный [71].

Индифферентный стиль воспитания, который также встречается в литературе под названием попустительский, характеризуется крайне низкой вовлеченностью родителей в процесс воспитания, дистантностью в отношении ребенка и эмоциональной холодностью, отсутствием контроля или его низким уровнем в форме игнорирования нужд, потребностей и интересов ребенка, недостатком протекции [8]. В случае если безразличие родителей сочетается с враждебностью, то ребенок может проявлять разрушительные импульсы и склонность к отклоняющемуся поведению [54].

Среди российских психологов М.В. Быкова и Е.О. Смирнова выделяют и характеризуют следующие стили родительского воспитания:

– Строгий. Родители, руководствуясь силовыми методами, навязывают детям свои воззрения, требования и, как правило, готовые решения. Они довольно жестко подавляют инициативу и активность ребенка, директивно направляя его по пути социальной успешности. Зачастую ребенок видится таким родителям незрелым, неспособным на конструктивные самостоятельные решения. Данный стиль семейного воспитания соответствует авторитарному стилю из классификации Д. Баумринд.

– Объяснительный. Родители, придерживающиеся данного стиля, стремятся выбирать методы взаимного общения посредством словесных объяснений, неустанно призывая ребёнка к осмыслению; согласно их мнению, он в силах проследить причинно-следственные связи между явлениями и таким образом может понять объяснения родителей.

– Автономный. Родители предоставляют ребенку максимум свободы в принятии решений, т. к. убеждены, что именно на собственном опыте ребенок должен всему научиться и потому родители, придерживающиеся данного стиля воспитания, довольно равнодушно относятся к несоблюдению дисциплины ребенком, возлагая всю ответственность за содеянное ребенком на его плечи.

– Компромиссный. Родитель заинтересовывает ребёнка чем-то интересным и желанным в обмен на совершение ребёнком неинтересного для него действия (но нужного родителю), или же вносит предложение разделить обязанности и трудности поровну. Он неплохо осведомлен о предпочтениях и интересах своего ребёнка, особенностях его характера, сильных и слабых сторонах его личности, и также знает, что можно предложить взамен чего-либо, на какое занятие, действие можно переключить внимание и интерес ребёнка.

– Содействующий. Родитель понимает, когда ребенку нужна его помощь и участие и знает, как эту помощь оказать, т. к. искренне участвует в его жизни, ориентируется в потребностях ребенка, интересах, проблемах, всячески стремится оказать помощь ребёнку.

– Потакающий. Внимание родителей целиком и полностью сосредоточено на интересах и потребностях ребёнка, пусть и в ущерб своим личным интересам и интересам всей семьи. Они проявляют готовность предпринять любые действия для обеспечения комфорта их ребёнка, даже если осуществление этих действий может привести вред им самим.

– Ситуативный. Родитель не придерживается единой универсальной схемы воспитания ребенка, каждый раз он принимает конкретные решения в зависимости от той ситуации, в которой он в данный момент находится. Таким образом стратегия воспитания неустанно переформируется заново под влиянием различных факторов: физического состояния ребёнка в текущий



момент, его точки зрения, своего родительского состояния, потребностей и задач, а также особенностей той ситуации, в которой они сейчас находятся [1].

Таким образом можно увидеть, что в научной литературе различными авторами, как зарубежными, так и отечественными, охарактеризованы разные стили негармоничного (дисгармоничного) воспитания. Можно предположить, что существуют также и стили гармоничного воспитания, но ввиду отсутствия каких-либо данных по этому вопросу, все существующие в настоящем времени исследования выполнены в свете изучения конкретно нарушений и отклонений в воспитании.

Общеизвестный в научной среде семейный психотерапевт, доктор медицинских наук Э.Г. Эйдемиллер выделяет и качественно описывает наиболее часто встречающиеся варианты дисгармоничного воспитания в семье, оказывающие влияние на развитие личности ребенка, определяя таким образом негармоничный стиль воспитания. Также он сообщает об устойчивых сочетаниях различных выраженных черт воспитания, а именно: полнота удовлетворения потребностей ребенка, уровень протекции, уровень требований к ребенку (степень запретов и требования-обязанности, строгость санкций), а также степень неустойчивости стиля воспитания [62]. Сочетание вышеописанных черт воспитания позволило выделить наиболее известную (и уже ставшую классической) классификацию стилей детско-родительского взаимодействия в отечественной психологии, с использованием которой и будет проводиться эмпирическое исследование данной научной работы. Ввиду этого представляется целесообразным рассмотреть данную классификацию дисгармоничных стилей воспитания более подробно.

Так, гипопротекция представляет собой недостаток заботы, опеки и должного контроля над поведением, характеризуется недостаточностью внимания к удовлетворению потребностей ребенка, интереса к нему самому: к его физическому и духовному благополучию, делам, заботам, тревогам. Ребенок зачастую остается без надзора со стороны взрослого, то есть оказывается на периферии внимания родителя, до него «не доходят руки» и

родителю в большинстве случаев «не до него». Ребенок как бы выпадает у них из виду. За него могут браться лишь время от времени, когда случается действительно что-то серьезное [44].

Выделяют также и скрытую гипопротекцию, которая отмечается при присутствующем контроле формального характера, насущном недостатке заботы и тепла, и, как правило, невключенности в жизнь и интересы ребенка. Этот стиль воспитания часто может сочетаться со скрытым эмоциональным отвержением.

Гиперпротекция. В целом при гиперпротекции для родителей главным делом их жизни является воспитание ребенка. Следовательно, внимания, времени и сил ребенку такие родители уделяют действительно много [44].

Потворствующая гиперпротекция (воспитание в духе «кумира семьи»): родители стремятся освободить ребенка от любых трудностей, оправдывают любые поступки и потакают всем его желаниям, излишне покровительствуют, восхищаясь малейшими успехами и ожидают (порой даже требуют) такого же восхищения от других людей. В результате у ребенка впоследствии развивается высокий уровень притязаний, отмечается явное стремление к лидерству, которое зачастую сочетается с недостаточным упорством и опорой на себя. Дети из семей с таким стилем воспитания не признают авторитета взрослых, родителей. Данный тип воспитания культивирует развитие истероидных (демонстративных), неустойчивых, а также гипертимных черт характера [88].

При доминирующей гиперпротекции ребенок также находится в центре семьи, и все силы родители тратят на его воспитание. Но отличительной особенностью данного стиля является то, что родители, чрезмерно опекая и контролируя ребенка, выставляя разнообразные ограничения и запреты, лишают его самостоятельности и ответственности. Это может приводить либо к реакции эмансипации, либо к безынициативности [88].

Эмоциональное отвержение (в крайней степени это воспитание по типу «Золушки»). При таком стиле воспитания ребенок ощущает себя помехой и

обузой в жизни семьи, он чувствует, что родители им тяготятся. Прослеживается большая дистанция в межличностных отношениях. Потребности ребенка не удовлетворяются и даже игнорируются, иногда имеет место быть жестокое отношение. Эмоциональное отвержение формирует и усиливает черты инертно-импульсивной (эпилептоидной) акцентуации личности и эпилептоидной психопатии, а также может приводить к декомпенсации и формированию невротических расстройств [87]. При скрытом эмоциональном отвержении родители зачастую стремятся скрыть и завуалировать истинное отношение к ребенку чрезмерной заботой о нем и вниманием [88]. Родители могут сами себе не признаваться в том, что на самом деле тяготятся детьми, проявляют реакцию возмущения если кто-то со стороны, заметив подобное отношение, укажет на это, всячески отгоняют от себя такие мысли. Тем не менее ребенок ощущает недостаток эмоциональной близости и тепла, невзирая на внешние проявления знаков внимания со стороны родителей. Соответственно при наличии в семье человека, гораздо любимее и дороже самого ребенка (брат, сестра и т. д.) проблема эмоционального отвержения будет только усугубляться [63; 96].

Жестокое взаимоотношения. При данном стиле воспитания на передний план выходит эмоциональное отвержение, проявляющее себя в наказаниях, избиениях, лишениях удовольствий, неудовлетворении потребностей ребенка. Жестокое взаимоотношения могут открыто проявляться в применении насилия; а скрыто в виде эмоциональной холодности, враждебности и полного отвержения [87]. Интересы ребенка полностью игнорируются, и он вынужден рассчитывать только на себя, осознавая, что на поддержку от родителей рассчитывать не представляется возможным [35].

Повышенная моральная ответственность характеризуется высокими требованиями порядочности, бескомпромиссной честности, чувства долга и ответственности, несоизмеримыми с возрастом ребенка и его возможностями на данном жизненном этапе. Зачастую на ребенка возлагают также и обязательства за благополучие его семьи и близких людей, ожидают от него

больших побед и успехов жизни. При этом наблюдается игнорирование истинных потребностей ребенка, его личных интересов и нужд, а также недостаточное внимание к его психофизическим особенностям. Следует сказать, что при таком стиле воспитания ребенок, как правило, боится разочаровать родителей и довольно остро переживает любые неудачи ввиду того, что оказывается в ситуации утраты расположения и любви. Данный стиль воспитания способствует формированию черт тревожно-мнительной (психастенической) акцентуации характера.

Также имеют место быть и такие отклонения в стиле семейного воспитания, как предпочтение мужских или женских качеств, предпочтение детских качеств, страх утраты ребенка, расширение сферы родительских чувств, а также неразвитость родительских чувств, проекция собственных нежелательных качеств или внесение конфликта между супругами в сферу воспитания.

Следует сказать и о том, что встречается различное сочетание стилей воспитания детей, в том числе и непоследовательность в требованиях со стороны родителей или же рассогласование воспитательных позиций в семье по отношению к ребенку [88].

### **1.3. Роль опыта привязанности матери в формировании детско-родительских отношений в семье, воспитывающей ребенка дошкольного возраста**

Значимость детско-родительских отношений в жизни человека трудно переоценить. Являясь первичной системой социальных отношений, взаимосвязь родителя и ребёнка призвана обеспечить формирование важнейших структур самосознания, развитие социально-психологических качеств и раскрытие внутреннего потенциала растущего человека. Качество детско-родительских отношений зависит от многих факторов и оказывает значительное влияние не только на психическое развитие ребёнка, но и на его установки и поведение на стадии взрослости [35].

Понятие «детско-родительские отношения» в психолого-педагогической литературе определяется неоднозначно. Во-первых, оно представляется как подструктура семейных отношений, включающая в себя взаимосвязанные, но неравнозначные отношения: родителей к ребёнку – с одной стороны родительское (материнское и отцовское) отношение, с другой – отношение ребёнка к родителям. Во-вторых, эти отношения понимаются как взаимоотношение, взаимовлияние, активное взаимодействие родителя и ребёнка, в котором ярко проявляются социально-психологические закономерности межличностных отношений.

Детско-родительские отношения можно определить как избирательную эмоционально-оценочную психологическую связь ребёнка с каждым из родителей, выражающуюся в переживаниях, действиях, реакциях, обуславливаемую с возрастными-психологическими особенностями детей, культурными моделями поведения и собственным жизненным опытом, которая и определяет особенности восприятия ребёнком родителей и способ общения с ними. То есть, детско-родительские отношения рассматриваются как субъективное осознание человеком любого возраста характера отношений с матерью и отцом [55].

Вопросом родительского отношения занимались, как отечественные исследователи (А.Я. Варга, В.В. Столин, И.М. Марковская, Э.Г. Эйдемиллер и др.), так и зарубежные (Д. Баумринд, Г. Крайг, А. Фрейд, Д. Винникот и др.). Именно материнское отношение также неоднократно являлось предметом различных психологических исследований (О.А. Карабанова, А.С. Спиваковская, Р. В. Овчарова, Г.Г. Филиппова и др.).

Безусловно, семья — это самая первая социальная среда развития ребенка. И следует сказать, что именно она призвана обеспечивать удовлетворение практически всех его потребностей, особое место среди которых занимают потребности в любви и привязанности, в безопасности и защите. Важность семьи как института воспитания обусловлена еще и тем, что в ней ребенок находится в течение значительной части своей жизни, и по длительности своего воздействия на личность ни один из институтов воспитания однозначно не может сравниться с семьей [33]. Таким образом то, что ребенок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни [34].

По словам А. Лоуэна, недостаток любви в первые годы жизни ребенка влечет за собой эмоциональное недоразвитие человека. Личность, которая сформировалась в результате депривации родительской любви, характеризуется чувством внутренней пустоты; страстным стремлением к контакту и близости; у нее большая потребность в том, чтобы о ней заботились, вплоть до зависимости. Эти люди личностно незрелы, у них отсутствуют внутренние ресурсы [33].

Также, затрагивая тему общего психического развития ребенка в младенческом и раннем возрасте, следует сказать о том, что оно протекает в самом высоком темпе, и во многом обусловлено различными факторами среды, среди которых ведущую позицию занимают отношения с близкими взрослыми (особенно, с матерью).

Зачастую поведенческие проблемы, трудности в обучении, нарушения социально -психологической адаптации детей являются отражением

взаимодействия в семье. Источники названных проблем кроются в раннем детстве, так как именно в данный период закладываются базовые подструктуры личности и установки, которые в будущем достаточно сложно поддаются коррекции [86].

Взаимодействие матери и ребенка раннего возраста детально раскрывается в рамках теории привязанности. В ее основе, как известно, лежит представление об эмоциональной стабильности, которая необходима для психического развития, наличие потребности в безопасности и особая роль матери в их обеспечении, а также влияние всех перечисленных факторов на формирование личности [18; 67].

Забота и поддержка матери в первые годы жизни ребенка способствует формированию привязанности к ней как к объекту, обеспечивающему эту поддержку. Качества матери, как объекта привязанности (ее физическая и психологическая доступность, качество и своевременность оказываемой поддержки) являются источником формирования поведения привязанности и впоследствии влияют на отношение субъекта к миру и своему существованию в нем. Формирование безопасной эмоциональной привязанности матери и ребенка в раннем возрасте закладывает фундамент для здорового эмоционального и социального развития личности в будущем.

Исследования детей со сформированной в раннем возрасте надежной привязанностью свидетельствуют о том, что они отличаются более высоким уровнем своего развития в будущем (способность разрешать проблемы, высокий уровень сформированности игровой деятельности, доминирование положительных эмоций, любопытство, уверенность в себе, интерес к учебе, компетентность в общении со сверстниками, лидерство), в то время, как дети с небезопасной ненадежной привязанностью чаще проявляют девиантное поведение и различные психопатологические симптомы [67; 95].

В исследованиях последних лет, как в рамках теории привязанности, так и в отечественных концепциях общения, продолжают активно

анализироваться качества матери, необходимые для создания оптимальных условий для развития ребенка [4, 12; 41; 74; 89].

Таким образом, учитывая все вышесказанное, можно сказать, что эмоциональная привязанность начинает формироваться у ребенка на ранних стадиях онтогенеза (и активно развивается и углубляется в период всего дошкольного детства), оказывая значимое влияние на его настоящее и будущее [80].

В целом все дошкольное детство - большой и значимый период психологического развития ребенка. Согласно выражению А.Н. Леонтьева, это возраст первоначального фактического складывания психологических механизмов личности [59]. На протяжении дошкольного периода у ребенка активно развиваются сложные виды деятельности и психологические функции: игра, взаимодействие со взрослыми и сверстниками, а также закладывается общий фундамент познавательных способностей. В личностной сфере развивается иерархическая структура мотивов и потребностей, общая и дифференцированная самооценка, элементы волевой регуляции поведения [27]. Дети в столь раннем возрасте начинают учиться управлять широким спектром своих эмоций и чувств, посредством взаимодействия с взрослыми и сверстниками, когда ребенок обучается тонкой рефлексии на другого человека. Внешнее проявление эмоций и чувств у ребенка в сравнении со взрослым человеком носит более бурный и непроизвольный характер. На протяжении дошкольного периода эмоции и чувства ребенка приобретают большую глубину и устойчивость [39]. И безусловно, испытывая потребность в любви и одобрении, ребенок учится принятым позитивным формам общения. Продолжается активное овладение и собственным телом (формирование образа тела и ценностного отношения к нему, координация движений и действий). В этот период продолжает развиваться речь, способности к замещению, к различным символическим действиям и использованию знаков, наглядно-образное и наглядно-действенное мышление, а также память и воображение. К концу дошкольного



возраста у ребенка уже формируются основы ответственного отношения к результатам своих действий и поступков. Ответственность пробуждает чувство сопричастности общему делу. И за весь период дошкольного детства ребенок проходит немалый путь в овладении социальным пространством с его системой нормативного поведения в межличностных отношениях со взрослыми и детьми [28; 82; 97]. Следует сказать, что отношение ко взрослым выражается также и в формировании чувства уважения, которое развивается на основе эмоциональной близости, а точнее привязанности детей к взрослым. Таким образом, и развитие привязанности в старшем дошкольном возрасте характеризуется уже значительными переменами в перестройке отношения к окружающему миру, формировании самосознания, а также внутренней регуляции поведения ребёнка. И резюмируя все вышесказанное, можно отметить, что дошкольный период детства представляет собой уникальную фазу в эмоциональном развитии ребенка и формировании структуры семейных отношений, особенно взаимоотношений с матерью, а также приносит ребенку совершенно новые и принципиально значимые с точки зрения развития достижения.

Несомненно, привязанность к матери, влияя на развитие социальных чувств ребенка и проявление его человеческих качеств, является не просто необходимым, но и неотъемлемым этапом в гармоничном психическом развитии детей и их эмоциональной сферы. Следует отметить, что данное качество не возникает спонтанно, необходим регулярный, длительный и устойчивый контакт матери и ребенка. Как уже было сказано, в дошкольном детстве происходят прогрессивные изменения во всех сферах: начиная от совершенствования психофизиологических функций и заканчивая формированием довольно сложных личностных новообразований. И тип привязанности к матери, сформированный в этот период, в той или иной мере, сохраняет свой отпечаток на особенностях эмоциональной и когнитивной сфер у людей молодого и даже зрелого возраста. А особенности самосознания напрямую зависят от ранних отношений с матерью, показывающих, что из

отношений привязанности развиваются модели восприятия себя, других и мира [9].

Говоря же конкретно о материнско-дочернем взаимодействии, представляющем научный интерес данного исследования, можно сказать, что начиная уже с раннего возраста у дочери формируется определенный тип эмоциональной привязанности к матери, сохраняющий достаточную устойчивость с течением времени и оказывающий влияние не только на отношение дочери к самой себе и к окружающим людям, но и к собственным детям [84].

Е.И. Захарова отмечает, что манера, которую мать демонстрирует при общении со своим ребёнком, подход, которым она руководствуется в воспитании – это и образец для дочери и своеобразный задел уже на её собственное будущее материнство. Безотносительно к решению взрослой дочери принять или отвергнуть данную условную норму поведения своей матери, она так или иначе будет влиять на организацию собственной семейной структуры дочери и определять типы взаимоотношений внутри неё [37].

Таким образом, на формирование чувства материнства, отцовства действительно значимое влияние оказывает детский опыт. Согласно мнению В. Сатир, это главный фактор, который ложится в основу планирования будущей семьи [83]. Также существует неосознанная тенденция повторять в собственной семье модель отношений своих родителей. Психологический механизм этого процесса действует следующим образом. Человек усваивает путем подражания (опять же, неосознанного) поведение близких для него людей по отношению друг к другу и так ребёнок обучается своей будущей роли в семье в широком смысле, мысленно отождествляя (идентифицируя) себя с родителем того же пола [79].

Согласно единому мнению П.Я. Гальперина и Д.Б. Элькониной, в научной сфере возникает возможность формирования нового поведения, исходя из образов и представлений о нём, вместо простого копирования. Исследования в сфере психологии родительства указывают на то, что люди имеют некоторое

видение о будущем существовании и взаимодействии с ребёнком задолго до его рождения [45; 52; 70; 73]. И. С. Кон полагает, что во взглядах и образах родителей, которые формируются на протяжении всей жизни, содержится объективное представление о том, какими качествами должны обладать любящие мать и отец и посредством чего они могут выражать свою любовь к ребёнку [50]. На основе теории П. Я. Гальперина, которая подчеркивает значимость психического представления в формировании деятельности индивида, можно заключить, что развивающаяся в семейной обстановке концепция социального позиционирования превращается в средство навигации в осуществлении уже непосредственно практической деятельности [37].

Известны исследования, которые позволяют утверждать, что передаются не только образы поведения, но и особенности взаимоотношений между членами семьи. В частности, такими исследователями, как И. Н. Малькова и Л. Г. Жедунова было отмечено непосредственное воздействие (на формирование типа родительского отношения) следующих позиций: нарушение эмоционального состояния матерей, нарушение эмоциональных взаимоотношений в семейной системе, недостаточно зрелая материнская позиция и материнская депривация, связанная с рождением и воспитанием ребенка [65]. Данные дисфункции имеют тенденцию переходить от одного поколения к другому. Эти данные указывают на возможность наследования определенных предпосылок для развития типичного материнского отношения. Следовательно, привязанность – связующая нить всех человеческих взаимоотношений, в данном случае эмоциональная связь между родителем и ребёнком, сформированная в детстве, может проигрываться в контексте отношений уже с собственными детьми. Исследование Д. Штерн и А. Фогель подтвердило, что связь между матерью и её младенцем зависит от того, насколько мать связана с собственными родителями [67]. Научное исследование, проведённое М. Майном и Р. Голдвином выявило то, что у детей, имеющих опыт систематического отвержения значимыми взрослыми,

существует определённая склонность стать родителями, которые точно также будут отвергать своих детей. Ученые обнаружили связь между представлением о своей матери и отвержением собственного ребенка ввиду специфических искажений когнитивных процессов. Отмечается так называемое «защитное» искажение памяти у отвергаемых в детстве матерей. Это искажение актуализирует «внутреннюю рабочую модель», которая определяет отношения уже с собственным ребенком. Учёные подтвердили, что у женщин, отвергаемых своими матерями в детстве, могут происходить определенные изменения в когнитивных процессах, которые влияют на их отношения с собственными детьми. Одно из этих изменений - защитное искажение памяти, которое приводит к видоизменённому восприятию прошлых событий и воспоминаний об отношениях с матерью. В результате чего эти женщины могут иметь более положительное представление о своих матерях, чем это было на самом деле. Это искаженное представление матери влияет на "внутреннюю рабочую модель" женщины (набор предположений, убеждений и ожиданий о том, как должны выглядеть и чем быть наполнены отношения с ребенком). Вследствие чего эти женщины могут проявлять отвержение и иметь недостаточную эмоциональную близость с собственными детьми, что, в свою очередь, может приводить к различного рода проблемам в отношениях, одновременно увеличивая вероятность передачи дисфункциональных паттернов детско-родительских отношений следующим поколениям [49]. В работе А. Е. Борисовой была проведена детализация теории привязанности, которая позволила выявить определенные закономерности. Ее исследование показало, что взаимосвязь качества привязанности женщины к матери и специфики отношения к собственному ребенку обусловлена гендерными особенностями [17]. Эмпирические данные показывают, что эта связь более выражена и заметна, когда речь идёт о дочерях. Матери, воспитывающие дочерей, выбирают более требовательный, строгий и контролирующий подход в воспитании, сопровождающийся довольно высоким уровнем тревожности. В то же время, в отношениях

присутствуют и большая близость и принятие, что говорит о достаточной степени довольства в отношениях с дочерьми. В материнско-дочерних взаимоотношениях важным фактором оказывается наличие или отсутствие избегания. Если мать испытывала недостаток принятия, она проявляет меньшую эмоциональность и тепло по отношению к своей дочери и склонна проявлять большее рвение к согласованию воспитательных принципов семьи. Про отношения с сыном, А.Е. Борисова, отмечает, что на наши отношения с ним оказывают сильное влияние тревожные детские впечатления и волнения [17]. В целом, работа А. Е. Борисовой подтверждает основные ключевые моменты, касающиеся проблемы привязанности. Важно отметить, что психологическое здоровье ребенка изначально так или иначе зависит от характера отношений с матерью. Из-за этого, при изучении трансляции привязанности главный фокус переносится на взаимодействие между матерью и дочерью. Это связано с тем, что качество связи между ними, стиль их эмоционального общения и вовлеченность матери в жизнь дочери оказывают значительное влияние на формирование материнской роли и передачу соответствующего стиля эмоциональной поддержки от матери к дочери. Таким образом, становится очевидным, что материнский сценарий взаимоотношений с дочерью имеет большую вероятность повторения по сравнению с отношениями с сыном. Проблемы и конфликты между матерью и дочерью, которые не были изжиты, могут быть переданы следующему поколению, создавая основу для повторения их взаимодействий и динамик в будущем. Этот процесс обусловлен различными факторами, включая наследственность, семейную культуру, модели поведения, взаимодействия, качество привязанности, а также различного рода ожидания, которые передаются от матерей к дочерям и влияют на формирование их отношений [60].

Такой учёный, как Д. Пайнз также подчеркивает особую значимость взаимоотношений между женщиной и ее собственной матерью. Он отмечает, что женщина переживает двойственность: она становится заботливой и

ответственной матерью, одновременно сохраняя свою зависимость и нужду в заботе со стороны своей матери. Этот переход от дочери к матери имеет глубокое эмоциональное значение и может оказывать влияние на психологический статус женщины [72]. Т.В. Леус также акцентировал внимание на значимости отношений с матерью в процессе формирования у девочек представления о себе в качестве будущих матерей [60]. Согласно взглядам исследователя, внутренний образ матери представляет собой некий конструкт, который становится фундаментом для формирования материнской идентичности в период ожидания и подготовки к предстоящему материнству. Он служит примером, с которым женщина начинает идентифицировать себя и свою роль матери, определяя ожидания, ценности и поведенческие стратегии, связанные с материнством. Этот внутренний образ играет важную роль в психологической и социальной адаптации женщины к новой для себя роли – роли матери [37].

Со слов Н.Н. Васягиной, осознание своей роли в качестве родителя, в том числе прояснение и определение ценностей и смыслов материнства открывают возможности для личностного роста и саморазвития. В основе успешного осуществления родительской деятельности (по части воспитания собственного ребёнка) лежит процесс самопринятия. Этот фактор является неотъемлемым условием, обеспечивающим реализацию родительских функций и взаимодействие с ребенком на психологически здоровом уровне [23]. Исходя из этого можно сказать, что в случае, когда мать принимает себя полностью, сознавая свои сильные и слабые стороны и выстраивает свою жизнь, учитывая эти особенности, ее самооценка становится более реалистичной. Детальный анализ материнской роли становится возможным благодаря наличию примера, данного своей матерью, в качестве некоего образца. Тогда как показатели успешности и гармоничности в материнской деятельности опираются не только на логические рассуждения, но и на детский эмоциональный опыт, полученный в отношениях с собственной матерью [40].

В результате анализа представленных исследований можно сделать следующие выводы: образ, который являет собой мать, и позиция, занимаемая ею в семейной структуре, влияют не только на приобретение и усвоение дочерью навыков, умений, но также несут в себе важное значение для глубоких трансформаций психологической конституции дочери. Необходимо отметить, что то, какое значение в собственном материнском становлении дочери сыграет так называемый архетип материнства (демонстрируемый её матерью), будет определяться природой и характером взаимодействия с ней [37].

Таким образом, характер и условия выстраивания отношений в диаде «мать-дочь» имеют предельно важное значение в контексте выбора собственной воспитательной стратегии и решения проблемы материнства в целом, которое является важнейшим фундаментальным аспектом формирования семейных отношений. В свою очередь это актуализирует потребность в дополнительных исследованиях, направленных на изучение взаимосвязи детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания уже собственного ребенка, а также обнаруживает необходимость разработки программы по оптимизации стиля семейного воспитания ребенка дошкольного возраста с учетом детского опыта привязанности женщины к матери.

## Выводы по главе 1

Результат проделанной работы позволяет нам констатировать:

1.1. В 50-60 е гг XX в. Дж. Боулби была разработана теория привязанности, которая описывала феномен привязанности ребенка к матери. Привязанность – это витальная потребность ребенка в близости со значимым взрослым, которая проявляется в установлении доверительных и безопасных отношений. С помощью привязанности реализуются основные задачи человека, как представителя своего вида – это рождение здорового потомства, социальная реализация, а также задачи личностного становления и развития, преодоления детской травматизации и т.д. Выделены и охарактеризованы основные четыре типа привязанности: надежный, амбивалентный, избегающий, дезорганизованный, единственно гармоничным из которых является надежный, который в свою очередь предполагает восприятие объекта привязанности отзывчивым и доступным, а субъекта привязанности – важным, достойный заботы внимания и любви. Проведен историко-психологический анализ развития и появления новых вариантов теории привязанности, которые были представлены, как зарубежными учеными (М. Махлер, Д. Штерн, П. Криттенден, К. Бриш, Г. Ньюфелд, Ф. Шейвер и С. Хазан, К. Кернс и др.), так и отечественными (Н.Н. Авдеева, Н.А. Хаймовская, Т.В. Казанцева и др.) с момента её открытия в 50-х гг. XX столетия и до настоящего времени. Согласно анализу развития модели привязанности в психологии, можно сделать следующие выводы.

- В современной науке описаны различные типологии привязанности, но большинство представленных типологий обнаруживают базовые сходства с типами, выделенными в теории привязанности Дж. Боулби, что даёт возможность понимания и последующего сопоставления результатов научных исследований различных ученых



- Авторы многих теоретических концепций сходятся во мнении о том, что привязанность формируется в возрасте до 5-6 лет и оказывает весомое влияние на всю дальнейшую жизнь человека.

- Во взрослом возрасте тип привязанности сохраняет большое значение в двух отношениях. Во-первых, привязанность остается активно действующим психологическим механизмом в ключе построения межличностных отношений, таких, как отношения любви, дружбы, все виды внутрисемейных отношений. Существует тенденция к преемственности типа привязанности от одного поколения в семье к другому, включая случаи «межпоколенного наследования». А, во-вторых, тип привязанности к матери сохраняет свой отпечаток в особенностях эмоциональной и когнитивной сфер у людей молодого и даже зрелого возраста.

- Несмотря на то, что привязанность, согласно мнению большинства исследователей, формируется до 5-6 лет и является достаточно устойчивой в течение всей жизни, существуют факторы, способствующие её изменению и преобразованию. И безусловно это даёт основание для разработки различных коррекционных мероприятий.

Таким образом, появление различных вариантов теории привязанности и неугасаемые дискуссии вокруг ее центральных понятий свидетельствуют в пользу того, что это направление и в настоящее время привлекает внимание, как зарубежных, так и отечественных исследователей, активно развивается и наполняется новыми фактами и научными представлениями.

1.2. В данном параграфе освещено понятие семья, с акцентом на её воспитательную функцию (семья – это основа жизни; первая и, как правило, наиболее значимая площадка становления личностного, интеллектуального и духовного развития каждого человека. И одной из важнейших функций семьи, является воспитательная функция, предполагающая духовное воспроизводство населения).

Стиль воспитания – это стиль взаимоотношений с ребенком в семье, характеризуемый степенью контроля, заботы и опеки, теснотой

эмоциональных контактов между родителями и ребенком, характером руководства поведением ребенка со стороны взрослых, количеством запретов и т.п. Выделены и охарактеризованы классификации стилей воспитания таких авторов, как Д. Баумринд (авторитетный, авторитарный, индифферентный, либеральный); Е.О. Смирнова, М.В. Быкова (строгий, объяснительный, автономный, компромиссный, содействующий, потакающий, ситуативный). Представлен подробный разбор классической отечественной классификации основных стилей воспитания по Э.Г. Эйдемиллеру (гипопротекция; гиперпротекция, которая в свою очередь делится на потворствующую гиперпротекцию и доминирующую гиперпротекцию; эмоциональное отвержение; жестокие взаимоотношения; повышенная моральная ответственность), которая и была выбрана для реализации эмпирической части данного научного исследования.

1.3. С раннего возраста у дочери формируется определенный тип эмоциональной привязанности к матери, сохраняющий определенную устойчивость с течением времени, который оказывает влияние не только на отношение дочери к самой себе и к окружающим людям, но и к собственным детям.

Детский опыт взаимодействия дочери с матерью – это основа ее компетентности, индивидуального развития и эмоционального и психологического здоровья. Возможность использования этого потенциала связана с отношением самой женщины к своей матери: позитивное отношение к матери позволяет принять ее образ, характерные паттерны поведения в качестве ориентира для построения собственного поведения, а также становится условием становления материнской идентичности и позволяет обрести уверенность в успешности освоения материнской роли. В противовес этому - негативный образ собственной матери, ненадежность в отношениях привязанности с ней, конфликтные отношения, могут стать препятствием для личностного становления и формирования гармоничных детско-родительских взаимоотношений, где уже выросшая дочь становится матерью и проживает

собственный уникальный опыт материнства в отношениях с собственным ребенком.

В свою очередь, дошкольный возраст ребенка является особенным в становлении эмоционального развития и формировании структуры семейных отношений, преимущественно во взаимоотношениях с матерью, а также приносит ребенку совершенно новые и значимые с точки зрения развития достижения. В данный период интенсивно развивается самосознание, особенности которого также зависят от ранних отношений с матерью, показывающих, что из отношений привязанности, а также из выбранной матерью воспитательной стратегии развиваются впоследствии модели восприятия себя, других и мира.

Все вышесказанное актуализирует потребность в дополнительных исследованиях, а также обнаруживает необходимость разработки программы, направленной на оптимизацию стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с учетом детского опыта привязанности женщины к матери.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ДЕТСКОГО ОПЫТА ПРИВЯЗАННОСТИ ЖЕНЩИНЫ К МАТЕРИ И СТИЛЯ ВОСПИТАНИЯ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

### **2.1. Организация и методы исследования**

Эмпирическое исследование проводилось на базе нескольких дошкольных образовательных учреждений г. Красноярска. Выборку составили 49 матерей, воспитывающих ребенка дошкольного возраста.

Цель исследования: изучение взаимосвязи детского опыта привязанности матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста, а также разработка программы консультационных мероприятий, направленных на оптимизацию стиля воспитания с учётом детского опыта привязанности женщины к матери.

Для реализации задач данного исследования были определены и выбраны следующие методики:

1. На выявление типа привязанности к матери:

- Модифицированный опросник для определения типа привязанности к матери (М.В. Яремчук).

Данная методика обращается к детскому опыту женщины во взаимоотношениях со своей матерью. Опросник включает в себя 11 вопросов и 3 варианта ответа на каждый вопрос. В зависимости от выбранного ответа выявляется один из трех типов привязанности женщины к своей матери: надежный, тревожно-амбивалентный или избегающий. Подробное описание методики представлено в Приложении А.

- Рисунок «Я и моя мама в детстве» (Г.Г. Филиппова).

Данный рисуночный тест был выбран в целом для исключения и прояснения спорных ситуаций в диагностике привязанности (таких как заведомый выбор испытуемой социально одобряемых ответов в опроснике на тип привязанности, в том числе для уточнения ведущего типа привязанности, а также для выявления скрытых особенностей, состояний и основных проблем

во взаимоотношениях с матерью, которые могут проявиться в той или иной мере в ходе выполнения проективной методики «Я и моя мама в детстве». В качестве основных параметров анализа данного рисуночного теста было выделено три группы показателей:

- симптомы тревоги (характеризующиеся наличием штриховки, линий основания, некоторой схематичностью изображения и т.п.)
- симптомы избегания (предполагающие наличие дистанции между фигурами матери и дочери на рисунке, изображение других персонажей, плохую прорисовку фигур и т.п.)
- благоприятная ситуация (характеризующаяся хорошим качеством линий, наличием контакта, отражением положительных эмоций в сюжете рисунка и т.п.)

2. На выявление стиля воспитания ребенка:

- Опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис).

Данный опросник направлен на определение особенностей стиля воспитания ребенка дошкольного возраста. Опросник позволяет выявить, как правило только негармоничные особенности стиля воспитания (а также деструктивные стили воспитания при одновременном сочетании нескольких показателей) [62].

Опросник включает в себя 130 утверждений, относящихся к воспитанию детей. В него положено 20 шкал. Первые 11 шкал выявляют основные стили семейного воспитания. 12-я, 13-я, 17-я и 18-я шкалы позволяют получить представление о структурно-ролевом аспекте жизнедеятельности семьи, 14-я и 15-я шкалы демонстрируют характерные особенности функционирования системы взаимных влияний, а 16-я, 19-я и 20-я шкалы показывают работу механизмов семейной интеграции.

Таким образом, полное отсутствие особенностей (или их минимальная выраженность), согласно данному опроснику, говорят о гармоничном стиле

воспитания в семье. Подробное описание методики представлено в Приложении В.

- Рисунок «Я и мой ребенок» (Г.Г. Филиппова).

Данная проективная методика в виде рисуночного теста была взята в дополнение к опроснику АСВ (описанному выше) в целях получения более полной качественной информации о характере взаимоотношений в диаде «мать – ребенок» [90, 91].

По аналогии с проективной методикой Г.Г. Филипповой «Я и моя мама в детстве», основными параметрами анализа данного рисуночного теста «Я и мой ребенок» были определены три группы показателей:

- симптомы тревоги (характеризующиеся наличием штриховки, линий основания, некоторой схематичностью изображения и т.п.)
- симптомы избегания (предполагающие наличие дистанции между фигурами матери и дочери на рисунке, изображение других персонажей, плохую прорисовку фигур и т.п.)
- благоприятная ситуация (характеризующаяся хорошим качеством линий, наличием контакта, отражением положительных эмоций в сюжете рисунка и т.п.)

Информация, полученная в результате анализа рисуночного теста, может быть учтена и использована при разработке программы оптимизации стиля семейного воспитания ребенка дошкольного возраста.

Таким образом, все вышеперечисленные методики, позволяют качественно и разносторонне изучить, как особенности детского опыта привязанности дочери к матери, так и стиль семейного воспитания, выбранного женщиной, во взаимоотношениях с собственным ребенком дошкольного возраста, что в полной мере отвечает нуждам и цели данного исследования.

База для исследования: частный консультационный центр г. Красноярск.

Эмпирическая выборка: 49 матерей, проживающих в г. Красноярске, в возрасте от 30 до 40 лет, имеющих высшее образование, состоящих в браке и воспитывающих ребенка дошкольного возраста.

## 2.2. Исследование взаимосвязи детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста

Первым этапом исследования для исключения спорных ситуаций в диагностике привязанности стало проведение рисуночного теста «Я и моя мама в детстве» Г.Г. Филипповой.

Согласно данному тесту, результаты которого представлены на рисунке 1, было выявлено следующее:

- симптомы тревоги (характеризующиеся наличием штриховки, линий основания, некоторой схематичностью изображения и т.п) отмечаются у 49% испытуемых
- симптомы избегания (предполагающие наличие дистанции между фигурами матери и дочери на рисунке, изображение других персонажей, плохую прорисовку фигур и т.п.) у 33% испытуемых
- благоприятная ситуация (характеризующаяся хорошим качеством линий, наличием контакта, отражением положительных эмоций в сюжете рисунка и т.п.) у 18% испытуемых.

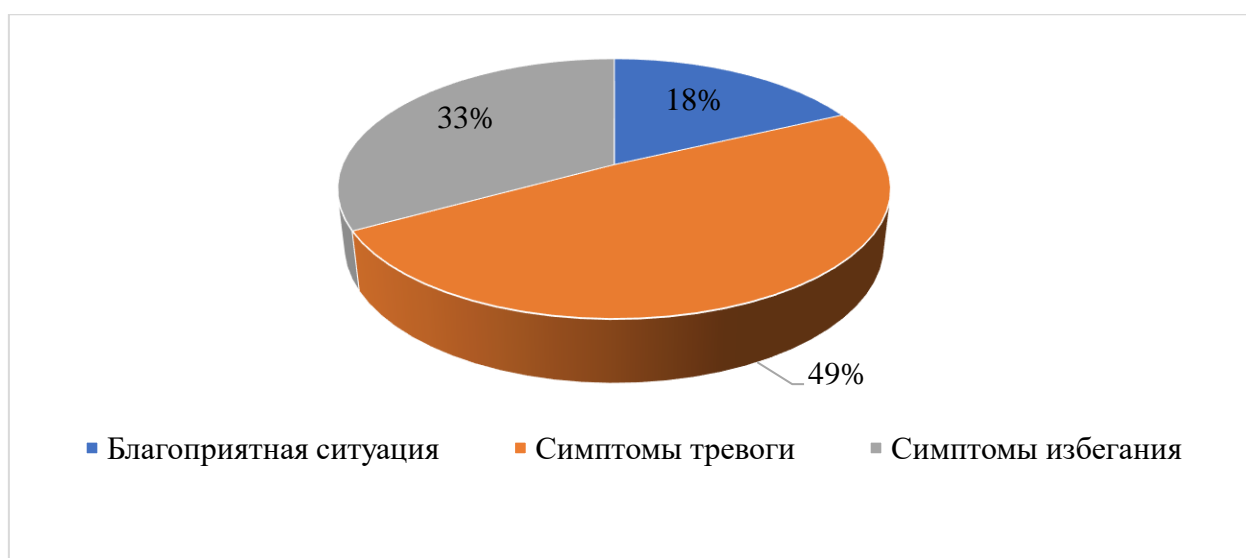


Рисунок 1. Результаты рисуночного теста «Я и моя мама в детстве» Г.Г. Филипповой



С помощью опросника на тип привязанности к матери М.В. Яремчук (и также с учетом данных рисуночного теста, описанных выше) был диагностирован уже ведущий тип привязанности. Результаты представлены на рисунке 2.

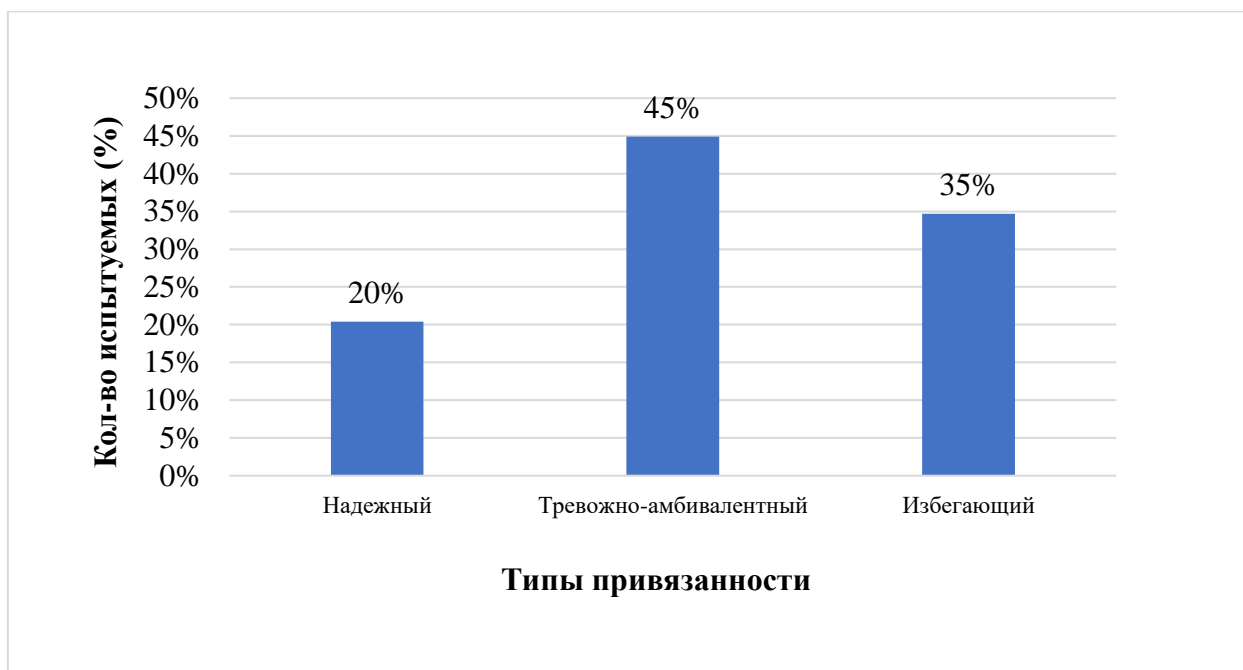


Рисунок 2. Распределение совокупности испытуемых по типу привязанности к матери

Таким образом, надежный тип привязанности (единственно гармоничный тип привязанности, характеризующийся теплыми и близкими отношениями с матерью), был выявлен у 20 % испытуемых.

Избегающий (характеризующийся дистанцией во взаимоотношениях и невыраженной эмоциональностью) у 35 %.

Тревожно-амбивалентный (характеризующийся противоречивостью и неустойчивостью в отношениях с матерью) у 45% испытуемых от общего количества выборки.

Далее был использован опросник АСВ Э.Г. Эйдемиллера и В.В. Юстицкиса для выявления особенностей стиля воспитания ребенка дошкольного возраста. Опросник позволяет выявить только негармоничные

особенности стиля воспитания (а также деструктивные стили воспитания при одновременном сочетании нескольких показателей) [62]. Таким образом, полное отсутствие особенностей (или их минимальная выраженность), согласно данному опроснику, говорят о гармоничном стиле воспитания в семье.

Итак, в целях реализации поставленных задач испытуемые были разделены на три группы по уже продиагностированным ранее типам привязанности. Это группа с надежным типом привязанности к матери, группа с тревожно-амбивалентным и избегающим.

С помощью опросника АСВ у испытуемых с надежным типом привязанности были выявлены только 3 шкалы стилевых особенностей с минимальными средними значениями. Это недостаточность требований и недостаточность запретов - всего по 0,1 балла, минимальность санкций составила 0,2 балла. Результаты исследования данной группы представлены на рисунке 3.

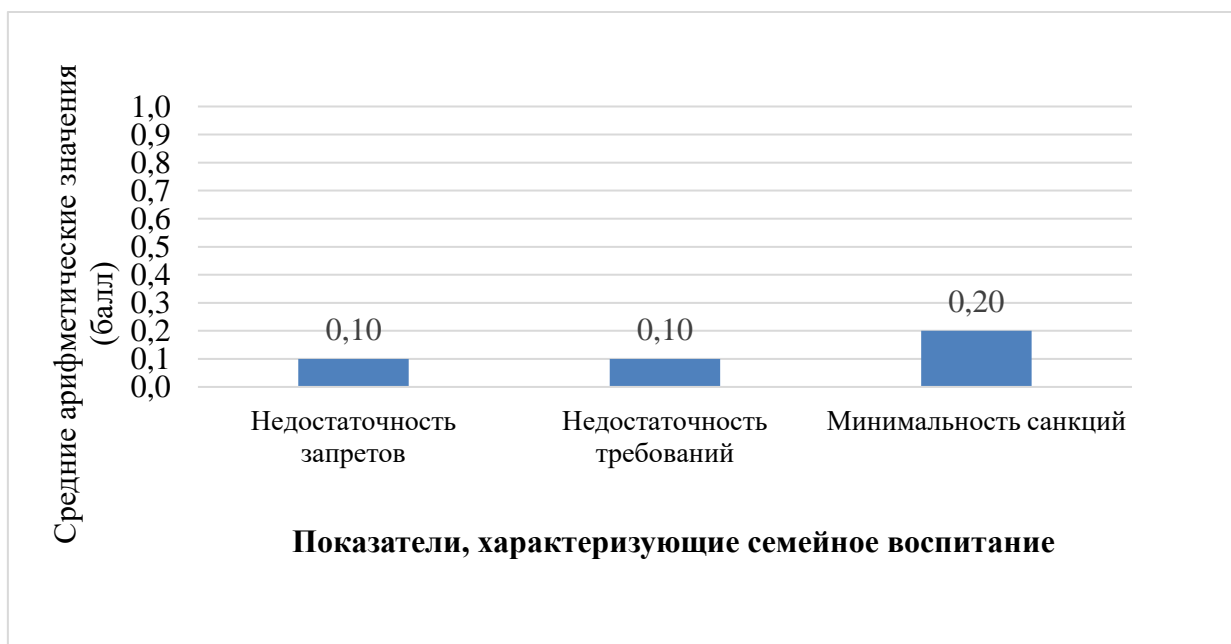


Рисунок 3. Результаты опросника стиля родительского воспитания АСВ Э.Г. Эйдемиллера и В.В. Юстицкиса у испытуемых с надёжным типом привязанности к матери

Результаты исследования особенностей стиля воспитания испытуемых с тревожно-амбивалентным типом привязанности к матери, представленные на рисунке 4, показывают наиболее выраженные показатели по таким шкалам, как: недостаточное количество запретов - 0,55 балла; недостаточность требований - 0,23 балла; минимальность санкций – 0,36 баллов. Также выявляется повышенный уровень протекции (гиперпротекция) – 0,09 балла.

Анализ проекции матерью собственных психологических проблем на процесс воспитания ребенка показал повышенные значения по таким шкалам, как воспитательная неуверенность – 0,23 балла; расширение сферы родительских чувств – 0,09 балла; проекция на ребенка собственных нежелательных качеств – 0,05 балла; предпочтение женских качеств – 0,1 балла.

Таким образом у данной группы с тревожно-амбивалентным типом привязанности было выявлено восемь негармоничных особенностей стиля воспитания.

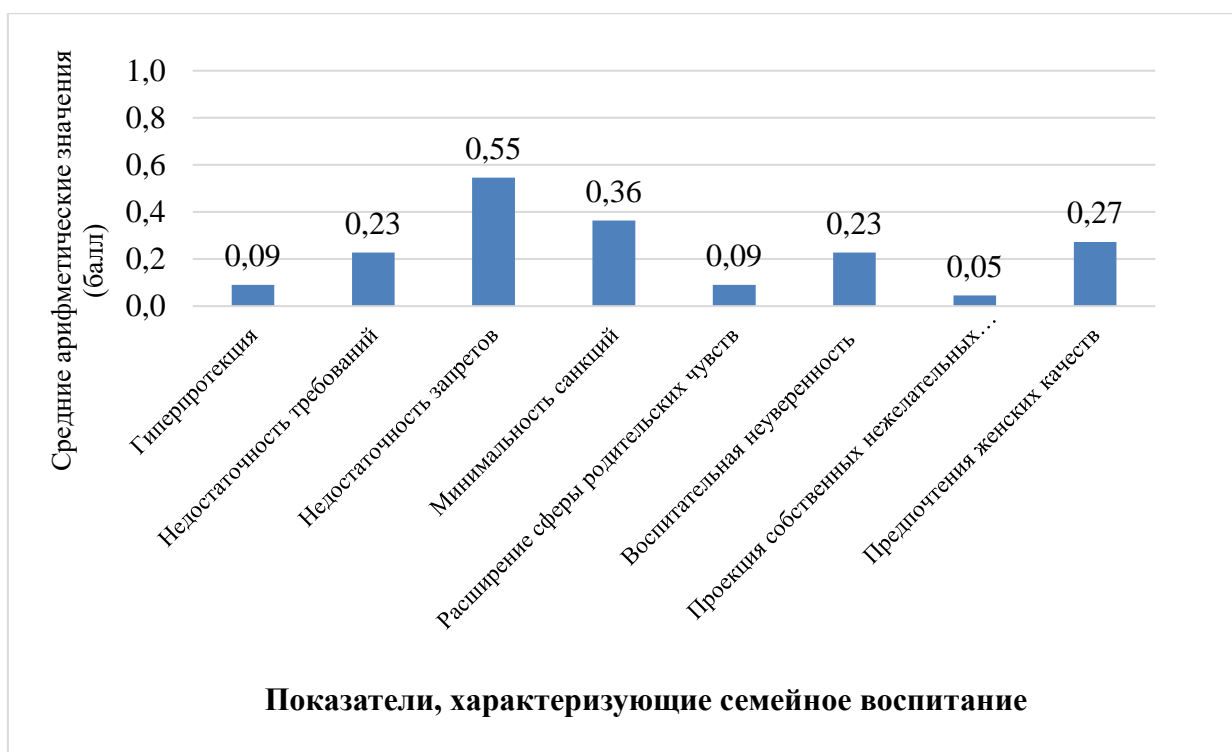


Рисунок 4. Результаты опросника стиля родительского воспитания АСВ Э.Г. Эйдемиллера и В.В. Юстицкиса у испытуемых с тревожно-амбивалентным типом привязанности к матери

Стиль воспитания у испытуемых с избегающим типом привязанности характеризуется прежде всего: минимальностью санкций – 0,59 балла; недостаточным количеством требований - 0,35 балла; недостаточным количеством запретов - 0,29 баллов. Также количественно значимым показателем выявлено предпочтение женских качеств в ребенке - 0,29 балла, кроме того, выявляется повышенный уровень протекции (гиперпротекция) 0,06 балла.

Таким образом, у данной группы с избегающим типом привязанности было выявлено двенадцать негармоничных особенностей стиля воспитания. Результаты исследования данной группы представлены на рисунке 5.

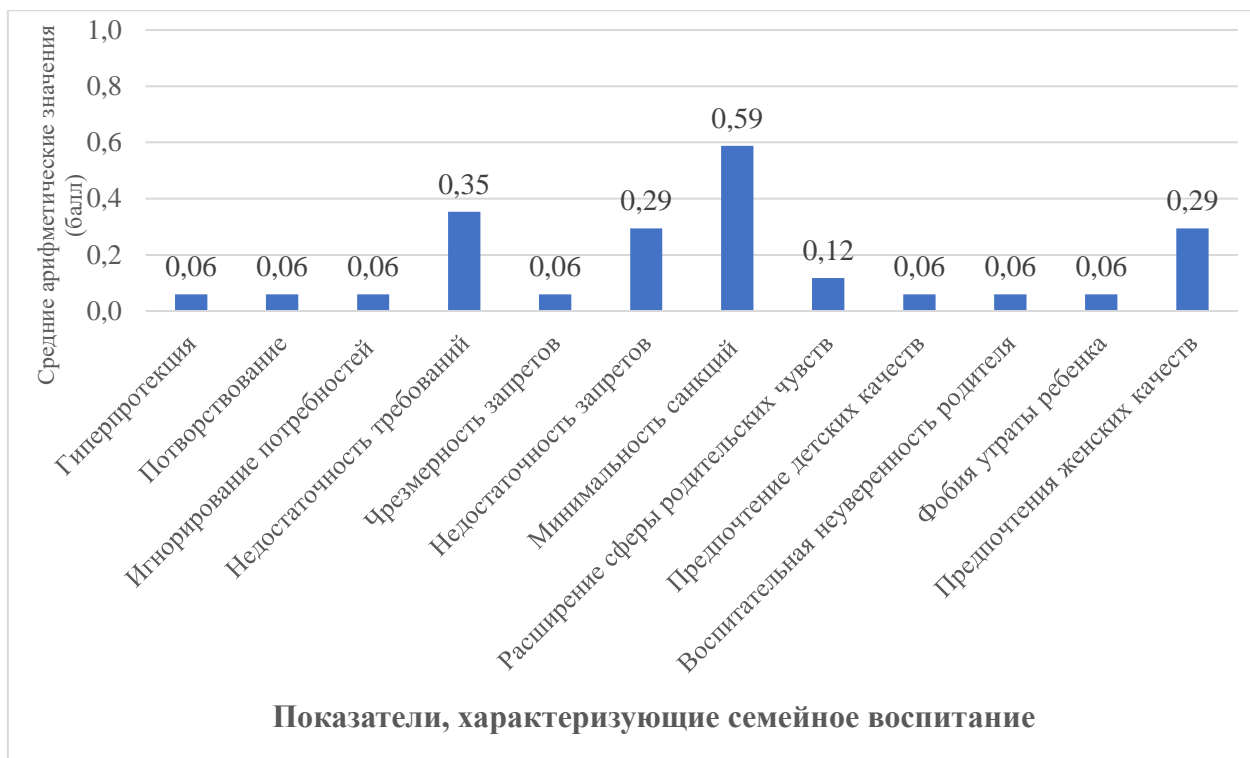


Рисунок 5. Результаты опросника стиля родительского воспитания АСВ Э.Г. Эйдемиллера и В.В. Юстицкиса у испытуемых с избегающим типом привязанности к матери.

Также, в дополнение к опроснику АСВ был проведен рисуночный тест «Я и мой ребенок» Г.Г. Филипповой (результаты которого представлены на рисунке 6) для получения более полной информации о характере взаимоотношений в диаде «мать – ребенок», при разработке программы оптимизации стиля семейного воспитания [90, 91].

Обобщенные результаты распределились следующим образом:

- симптомы тревоги были выявлены у 57% испытуемых,
- симптомы избегания у 25%,
- благоприятная ситуация у 18%.

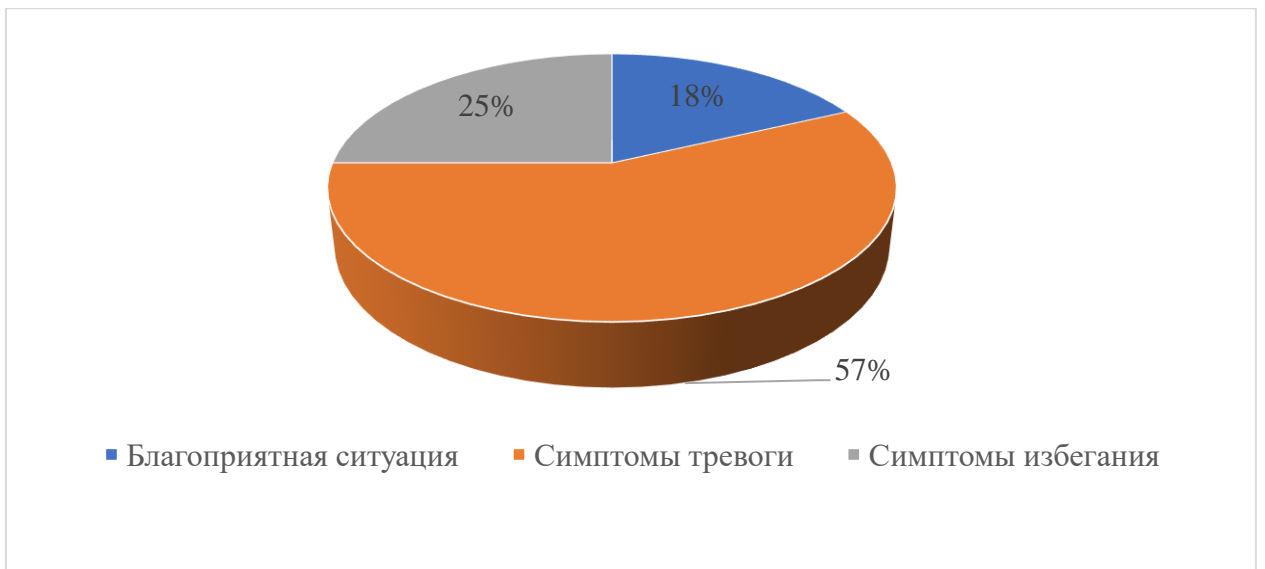


Рисунок 6. Результаты рисуночного теста «Я и мой ребёнок» Г.Г. Филипповой

Таким образом, на данном этапе исследования у 80% испытуемых были диагностированы ненадежные типы привязанности (45% реализовал тревожно-амбивалентный тип, 35% избегающий) и только у 20% из опрошенных был выявлен надежный тип привязанности женщины к собственной матери.

Следующий этап исследования предполагает выявление взаимосвязи типа привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста, который был осуществлен с помощью корреляционного анализа с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

В таблице 1 представлены типы привязанности женщины к матери, а также стилевые особенности воспитания ребёнка дошкольного возраста, связь между которыми выявилась на значимом уровне.

Взаимосвязи типов привязанности женщины к матери и стилевых особенностей воспитания ребенка дошкольного возраста  
(коэффициенты Спирмена)

стилевые особенности воспитания / типы привязанности	надёжный	избегающий	тревожно-амбивалентный
без деструктивных особенностей	0,991	-	-
минимальность санкций	-	0,834	0,738
недостаточность запретов	-	-	0,917
чрезмерность запретов	-	-	-
недостаточность требований	-	-	-
предпочтение детских качеств	-	-	-
предпочтение женских качеств	-	-	-
фобия утраты ребенка	-	-	-
воспитательная неуверенность	-	-	-
расширение сферы родительских чувств	-	-	-
игнорирование потребностей	-	-	-
потворствование	-	-	-
гиперпротекция	-	-	-
проекция собственных нежелательных качеств	-	-	-

Проведенный корреляционный анализ позволил выявить ряд статистически значимых корреляционных связей между типом привязанности женщины к матери и стилевыми особенностями воспитания ребёнка дошкольного возраста.

Рассмотрим достоверно-значимые выявленные корреляционные связи.

- сильная положительная связь надежного типа привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста без деструктивных особенностей ( $r = 0,991, p < 0,05$ )

- сильная положительная связь тревожно-амбивалентного типа привязанности женщины к матери и такой особенности стиля воспитания ребенка дошкольного возраста, как недостаточность запретов ( $r = 0,917, p < 0,05$ )

- средняя положительная связь избегающего типа привязанности женщины к матери и такой особенности стиля воспитания ребенка дошкольного возраста, как минимальность санкций ( $r = 0,834, p < 0,05$ )

- средняя положительная связь тревожно-амбивалентного типа привязанности женщины к матери такой особенности стиля воспитания ребенка дошкольного возраста, как минимальность санкций ( $r = 0,738, p < 0,05$ ).

Анализ выявленных корреляционных связей показал следующее:

- Женщины с надежным типом привязанности к своей матери чувствуют себя более уверенно в своей родительской роли. Они склонны к более теплоте и поддерживающему стилю воспитания, основанному на эмоциональной связи с ребенком, а также на поощрении положительного поведения и привнесении чувства безопасности в отношения с ребенком. Они также готовы устанавливать четкие границы и правила в конструктивной форме. Их стиль воспитания в большинстве своём не содержит деструктивных особенностей и, таким образом, его можно назвать наиболее гармоничным.

- Женщины с тревожно-амбивалентным типом привязанности к матери проявляют меньшую склонность к применению конкретных ограничений и запретов, а также имеют сложности с установлением четких границ в отношении поведения своих детей. Также они испытывают повышенную тревожность, беспокойство и неуверенность в отношении эмоциональных взаимодействий, включая установление каких-либо санкций для своего ребёнка.



-Женщины с избегающим типом привязанности к матери имеют тенденцию к избеганию близких отношений и ограничению проявления эмоций. Это может отразиться на стиле воспитания ребенка, когда женщины склонны к отказу от использования санкций (или же их применению в минимальном количестве) в отношении своих детей, поскольку это может быть способом поддержания дистанции и избегания близких контактов. Они также испытывают трудности в установлении эмоциональной связи с ребенком, что приводит к отсутствию чувства ответственности за поведение ребенка и неэффективным способам управления поведением.

### **2.3. Программа оптимизации стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с учетом опыта детской привязанности женщины к матери**

На основании результатов проведенного исследования очевидна необходимость разработки программы оптимизации детско-родительских отношений, а именно стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с учётом детского опыта привязанности женщины к собственной матери.

Таким образом и была разработана программа под названием «Счастливое материнство».

Цель: развитие и гармонизация детско-родительских отношений (оптимизация стиля семейного воспитания) у матерей, воспитывающей ребенка дошкольного возраста с учетом детского опыта привязанности женщины к собственной матери

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Анализ детского опыта привязанности женщин с последующей проработкой отношений с матерью (рефлексия и переосмысление опыта взаимоотношений, полученного в детстве), способствование формированию баланса структур личности: ребенок, взрослый, родитель. Акцент на принятие своей детской части (с учетом ее потребностей и интересов), а также возвращение взрослой части личности посредством актуализации внутренних опор и ресурсов личности

2. Формирование мотивации к изменению взаимоотношений с ребенком, поиск и апробирование новых способов поведения, в том числе обучение адекватным способам реагирования в проблемных и стрессовых ситуациях, а также укрепление уверенности матерей в собственных воспитательных возможностях, снижение тревожности, обучение приемам саморегуляции психического состояния

3. Повышение уровня психолого-педагогической компетентности матерей в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста, а также

особенностей и закономерностей его развития, в том числе способствование приобретению у матери нового чувственного опыта во взаимодействии с ребенком и дальнейшее обсуждение впечатлений, инсайтов, осознаний

4. Формирование и развитие навыков рефлексии по части взаимоотношений с ребенком

При разработке тренинга были определены следующие принципы:

- Принцип системности, предполагающий регулярные встречи
- Принцип личностно-ориентированного взаимодействия, предполагающий создание условий для раскрепощения, раскрытия и эмоциональной вовлеченности каждой участницы

- Принцип добровольности при участии в конкретных упражнениях и играх, предусмотренных тренингом

Методы и приемы работы: мини-лекции, ролевые игры, дискуссии, психогимнастические упражнения, приемы арт-терапии, использование релаксационных методов.

Ожидаемые результаты:

- 1) знакомство со своей детской частью: принятие, одобрение ее и удовлетворение нужд, рефлексия о полученном опыте в детстве, наращивание внутренних опор личности

- 2) повышение уровня психолого-педагогической компетентности матерей в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста, а также укрепление уверенности матери в своей родительской роли, снижение тревожности

- 3) формирование оптимального стиля родительского воспитания

- 4) укрепление привязанности и соответственно развитие эмоционального благополучия ребенка

- 5) общая гармонизация взаимоотношений между родителями (матерью) и ребенком дошкольного возраста.

Согласно проведенному исследованию, которое показало дисгармоничный детский опыт привязанности у 80% испытуемых, а также

учитывая цели и задачи, представленные выше, рекомендуется в преддверии данной программы провести 2-3 индивидуальных консультации (в зависимости от результатов диагностики и запроса клиента), содержание которых может быть следующим:

1) На первой сессии главный упор должен быть направлен на работу с образом «внутреннего ребенка» (на основании проведенного анализа и последующего совместного обсуждения рисунка «Я и моя мама»): выявление его нужд и потребностей, подавленных эмоций, анализ отношений и чувств самой женщины в настоящий момент времени. В рамках самой встречи или же в качестве домашнего задания предлагается провести практику «встреча с внутренним ребенком».

2) На следующей встрече главный акцент направлен на поиск так называемых опор, собственных ресурсов личности (актуализация позиции «взрослого»), с учетом особенностей детского опыта привязанности к матери. Одним из вариантов реализации данной задачи помимо беседы, может быть проведение упражнения «Песочница» с последующей рефлексией и обсуждением нового опыта.

3) Перед началом участия в тренинге может быть осуществлена и третья индивидуальная встреча, которая по своей сути опциональна и отводится скорее на усмотрение психолога и запрос женщины (в рамках темы взаимоотношений с собственной матерью).

Данные мероприятия в рамках индивидуальных консультаций предваряют начало тренинга, способствуя установлению контакта, доверительных взаимоотношений и снижению тревожности; позволяют глубже познакомиться с детским опытом привязанности каждой женщины и способствуют её личной саморефлексии, а также оказывают определенное терапевтическое воздействие и, безусловно, поддержку.

Уже на данном этапе работы, проводимые мероприятия, включая определенные практики и упражнения, могут в определенном ключе способствовать улучшению качества взаимоотношений женщины с

собственным ребенком дошкольного возраста, способствовать снижению напряжения и тревожности женщины, таким образом внося свой вклад в оптимизацию и коррекцию изначально выбранного ею стиля воспитания.

Далее идёт групповая работа, которая состоит из трёх блоков. Первый блок включает в себя различные упражнения, направленные прежде всего проработку отношений с матерью, а также на работу со структурами личности. Содержимое второго блока программы ставит своей целью укрепление родительской позиции, актуализацию ресурсов, а также снижение тревожности. Третий блок включает в себя информационно-просветительские мини-лекции по вопросам воспитания ребенка дошкольного возраста с практическими упражнениями на закрепление полученной информации.

Таким образом, программу предваряют две-три индивидуальные консультации, затем один раз в неделю идут групповые занятия (до 8 человек в группе), состоящие из трёх блоков, длительностью 60-90 минут, всего планируется 15 групповых встреч. И завершающим этапом служит заключительная индивидуальная консультация в рамках данной программы по итогам её работы, направленная на рефлекссию (по запросу). Форма работы смешанная (индивидуальная и групповая).

При составлении программы использовались, в том числе, материалы следующих авторов: Э. Берн, Г. Ньюфелд, Ю. Б. Гиппенрейтер, Е.Ю. Погудина, Ю.А. Варлакова и др. [6; 16; 22; 30; 75;].

### **Программа групповых занятий «Счастливое материнство» (подробное содержание представлено в приложении Ж)**

#### **День 1**

*Вступительная часть. 1 блок. Внутренний ребенок и отношения с мамой, часть 1*

Приветствие. Знакомство. Обсуждение правил группы, краткий экскурс в содержание предстоящей программы.

1. В преддверии тренинга два вопроса к участницам:
  - Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве дочери своей матери? (10-балльная шкала)
  - Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве матери своего ребенка? (10-балльная шкала)

Зафиксировать ответы.

2. Упражнение «Почему и для чего?»
  3. Упражнение «Ребёнок в нас»
  4. Упражнение «Фотоальбом»
  5. Упражнение на релаксацию «Дыхание цветов»
- Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия  
Д/З: принести свою детское фотографиию

## **День 2**

### *1 блок. Внутренний ребенок и отношения с мамой, часть 2*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Обсуждение д/з (3 вопроса к участнице по детской фотографии: почему вы выбрали именно эту фотографию? Что осталось в вас от ребенка, которым вы когда-то были (3 характеристики)? А что изменилось (3 характеристики)?

2. Упражнение «Активная Анна, Бодрая Берта»
3. Составление генограммы женского рода в семье
4. Упражнение «Вспоминая детство...»
5. Упражнение на релаксацию «Сердечное дыхание»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: написать письмо внутреннему ребенку (согласно предложенной схеме)

## **День 3**

### *1 блок. Внутренний ребенок и отношения с мамой, часть 3*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Обсуждение д/з (Получилось ли написать письмо внутреннему ребёнку? Какие были сложности при написании; какие ощущения, эмоции, чувства в самом процессе, какие после?)

2. Упражнение «Выражаем эмоции, двигаясь...»

3. Упражнение «Прошлое, настоящее, будущее»

4. Упражнение «Аплодисменты»

5. Упражнение на релаксацию «Подарок себе»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: написать письмо маме (согласно предложенной схеме)

#### **День 4**

*1 блок. Три внутренние составляющие: ребёнок, родитель, взрослый.*

*Переход от работы с внутренним ребёнком к работе с внутренним родителем*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Психогимнастическое упражнение «В детстве я была..., в детстве я мечтала...»

2. Социодрама «Детский сад»

3. Обсуждение домашнего задания. Какие чувства, эмоции вы испытали при написании письма? Что получилось, а что нет? В чем была сложность, какие ощущения после написания письма?

4. Информационная часть. Знакомство участников группы с тремя эго-состояниями: Родитель, Взрослый, Ребенок и описание их основных функций и проявлений.

5. Упражнение «Разговор с внутренним критиком»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: написать письмо внутреннему критику (согласно предложенной схеме)

## **День 5**

### *1 блок. Работа с внутренним родителем (продолжение)*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Психогимнастическое упражнение «Что нового?»
2. Обсуждение домашнего задания. Какие чувства, эмоции вы испытали при написании письма? Что получилось, а что нет? В чем была сложность, какие ощущения после написания письма?

3. Упражнение «Материнские послания»

4. Психогимнастическое упражнение «Баржа»

5. Упражнение «Материнская мантия»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: начать делать коллаж из вырезок из журналов, рисунков (поделить ватман на 3 части): 1 часть – внутренний ребенок, 2 часть - внутренний родитель и пока оставить место для внутреннего взрослого (можно принести с собой на занятие)

## **День 6**

### *1 блок. Работа с внутренним взрослым*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Упражнение «Сказка о себе»

2. Обсуждение д/з: сложности, ощущения, чувства, эмоции...

3. Упражнение «Активизация внутреннего взрослого»

4. Упражнение «Внутренний помощник»

5. Психогимнастическое упражнение «Зато ты...»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: доделать ту часть коллажа, где «внутренний взрослый» и принести на следующее занятие



## **День 7**

*2 блок. Укрепление родительской позиции, актуализация ресурсов, снижение тревожности (практикум)*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Обсуждение д/з. Обратная связь  
2. Формулирование своего жизненного девиза в родительстве на данный момент каждым участником. Зафиксировать девизы.

3. Упражнение «Моя сильная сторона»
4. Упражнение-медитация «Сад моей души»
5. Психогимнастическое упражнение «Молекулы»
6. Упражнение «Мечты»
7. Упражнение «Я хороший родитель»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: «девизы» (в родительстве) – подумать над тем, хочется ли переформулировать их, может быть обогатить, додумать или вовсе пересмотреть свой девиз в материнстве... поразмышлять над этим и если потребуется, то переписать к следующему занятию.

## **День 8**

*3 блок. Информационно-просветительский по вопросам воспитания ребенка дошкольного возраста. Стили воспитания. Мотивация на оптимизацию взаимоотношений с ребёнком. Практикум*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Обсуждение д/з. Обратная связь
2. Психогимнастическое упражнение «Праздник хвастунов»
3. Мини-лекция «Стили семейного воспитания»
4. Упражнение «Идеальный родитель»
5. Упражнение «Попади в круг»
6. Упражнение «Образ цели».

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

## День 9

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребёнка дошкольного возраста. Активное слушание и «я-сообщения». Что нам мешает слушать ребенка? Практикум.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Психогимнастическое упражнение «Восковая палочка»
2. Мини-лекция «Активное слушание и «я-сообщения»
3. Упражнение «Чувства ребёнка»
4. Упражнение «Ёжик»
5. Мини-лекция «Что нам мешает слушать ребенка»
6. Упражнение «Перестройка»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

## День 10

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Особенности дошкольного возраста. Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка. Практикум*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Психогимнастическое упражнение «Какой ты родитель?»
2. Мини-лекция «Особенности дошкольного возраста»
3. Упражнение «Погружение»
4. Психогимнастическое упражнение «Подарок»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: заполнить таблицу, где есть два столбца – что меня радует в моем ребенке, что меня огорчает в моем ребенке

## День 11

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Дисциплина без нарушения отношений. Практикум.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Обсуждение домашнего задания в форме обмена мнениями, впечатлениями, чувствами, которые вызвало выполнение домашнего задания «Что меня радует и что огорчает в моем ребенке».
  2. Психогимнастическое упражнение «Пожелание группе»
  3. Мини-лекция «Дисциплина без нарушения отношений» с учетом результатов опросника «АСВ» Э.Г. Эйдемиллера и рисунков матерей «Я и мой ребенок» Г.Г. Филипповой
  4. Упражнение «Наказание»
  5. Упражнение «Дисциплина»
  6. Психогимнастическое упражнение «Тренинг в рисунках»
- Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

## День 12

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Привязанность. Уровни привязанности. Способы укрепления отношений на каждом уровне привязанности. Практикум.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Упражнение «Подари улыбку»
2. Мини-лекция о привязанности, уровнях привязанности и способах укрепления взаимоотношений с ребенком на этих уровнях (раздать мини-конспект про уровни привязанности)
3. Упражнение «Чего хотят дети?»
4. Упражнение «Поиграй со мной!»
5. Психогимнастическое упражнение «Передай чувство»

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: попробовать определить ведущий уровень привязанности своего ребенка на данный момент, понаблюдать за ним, что больше всего ему отзывается, «напитывает»- какого рода проявление любви.

### **День 13**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Поведение матери в инциденте. Что делать если сама сорвалась? Практикум.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. Обсуждение д/з, обратная связь
2. Упражнение «Дерево»
3. Мини-лекция «Как вести себя в инциденте. Что делать если сама сорвалась?»
4. Упражнение «Ролевая игра конфликтная ситуация»
5. Упражнение «Внимание конфликт»
6. Упражнение на проигрывание состояния после срыва

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: опробовать знания на практике, если предоставится случай: поведение в конфликте и поведение после срыва. Поделиться своими впечатлениями и эмоциями на следующем занятии

### **День 14**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. А как же я? Работа с собственными чувствами. Забота о себе. Самопомощь. Поиск поддержки. Практикум.*

Приветствие, психологический настрой на занятие, обсуждение д/з, обратная связь

1. Упражнение «Телесный контакт»

2. Мини-лекция «Забота о себе» (в том числе о профилактике срывов)
3. Упражнение «О ком я забочусь»
4. Упражнение «Мозговой штурм» (заботясь о себе, мы заботимся о семье...)
5. Упражнение «Лавина»
6. Упражнение «Рисуем чувства, связанные о сложной ситуацией...»  
Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: 1) Спрашивать себя в течение дня - а что я хочу сейчас? Фиксировать ответы. 2) Как можно чаще пробовать находить то, что доступно из желаний. 3) Сделать что-то очень желаемое, но давно откладываемое в дальний ящик.

## **День15**

*3 блок. Итоговое занятие.*

Приветствие, психологический настрой на занятие, обсуждение д/з, обратная связь

1. Рисование рисунков «Я и моя мама» и «Я и мой ребенок». Какие чувства вызвало рисование? Что было трудным? И участнице предоставляется самостоятельно оценить разницу в своих ощущениях при рисовании прошлого рисунка и сейчас.

2. В завершении тренинга два вопроса к участницам:

- Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве дочери своей матери?  
(10-балльная шкала)

- Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве матери своего ребенка?  
(10-балльная шкала)

3. Психогимнастическая разминка "Ответы не попад"

4. Упражнение «Ролевое проигрывание актуальных ситуаций»  
(распределение ролей самими родителями)

5. Упражнение «Скажи все, что ты думаешь»

6. Заключительное упражнение «Благодарности»

Подведение итогов работы группы, ответы на вопросы, рефлексия

## Выводы по главе 2

На основании проведенного эмпирического исследования установлено:

1. Детский опыт привязанности испытуемых, исследуемый с помощью модифицированного опросника для определения типа привязанности к матери (М.В. Яремчук) и рисунка «Я и моя мама» Г.Г. Филипповой, нашел своё выражение в трех типах привязанности в следующем соотношении: тревожно-амбивалентный тип (характеризующийся противоречивостью и неустойчивостью в отношениях с матерью) у 45%, избегающий (характеризующийся дистанцией во взаимоотношениях и невыраженной эмоциональностью) у 35 % и надежный тип привязанности (единственно гармоничный, характеризующийся теплыми и близкими отношениями с матерью) реализовал 20% от общего числа выборки. Таким образом у 80% испытуемых присутствует дисгармоничный детский опыт привязанности.

2. Результаты исследования стилевых особенностей воспитания ребенка дошкольного возраста с помощью опросника «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкиса) показали следующие результаты:

- у женщин с тревожно-амбивалентным типом привязанности к матери выявились повышенные значения по таким шкалам, как недостаточное количество запретов (0,55 балла); минимальность санкций (0,36 баллов); недостаточность требований (0,23 балла); воспитательная неуверенность (0,23 балла). Также отмечают незначительно повышенные уровни следующих шкал: протекция (гиперпротекция) (0,09 балла), расширение сферы родительских чувств (0,09 балла); проекция на ребенка собственных нежелательных качеств (0,05 балла); предпочтение женских качеств (0,1 балла).

- у женщин с избегающим типом привязанности к матери выразились в повышенных показателях по 12 шкалам (представляющим собой

патологизирующие стилевые особенности воспитания), но наиболее значимое повышение уровня значений наблюдается по таким шкалам, как минимальностью санкций (0,59 балла); недостаточное количество требований (0,35 балла); недостаточное количество запретов (0,29 баллов); предпочтение женских качеств в ребенке (0, 29 балла).

- у испытуемых с надежным типом привязанности были выявлены только три шкалы стилевых особенностей с минимальными средними значениями. Это недостаточность требований и недостаточность запретов - всего по 0,1 балла, минимальность санкций составила 0,2 балла.

3. Обобщенные результаты рисуночного теста «Я и мой ребенок» Г.Г. Филипповой, представляющие более развернутую информацию о характере взаимоотношений в диаде «мать – ребенок», распределились следующим образом: симптомы тревоги были выявлены у 57% испытуемых, симптомы избегания у 25%, благоприятная ситуация у 18%. Полученные данные были учтены при разработке программы оптимизации стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста.

4. Корреляционный анализ показал наличие ряда взаимосвязей между типами привязанности женщины к матери и стилевыми особенностями воспитания ребенка дошкольного возраста:

- *сильная положительная связь* надежного типа привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста без деструктивных особенностей ( $r = 0,991, p < 0,05$ )

- *сильная положительная связь* тревожно-амбивалентного типа привязанности женщины к матери и стилевой особенности воспитания «недостаточность запретов» ( $r = 0,917, p < 0,05$ )

- *средняя положительная связь* тревожно-амбивалентного типа привязанности женщины к матери и стилевой особенности воспитания «минимальность санкций» ( $r = 0,738, p < 0,05$ )



- *средняя положительная связь* избегающего типа привязанности женщины к матери и стилевой особенности воспитания «минимальность санкций» ( $r = 0,834, p < 0,05$ ).

5. В соответствии с результатами исследования была разработана программа «Счастливое материнство», основной целью которой служит оптимизация стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с учетом детского опыта привязанности женщины к матери.

Программу предваряют две-три индивидуальные консультации, затем следуют 15 групповых встреч (состоящие из трёх блоков). Первый блок включает в себя различные упражнения, направленные прежде всего на проработку отношений с матерью, а также на работу со структурами личности. Содержимое второго блока программы ставит своей целью укрепление родительской позиции, актуализацию ресурсов, а также снижение тревожности. Третий блок включает в себя информационно-просветительские мини-лекции по вопросам воспитания ребенка дошкольного возраста с практическими упражнениями на закрепление полученной информации. Завершающим этапом служит заключительная индивидуальная консультация в рамках данной программы по итогам её работы, направленная на рефлекссию (по запросу).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Детский опыт привязанности к матери является важным фактором в психологии развития, обращение к которому имеет большое значение для понимания влияния данного опыта на психическое и физическое здоровье в целом, а также на формирование личности и ее жизненного пути за пределами детства.

Опыт взаимодействия дочери с матерью, полученный в детском возрасте – это источник ее эмоционального благополучия, компетентности и личностного развития. Начиная с раннего возраста у дочери уже формируется определенный тип эмоциональной привязанности к матери, сохраняющий определенную устойчивость с течением времени и оказывающий влияние не только на отношение дочери к самой себе и к окружающим людям, но и впоследствии к собственным детям. Известно, что позитивное отношение к матери дает возможность принять ее образ, а также становится фактором становления материнской идентичности и способствует обретению уверенности в успешности освоения материнской роли. Тогда как небезопасность в отношениях привязанности с матерью, отношения, отягощенные конфликтами, напротив, могут стать значимым препятствием как для личностного становления, так и для формирования гармонии в детско-родительских взаимоотношениях, где уже выросшая дочь становится матерью и проживает индивидуальный опыт материнства в отношениях с собственным ребенком.

В свою очередь следует сказать, что именно дошкольный возраст ребенка является ключевым в становлении эмоционального развития и формировании структуры семейных отношений, преимущественно во взаимоотношениях с матерью, а также приносит ребенку абсолютно новые и значимые с точки зрения развития достижения. В данный период интенсивно развивается и самосознание, особенности которого также зависят от ранних отношений с матерью, показывающих, что из отношений привязанности, а

также из выбранного матерью стиля воспитания развиваются впоследствии модели восприятия себя, других и мира.

Несомненно, проблема выбора стратегии воспитания и сложившегося характера взаимоотношений с ребенком, обнаруживает в себе различные факторы с разной степенью влияния (такие, как образование и культурный уровень, традиции, социальный статус, физическое здоровье и т.д.) и является достаточно многогранной и сложной. Но, тем не менее, можно утверждать, что детский опыт взаимоотношений с родителями (а первые годы жизни, «до начала активной фазы социализации» человек взаимодействует практически только со своей семьей, главным образом, с матерью), в центре которого стоит привязанность – витальная потребность в близости со значимым взрослым, оказывает неизгладимое впечатление на всю жизнь человека, особенно ярко проявляясь далеко за пределами детства, а именно на пороге уже собственного родительства.

Таким образом, интерес данной работы и заключался в выявлении взаимосвязи детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с последующей разработкой программы оптимизации стиля воспитания ребенка дошкольного возраста с учетом детского опыта привязанности матери.

В результате проведенного эмпирического исследования были получены следующие результаты взаимосвязи типа привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста.

Женщины с надежным типом привязанности к своей матери чувствуют себя более уверенно и спокойно в своей материнской роли. Они также готовы устанавливать четкие границы и правила в конструктивной форме. Их отличает эмоциональная открытость, внимательность, чуткость, и склонность к более теплому и гармоничному стилю воспитания.

Женщины с тревожно-амбивалентным типом привязанности к матери испытывают повышенную тревожность, неуверенность в отношении эмоциональных взаимодействий, включая установление каких-либо санкций

для своего ребёнка. Испытывают сложности с применением конкретных ограничений, запретов и с установлением четких границ в отношении поведения своих детей.

Женщины с избегающим типом привязанности к матери имеют тенденцию к избеганию близких отношений, поддержанию дистанции и ограничению проявления эмоций. Ввиду того, что они испытывают трудности в установлении эмоциональной связи с ребенком, это может приводить к отсутствию чувства ответственности за поведение ребенка и неэффективным способам управления поведением.

В целом, подавляющее большинство испытуемых, согласно проведенному исследованию, имеют ненадежные типы привязанности к матери в детстве (избегающий и тревожно-амбивалентный).

Таким образом, учитывая результаты исследования, была разработана программа оптимизации стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста с учётом детского опыта привязанности женщины к матери «Счастливое материнство», которая состоит из трёх блоков. Первый блок включает в себя различные упражнения, направленные прежде всего на проработку отношений с матерью, а также на работу со структурами личности. Содержимое второго блока программы ставит своей целью укрепление родительской позиции, актуализацию ресурсов, а также снижение тревожности. Третий блок включает в себя информационно-просветительские мини-лекции по вопросам воспитания ребенка дошкольного возраста с практическими упражнениями на закрепление полученной информации.

Различные исследования подтверждают, что произошедшее с людьми в целом несет в себе меньшую значимость, чем непосредственный анализ события. А проработка детских эмоциональных травм – это и есть эмоциональный и психологический процесс принятия реальности, пусть и болезненной. Ученые определили, что именно те родители, которые смогли построить надежную привязанность со своими детьми, с большим желанием вспоминали свои детские годы и рассказывали о них. Невзирая на то, что

многие из этих родителей имели непростое детство, их отношения с собственными детьми смогли быть надежными и безопасными, благодаря тому что они проанализировали и интегрировали свой детский опыт привязанности, и смогли принять, как позитивные, так и негативные стороны своего прошлого.

Таким образом, программа «Счастливое материнство» может помочь реализовать эту задачу - переосмыслить и переработать опыт взаимоотношений с матерью, полученный в детстве; актуализировать ресурсы личности, укрепить родительскую уверенность, получить важную и полезную информацию о воспитании ребенка дошкольного возраста, в том числе осознать свой собственный стиль воспитания и выявить, какие аспекты выбранного подхода могли быть связаны с личным детским опытом.

В целом, программа «Счастливое материнство» нацелена на помощь в создании более здоровых и теплых отношений с ребенком, основанных на взаимном уважении, принятии, эмоциональной поддержке и понимании, что отвечает актуальной задаче современности - в сохранении и укреплении психологического здоровья и благополучия подрастающего поколения.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдеева Н.Н., Кочетова Ю.А. Влияние стиля детско – родительских отношений на возникновение страхов у детей // Психологическая наука и образование. 2008. №4. С. 35 – 47.
2. Авдеева Н.Н. Особенности материнского отношения и привязанность ребенка к матери // Психологическая наука и образование. 2006. № 2. С. 82-92.
3. Авдеева Н.Н. Привязанность ребенка к матери и образ себя в раннем детстве // Вопросы психологии. 1997. №4. С. 3-12.
4. Авдеева Н. Н., Хаймовская Н. А. Развитие образа себя и привязанностей у детей от рождения до трех лет в семье и доме ребенка. М.: Смысл, 2003. 152 с.
5. Авдеева Н.Н. Теория привязанности: современные исследования и перспективы [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2017. Т. 6. № 2. С. 7—14.
6. Авидон И., Гончукова О. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг. М.: Речь, 2010. 256 с.
7. Агибалова Н. И., Онуфриева В. В. Взаимосвязь стилей семейного воспитания и волевых качеств подростков // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2014. № 37. С. 7-11.
8. Адлер А. Воспитание детей. Взаимодействие полов. Ростов н/Д: Феникс, 2008. 448 с.
9. Алимова А. А., Меджитова Э.С. Особенности эмоциональной сферы дошкольников с различным типом привязанности к матери // Ученые записки крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. 2017. № 4(10). С. 106-109.
10. Алмазова О.В. Привязанность к матери как фактор взаимоотношений взрослых сиблингов: дис. канд. психол. наук. М., 2015. 265 с.

11. Алмазова О.В. Эмоциональные связи сиблингов и привязанность к матери во взрослом возрасте // Национальный психологический журнал. 2013. № 3. С. 96-102.
12. Барановская Т. И. Развитие базовых качеств матери и психическое развитие младенца в возрасте 3–4 и 7–8 месяцев (Лонгитюдное исследование): дис. канд. психол. наук. Иваново, 2002. 324 с.
13. Барышнева С.В. Взаимосвязь представлений о детском опыте и характеристик партнерских отношений у молодых взрослых: дис. магистр. психол. наук. СПб., 2016. 88 с.
14. Белл К. Мать и дочь — трудное равновесие // Консультативная психология и психотерапия. 1998. № 1. С. 12—28.
15. Беляева Н. И. Влияние стиля семейного воспитания на формирование личности ребенка // In Situ. 2016. № 4. С. 95-99.
16. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М.: Бомбора, 2022. 608 с.
17. Борисова А. Е. Взаимосвязь привязанности женщины к матери и ее отношения к своему ребенку: автореф. дис. канд. психол. наук. М., 2011. 24 с.
18. Боулби Дж. Привязанность / пер. с англ.: Н. Григорьева, Г. Бурменская. М.: Изд.: Гардарики, 2003. 480 с.
19. Бриш К.Х. Терапия нарушений привязанности: от теории к практике. М.: Когито-Центр, 2014. 319 с.
20. Бурменская Г. В. Привязанность ребенка к матери как основание типологии развития // Вестник Московского Университета. Серия 14. Психология. 2009. № 4. с.17-31.
21. Валикина Ю.Р., Коротаева А.В., Черепанова В.Н. Стили воспитания ребенка в семье // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 2-2.
22. Варлакова Ю.А. Конфликты на детской площадке. СПб.: Питер, 2022. 224 с.

23. Васягина Н. Н. Субъектное становление матери в современном социокультурном пространстве России: автореф. дис. д-ра психол. наук. Екатеринбург, 2011. 46 с.
24. Венгер А.Л., Морозова Е.И. Клиническая психология развития: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. М.: Издательство Юрайт, 2019. 312с.
25. Винникот Д.В. Маленькие дети и их матери. М.: Класс, 2011. 80 с.
26. Волкова Е.Е., Капустина Т.В., Черемискина И.И. Развитие модели привязанности в контексте различных теоретических подходов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 1А. С. 45-53.
27. Воронова В.В. Исследование произвольности в дошкольном возрасте: выпускная квалификационная работа. Екатеринбург, 2018. 115 с.
28. Выготский Л.С. Психология развития ребёнка. М.: Эксмо, 2006. 512 с.
29. Гибсон Л. Взрослые дети эмоционально незрелых родителей. Н. Новгород: Издательство Елены Терещенковой, 2018. 273с.
30. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? М.: АСТ, 2022. 304 с.
31. Гончарова В. С. Теоретический анализ феномена привязанности в зарубежной психологии // VII Международная научно-практическая конференция "Наука и Просвещение". Пенза, 2021. С. 155-159.
32. Гребенникова Н.В., Гурова Е.В., Захарова Е.И. Психология семьи: учебник для студ. учреждений высш. проф. Образования. М.: Издательский центр Академия, 2014. 240 с.
33. Грибанов Д.А. Особенности материнского отношения к сыновьям и дочерям раннего и дошкольного возраста: выпускная квалификационная работа. Псков, 2018. 75 с.
34. Дивицына Н.Ф. Семейведение. М.: Изд-во Владос, 2006. 325с.



35. Егорова В. Н. Детско-родительские отношения в материнской семье // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2018. Т. 9. № 10. С. 37-53.
36. Жихарева Л.В. Теория привязанности, теоретические и практические аспекты // Перспективы науки и образования. 2013. №4. С. 144-154.
37. Захарова Е. И. Отношения дочери с матерью как фактор освоения ею собственного материнства // Мир психологии. 2018. № 1(93). С. 134-143.
38. Иванова И.С. Детский жизненный опыт, тип привязанности и самоотношение у женщин, имеющих детей младшего подросткового возраста // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2015. №6 (159). С. 63-66.
39. Иванова Н.А., Андреева Л.Д. Гендерное исследование волевых качеств у детей старшего дошкольного возраста // Международный студенческий научный вестник. 2016. № 5-3.
40. Исакова Т. В. Влияние типа привязанности на формирование личности и особенности построения межличностных отношений взрослого человека // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. 2020. № 10. С. 39-44.
41. Исенина Е. И. О некоторых понятиях онтогенеза базовых качеств матери // Журнал практического психолога. 2003. № 4–5. С. 49–63.
42. Искольдский Н.В. Исследование привязанности ребёнка к матери (в зарубежной психологии) // Вопросы психологии. 1985. №6. С. 146-151.
43. Казанцева Т.В. Социально-психологические детерминанты межличностной привязанности: автореф. дис. канд. психол. наук. СПб., 2011. 19 с.
44. Капланская И. Л. Влияние внутрисемейных отношений на течение тревожно-фобического расстройства у детей 7-10 лет // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2011. № 1. С. 84–95.

45. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие. М.: Гардарики, 2005. 320 с.
46. Катушонок Д.В., Волкова О.В. Исследование влияния детского опыта привязанности женщины к матери на стиль воспитания ребенка дошкольного возраста // Современное психолого-педагогическое образование: материалы VIII Всероссийских психолого-педагогических чтений памяти Л.В. Яблоковой (Яблоковские чтения) (г. Красноярск, 28-29 октября 2022 г.) Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2022. С. 181 – 185.
47. Катушонок Д.В. Теоретические аспекты влияния детского опыта привязанности матери на стиль воспитания // Феномены и тенденции развития современной психологии, педагогики: психологическая и методическая поддержка субъектов образования в современных реалиях: материалы научно-практической конференции школьников, студентов, молодых учёных (г. Красноярск, 20 апреля 2022г.). Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2022. С. 97-98.
48. Кляйн М. Детский психоанализ. СПб.: Питер, 2020. 368 с.
49. Колпакова М. Ю. Особенности психологической работы с матерями-«отказницами» // Моск. психотерапевт. журн. 1999. № 1. С. 127—154.
50. Кон И.С. Социология личности. М.: Политиздат, 1967. 383 с.
51. Кононыхина А. С. Взаимосвязь типа базовой привязанности и стиля управленческой деятельности руководителя // совершенствование методологии познания в целях развития науки: сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции. Челябинск, 2018. Т. 2. С. 115-119.
52. Копыл О. А., Баженова О.В., Баз Л.Л. Готовность к материнству: выделение факторов, условий психологического риска для будущего развития ребенка // Синапс. 1993. № 4. С. 35—42.

53. Красникова Т. С., Семёнова Е.М. Влияние типов семейного воспитания на эмоциональную сферу личности младшего школьника // Психологическое благополучие современной семьи: материалы межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. 2016. С. 63–65.
54. Кузнецова Н. И. Клинико-психологические особенности детей с нейрогенной дисфункцией мочевого пузыря: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. мед. Наук. М., 2007. 18 с.
55. Куликов Л.В. Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб.: Питер, 2009. 464с.
56. Куфтяк Е.В. Диагностика привязанности: методика "Рисунок гнезда": Методическое руководство. М.: Издательство Перо, 2021. 60 с.
57. Куфтяк Е.В., Слюсарев А.С., Козлов М.Ю., Иваницкая Е.Д. Небезопасная привязанность и депрессия у взрослых // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 5. С. 17-23.
58. Лапшина Е.А., Дуда И.В. Характеристика стилей семейного воспитания // Психология и образование: электрон. научн. журн. 2017. № 9(39).
59. Леонтьев А.Н., Запорожец А.В. Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста. М.: Международный Образовательный и Психологический Колледж, 1995. 144с.
60. Леус Т. В. Материнство: опыт трех поколений. М.: ИП РАН, 2000. 289 с.
61. Либин А.В. Дифференциальная психология: на пересечении европейских, российских и американских традиций. М.: Изд-во Эксмо, 2006. 544с.
62. Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи: учеб. пособие-практикум для студ. фак. психологии высш. учеб. заведений. 2-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2007. 432с.

63. Лохов М. И., Фесенко Ю.А., Рубин М.Ю. Плохой хороший ребенок: проблемы развития, нарушения поведения, внимания, письма и речи СПб.: ЭЛБИ-СПб, 2008. 320 с.
64. Макнамара Д. Покой. Игра. Развитие. М.: Ресурс, 2022. 312 с.
65. Малькова И. Н., Жедунова Л.Г. Трансляция семейного опыта как фактор формирования материнского отношения // Ярослав. пед. вестн. 2011. Т. 2. № 3. С. 223—227.
66. Матушевская М.В. Теория привязанности: история и современное состояние исследований // Перинатальная психология и психология родительства. 2005. №2. С. 40-79.
67. Мухамедрахимов Р. Ж. Мать и младенец: психологическое взаимодействие. СПб.: Изд-во С.Петербур. ун-та. 2001. 288 с.
68. Нубер У. Эффект привязанности. СПб.: Портал, 2021. 288 с.
69. Ньюфелд Г. Ключи к благополучию детей и подростков. М.: Ресурс, 2019. 32 с.
70. Овчарова Р. В. Психология родительства. М.: Издательский центр «Академия», 2005. 368 с.
71. Онищенко В.А. Стили семейного воспитания в семьях военнослужащих с разными уровнями удовлетворенности браком // материалы IV международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». 2013. 33с.
72. Пайнз Д. Бессознательное использование своего тела женщиной: психоаналитический подход / пер. с англ. СПб.: ВЕИП и Б.С.К., 1997. 195 с.
73. Петрова А. А. Материнские представления об индивидуально-психологических особенностях ребенка как фактор детско-родительского эмоционального взаимодействия: дис. канд. психол. наук. М., 2008. 225 с.
74. Поветьева М. Н. Связь типа родительского отношения с личностными качествами родителя и ребенка: дис. канд. психол. наук. М., 2003. 236 с.

75. Погудина Е.Ю. Исцеление внутреннего ребёнка. М.: АСТ, 2021. 288 с.
76. Полянская Т. В. Влияние стилей семейного воспитания на самооценку детей младшего школьного возраста // Мир детства в современном образовательном пространстве: Сборник статей студентов, магистрантов и молодых ученых / под ред. И.А. Шараповой. Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова. 2011. Т. 1 Вып. 3. С. 212-214.
77. Пупырева Е.В. Эмоциональная привязанность к матери как фактор становления автономии личности в младшем школьном возрасте: автореф. дис. канд. психол. наук. М., 2007. 25 с.
78. Радева Р.Е., Смирнова Е.О. Развитие теории привязанности (по материалам работ П. Криттенден) // Вопр. Психол. 1999г. № 1
79. Радостева А. Г. Влияние семейных отношений на родительские установки // Фундаментальные исследования. 2013. № 8-5. С. 1238-1242.
80. Рассказова И. Н., Козлова Н.А. Особенности привязанности старших дошкольников к матери // Детство, открытое миру: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (г. Омск, 26–27 февраля 2019 года). Омск: государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Омский государственный педагогический университет", 2019. С. 164-168.
81. Ратнер Ф. Л. Историогенез детско-родительских отношений и теория привязанности // Образование и саморазвитие. 2008. № 3(9). С. 238-243.
82. Салмина Н.Г., Филимонова О.Г. Психологическая диагностика развития младшего школьника. М.: МГППУ, 2006. 210 с.
83. Сатир В. Вы и ваша семья. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2018. 288 с.
84. Смирнова Е.О., Быкова М.В. Опыт исследования структуры и динамика родительского отношения // Вопросы психологии. 2000. № 3. С. 15.

85. Смирнова Е. О. Теория привязанности: концепция и эксперимент // Вопр. психологии. 1995. № 3. С. 139–150.
86. Токарева Е.Н., Рычкова Л.С. Детско-родительские отношения как фактор развития общения детей раннего возраста // Вестник ЮУрГУ. 2011. № 18 (13). С. 89 – 93.
87. Трафимчик Ж. И. Основы психологии и педагогики: учеб.-метод. пособие для студентов 2 курса всех фак-тов медвузов. Гомель: ГомГМУ, 2014. 168 с.
88. Тюменцева О. А. Особенности стиля воспитания у матерей детей, страдающих энурезом // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. 2019. № 1. С. 119-130.
89. Филиппова Г.Г. Психология материнства и ранний онтогенез: учебное пособие. М.: Жизнь и мысль, 1999. 192с.
90. Филиппова Г.Г. Психология материнства (сравнительно-психологический анализ): дис. докт. психол. наук. М., 2000. 453с.
91. Филиппова Г. Г. Психология материнства. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. 240 с.
92. Фрейд А. Психология я и защитные механизмы. Детский психоанализ. СПб.: Питер, 2022. 160 с.
93. Цветкова О.А., Волкова О.В. К вопросу о базовых потребностях в психологии здоровья // Психолог. 2021. № 3. С. 34 - 45.
94. Чемурзиева М. М., Погорова Р.И. Эмоциональная привязанность ребенка к матери // Chronos. 2019. № 2(29). С. 30-32.
95. Шеффер Д. Дети и подростки. СПб.: Питер, 2003. 976 с.
96. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В. Психология и психотерапия семьи. 4-е изд. СПб.: Питер, 2008. 672с.
97. Эльконин Д.Б. Детская психология: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования. М.: издательский центр Академия, 2011. 384 с.
98. Эриксон Э.Г. Детство и общество. СПб.: Питер, 2019. 448 с.

99. Ainsworth M.D., Blehar M., Waters E., & Wall S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation // Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum. 1978. 167 p.
100. Bartholomew K., Horowitz L.M. Attachment styles among young adults: A test of a four-category model // Journal of Personality and Social Psychology. 1991. V. 61 (2). P. 226–244
101. Bretherton I. Attachment theory: Retrospect and prospect // Bretherton I., Waters (eds.) Growing points of attachment theory and research. Monographs of the Society for Research in Child Development. 50 (1—2 Serial N. 209). N. Y., 1991.
102. Feeney J. Adult romantic attachment: developments in the study of couple relationships // Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications / Eds. J. Cassidy, P.R. Shaver. New York: Guilford, 2008. P. 456—482.
103. Fraley R.C. Attachment stability from infancy to adulthood: Metaanalysis and dynamic modeling of developmental mechanisms // Person. and Soc. Psychol. Rev. 2002. Vol. 6. P. 123—151
104. Mahler M. S., Pine F., Bergman A. The psychological birth of human infant. N. Y.: Basic, 1975. 320 p.
105. Main M., Kaplan N., Cassidy J. Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation // Monographs of the Society for Research in Child Development. 1985. Vol. 50. № 1/2. P. 66—104.
106. Mikulincer M., Hirschberger G., Nachmias O., Gillath O. The affective component of the secure base schema: Affective priming with representations of attachment security // J. of Person. and Soc. Psychol. 2002. Vol. 81. P. 305—321
107. Naglieri J.A., Goldstein S., Baumrind's. Parenting Styles // Encyclopedia of Child Behavior and Development. New York: Springer, 2011. P. 213-215.
108. Stern D. N. The interpersonal world of the infant. N. Y.: Basic, 1985. 344 p.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

Модифицированный опросник для определения типа привязанности к матери  
М.В.Яремчук

*Инструкция:* вспомните, какими были Ваши отношения с матерью, когда Вы были ребенком, а затем подростком. Выполняя задание, постарайтесь иметь в виду именно тот период, независимо от Ваших отношений в настоящее время. Выберите, пожалуйста, из каждой тройки высказываний одно, характеризующее Ваши прежние отношения с матерью, и поставьте галочку напротив нужного высказывания. Из каждой тройки можно выбрать только одно высказывание. При затруднениях с выбором отвечайте так, как было в большинстве случаев.

1. а) Моя мама редко показывала свою любовь ко мне.  
б) Что бы ни случилось, я всегда был(а) уверен(а), что мама любит меня.  
в) Иногда мне казалось, что моя мама меня не любит.
  
2. а) Моя мама поддерживала и одобряла мои собственные решения.  
б) Моя мама предоставляла мне самому(ой) принимать решения, не очень интересуясь ими.  
в) Моя мама то очень сильно контролировала мои решения, то почти не контролировала их; я часто не мог(ла) понять, почему.
  
3. а) В трудной ситуации, когда мне была необходима помощь, я часто злился(ась) из-за непредсказуемой реакции со стороны мамы.  
б) В трудной ситуации моя мама редко помогала мне, предоставляя разбираться самому(ой).  
в) В трудной ситуации я всегда мог(ла) рассчитывать на помощь со стороны мамы.



4. а) Моя мама ценила и уважала мои желания и интересы.
- б) Моя мама нередко критиковала и старалась скорректировать мои желания и интересы.
- в) Моя мама имела весьма малое представление о моих желаниях и интересах.
5. а) Моя мама могла с пониманием отнестись к моим мыслям и чувствам, а могла и раскритиковать за них.
- б) Моя мама с интересом и уважением относилась к моим чувствам и мыслям.
- в) Моя мама обычно не вникала в мои чувства и мысли достаточно глубоко.
6. а) Когда мне были необходимы понимание, помощь и поддержка, я предпочитал(а) не обременять мать своими проблемами.
- б) Я часто обращался(ась) к маме за пониманием, помощью и поддержкой.
- в) Когда мне были необходимы помощь и поддержка, я всегда раздумывал(а) и колебался(лась), обращаться ли к маме, отнесется ли она с пониманием.
7. а) Я не помню, сильно ли в детстве любил(а) свою маму.
- б) Я хорошо помню, как сильно в детстве любил(а) свою маму.
- в) Хотя я очень любил(а) свою маму, за некоторые вещи я подчас ее ненавидел(а).
8. а) Я не всегда был(а) уверен(а), что, обратившись за советом к маме, я получу желаемое, но каждый раз надеялся(ась) на это.
- б) Я редко советовался(ась) с мамой.
- в) Моя мама всегда с готовностью давала мне нужный совет, когда я ее об этом просил(а).
9. а) Моя мама почти не интересовалась тем, как я проводил(а) свое свободное время.

- б) Моя мама часто диктовала мне, что делать в свободное время.
- в) Моя мама предоставляла мне право самому(ой) распоряжаться моим свободным временем.

**10.** а) Я часто делился(ась) с мамой своими радостями и горестями.

б) Делясь с мамой своими переживаниями, я никогда не был(а) уверен(а), что получу тот отклик, на который рассчитывал(а).

в) Когда мы с мамой обсуждали происходящие события, я не делился(лась) своими чувствами по этому поводу.

**11.** а) Я бы назвал(а) свои отношения с мамой в то время противоречивыми, неустойчивыми.

б) Я бы назвал(а) свои отношения с мамой в то время прохладными.

в) Я бы назвал(а) свои отношения с мамой в то время теплыми, близкими.

Рисунок «Я и моя мама в детстве» (Г.Г. Филиппова)

*Цель методики:* рисуночный тест «Я и моя мама в детстве» используется для обнаружения конфликта и характера взаимоотношений с матерью в детстве.

*Обработка результатов:* все параметры оценки взяты из стандартных оценок соответствующих проективных методик в психодиагностике. По тесту учитывается наличие на рисунке матери и ребенка, содержание образа ребенка, наличие совместной деятельности матери с ребенком, психологическая дистанция, а также характеристика общего состояния (благополучное состояние, неуверенность в себе, тревожность, признаки конфликтности, избегания, относящиеся к теме рисунка) по формальным признакам рисунка, принятым в психодиагностике (качество линии, расположение на листе, детали рисунков и т.д.).

*Результаты рассматриваются со следующих позиций:*

- благоприятная ситуация;
- симптомы тревоги;
- симптомы избегания.

1. Благоприятная ситуация

*Формальные признаки:* хорошее качество линий; расположение рисунка в центральной части листа; размеры рисунка соответствуют принятым в психодиагностике (отражают нормальное состояние без признаков тревоги); при наличии развернутого сюжета (с дополнительными кроме фигур матери и себя в детстве деталями: обстановка комнаты, дом, деревья и пр.) рисунок занимает большую часть листа; отсутствие стираний, зачеркиваний, перерисовок, рисования на обратной стороне листа; отсутствие длительных

обсуждений (как и что рисовать) или отговорок (я не умею и т.д.), а также длительных пауз в процессе рисования; наличие положительных эмоций разной степени выраженности в процессе рисования.

*Содержательные признаки:* наличие на рисунке матери и себя в детстве; отсутствие замен образов на растения, животных, неживые объекты, символы; соразмерность фигур; отсутствие других людей; дополнительные предметы и детали одежды не составляют главную часть рисунка, их количество, степень прорисовки, размеры не довлеют над главными фигурами; наличие совместной деятельности; наличие телесного контакта; ребенок не спрятан (в кроватке, коляске, пеленках или животе матери) и не изолирован; хорошая прорисовка лица матери и ребенка; все фигуры нарисованы лицом к зрителю.

### 3. Симптомы тревоги

*Формальные признаки:* наличие признаков тревоги по качеству линий; недостаточно крупный или мелкий рисунок; расположение в нижней части листа или ближе к одному из углов; наличие линии основания; наличие штриховки.

*Содержательные признаки:* наличие на рисунке себя в детстве и мамы без замены образов; фигура ребёнка слишком большая или маленькая; наличие других персонажей, членов семьи; большое количество дополнительных предметов и объектов, их большие по сравнению с фигурами матери и ребенка размеры; тщательная прорисовка деталей одежды; фигура ребенка в коляске или другом подвижном объекте (на санках, в кресле-качалке, на игрушке-качалке и т.д.), при этом мать держит ребенка за руку или за деталь объекта, в котором расположен ребенок, фигура и лицо ребенка прорисованы; все фигуры лицом к зрителю или в профиль; совместная деятельность может отсутствовать.

### 3. Симптомы избегания

*Формальные признаки:* отказ от рисования; переворачивание, сгибание листа; наличие стираний, перерисовок, зачеркиваний; неадекватное использование размеров листа.

*Содержательные признаки:* отсутствие на рисунке себя и\или матери; замена образа ребенка и\или матери на растение, животное, символ; отсутствие совместной деятельности и контакта; ребенок спрятан (в пеленках, коляске, кроватке, животе матери); ребенок изолирован при помощи предметов, отделяющих его от матери или полностью изолирован без контакта с матерью (к кроватке, коляске, на коврик, на качелях и т.д.); большая пространственная дистанция между фигурами матери и ребенка; фигуры, нарисованные спиной; отсутствие у фигур лица, режее тела; большое количество дополнительных предметов, их большие по сравнению с фигурами матери и ребенка размеры, они покрывают практически весь лист.

## Опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ)

(Э.Г. Эйдемиллер и В.В.Юстицкис)

*Инструкция:* «Уважаемый родитель! Предлагаемый вам опросник содержит утверждения о воспитании детей. Утверждения пронумерованы. Такие же номера есть в «Бланке для ответов». Читайте по очереди утверждения опросника. Если вы в общем согласны с ними, то на «Бланке для ответов» обведите кружком номер утверждения. Если вы в общем не согласны – зачеркните этот же номер в бланке. Если очень трудно выбрать, то поставьте на номере вопросительный знак. Старайтесь, чтобы таких ответов было не больше пяти. В опроснике нет «неправильных» или «правильных» утверждений. Отвечайте так, как вы сами думаете. Этим вы поможете психологу в работе с вами».

Текст опросника АСВ (для родителей детей от 3-10 лет):

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).
2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) – пообщаться, поиграть.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которые не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей – в уходе за собой, поддержании порядка, чем большинство детей его возраста.
6. Моего ребенка очень трудно заставить что-нибудь сделать, чего он не любит.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильно ли поступают их родители.
8. Мой сын (дочь) легко нарушает запреты.

9. Если хочешь, чтобы твой(я) сын (дочь) стал(а) человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем люблю (любила) супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, то я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми, в общем-то, утомительное дело.
17. У моего сына (дочери) есть некоторые качества, которые выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой(я) муж (жена) не мешал бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой ребенок.
23. Если игрушка ребенку нравится, я куплю ее, сколько бы она не стоила.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).
27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) играть.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.

30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. Мы с ребенком понимаем друг друга лучше, чем мы с супругом.
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым.
34. Если ребенок упрямится, потому что плохо себя чувствует, лучше всего сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок растет слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть недостатки, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что, когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его (ее).
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз пришлось пропустить родительское собрание.
43. Стремлюсь к тому, чтобы мой ребенок был обеспечен лучше, чем другие дети.
44. Если побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне часто приходилось давать моему сыну (дочери) трудные для его (ее) возраста поручения.
46. Мой ребенок никогда не убирает за собой игрушки.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей – это слушаться.
48. Мой ребенок сам решает, сколько, чего и когда ему есть.
49. Чем строже родители к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я – мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он(а) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.



52. Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолюбливает моего мужа.
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже умеет понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось и приходится отказываться.
62. Родители, которые слишком много суеются вокруг своих детей, вызывают у меня раздражение.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей), хочется, а не то, что надо.
67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Если мой ребенок не спит, когда ему положено, я не настаиваю.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим детям.
70. От наказаний мало проку.
71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, – очень строги.

72. Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил никого, кроме меня.
73. Мне нравятся маленькие дети, поэтому не хотел(а) бы, чтобы он(а) слишком быстро выросл(а).
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходится ему (ей) многое позволять.
76. Воспитание детей – тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное, что на него действует – это постоянные строгие наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его делах, здоровье и т.д.
82. Так повелось, что о ребенке я вспоминаю, если он что-нибудь натворил или с ним что-нибудь случилось.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Стараюсь как можно раньше приучить ребенка помогать по дому.
86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители неправы, они должны делать так, как говорят родители.
88. В нашей семье так принято, что ребенок делает, что хочет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание – ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего ребенка пройдут сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы боремся за него (ее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.

92. Если бы мой сын не был бы моим сыном, а я была бы помоложе, то наверняка в него влюбилась бы.
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына (дочери) виноват(а) я сам(а), потому что не умел(а) его (ее) воспитывать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям сын (дочь) остался жить.
96. Нередко завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он(а) немедленно использует это во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что если я говорю сыну (дочери) одно, то муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) – для меня закон.
104. Мой сын очень любит спать со мной.
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради сына (дочери) я пошел бы на любую жертву.
108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.
109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему все прощаю.
110. Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.
112. Большинство детей – маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.

114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку «Нет».
116. Меня огорчает, что мой сын все менее нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства других детей.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.
119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего времени сын (дочь) проводит вне дома – в яслях, детском саду, у родственников.
121. У моего сына (дочери) вполне хватает времени на игры и развлечения.
122. Кроме моего сына мне больше никто на свете не нужен.
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко думаю, что я слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему времени, произошло только благодаря моей постоянной помощи.
126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).
127. Я не могу вспомнить, когда в последний раз отказал(а) своему ребенку в покупке какой-нибудь вещи (мороженое, конфеты, «пепси» и т.д.).
128. Мой сын говорил мне – вырасту, женюсь на тебе, мама.
129. Мой сын (дочь) часто болеет.
130. Семья не помогает, а осложняет мою жизнь.

Ответы фиксируются в бланке ответов (таблица 2).

## Бланк ответов по методике «АСВ» (Э.Г. Эйдемиллер и В.В. Юстицкис)

БЛАНК ОТВЕТОВ					ДЗ (*)	
1	21	41	61	81	Г+	
2	22	42	62	82	Г-	
3	23	43	63	83	У+	
4	24	44	64	84	У-	
5	25	45	65	85	Т+	
6	26	46	66	86	Т-	
7	27	47	67	87	З+	
8	28	48	68	88	З-	
9	29	49	69	89	С+	
10	30	50	70	90	С-	
11	31	51	71	91	Н	
12	32	52	72	92	РРЧ	
13	33	53	73	93	ПДК	
14	34	54	74	94	ВН	
15	35	55	75	95	ФУ	
16	36	56	76	96	НРЧ	
17	37	57	77	97	ПНК	
18	38	58	78	98	ВК	
19	39	59	79	99	ПЖК	
20	40	60	80	100	ПМК	
101	107	113	119	125	Г+	
102	108	114	120	126	Г-	
103	109	115	121	127	У+	
104	110	116	122	128	РРЧ	
105	111	117	123	129	ФУ	
106	112	118	124	130	НРЧ	

Обработка результатов теста осуществляется по следующей схеме. На бланке регистрации ответов номера этих ответов расположены так, что номера, относящиеся к одной шкале, находятся в одной строке, что обеспечивает оперативный подсчет баллов по каждой шкале. Сначала необходимо подсчитать число обведенных номеров затем определить диагностическое значение (ДЗ) для каждой шкалы. Если число баллов достигает или превышает ДЗ, то у испытуемой диагностируется тот или иной тип воспитания. Буквы за вертикальной чертой на бланке регистрации ответов— это сокращенные названия шкал (применяемые в данных методических рекомендациях). Например, ВН – это воспитательная неуверенность родителя, С- - недостаточность санкций и т.д. Подробное описание названия шкал и обработки результатов данных описаны в методических рекомендациях к опроснику АСВ Э.Г. Эйдемиллера и В.В. Юстицкиса.

Рисунок «Я и мой ребёнок» (Г.Г. Филиппова)

*Цель методики:* рисуночный тест «Я и мой ребёнок» выявляет особенности отношения женщины к материнству и к восприятию своего ребёнка, а также раскрывает представление о себе в роли матери.

*Обработка результатов:* все параметры оценки взяты из стандартных оценок соответствующих проективных методик в психодиагностике. По тесту учитывается наличие на рисунке матери и ребенка, содержание образа ребенка, наличие совместной деятельности матери с ребенком, психологическая дистанция, а также характеристика общего состояния (благополучное состояние, неуверенность в себе, тревожность, признаки конфликтности, избегания, относящиеся к теме рисунка) по формальным признакам рисунка, принятым в психодиагностике (качество линии, расположение на листе, детали рисунков и т.д.).

*Результаты рассматриваются со следующих позиций:*

- благоприятная ситуация;
- симптомы тревоги;
- симптомы избегания.

1. Благоприятная ситуация

*Формальные признаки:* хорошее качество линий; расположение рисунка в центральной части листа; размеры рисунка соответствуют принятым в психодиагностике (отражают нормальное состояние без признаков тревоги); при наличии развернутого сюжета (с дополнительными кроме фигур матери и ребёнка деталями: обстановка комнаты, дом, деревья и пр.) рисунок занимает большую часть листа; отсутствие стираний, зачеркиваний, перерисовок, рисования на обратной стороне листа; отсутствие длительных обсуждений

(как и что рисовать) или отговорок (я не умею и т.д.), а также длительных пауз в процессе рисования; наличие положительных эмоций разной степени выраженности в процессе рисования.

*Содержательные признаки:* наличие на рисунке матери и ребёнка; отсутствие замен образов на растения, животных, неживые объекты, символы; соразмерность фигур; отсутствие других людей; дополнительные предметы и детали одежды не составляют главную часть рисунка, их количество, степень прорисовки, размеры не довлеют над главными фигурами; наличие совместной деятельности; наличие телесного контакта; ребенок не спрятан (в кроватке, коляске, пеленках или животе матери) и не изолирован; хорошая прорисовка лица матери и ребенка; все фигуры нарисованы лицом к зрителю.

#### 4. Симптомы тревоги

*Формальные признаки:* наличие признаков тревоги по качеству линий; недостаточно крупный или мелкий рисунок; расположение в нижней части листа или ближе к одному из углов; наличие линии основания; наличие штриховки.

*Содержательные признаки:* наличие на рисунке ребенка и матери без замены образов; фигура ребёнка слишком большая или маленькая; наличие других персонажей, членов семьи; большое количество дополнительных предметов и объектов, их большие по сравнению с фигурами матери и ребенка размеры; тщательная прорисовка деталей одежды; фигура ребенка в коляске или другом подвижном объекте (на санках, в кресле-качалке, на игрушке-качалке и т.д.), при этом мать держит ребенка за руку или за деталь объекта, в котором расположен ребенок, фигура и лицо ребенка прорисованы; все фигуры лицом к зрителю или в профиль; совместная деятельность может отсутствовать.

#### 3. Симптомы избегания



*Формальные признаки:* отказ от рисования; переворачивание, сгибание листа; наличие стираний, перерисовок, зачеркиваний; неадекватное использование размеров листа.

*Содержательные признаки:* отсутствие на рисунке ребенка и\или матери; замена образа ребенка и\или матери на растение, животное, символ; отсутствие совместной деятельности и контакта; ребенок спрятан (в пеленках, коляске, кроватке, животе матери); ребенок изолирован при помощи предметов, отделяющих его от матери или полностью изолирован без контакта с матерью (к кроватке, коляске, на коврик, на качелях и т.д.); большая пространственная дистанция между фигурами матери и ребенка; фигуры, нарисованные спиной; отсутствие у фигур лица, режé тела; большое количество дополнительных предметов, их большие по сравнению с фигурами матери и ребенка размеры, они покрывают практически весь лист.

Результаты диагностики после проведения формирующих мероприятий по методике «Модифицированный опросник для определения типа привязанности к матери» (М.В. Яремчук)

№	ФИО	Типы привязанности		
		Надежный	Тревожно-амбивалентный	Избегающий
1	Мария Р.		1	
2	Татьяна Б.		1	
3	Мария К.	1		1
4	Елена В.		1	
5	Алёна М.		1	
6	Екатерина Л.			1
7	Екатерина С.			1
8	Ольга К.			1
9	Сусанна К.		1	
10	Анастасия Л.		1	
11	Екатерина М.		1	
12	Наталья И.			1
13	Елена Р.		1	
14	Ольга Л.		1	
15	Мария Ш.			1
16	Дарья Б.			1
17	Инна Б.			1
18	Виктория М.		1	
19	Наталья Н.		1	
20	Татьяна А.		1	
21	Екатерина Ц.	1		
22	Галина Б.	1		
23	Ирина Б.	1		

## Окончание таблицы 3

24	Мария Е.		1	
25	София К.			1
26	Мария С.		1	
27	Рамиля Ю.	1		
28	Татьяна О.	1		
29	Алёна Г.			1
30	Анастасия Г.	1		
31	Дарья Я.		1	
32	Юлия Т.	1		
33	Карине К.			1
34	Дарья Л.			1
35	Юлия Г.		1	
36	Аксинья З.			1
37	Анастасия М.	1		
38	Ольга М.		1	
39	Анфиса П.			1
40	Елена П.			1
41	Елена Ж.		1	
42	Анастасия Т.	1		
43	Карина К.		1	
44	Яна Б.			1
45	Анна Л.		1	
46	Нарине М.			1
47	Анна З.		1	
48	Анастасия П.		1	
49	Ольга М.			1

Результаты исследования стилевых особенностей воспитания ребенка дошкольного возраста после формирующего этапа исследования (Э.Г. Эдеймиллер, В.В. Юстицкис)

№	ФИО	Показатели, характеризующие семейное воспитание																
		Уровень протекции		Степень удовлетворен. потребн.ребёнка		Количество и качество требований к ребёнку				Строгость санкций		Проекция родителями собственных психологических проблем на процесс воспитания ребёнка						
		Г		У		Т	З	С		РРЧ	ВН	ПНК	ПЖК	ПДК	ФУ			
		+	-	+	-	+	-	+	-	+	-							
1	Мария Р.								1									
2	Татьяна Б.											1						
3	Мария К.																	
4	Елена В.								1				1					
5	Алена М.								1									
6	Екатерина Л.										1				1			
7	Екатерина С.						1											
8	Ольга К.										1				1			

## Продолжение таблицы 4

9	Сусанна К.					1							1			
10	Анастасия Л.													1		
11	Екатерина М.							1		1						
12	Наталья И.									1						
13	Елена Р.									1						
14	Ольга Л.	1						1								
15	Мария Ш.											1				
16	Дарья Б.									1						
17	Инна Б.					1				1						
18	Виктория М.									1						
19	Наталья Н.													1		
20	Татьяна А.	1				1		1						1		
21	Екатерина Ц.															
22	Галина Б.															

## Продолжение таблицы 4

23	Ирина Б.					1											
24	Мария Е.					1		1		1		1					
25	София К.							1									
26	Мария С.							1									
27	Рамила Ю.																
28	Татьяна О.							1									
29	Алёна Г.							1		1							
30	Анастасия Г.																
31	Дарья Я.							1							1		
32	Юлия Т.									1							
33	Карине К.			1		1				1					1		
34	Дарья Л.					1											
35	Юлия Г.							1		1	1				1		
36	Аксинья З.									1	1						
37	Анастасия М.									1							
38	Ольга М.					1						1					
39	Анфиса П.					1		1		1							
40	Елена П.	1				1		1			1				1		1

## Окончание таблицы 4

41	Елена Ж.						1								1		
42	Анастасия Т.																
43	Карина К.									1		1					
44	Яна Б.									1							
45	Анна Л.							1									
46	Нарине М.				1			1							1	1	
47	Анна З.									1							
48	Анастасия П.							1		1		1					
49	Ольга М.							1									

Программа групповых занятий «Счастливое материнство»  
(подробное содержание)

**День 1**

*Вступительная часть. 1 блок. Внутренний ребенок и отношения с мамой ч.1*  
Приветствие. Знакомство. Обсуждение правил группы. Краткий экскурс в программу тренинга

1. *В преддверии тренинга два вопроса к участницам:*

- *Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве дочери своей матери? (10-балльная шкала)*

- *Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве матери своего ребенка? (10-балльная шкала)*

Зафиксировать ответы

2. *Упражнение «Почему и для чего?»* Версия самопрезентации, которая одновременно позволяет прояснить ожидания членов группы от предстоящей работы, — имя плюс ответ на один или два вопроса. Группе предлагаются два вопроса, вроде бы сходные по своей сути: 1) «Почему вы пришли на этот тренинг?» и 2) «Что вы хотите получить от этого тренинга?». При всей кажущейся похожести это вопросы немного о разном: один апеллирует к прошлому, возможно, к проблемным точкам, второй — к целям, к перспективе на ближайшее или более отдаленное будущее. Задавая эти вопросы «через запятую», тренер не акцентирует внимание группы на различии между ними, но сам обращает внимание на то, на какой из двух вопросов человек предпочитает отвечать, — это полезный для дальнейшей работы диагностический критерий.



3. *Упражнение «Ребенок в нас»* Бросая мяч, участницы тренинга обращаются друг к другу с фразой: «Мне кажется, в детстве ты была...» В ответ каждая участница может согласиться или нет с данной ей характеристикой.

Это упражнение помогает участницам глубже познакомиться, кроме того, способствует активизации детского эго-состояния родителей, что создаёт базу для дальнейшей психокоррекционной работы.

4. *Упражнение «Фотоальбом»* С закрытыми глазами представьте себе своим внутренним взором фотоальбом. В этом фотоальбоме собраны и разложены ваши фотографии в хронологическом порядке – со дня рождения до сегодняшнего момента. Представьте, что вы листаете альбом в обратном порядке. Вот сейчас вы видите свою фотографию – на ней вы в настоящем времени. В какой позе вы на этой фотографии? Во что ты одеты? Есть ли на фотографии другие люди? Какое у вас выражение лица, настроение? Нравитесь ли вы себе на этой фотографии? Когда подробно рассмотрите эту фотографию, перелистните страницу фотоальбома назад. Теперь перед вами – фотография пятилетней давности. ...И так до фотографии младенческого возраста. Как выглядит этот младенец? Что еще изображено на фотографии? Вы можете предположить, как себя чувствует эта малышка? Как себя чувствуете вы, когда рассматриваете эту фотографию? Когда вы рассмотрели и эту фотографию, медленно мысленно перелистывайте альбом назад. Перед вами промелькнули ваши собственные фотографии, начиная с младенческого возраста и до сегодняшнего дня. Что вы чувствуете сейчас? Чем бы вы хотели поделиться?

5. *Упражнение на релаксацию «Дыхание цветов»*

Цель: Снижение уровня стресса и напряжения и тревоги, повышение осознанности и самосознания, что способствует лучшему пониманию своих эмоций, мыслей и телесных ощущений

Рефлексия

Д/З: принести своё детское фото

## День 2

### 1 блок. Внутренний ребенок и отношения с мамой ч.2

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Обсуждение д/з* (3 вопроса к участнице по детской фотографии: почему вы выбрали именно эту фотографию? Что осталось в вас от ребенка, которым вы когда-то были (3 характеристики)? А что изменилось (3 характеристики)?

2. *Упражнение «Активная Анна, Бодрая Берта»* Первая участница говорит следующую фразу: «Привет, я — активная Анна», потом обращается к другой участнице (любой, кроме соседки справа и слева): «А ты кто?» Та, к кому обратились, отвечает: «Привет, активная Анна, я — доброжелательная Даша». И обращается к следующей с аналогичным выступлением. Время от времени психолог прерывает цепочку представлений, указывая на кого-то из уже представившихся участников и спрашивая: «А это кто?» И группа должна хором ответить: «Это мечтательная Мария». Игра продолжается до тех пор, пока каждый из участников не представится и его имя хотя бы один раз не будет озвучено сводным хором. Помимо облегчения запоминания имен участников группы, это упражнение нацелено и на активизацию их личностной динамики, усиление их рефлексии и тем самым на обеспечение большей вовлеченности в работу, поскольку для каждого человека его собственное имя — очень сильный стимул.

3. *Составление генограммы женского рода в семье.* В конце попросить дать 1 ведущую характеристику всех женщин в роду (насколько возможно), в первую очередь на маму (можно 3 характеристики)

- Какие чувства при выполнении упражнения?
- Что вызвало затруднения?
- Может быть, что-то удивило/заставило задуматься? Прояснилось?
- Полезно ли было для вас? Чем?

4. *Упражнение «Вспоминая детство...»* Заполните столбики «Что мама со мной делала и/или говорила в детстве, но я этого не хотела?» и «Что мама не

делала и/или не говорила в детстве, но я в этом нуждалась?» А теперь рядом с каждым пунктом напишите, как Вы сами себе сможете дать то, что недополучили от мамы. И уже после можно написать - что вы хотели бы взять с собой из этого наследия уже в своё родительство/от чего отказаться? И как считаете, насколько это удастся?

### *5. Упражнение на релаксацию «Сердечное дыхание»*

Цель: снижение эмоционального напряжения, релаксация

Рефлексия

Д/З: написать письмо внутреннему ребенку (согласно предложенной схеме)

## **День 3**

### *1 блок. Внутренний ребенок и отношения с мамой ч.3*

Приветствие, психологический настрой на занятие

*1. Обсуждение д/з* (Получилось ли написать письмо внутреннему ребёнку? Какие были сложности при написании; какие ощущения, эмоции, чувства в самом процессе, какие после?)

*2. Упражнение «Выражаем эмоции, двигаясь...»* Попросите участников встать и занять комфортное положение стоя, где достаточно пространства для движений и можно свободно и безопасно выполнять упражнение. Предложите участникам вспомнить себя в детстве: какого вы возраста сейчас, как вы себя ощущаете, где ваша мама в этот момент, что вы чувствуете по отношению к ней? Это может быть любое чувство - радость, грусть, злость, любовь и т. д. Попросите участников обратить внимание на свои эмоции и физические ощущения, связанные с этими чувствами. Затем предложите участникам начать двигаться, выражая свои эмоции и отношения к своей матери через движения тела. Например, они могут использовать руки, ноги, все тело, чтобы выразить свою радость, грусть, злость и т. д. Дайте участникам возможность двигаться в течение нескольких минут, поддерживая их в этом процессе и создавая безусловно принимающую атмосферу, затем замедляйте темп

движений и приглашайте их постепенно вернуться в состояние покоя, замечая свои физические ощущения и эмоциональное состояние после упражнения.

*3. Упражнение «Прошлое, настоящее, будущее»* Попросите участников сесть в круг и зажать в руках три листка бумаги: один для прошлого, один для настоящего и один для будущего. На листке "прошлое" напишите свои доминирующие мысли/чувства, связанные с отношениями с матерью в прошлом. Затем написать на листке "настоящее" свои текущие мысли, чувства в отношении матери. И на листке "будущее" написать свои ожидания, надежды или желания относительно своих будущих отношений с матерью. После того, как участники запишут свои мысли на листках, попросите их поделиться своими наблюдениями и осознаниями с другими участниками. Организуйте обсуждение, в котором участники могут выразить свои мысли, чувства и взгляды на свои отношения с матерью в прошлом, настоящем и будущем. Поощряйте открытость, уважение и поддержку между участниками.

*4. Упражнение «Аплодисменты»* Участники сидят или стоят в кругу. По желанию один из участников выходит в центр круга, а остальные начинают ему бурно аплодировать. Аплодисменты продолжаются столько, сколько этого захочется стоящему в центре круга. Когда он решает, что ему достаточно внимания, он благодарит группу (тем способом, который выберет он сам, — говорит «спасибо», кланяется, делает реверанс, пожимает каждому руку и т. д.) и возвращается в круг. После этого место в центре круга занимает следующий участник. Процедура продолжается до тех пор, пока есть желающие выйти в круг.

*5. Упражнение на релаксацию «Подарок себе»*

Цель: Повышение самосознания, самоуважения и заботы о себе после интенсивного тренинга

Рефлексия

Д/З: написать письмо маме (согласно предложенной схеме)

## День 4

*1 блок. Три внутренние составляющие: ребёнок, родитель, взрослый. Переход от работы с внутренним ребёнком к работе с внутренним родителем.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Психогимнастическое упражнение «В детстве я была..., в детстве я мечтала...»* Участники берут мяч и говорят о себе «В детстве я была..., в детстве я мечтала...» и бросают мяч следующему участнику и так по кругу.

2. *Социодрама «Детский сад»* для погружения в детское эго-состояние.

3. *Обсуждение домашнего задания.* Какие чувства, эмоции вы испытали при написании письма? Что получилось, а что нет? В чем была сложность, какие ощущения после написания письма?

4. *Информационная часть. Знакомство участников группы с тремя эго-состояниями: Родитель, Взрослый, Ребенок и описание их основных функций и проявлений.*

5. *Упражнение «Разговор с внутренним критиком»* Нужно закрыть глаза, мысленно перенестись в свое безопасное место (визуализировать), побыть там, а потом позвать внутреннего критика и пригласить его к диалогу с собой. Как выглядит Внутренний критик? На кого или что он похож? Чего он хочет? Что ты хочешь от него? Чем ты можешь ему помочь? Можете ли вы договориться о сотрудничестве с ним? Поблагодари его за диалог. После этого нужно слепить фигурку Внутреннего критика из пластилина. Потом взять фигурку Внутреннего критика в руки и задать ему вопросы (желательно записать ответы на эти вопросы): чего ты хочешь? Чем я могу тебе помочь? Можем ли мы договориться о том, чтобы сотрудничать друг с другом?

Рефлексия

Д/З: написать письмо внутреннему критику (согласно предложенной схеме)

## День 5

*1 блок. Работа с внутренним родителем (продолжение)*

## Приветствие, психологический настрой на занятие

*1. Психогимнастическое упражнение «Что нового?»* Упражнение помогает настроиться на работу, вспомнить, что происходило в группе в прошлый раз, а также учит участников быть более внимательными друг к другу. Участники сидят на стульях в кругу. Ведущий просит всех в течение трех минут внимательно посмотреть друг на друга, обращая внимание на то, как выглядит сегодня тот или иной человек, в каком он настроении, как себя проявляет. Через три минуты участники должны, кидая мяч кому-либо из участников, сказать, что нового по сравнению с прошлым занятием они увидели в этом человеке. Ведущий следит за тем, чтобы мяч побывал у каждого участника. После выполнения упражнения можно расспросить участников, насколько то, что они слышали, соответствовало их собственным ощущениям, переживаниям и т. д. Как вариант можно просить участников, перекидывая мяч, повторять какую-нибудь фразу, которую произносил вчера участник.

*2. Обсуждение домашнего задания.* Какие чувства, эмоции вы испытали при написании письма? Что получилось, а что нет? В чем была сложность, какие ощущения после написания письма?

*3. Упражнение «Материнские послания»* Вспомни и запиши те послания, которые переданы тебе твоей матерью, явно или не явно (не обязательно эти послания должны были высказываться вслух, своими действиями и отношением к жизни мать также посылает множество различных посланий своим детям). Вспомни, как твоя мать относились к своей роли мамы? К тому, что ты старалась (или не старалась) заслужить ее одобрение? И т.д. Далее необходимо самые яркие послания, о которых ты вспомнила, занести в таблицу. В этой таблице должны быть отражены родительские послания, как и где они до сих пор проявляются, как их можно трансформировать, переформулировать. Можно попробовать понять, какая потребность скрывается за этими посланиями, т.к. эти послания заявляют о себе во весь голос обычно тогда, когда мы игнорируем собственные потребности либо

боимся их проявить. И как возможно давать себе поддержку, когда ты понимаешь, что сейчас находишься под воздействием этого послания.

4. *Психогимнастическое упражнение «Баржа»* Участники становятся в круг и называют слова, перебрасывая при этом мяч, то есть «грузят баржу»: например, нужно назвать все, что объединяет людей в семье: праздник, поход, беда и т.д. или объединяет родителей с детьми/ детей с родителями. (Или: чего хотят дети? Чего хотят родители?)

5. *Упражнение «Материнская мантия»* Попросите участниц одеть "материнскую мантию", например, одеяло, платок или другой предмет одежды, который будет символизировать роль их матери. Предложите им расслабиться, сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, и сосредоточиться на своих мыслях и ощущениях, затем нужно визуализировать свою собственную мать и свои отношения с ней в прошлом, настоящем и будущем. Важно обратить внимание на свои эмоции, мысли и физические ощущения, связанные с этими отношениями. Далее задать себе следующие вопросы и записать свои ответы: какая я хотела бы быть в роли матери? Какие ценности и убеждения я хотела бы передать своим детям? Какие позитивные аспекты отношений с моей матерью я хотела бы сохранить или усилить в своем собственном материнстве? Какие негативные аспекты отношений с моей матерью я хотела бы изменить или избежать в своем собственном материнстве? После того, как участницы закончат запись, предложите им поделиться своими мыслями и ощущениями в группе.

Рефлексия

Д/З: начать делать коллаж из вырезок из журналов, рисунков (поделить ватман на 3 части): 1 часть – внутренний ребенок, 2 часть - внутренний родитель и пока оставить место для внутреннего взрослого (можно принести с собой на занятие)

## День 6

### *1 блок. Работа с внутренним взрослым*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Упражнение «Сказка о себе»* Написать сказку о себе, где есть этапы: начало, история, в которой рассказывается, как человек появился на свет, какой он; этап ухода из родительского дома; этап испытаний; этап преодоления этих испытаний с помощью «волшебных помощников»; этап триумфального возвращения в новом качестве.

2. *Обсуждение д/з: сложности, ощущения, чувства, эмоции...*

3. *Упражнение «Активизация внутреннего взрослого»* Расположитесь в удобной для вас позе, лучше сидя, направьте свой взор внутрь себя и увидите и почувствуете все три свои части: детскую, родительскую, взрослую. Почувствуйте и дайте определения, какая Вы, когда находитесь в каждом из этих трёх Эго-состояний, достаточно будет одного или двух определений на каждую часть. Теперь возьмите любую ситуацию, с которой вам сложно справиться и спросите себя: Каким именно образом взрослый человек (далее именно те определения соответствующие) смог бы решить эту ситуацию? Что именно этот взрослый (именно те определения соответствующие) мог бы сказать ребёнку (определение) и родителю (Ваше определение Вас же)? Какие ещё определения Вас, когда Вы в состоянии Взрослого, могли бы назвать? (два-три) Прислушайтесь к себе, произнесите ещё раз все определения Вас в Вашей взрослой части, укрепите их, сделайте вдох и выдох и посмотрите вокруг, что изменилось? Что изменилось в Вас самих?

4. *Упражнение «Внутренний помощник»* Закройте глаза, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Мысленно перенеситесь в свое безопасное место. Найдите в этом безопасном пространстве место, где вы можете сесть, устроиться поудобнее. И мысленно пригласите к себе в своё безопасное место вашего Внутреннего помощника. Этот помощник понимает вас, он символ вашей мудрости, помощи и силы. Представьте, что Внутренний помощник



рассказывает кому-то о вас, и при этом он говорит о вас много хороших, искренних, поддерживающих и ободряющих слов. Мысленно поблагодарите своего Внутреннего помощника за встречу, и, когда будете готовы, открывайте глаза. Можно записать рассказ Внутреннего помощника о вас. «Я хочу рассказать вам о чудесной женщине (например, Анне) ...У нее много талантов, и в своей жизни она столкнулась со множеством испытаний...». Помните, что Внутренний помощник – это именно помощник, он обладает голосом мудрости, силы, поддержки, сострадания, и он готов рассказать о ваших достоинствах.

*5. Психогимнастическое упражнение «Зато ты...»* Каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «Зато ты...» и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно («у тебя очень красивые глаза», «ты лучше всех рассказываешь анекдоты»). В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист.

Рефлексия

Д/З: доделать ту часть коллажа, где «внутренний взрослый» и принести на следующее занятие

## **День 7**

*2 блок. Укрепление родительской позиции, актуализация ресурсов, снижение тревожности*

Приветствие, психологический настрой на занятие

- 1. Обсуждение д/з. Обратная связь*
- 2. Формулирование своего жизненного девиза в родителстве на данный момент каждым участником. Зафиксировать девизы.*
- 3. Упражнение «Моя сильная сторона»* Закройте глаза и сфокусируйтесь на своем дыхании, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов, чтобы снять напряжение и прийти в состояние расслабления. Вообразите себя в роли

родителя, которым вы хотели бы быть или уже являетесь. Представьте себя в этой роли во всех деталях: вашу внешность, позу, выражение лица, эмоции.

Теперь задайте вопрос: "Какая сильная сторона помогает мне быть уверенным родителем?" Попросите участников визуализировать эту сильную сторону и ощутить ее в своем теле. Это может быть что угодно: решительность, забота, терпение, эмпатия, авторитет и т. д.

Попросите участников описать эту сильную сторону вслух, поделиться своими ощущениями и эмоциями, связанными с этой сильной стороной. Можно также попросить участников поделиться примерами, когда они уже проявляли эту сильную сторону в родительской позиции.

4. *Упражнение-медитация «Сад моей души»* Примите удобную позу, закройте глаза и расслабьтесь, почувствуйте, как ваше тело тяжелеет и теплая волна растекается по мышцам. Перед вами из темноты появляются красивые резные ворота. Вы протягиваете руку и открываете их. За ними виден прекрасный сад. Вы идете по дорожке и любуетесь яркими цветами, шелковистой изумрудной травой, слышите шелест листьев, пенье птиц. Ветер доносит до вас аромат цветов и свежесть утреннего воздуха. Вас наполняет ощущение легкости и свободы. Вы гуляете по дорожке и вот впереди замечаете необычное сияние. Чем ближе вы подходите, тем яснее проявляются контуры прекрасного цветка. Вас тянет к нему, вы чувствуете что-то близкое и родное. Подойдите и всмотритесь в него. Он неповторим и единственен, он прекрасен. Поговорите с ним, скажите ему то, что вы испытываете..Откройте глаза и взгляните на мир так, как его видит этот цветок, узнайте, что он чувствует, что он думает, как ему в этом мире...Раз, два, три. Сейчас вы опять – это вы, что вы сейчас испытываете к цветку, к миру? Скажите об этом. Скажите, что вы его любите. А теперь попрощайтесь с цветком и возвращайтесь к воротам. Оглянитесь. Этот сад – сад вашей души, и вы в любой ситуации можете получить поддержку, вспомнив это место.

5. *Психогимнастическое упражнение «Молекулы»* Представьте себе, что все вы атомы. Атомы постоянно двигаются и объединяются в молекулы. Число атомов

в молекуле может быть разное, оно определяется тем, какое число назовет психолог. Мы все сейчас начнем быстро двигаться, и психолог будет говорить, например, три. И тогда атомы должны объединиться в молекулы по три атома в каждый.

6. *Упражнение «Мечты»* Участникам предлагается подумать в течение нескольких минут о том, каким каждый из них видит свое будущее в качестве родителя. Психолог просит поделиться своими мечтами или даже изобразить их на бумаге. Пусть каждый участник определит, какие три конкретные вещи, или действия, или человека могут помочь, а какие три – помешать осуществить мечту, и что нужно делать/сделать, чтобы мечта сбылась.

7. *Упражнение «Я хороший родитель»* Каждому участнику предлагается в течение одной минуты рассказать о своих сильных «родительских» сторонах. После каждого выступления остальные участники невербально выражают свою поддержку рассказчику

Рефлексия

Д/З: «девизы» (в родительстве) – подумать над тем, хочется ли переформулировать их, может быть обогатить, додумать или вовсе пересмотреть свой девиз в родительстве... поразмышлять над этим и если потребуется, то переписать к следующему занятию.

## **День 8**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Стили воспитания. Мотивация на оптимизацию взаимоотношений с ребёнком.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Обсуждение д/з. Обратная связь*

2. *Психогимнастическое упражнение «Праздник хвастунов»* В течение минуты необходимо назвать как можно больше положительных эффектов для группы от своего участия в её работе.

3. *Мини-лекция «Стили семейного воспитания»*
4. *Упражнение «Достаточно хороший родитель»* Участники методом «мозгового штурма» составляют портрет «Достаточно хорошего родителя». Психолог записывает высказывания на доске. Затем на рисунке, где изображены круги (мишень), каждый участник ставит любой знак синим фломастером там, где он, по собственному мнению, находится относительно центра круга. Центр символизирует «Достаточно хорошего родителя» со всеми перечисленными качествами. Далее родители проговаривают реальных два, три качества, которые помогут приблизиться к центру круга и формируют каждый свою цель (цели) в отношении взаимодействия со своим ребенком. Обсуждение поставленных целей и их возможная корректировка
5. *Упражнение «Попади в круг»* Участники образуют плотный круг, один за кругом, он должен попасть в круг. Для участников это вызывает аналогию преодоления барьеров и стереотипов в поведении и мышлении по отношению к себе, близким людям, жизненным установкам, общению с детьми.
6. *Упражнение «Образ цели»* Вспомнить озвученную цель в предыдущем упражнении и попробовать создать яркий образ цели (что вы увидите, почувствуете, услышите, когда достигнете желаемого). Описать подробно. По 5 мин. на каждого. Всего 15 мин.  
Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

## **День 9**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребёнка дошкольного возраста. Активное слушание и «я-сообщения». Что нам мешает слушать ребенка? Практикум.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Психогимнастическое упражнение «Восковая палочка»* Инструкция: упражнение выполняется в общем кругу. Задание группе: образовать тесный круг, в центре которого находится один из участников. Он стоит, закрыв глаза,

не сдвигая ноги с центра круга, и представляет себя «восковой палочкой». Затем он (как «тающая свеча») начинает падать из стороны в сторону. Участники круга бережно поддерживают его. Через некоторое время на его место становится следующий. Желательно, чтобы в роли «восковой палочки» побывали все участники. Вопрос для обсуждения: что помогало и что затрудняло выполнение упражнения?

2. *Мини-лекция «Активное слушание и «я-сообщения»*

3. *Упражнение «Чувства ребёнка»* (направлено на закрепление навыка «активное слушание»). Приводятся в виде образца несколько ситуаций (7-10) со слов ребёнка. Каждому участнику нужно написать какие чувства (на его взгляд) испытывает ребёнок в данном конкретном случае, а затем написать ответную реакцию родителя на слова ребенка: какие это могут быть слова, действия. По окончании выполнения задания ответы участников выносятся на совместное обсуждение. После могут быть даны рекомендации делать то же самое в повседневном общении с ребёнком: замечать моменты его различных переживаний и называть их в своем обращении к нему, не забывая о повествовательной (не вопросительной) форме реплики и о паузе после своих слов.

4. *Упражнение «Ёжик»* Инструкция: выбирают одного из участников на роль «ежика» и участника на роль того, кто будет взаимодействовать с «ежиком» (родитель). Задание «ежику»: свернуться в «клубочек» и выставить свои иголки, потому что почувствовали опасность. Прислушаться к тому, что и как будет говорить вам человек. Поступить так, как подсказывает вам внутреннее чувство. Задание родителю: расположить к себе «ежика», вызвать его доверие и добиться согласия пойти с вами. Можно выбирать любые способы, кроме насилия. Затем можно повторить игру несколько раз, по очереди меняя того, кто взаимодействует с «ежиком». Вопросы «ежику»: как вы чувствовали себя, когда с вами общался первый участник? Что в его словах и действиях помогало и что мешало установить с ним контакт и довериться ему? Чем отличалось поведение других участников? Вопросы «воспитателю»: как вы себя

чувствовали в контакте с «ежиком»? Легко ли было добиться его доверия? Что вам помогало и что мешало?

5. *Мини-лекция «Что нам мешает слушать ребенка»*

6. *Упражнение «Перестройка»* направлено на закрепление техники «я-сообщения». Приводятся в виде образца несколько ситуаций (7-10) и к каждой ситуации участникам необходимо написать своё чувство (которое они испытывают, прочитав о ситуации и примерив её на свои отношения с ребёнком), а также написать то, что можно сказать ребёнку касательно описанной ситуации посредством техники «я-сообщения». После могут быть даны рекомендации использовать данный подход в повседневном общении со своим ребёнком.

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

## **День 10**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Особенности дошкольного возраста.*

*Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Психогимнастическое упражнение «Какой ты родитель?»* Один из участников выходит в центр круга и закрывает глаза (или используется повязка), остальные подходят к нему и кладут свои руки на его ладони. Задача участника — угадать по рукам, каким родителем может быть этот человек: более мягким или более жестким. Возможно, будут догадки кто это именно из группы. Таким образом, формируются две группы: мягкие и строгие родители. После снятия повязки основной участник объясняет, на какие признаки он ориентировался и совпали ли его тактильные ощущения с тем, кто стоит перед ним по его мнению. Предполагается и обратная связь от участников —

согласны ли они с мнением «угадывающего», какими родителями они сами себя воспринимают.

2. *Мини-лекция «Особенности дошкольного возраста»*

3. *Упражнение «Погружение»* Участникам предлагается одна ситуация взаимодействия между родителями и детьми и дается задание представить себя на месте ребенка. Далее участники делятся эмоциональным опытом проживания ситуации.

4. *Психогимнастическое упражнение «Подарок»* Каждому из участников группы предлагается что-то подарить своим коллегам. Конечно, речь идет о подарке виртуальном: можно продемонстрировать свой подарок невербально, с помощью пантомимы или обозначить его словами, но тогда это должно быть что-то нематериальное: удача, талант, падающая звезда, мировая слава и т. п. Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: заполнить таблицу, где будет два столбца – что меня радует в моем ребенке, что меня огорчает в моем ребенке

## **День 11**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Дисциплина без нарушения отношений.*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Обсуждение домашнего задания* в форме обмена мнениями, впечатлениями, чувствами, которые вызвало выполнение домашнего задания «Что меня радует и что огорчает в моем ребенке»

2. *Психогимнастическое упражнение «Пожелание группе»* Каждый по очереди высказывает пожелание группе на сегодняшний день. Упражнение можно выполнять с мячом или замещающим его предметом. Вариант: дать индивидуальное пожелание (пожелать что-то на год или на месяц кому-то в группе).

3. *Мини-лекция «Дисциплина без нарушения отношений»* с учетом результатов опросника «АСВ» Э.Г. Эйдемиллера и рисунков матерей

4. *Упражнение «Наказание»* Участникам предлагается вспомнить ситуацию, когда они были наказаны своими родителями. Необходимо получить для себя ответы на следующие вопросы: что вы чувствовали тогда? Каковы были ваши телесные ощущения? О чем вы тогда думали? Что вам хотелось сделать?

5. *Упражнение «Дисциплина»* Каждый участник пишет типичную для его семьи ситуацию, когда необходимы дисциплинарные меры по отношению к ребенку. И меняются записями и в группах ищут решения и новые реакции и способы взаимодействия с ребенком (с учетом полученных знаний) и происходит групповое обсуждение найденных решений

6. *Психогимнастическое упражнение «Тренинг в рисунках»* Участникам раздаются цветные карандаши и бумага. Психолог просит их в течение пяти минут нарисовать свои впечатления от тренинга (от сегодняшнего дня). Рисунок можно делать в любой манере, главное, чтобы он отражал реальные переживания и ощущения. Участники должны постараться рисовать так, чтобы никто не видел их работы. По истечении пяти минут психолог собирает рисунки, перемешивает их и раздает участникам так, чтобы никому не попало его собственное творение. Задача всех — посмотреть на рисунок и догадаться, кто его автор. Когда участники справились с заданием, психолог предлагает каждому назвать автора своего рисунка и объяснить, почему он так решил. Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

## **День 12**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Привязанность. Уровни привязанности. Способы укрепления отношений на каждом уровне привязанности*

Приветствие, психологический настрой на занятие



1. *Упражнение «Подари улыбку»* Участники становятся в круг, берутся за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.
  2. *Мини-лекция о привязанности, уровнях привязанности и способах укрепления взаимоотношений с ребенком на этих уровнях.* (Раздать мини-конспект про уровни привязанности)
  3. *Упражнение «Чего хотят дети?»* Для упражнения понадобится рисунок сердца, разрезанный на части (по количеству родителей). Каждая часть нумеруется – чтобы в дальнейшем было удобнее и легче собрать мозаику. Слово педагога-психолога: «Представьте мысленно, что вы вернулись в детство. Вы же помните своего внутреннего ребенка? Сейчас Вам 5-6 лет, как вашим детям. Вспомните, чего больше всего хотелось? Запишите одной фразой». Участники записывают свои ответы на розданных им частях сердца, после чего зачитывают и анализируют написанное. Затем педагог-психолог предлагает из полученных частей собрать мозаику и делает общий вывод.
  4. *Упражнение «Поиграй со мной!»* Участники делятся по парам, где они – «родитель», другой – «ребёнок». «Родитель» очень занят, «ребёнок» просит поиграть с ним. Задача: необходимо ответить так, чтобы не нанести душевную травму ребёнку, не обидеть его.
  5. *Психогимнастическое упражнение «Передай чувство»* Здесь происходит передача чувства по кругу с помощью тактильных ощущений с закрытыми глазами. Для этого один из участников старается передать возникшее у него чувство (или просто свою идею об определенном чувстве) соседу, а тот в свою очередь — уже другому человеку, но тоже своему соседу. Поскольку группа сидит с закрытыми глазами, то при распознавании чувства можно опираться только на ощущения рук и тела. Участники группы могут передавать чувство таким же образом, как и получили, или воспользоваться своим способом, важно лишь, чтобы чувство сохранилось.
- Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: попробовать определить ведущий уровень привязанности своего ребенка на данный момент, понаблюдать за ним, что больше всего ему отзывается, «напитывает»- какого рода проявление любви.

## **День 13**

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. Поведение родителя в инциденте. Что делать если сам сорвался?*

Приветствие, психологический настрой на занятие

1. *Обсуждение д/з, обратная связь*
2. *Упражнение «Дерево»* Каждый участник продолжает фразу: «Если бы я был деревом, я бы хотел быть (кроной, стволом, корнем)». Далее участники разбиваются на 3 группы в соответствии со сделанным выбором, изображают на листе бумаги дерево и обосновывают свой выбор. Участникам предлагается найти метафорический смысл этого упражнения: «дерево» можно рассматривать, как жизненную позицию человека: кто я в этой жизни.
3. *Мини-лекция «Как вести себя в инциденте. Что делать если сама сорвалась?»*
4. *Упражнение «Ролевая игра»* Отработка умения применять на практике новые методы решения проблем конфликтной ситуации происходит в ролевой игре
5. *Упражнение «Внимание конфликт»* Участникам предлагается придумать и нарисовать знак, предупреждающий о назревающем конфликте. Затем выбирается лучшее символическое изображение либо группа пытается объединить все идеи в одном общем знаке.
6. *Упражнение на проигрывание состояния после срыва...* Спросить участниц что они чувствуют обычно после срыва, как ведут себя (попросить вспомнить такую ситуацию); попробовать с каждой участницей оказать себе поддержку разными способами...и отследить - какие чувства это вызывает? Сравнить

свои ощущения - что хочется сказать и сделать для ребенка в случае, когда женщина себя ругает/злится и т.д. и когда поддерживает и относится и к себе с сочувствием и теплом. Оценить разницу.

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: опробовать знания на практике, если предоставится случай: поведение в конфликте и поведение после срыва. Поделиться своими впечатлениями и эмоциями на следующем занятии.

## День 14

*3 блок. Информационно-просветительский в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста. А как же я? Работа с собственными чувствами. Забота о себе. Самопомощь. Поиск поддержки*

Приветствие, психологический настрой на занятие, обсуждение д/з, обратная связь

1. *Упражнение «Телесный контакт»* Участники медленно ходят по всему пространству кабинета, пока психолог не хлопнет в ладоши. После этого психолог говорит инструкцию. Так повторяется несколько раз.

Инструкция: посмотрите в глаза, человеку, стоящему напротив вас; улыбнитесь человеку, стоящему напротив вас; пожмите руку человеку, стоящему напротив вас; обопритесь о спину человека, стоящего напротив вас; обнимите человека, стоящего напротив вас

2. *Мини-лекция о заботе о себе (в том числе профилактика срывов)*

3. *Упражнение «О ком я забочусь»* Необходимо составить список людей, о которых каждый участник заботится на данном этапе своей жизни. Как правило, люди забывают внести в этот список себя, на что и призвано обратить внимание данное упражнение

4. *Упражнение «Мозговой штурм»* Группа делится на две команды, каждая из которых должна в течение определенного времени привести как можно

больше аргументов в пользу тезиса: «Заботясь о себе, мы заботимся о своей семье»

5. *Упражнение «Лавина»* Представьте, что ваш дом занесло снегом во время выходных, вы не можете ни выбраться, ни связаться с кем-нибудь, ни получить помощь раньше понедельника. Вы совсем одни, у вас нет никаких обязанностей, никакой домашней работы. Придумайте, как вы используете критическую ситуацию, чтобы создать себе интересное времяпрепровождение. У вас есть хорошая еда, музыка, книги, игры, горячая вода, ручка и бумага, но нет телевизора, радио и интернета». После завершения упражнения участникам предлагается осуществить эти планы в ближайший выходной. Можно также составить список понравившихся способов позаботиться о себе.

6. *Упражнение «Рисуем чувства, связанные со сложной ситуацией...»*  
Психолог: «У каждого из Вас бывали сложные ситуации, связанные, например, с учебой. Вспомните одну из них, которая случилась с вами в ВУЗе. Закройте глаза, почувствуйте своё состояние. Нарисуйте символический образ этого чувства на листе бумаги. Определите это чувство. Назовите его». Во второй части упражнения участникам предлагают изменить рисунок (дорисовать его), чтобы они почувствовали себя комфортно.

Обсуждение результатов работы в группе, рефлексия

Д/З: 1) Спрашивать себя в течение дня - а что я хочу сейчас? Фиксировать ответы. 2) Как можно чаще пробовать находить то, что доступно из желаний 3) Сделать что-то очень желаемое, но давно откладываемое в дальний ящик

## **День15**

*3 блок. Итоговое занятие.*

Приветствие, психологический настрой на занятие, обсуждение д/з, обратная связь

1. *Рисование рисунков «Я и моя мама» и «Я и мой ребенок».* Какие чувства вызвало рисование? Что было трудным? И участнице предоставляется самостоятельно оценить разницу в своих ощущениях при рисовании прошлого рисунка и сейчас.

2. *В завершении тренинга два вопроса к участницам:*

- *Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве дочери своей матери? (10-балльная шкала)*

- *Как вы себя чувствуете (ощущаете) в качестве матери своего ребенка? (10-балльная шкала)*

3. *Психогимнастическое упражнение "Ответы невпопад"* Психолог предлагает участникам поиграть в вербальную игру: один участник задаёт другому конкретный вопрос (из любой области, можно бытовой), тот отвечает *невпопад*, то есть будто бы отвечая совсем на другой вопрос. Ведущий приводит примеры: 1) "Не подскажешь, который сейчас час?" - "Спасибо, я уже пообедал" 2) "Есть ли жизнь на Марсе?" - "Мне нравятся мультики"

4. *Упражнение «Ролевое проигрывание актуальных ситуаций»* (выбор актуальных ситуаций во взаимодействии с детьми и распределение ролей самими родителями)

5. *Упражнение «Скажи все, что ты думаешь»* Сначала психолог просит участников вспомнить все неприятные моменты, которые были на тренинге (говорить вслух о них не надо). По команде ведущего все участники свободно перемещаются по комнате и выражают свою злость тому, на кого они были сердиты. Делается это так: нужно подойти к человеку, установить с ним контакт глазами и, топая ногами и издавая разные звуки, выразить свои чувства. Звуки и движения могут быть любыми, но участника нельзя касаться, также нельзя произносить какие-либо слова. В ходе упражнения психолог может подбадривать участников, побуждая их выражать все негативные эмоции еще более ярко и артистично

6. *Заключительное упражнение «Благодарности»* Психолог пускает по кругу какой-либо предмет (мячик, маркер и т. д.) и говорит, что, как только музыка

остановится, игрок, у которого в этот момент будет предмет, должен поблагодарить участников, сидящих справа и слева от него. Желательно, чтобы благодарности не были формальными, и каждый участник говорил о тех поступках, словах, качествах партнера, которые были действительно важны (полезны) для него на этом тренинге

Подведение итогов работы группы, ответы на вопросы, рефлексия.

Реферат магистерской диссертации

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ДЕТСКОГО ОПЫТА ПРИВЯЗАННОСТИ  
ЖЕНЩИНЫ К МАТЕРИ И СТИЛЯ ВОСПИТАНИЯ РЕБЁНКА  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Объем магистерской диссертации: 142 стр.

Количество иллюстраций: 6 рисунков, 4 таблицы.

Количество использованных источников: 108.

Диссертация представляет собой эмпирическое исследование взаимосвязи детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста.

Цель исследования – выявление взаимосвязи детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребенка дошкольного возраста.

Объект исследования – стиль воспитания.

Методы исследования:

Теоретические: анализ научной литературы

Эмпирические: опросник для определения типа привязанности к матери (М.В. Яремчук); рисунок «Я и моя мама в детстве» (Г.Г. Филиппова); опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис); рисунок «Я и мой ребенок» (Г.Г. Филиппова)

Статистические: корреляционный анализ Спирмена.

Полученные результаты и их новизна: в результате эмпирического исследования выявлена взаимосвязь детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста. Полученные данные позволили разработать программу консультационных мероприятий, направленных на оптимизацию стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста с учётом типа привязанности женщины к матери с возможностью дальнейшего использования данной программы в психологической практике.

Апробация диссертации. Доклад: «Исследование влияния детского опыта привязанности женщины к матери на стиль воспитания ребенка дошкольного возраста» на VIII Всероссийских психолого-педагогических чтениях памяти Л.В. Яблоковой «Современное психолого-педагогическое образование (Яблоковские чтения) 28-29 октября 2022 г.

Доклад «Взаимосвязь детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста» на Международной конференции школьников, студентов, молодых ученых «Феномены и тенденции развития современной психологии, педагогики: психологическая и методическая поддержка субъектов образования в современных реалиях» в рамках декадника науки «Научный портал» 29 апреля 2023г.

Научные статьи:

- 1) «Теоретические аспекты влияния детского опыта привязанности матери на стиль воспитания» в электронном сборнике «Феномены и тенденции развития современной психологии, педагогики: психологическая и методическая поддержка субъектов образования в современных реалиях: материалы научно-практической конференции школьников, студентов, молодых учёных» г. Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 20 апреля 2022г. С. 97-98.
- 2) «Исследование влияния детского опыта привязанности женщины к матери на стиль воспитания ребенка дошкольного возраста» в электронном сборнике «Современное психолого-педагогическое образование: материалы VIII Всероссийских психолого-педагогических чтений памяти Л.В. Яблоковой (Яблоковские чтения)» г. Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 28-29 октября 2022 г. С. 181 – 185.
- 3) «Взаимосвязь детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста» (в печати).



Master's thesis abstract

**THE RELATIONSHIP OF THE CHILDHOOD EXPERIENCE OF A  
WOMAN'S ATTACHMENT TO THE MOTHER AND THE STYLE OF  
EDUCATION OF A CHILD OF PRESCHOOL AGE**

The volume of the master's thesis: 142 pages.

Number of illustrations: 6 figures, 4 tables.

Number of sources used: 108.

The dissertation is an empirical study of the relationship between children's experience of a woman's attachment to her mother and the style of raising a child of preschool age.

The purpose of the study is to identify the relationship between a child's experience of a woman's attachment to her mother and the style of raising a child of preschool age.

The object of research is the style of education.

Research methods:

Theoretical: analysis of scientific literature

Empirical: a questionnaire to determine the type of attachment to the mother (M.V. Yaremchuk); drawing "Me and my mother in childhood" (G.G. Filippova); questionnaire "Analysis of family relationships" (E.G. Eidemiller, V.V. Yustitskis); drawing "Me and my child" (G.G. Filippova)

Statistical: Spearman's correlation analysis.

The results obtained and their novelty: as a result of an empirical study, the relationship between the childhood experience of a woman's attachment to her mother and the style of raising a child of preschool age was revealed. The data obtained made it possible to develop a program of consulting activities aimed at optimizing the style of raising a child of preschool age, taking into account the type

of attachment a woman has to her mother, with the possibility of further using this program in psychological practice.

Approbation of the dissertation. Report: "Study of the influence of a child's experience of a woman's attachment to her mother on the style of raising a child of preschool age" at the VIII All-Russian Psychological and Pedagogical Readings in memory of L.V. Yablokova "Modern Psychological and Pedagogical Education (Yablokov Readings) October 28-29, 2022

Report "The relationship of a child's experience of a woman's attachment to her mother and the style of raising a child of preschool age" at the International Conference of schoolchildren, students, young scientists "Phenomena and trends in the development of modern psychology, pedagogy: psychological and methodological support for subjects of education in modern realities" within the framework of the decade of science " Science Portal April 29, 2023

Science articles:

- 1) "Theoretical aspects of the influence of children's experience of mother's attachment on the style of education" in the electronic collection "Phenomena and trends in the development of modern psychology, pedagogy: psychological and methodological support for subjects of education in modern realities: materials of the scientific and practical conference of schoolchildren, students, young scientists" Krasnoyarsk: Krasnoyarsk State Pedagogical University. V.P. Astafieva, April 20, 2022 pp. 97-98.
- 2) "Study of the influence of a child's experience of a woman's attachment to her mother on the style of raising a child of preschool age" in the electronic collection "Modern psychological and pedagogical education: materials of the VIII All-Russian psychological and pedagogical readings in memory of L.V. Yablokova (Yablokov readings)", Krasnoyarsk: Krasnoyarsk State Pedagogical University. V.P. Astafieva, October 28-29, 2022, pp. 181 – 185.
- 3) The relationship of childhood experience of a woman's attachment to her mother and the style of raising a child of preschool age" (in press).

## Лист нормоконтроля

Выпускная квалификационная работа выполнена мной, Катушонок Дарьей Викторовной самостоятельно, оригинальность текста соответствует требованиям, предъявляемым к такого рода работам, и подтверждается справкой об оригинальности текста, сформированной системой проверки «Антиплагиат», объем работы составил 142 страницы.

Тема ВКР: Взаимосвязь детского опыта привязанности женщины к матери и стиля воспитания ребёнка дошкольного возраста

Обучающийся

*Дарья*

13.06.2023  
(подпись, дата)

*Катушонок Д.В.*  
(расшифровка подписи)

Нормоконтроль пройден.

Нормоконтролер

*Мел* 13.06.2023

(подпись, дата)

*Тсюлова О.В.*

(расшифровка подписи)