

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ СТОСУНКИ ЯК ФАКТОР
ЕМОЦІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Виконала: студентка II курсу,
групи 8.0539-1з

спеціальності: 053 Психологія

Жамкова Тетяна Ігорівна

Керівник: к.психол.н., доцент кафедри
психології Мосол Н.О.

Рецензент: к.псих.н., доцент кафедри
психології Грандт В.В.

Запоріжжя

2020

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 72 сторінки, 13 таблиць, 1 рисунок, 65 джерел, 3 додатка.

Об'єкт дослідження – емоційна сфера особистості дошкільника та дитячо – батьківські відносини.

Предмет дослідження – вплив дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дитини дошкільного віку.

Мета роботи – дослідити вплив дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дитини дошкільного віку.

Гіпотеза 1: існування залежності між особливостями дитячо – батьківських відносин та емоційним станом: позитивні відносини знижують рівень тривожності й покращують емоційний стан, а негативні відносини збільшують рівень особистісної тривожності та знижують настрій.

Гіпотеза 2: спеціально організовані корекційно – розвиваючі заняття сприяють оптимізації дитячо – батьківських відносин та в перспективі формуванню гармонійно розвинутої особистості дитини.

Методи дослідження: теоретико – методологічний аналіз спеціальної літератури за проблемою дослідження; діагностичні методи: «Тест – опитування батьківського відношення», тест Люшера, метод спостереження.

Наукова новизна полягає в систематизації досліджень такого важливого питання як вплив дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дитини дошкільного віку.

Галузь використання: позашкільні навчальні заклади для дітей.

БАТЬКИ, ДИТИНА, ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВІДНОСИНИ, ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДИТИНИ, РОДИНА.

SUMMARY

Zhamkova T.I. Child-parent relationship as a factor of the emotional well-being of preschool children.

The qualifying work consists of Introduction, 2 Chapters, Conclusion, References (65 items), 3 appendix on 17 pages. The qualifying work volume is 72 pages long, 66 of them - main text. There are 13 tables and 1 illustration.

The qualifying work gives a theoretical survey and describes parent-child relationships and their impact on the emotional state of the child. The master thesis is composed of 2 chapters, each of them dealing with different aspects of parent-child relationships and their impact on the emotional state of the child.

The research object: emotional sphere of the preschooler's personality and child - parent relations.

The research subject: the influence of child - parent relationship on the emotional well - being of the preschool child.

The research goal: to investigate the influence of child - parent relations on the emotional well - being of preschool children.

The research tasks are:

1. Theoretically analyze the essence and components of the problem of child-parent relationship and their impact on the emotional well-being of preschool children;
2. Identify the features of the formation personality preschool child;
3. Empirically identify the features of the emotional state of the preschool child, analyze the features of the child - parent relationship and their impact on the emotional well-being of the child.
4. Provide recommendations and develop a program to optimize the child-parent relationship;
5. Check the effectiveness of the program.

Chapter 1 “Theoretical - methodological analysis of the problem of child - parent relations and emotional well-being of children of preschool age” provides theoretical analysis of the emotional sphere of the preschooler 's personality and child - parent relations.

In the Chapter 2 “empirical study of the influence of child-parent relations on the emotional well-being of a preschool child” includes organization and methods of research, research results of child - parent relations and emotional well - being of preschool children and analysis of practice and ways to optimize the emotional state of children and child - parent relationships.

Key words: parents, child, child-parent relations, emotional state of the child, family.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО – МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ДИТЯЧО – БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН ТА ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	10
1.1. Загальні характеристики дитячо – батьківських відносин.....	10
1.2. Особливості емоційного розвитку дитини дошкільного віку.....	16
1.3. Аналіз впливу дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дітей дошкільного віку.....	19
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ДИТЯЧО – БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	24
2.1. Організація та методики дослідження.....	24
2.2. Результати дослідження дитячо – батьківських відносин та емоційного благополуччя дітей дошкільного віку.....	29
2.3. Аналіз практики та шляхи оптимізації емоційного стану дітей та дитячо – батьківських відносин.....	37
ВИСНОВКИ.....	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	50
ДОДАТКИ.....	56

ВСТУП

Актуальність теми дослідження пояснюється тим, що родина розглядається як середина, де батьки надають значний вплив на формування особистості своїх дітей як емоційно близькі люди, як дорослі, з якими діти ідентифікуються, особливо в період дитинства. Родина - один з головних інструментів, який забезпечує взаємодію особистості та суспільства, інтеграцію та визначення пріоритетності їх інтересів та потреб. Вона дає людині уявлення про життєві цілі та цінності, про те, що треба знати та як себе поводити. В родині дитина отримує перші практичні навички застосування яких використовується во взаєминах з іншими людьми, співвідносить своє «я» з «я» інших людей, засвоює норми, які регулюють поведінку у різних ситуаціях повсякденного спілкування. Пояснення та настанови батьків, як приклад, весь уклад в домі, сімейна атмосфера виробляє у дітей навички поведінки та критерії оцінки добра та зла, достойного та недостойного, справедливого та несправедливого.

На жаль, дуже часто батьки не можуть оцінювати усю міру своєї відповідальності за формування особистості дитини. В такій ситуації дитина не критично засвоює невірні цінності, які транслуються його оточенням, що в подальшому може призвести до деформації особистості. Успішна профілактика порушень особистості та розвитку дітей можлива за наявності надійної інформації про закономірності формування особистості у дитячому віці.

Батьківське відношення може мінятися та набувати ті чи інші риси під впливом зовнішніх факторів. Оптимізація дитячо-батьківських відносин є одним з найважливіших напрямлень роботи психологів. При цьому особливу значимість набуває розвиток у батьків вмінь співвідносити свої інтереси з інтересами дитини. Рішення цієї задачі має труднощі в зв'язку з відсутністю методик розвиваючої

роботи психолога, що беруть до уваги особливості формування особистості дитини та можливий вплив на це батьківського відношення.

Ступінь розробленості проблеми: дослідженню питань, щодо формування особистості у дитинстві приділяли багато уваги в роботах вчених : Л.І. Божовича, А.Н. Леонтьєва, В.С. Мухіна, Е.В. Субботського, Д.Б. Ельконін та ін.; питання сімейного виховання розглядаються педагогами, психологами, психотерапевтами та соціологами: Е. Верза, А.Я. Варга; А. Мунтяном, А. Космовичем та ін.; в психологічній літературі представлено багато робіт, що вивчають типи відношення батьків до дитини в зв'язку з їх впливом на розвиток його особистості, особливостей характеру та поведінки: Дж. Боулбі, В.И. Гарбузов, В.П. Захаров, Ейнсуорт та ін., в них розглядаються якості матері, що формують кріпкі та не кріпкі прив'язаності до дитини; виявляються характеристики «оптимальної матері» чи «вдосталь хорошої матері», розглядаються різні моделі батьківської поведінки; у вітчизняній науці та практиці дитячо-батьківські взаємини вивчали: А. Я. Варга, В. В. Столін, А. С. Співаковська та ін.

До проблеми емоційного благополуччя звертаються майже усі автори, що займаються дослідженням емоцій. На сьогодні проблема емоційного благополуччя особистості найбільш детально вивчається за двома науковими напрямками: соціально-психологічному (Н.В. Дмитрієва, В.А. Труфакін, Аргайл, Р. Бернс,

Л. Фестингер, Дж. Мід) та психофізіологічному (В.М. Бехтерєв, К.Е. Ізард, М.І. Чистякова).

Актуальність теми дослідження пояснюється ще й тим, що на сьогодні проблема емоційного благополуччя особистості в психології залишається малодослідженою. Дуже багато її аспектів є недостатньо обґрунтованими та потребують найбільш глибокого проникнення у сутність цього явлення.

Об'єкт дослідження: емоційна сфера особистості дошкільника та дитячо – батьківські відносини.

Предмет дослідження: вплив дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дитини дошкільного віку.

Мета дослідження: дослідити вплив дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дітей дошкільного віку.

Гіпотеза 1: існування залежності між особливостями дитячо – батьківських відносин та емоційним станом: позитивні відносини знижують рівень тривожності й покращують емоційний стан, а негативні відносини збільшують рівень особистісної тривожності та знижують настрій.

Гіпотеза 2: спеціально організовані корекційно – розвиваючі заняття сприяють оптимізації дитячо – батьківських відносин та в перспективі формуванню гармонійно розвинутої особистості дитини.

Завдання дослідження:

1. Теоретично проаналізувати сутність та складові проблеми дитячо-батьківських відносин та їх вплив на емоційне благополуччя дитини дошкільного віку;

2. Виявити особливості формування особистості дитини дошкільного віку;

3. Емпірично виявити особливості емоційного стану дитини дошкільного віку, проаналізувати особливості дитячо – батьківських відносин та їх вплив на емоційне благополуччя дитини.

4. Надати рекомендації та розробити програму з оптимізації дитячо – батьківських відносин;

5. Провести перевірку ефективності програми.

Методи дослідження: теоретико – методологічний аналіз спеціальної літератури за проблемою дослідження; діагностичні методи: «Тест – опитування батьківського відношення», тест Люшера, метод спостереження.

Наукова новизна полягає в систематизації досліджень такого важливого питання як вплив дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дитини дошкільного віку.

Практична значущість дослідження: отримані в результаті дослідження теоретичні дані можуть бути корисними батькам, вихователям, педагогам.

Структура кваліфікаційної роботи магістра. Складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел з 65 найменувань та трьох додатків на 16 сторінках. Загальний обсяг основного тексту 72 сторінки. Робота містить 13 таблиць та 1 рисунок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН ТА ЕМОЦІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Основні характеристики дитячо – батьківських відносин

Поняття дитячо – батьківських відносин достатньо широке та багатозначне: батьківські установки та типи поведінки стосовно їх; батьківські позиції; типи батьківського відношення; типи відношень «мати—дитина»; типи позитивного та помилкового батьківського авторитета; типи (стилі) виховання дітей; риси патогенних типів виховання; параметри виховного процесу; сімейні ролі дитини; стилі спілкування дорослих у родині та школі.

Карабанова О.А. надає наступне визначення феномену дитячо - батьківських відносин - це система міжособистісних установок, орієнтацій, очікувань у вертикальному напрямленні за віковими сходами: знизу вверху («дитина - батьки») та зверху вниз («батьки - дитина»), що визначається спільною діяльністю та спілкуванням між членами сімейної групи [17].

Поняття «батьківське ставлення» має найбільш загальний характер і вказує на взаємозв'язок і взаємозалежність батьків і дитини. Батьківське ставлення включає в себе суб'єктивно-оцінне, свідомо-виборче уявлення про дитину, яка визначає особливості батьківського сприйняття, спосіб спілкування з дитиною, характер прийомів впливу на нього. Як правило, в структурі батьківського ставлення виділяють емоційний, когнітивний та поведінковий компоненти. Поняття «батьківська позиція» і «батьківська установка» використовуються як синоніми батьківських відносин, але вони відрізняються ступенем усвідомленості.

Батьківська позиція скоріш пов'язана зі свідомо прийнятими, виробленими поглядами, намірами; установка - менш однозначна.

Дитячо-батьківські відносини складають найважливішу підсистему відносин сім'ї як цілісної системи і можуть розглядатися як безперервні, тривалі і опосередковані віковими особливостями дитини і батьків відносини. За

А.С. Співаковською - дитячо-батьківські відносини - як найважливіша детермінанта психічного розвитку та процесу соціалізації дитини можуть бути визначені наступними параметрами:

- характер емоційного зв'язку: з боку батьків - емоційне прийняття дитини (батьківська любов), з боку дитини - прихильність і емоційне ставлення до батьків. Особливістю дитячо-батьківських відносин у порівнянні з іншими видами міжособистісних відносин є їх висока значимість для обох сторін;

- мотиви виховання і батьківства;
- ступінь залученості батьків і дитини у дитячо-батьківські відносини;
- задоволення потреб дитини, турбота і увага до неї від батьків;
- стиль спілкування і взаємодії з дитиною, особливості прояву батьківського лідерства;

- спосіб вирішення проблемних і конфліктних ситуацій; підтримка автономії дитини;

- соціальний контроль: вимоги і заборони, їх зміст і кількість; спосіб контролю; санкції (заохочення і підкріплення); батьківський моніторинг;

- ступінь стійкості і послідовності (суперечливості) сімейного виховання [52].

А.С. Співаковська виділяє наступні інтегративні показники дитячо-батьківських відносин:

- батьківська позиція, яка визначається характером емоційного прийняття дитини, мотивами і цінностями виховання, моделями рольової батьківської поведінки, ступенем задоволеності батьківством;

- тип сімейного виховання, який визначається параметрами емоційних відносин, стилем спілкування і взаємодії, ступенем задоволення потреб дитини, особливостями батьківського контролю і ступенем послідовності в його реалізації;
- образ батьків як вихователів і образ системи сімейного виховання у дитини. Цей показник став предметом наукового дослідження і широкого обговорення порівняно недавно. Виникнення інтересу до вивчення позиції дитини в системі дитячо-батьківських відносин обумовлено тим, що дитина, як і батьки, є її активним учасником. Зміна виховної парадигми від ставлення до дитини як до об'єкта виховання до гуманістичної установки - дитина як суб'єкт виховання і рівноправний учасник відносин, що відбулося в останній чверті ХХ ст. в суспільній свідомості, є основою перегляду концепту дитячо-батьківських відносин у бік все більшого врахування позиції самої дитини як активного творця цих відносин [52].

Роль образу батьків та дитини в дитячо-батьківських відносинах полягає в орієнтуванні в зазначеній системі відносин з метою досягнення, узгодженості і співробітництва в вирішенні завдань спільної діяльності і забезпеченні необхідних умов гармонійного розвитку дитини [29].

Вітчизняні психологи виділяють найбільш істотні характеристики гармонійних дитячо - батьківських відносин:

По-перше, це задоволення базових потреб дитини в системі дитячо - батьківських відносин: потреба в безпеці і емоційній близькості з іншими людьми; задоволення потреб, що виникають у процесі дитячо - батьківської взаємодії: прийняття та визнання індивідуальності дитини, збереження дитиною свого «Я» як автономної реальності.

По-друге, важливий достатній рівень усвідомлення батьками індивідуальних особливостей дитини, розуміння їх психофізіологічної, психологічної та соціально - психологічної природи.

І по-третє, свідома і відповідальна організація батьками конструктивного стилю взаємодії адекватного індивідуальним особливостям розвитку дитини.

Всі ці якісні характеристики і умови дитячо - батьківських відносин визначають зміст взаємодії батьків і дитини. Базовою характеристикою ефективних відносин виступає емоційна підтримка.

Дитячо-батьківські відносини - двосторонній процес взаємовідносин, в якому беруть участь два суб'єкта - батьки і дитина. Це ставлення формує образи один одного: як у батьків - образ дитини, так і у дитини - образ її батьків.

Система дитячо - батьківських відносин має особливе значення для розвитку будь-якої людини і вирішення життєво важливих завдань [22].

Є.Г. Ейдеміллер виділяє 3 основних типи відносин батьків і їх дітей:

1. Тип зайвої залученості (авторитарний контроль)
2. Типи зайвої відстороненості (емоційне відкидання)
3. Оптимальний тип [56].

Тип зайвої залученості

Надмірна батьківська любов, надмірні опіка та участь в справах і житті дитини і, навіть, проникнення в його внутрішній світ. В цьому випадку его дитини як би розчиняється, стає нечітким. Батьки прагнуть реалізувати всі потреби дитини, а й передбачити і виконати його бажання, які часто ще навіть не сформувалися. Вони прощають малюкові все, думають і роблять замість нього. Дитина росте несамостійною і інфантильною, поняття «можна-не можна», «добре-погано» йому не зрозумілі. Гіперопіка фіксує існуючі у дитини труднощі розвитку і може породити проблеми у психічно і фізично здорової дитини. Звівши навколо своєї дитини стіну з любові, турботи і допомоги, такі батьки гальмують процес розуміння і розвитку багатьох навичок, а також не відбувається засвоєння їм норм поведінки в суспільстві. Така дитина живе в ілюзорному світі, не відаючи ні праці, ні турбот, поступово стаючи егоїстичним і безпорадним. При вступі до школи, перш за все, виявляють себе складності в вольовій та емоційній сферах.

Тип зайвої відстороненості

Цей тип відносин характеризують: зневага до дитини, небажання рахуватися з його особливостями і повна відсутність уваги до нього, що, природно, робить шкідливий вплив і на розвиток особистості дитини. Дитину або жорстко контролюють, або навпаки, не звертають на неї уваги. Природні якості не підкріплюються або придушуються. Не отримуючи можливості проявитися і розвинутися, ці якості можуть придбати негативну спрямованість: завзятість перейде в упертість, жвавість і активність в нестійкість, неспішність і обережність в пасивність. Дитина, позбавлена сильних і неоднозначних доказів батьківської любові, яка виховується в умовах емоційного відкидання, має мало можливостей для формування самоповаги, теплих і дружніх відносин з іншими людьми і стійкого позитивного образу «Я». Відсутність позитивного досвіду взаємодії зі старшими близькими призводить до того, що такі діти «варяться у власному соку», закріплюючи емоційний досвід, що склався на основі дитячих реакцій. В результаті - низька самооцінка і самознищення особистості дитини. І як наслідок такого типу сімейних відносин - крайню неповагу до особистості іншої людини.

Оптимальний тип дитячо-батьківських відносин

Для нього характерна повна взаємна довіра між батьками і дитиною, можливість діалогу у будь-яких життєвих труднощах. При цьому позитивні якості дитини посилюються, а негативні долаються або набувають більш допустимої форми. У відносинах присутнє відкрите особистісне спілкування між батьками і дитиною, мета якого - повне розкриття і розвиток індивідуальних особливостей, потенційних можливостей як дитини, так і дорослого. У цьому випадку особистість дитини (в плані його самооцінки і уявлень про самого себе) розвивається нормально, а процес виховання дитини батьками полегшується.

Крім того, виділяються чотири принципи, які варто враховувати при реалізації оптимального типу дитячо-батьківських відносин:

- принцип рівності. Взаємини повинні підтримуватися на рівні партнерства, адже «дитина - це просто людина, що володіє свободою бути і стати, правом бути зрозумілим і прийнятним, зі здатністю сприймати і розуміти інших» (В.Каган):

- принцип добровільності, як відсутність насильства над особистістю іншої людини;

- принцип відкритості і щирості. Важливо вміти визнавати свої помилки і бути чесними. Діти особливо відчують фальш;

- принцип взаємної поваги один до одного [35].

А. С. Співаковська вважає: «Любов, прийняття, повага, розуміння які батьки закладають в своє дитя в перші п'ять років, воно пронесе по життю. Як правило, така людина виростає життєстійкою та оптимістичною. Даруйте любов своїм дітям, її багато не буває. Потреба в батьківській любові не тільки найсильніша з усіх людських потреб, але і найтриваліша. Пройдуть захоплення, відлунають пристрасті, які колись так вразили наше життя, але любов до батьків і необхідність відповідної любові залишається з нами до кінця наших днів» [52].

Отже, понятійний апарат дитячо-батьківських відносин досить широкий і багатозначний. Як зазначає В.С. Мухіна, «в реальному житті все ще складніше, ніж в будь-якій класифікації», тому сучасні батьки повинні свідомо прагнути до пошуку найбільш ефективного стилю індивідуального виховання дитини в сім'ї [32].

Дитячо-батьківські відносини складають найважливішу підсистему відносин сім'ї як цілісної системи і розглядаються як безперервні, тривалі і опосередковані віковими особливостями дитини і батьків відношення. Дитячо-батьківські відносини як найважливіше поняття успіху розвитку дитини можуть бути визначені наступними параметрами: характер емоційного зв'язку, мотиви виховання і батьківства, ступінь залученості батьків і дитини в дитячо-батьківські відносини, задоволення потреб дитини, турбота і увага до нього батьків, стиль спілкування і взаємодії з дитиною, особливості прояву батьківського лідерства,

спосіб вирішення проблемних і конфліктних ситуацій; підтримка автономії дитини, соціальний контроль, ступінь стійкості і послідовності (суперечливості) сімейного виховання.

1.2. Особливості емоційного розвитку дитини дошкільного віку

Безумовно, дошкільний вік є предметом пильної уваги вчених і практиків як важливий і відповідальний період в житті людини, як момент народження особистості. У цей період відбувається прискорений розвиток психічних процесів, властивостей особистості, маленька людина активно освоює широкий спектр різних видів діяльності. На етапі дошкільного дитинства розвивається самосвідомість, формується самооцінка, відбувається вибудовування ієрархії мотивів, і їх супідрядність. І саме в цей період найбільш важливим є вплив сім'ї на психічний розвиток дитини, вплив існуючої в ній системи внутрішньосімейних, а також дитячо-батьківських відносин [9].

Дошкільний вік можна назвати періодом найбільш інтенсивного освоєння смислів і цілей людської діяльності, періодом інтенсивної орієнтації в них. Головним параметром стає нова внутрішня позиція, новий рівень усвідомлення свого місця в системі суспільних відносин. Якщо дитина в кінці раннього дитинства говорить: «Я великий», - то дошкільник до 7 років починає вважати себе маленьким. Таке розуміння засноване на усвідомленні своїх можливостей і здібностей. Дитина розуміє, що для того, щоб включитися в світ дорослих, необхідно довго вчитися. Кінець дошкільного дитинства знаменує собою прагнення зайняти більш дорослу позицію, тобто піти до школи, виконувати більш високо оцінену суспільством і більш значну для нього діяльність - навчальну.

У дошкільному дитинстві значні зміни відбуваються у всіх сферах психічного розвитку дитини. Як ні в якому іншому віці, дитина освоює широке коло діяльності, а саме: ігрову, трудову, продуктивну, побутову, діяльність спілкування та інше [15].

У пізнавальній сфері головним досягненням є освоєння засобів і методів пізнавальної діяльності. Між пізнавальними процесами встановлюються тісні взаємозв'язки, вони все більше і більше інтелектуалізовані, усвідомлювані, набувають довільний, керований характер. Складається перший схематичний прояв дитячого світогляду на основі диференціації природних і суспільних явищ, живої та неживої природи, рослинного і тваринного світу.

У сфері розвитку особистості виникають перші етичні інстанції, складається супідрядність мотивів, формується диференційована самооцінка і особистісна свідомість.

Виховання емоцій зберігає провідне значення протягом усього дитинства. Емоції дитини відрізняються різноманітністю, відкритістю, злитістю, частою зміною, рухливістю, імпульсивністю, неусвідомленістю. Вони пов'язані з виразом своїх можливостей. Гармонійний розвиток емоційної сфери можливий тільки за умови дбайливого підходу до формування почуттів маленької дитини з урахуванням психофізіологічних особливостей кожного вікового етапу [22].

Емоційний розвиток дошкільника пов'язаний насамперед з появою у нього нових інтересів, мотивів і потреб. Найважливішою зміною у мотиваційній сфері виступає виникнення громадських мотивів, вже не обумовлених досягненням вузько особистих утилітарних цілей. Тому інтенсивно починають розвиватися соціальні емоції і моральні почуття, які в дошкільному віці відсутні або спостерігалися в зародковому стані. До змін в емоційній сфері призводить встановлення ієрархії мотивів. Виділення основного мотиву, якому підпорядкована ціла система інших, стимулює стійкі і глибокі переживання. Причому вони відносяться не до найближчих, миттєвим, а досить віддалених

результатів діяльності. Тобто емоційні переживання тепер викликаються не тим фактом, який безпосередньо сприймається, а глибоким внутрішнім змістом, який цей факт набуває в зв'язку з провідним мотивом діяльності дитини. Почуття втрачають ситуативність, стають більш глибокими за смисловим змістом, виникають у відповідь на передбачувані уявні обставини (П. Якобсон) [57]. У дошкільника формується емоційне передбачення, яке змушує його переживати з приводу можливих результатів діяльності, передбачити реакцію інших людей на його вчинки. Тому роль емоцій в діяльності дитини істотно змінюється. Якщо раніше дитина відчувала радість від того, що отримала бажаний результат, то тепер вона тішиться тому, що може цей результат отримати. Якщо раніше він виконував моральну норму, щоб заслужити позитивну оцінку, то тепер він її виконує, передбачаючи, як зрадіють навколишні його вчинку [15]. Поступово дошкільник починає передбачати не тільки інтелектуальні, але й емоційні результати своєї діяльності. Припускаючи, як зрадіє мама, він робить їй подарунок, відмовляючись від привабливої гри. Саме в дошкільному віці дитина освоює вищі форми експресії - вираження почуттів за допомогою інтонації, міміки, пантоміміки, що допомагає їй зрозуміти переживання іншої людини, «відкрити» їх для себе.

Таким чином, з одного боку, розвиток емоцій обумовлено появою нових мотивів, а з іншого - емоційне передбачення забезпечує цю супідрядність.

Зміни в емоційній сфері пов'язані з розвитком не тільки мотиваційної, а й пізнавальної сфери особистості, самосвідомості. Включення мови в емоційні процеси забезпечує їх інтелектуалізацію, коли вони стають більш усвідомленими, узагальненими. Перші спроби стримати свої почуття, наприклад зовнішні їх прояви - сльози, можна помітити у дитини в 3-4 роки. Хоча малюкові це ще погано вдається. Старший дошкільник певною мірою починає управляти вираженням емоцій, впливаючи на себе за допомогою слова [9].

1.3. Аналіз впливу дитячо – батьківських відносин на емоційне благополуччя дітей дошкільного віку

Отже, емоція - це «складний психологічний механізм, прижиттєво формується в процесі діяльності дитини і є важливим регулятором поведінки і діяльності відповідно потребам та інтересам дитячої особистості».

Згідно з дослідженнями Л.А. Абрамян, М.І. Лісіна, Т.А. Репіной, «емоційне благополуччя» можна визначити як стійке емоційно-позитивне самопочуття дитини, основою якого є задоволення основних вікових потреб: як біологічних, так і соціальних.

А.Д. Кошелева, В.І. Перегуда, І.Ю. Ільїна, Є.П. Свердлова, Є.П. Арнаутова визначають емоційне благополуччя як стійко-позитивний, комфортно-емоційний стан дитини, що є основою ставлення дитини до світу і впливає на особливості переживань, пізнавальну сферу, емоційно-вольову, стиль переживання стресових ситуацій, ставлення з однолітками.

Ключовим словом для опису емоційного благополуччя є «гармонія» або «баланс». Перш за все, це гармонія між емоційним та інтелектуальним, між тілесним і психічним благополуччям. Тільки узгоджене функціонування цих систем, їх єдність може забезпечити успішне виконання будь-яких форм діяльності [15].

В емоційному благополуччі можна виділити кілька складових, кожна з яких представляє собою континуум між позитивним і негативним полюсами. У сукупності вони являють собою рівень загального емоційного благополуччя дитини.

- Емоція задоволення - незадоволення як зміст переважного фону настрою.
- Переживання успіху - неуспіху досягнення цілей.

- Переживання комфорту як відсутність зовнішньої загрози і фізичного дискомфорту.
- Переживання комфорту в присутності інших людей і ситуації взаємодії з ними.
- Переживання оцінки іншими результатів активності дитини [9].

Всі ці складові можуть мати різний зміст, тобто різну «точку» на континуумі від «+» до «-», проте їх не може не бути взагалі. Щоб зрозуміти, що саме входить у функції матері і як вони забезпечують ту індивідуальну точку на континуумі, яка визначає рівень емоційного благополуччя конкретної дитини, необхідно уявити собі онтогенез всіх складових емоційного благополуччя дитини.

Перші уявлення про емоційне благополуччя дитини виникли в рамках класичних підходів до вивчення психології особистості.

Виділяються три основних рівня емоційного благополуччя: високий, середній і низький.

Високий рівень емоційного благополуччя формується при емоційно-приймаючому і підтримуючому типі взаємодії [22].

Під високим рівнем емоційного розвитку прийнято розуміти: бажання вступати в спілкування, взаємодіяти тривалий час; успішну участь в колективних справах, успішне виконання лідерських, і пасивних ролей, вміння владнати конфлікт, поступитися або наполягати на своєму, визнання і адекватне виконання правил, запропонованих дорослими, дбайливе ставлення до світу почуттів людей і предметного світу, вміння зайняти себе, володіння адекватними способами вираження свого внутрішнього стану і таке інше [15].

Загальним висновком, який належать до цього підходу, є констатація потреби дитини в наявності і підтримці почуття безпеки і впевненості в його забезпеченні дорослими, в першу чергу - матері. Воно забезпечується проявом турботи дорослого і демонстрацією дитині свого позитивно-емоційного ставлення до неї. В результаті у дитини, по-перше, виникає і підтримується почуття

емоційного комфорту, а по-друге, виникає прихильність до дорослого, який цей комфорт забезпечує. Наявність прихильності до дорослого і поведінка прихильності забезпечує дитині впевненість у підтримці дорослого і своєчасне її одержання.

У вітчизняній психології традиційно наголос було зроблено на емоційні переживання дитини у взаємодії з дорослими. Мати спочатку розглядається як джерело стимуляції, яке би задовольняло потреби у враженнях.

Згідно з концепцією відносин В.Н. Мясищева, в структурі власне батьківських ставлень можна виділити три компоненти, за допомогою яких описуються психологічні відносини: емоційний, когнітивний і поведінковий. Емоційний компонент батьківських ставлень - сукупність переживань, пов'язаних з дитиною; когнітивний - уявлення батьків про характер, потреби, інтереси та цінності дитини; поведінковий - стиль поводження з дитиною [33].

За визначенням А.С. Співаковської, батьківська позиція - це реальна спрямованість, що дозволяє описувати широкий фон відносин, в основі яких лежить свідомі і несвідомі оцінки дитини, що виражається в способах і формах взаємодії з нею, а також дозволяє представити структуру в цілому і вивчити, яким чином ті чи інші, свідомі і несвідомі, мотиви структури особистості батьків виражаються, актуалізуються в конкретних формах поведінки дітей, а також взаєморозуміння з ними [52].

Батьківське ставлення - система різноманітних почуттів по відношенню до дитини, поведінкових стереотипів, що практикуються в спілкуванні з нею, особливостей сприйняття і розуміння характеру особистості дитини, її вчинків.

Існує чотири групи сімей, що відрізняються за типом і забарвленістю емоційних міжособистісних зв'язків:

- сім'ї з найбільшим числом позитивних емоційних зв'язків і відсутністю негативних емоцій (гіперопіка батьками);

- сім'ї з переважанням позитивних емоцій при незначній частці негативних, що виникають як безпосередня реакція на заборони батьків, вимоги дисципліни, порядку, проте не зачіпають особистісних відносин і соціальних потреб дитини (розумна любов);
- сім'ї з співіснуванням в рівній мірі позитивних і негативних відносин (амбівалентне батьківське ставлення);
- сім'ї з переважанням негативних емоційних зв'язків між батьками і дітьми.

Дана класифікація вказує на значущість характеру емоційних зв'язків у родині [22].

Емоційна депривація дитини в цьому віці веде до затримки і спотворень розвитку не лише спілкування, а й усієї емоційно-особистісної сфери. Основна увага приділяється структурі і змісту емоційної сфери дитини, хоча заперечується вплив її емоційного стану на розвиток пізнавальної сфери. Роль емоційного спілкування в попередженні та терапії деприваційних наслідків (госпіталізм і його більш м'які форми) відзначається не тільки в розвитку самого спілкування і всіх інших форм діяльності (які є основним предметом дослідження), а й у формуванні та підтримці стабільного, благополучного (а точніше - емоційно-позитивного) стану дитини.

Функції матері в забезпеченні емоційного комфорту дитини більш прицільно вивчаються в рамках двох напрямів вітчизняної психології: в підлітковому і пред підлітковому віці, де викривлена материнсько-дитяча взаємодія розглядається як джерело порушення емоційно-особистісної сфери та психічного здоров'я дитини. Сюди відносяться дослідження батьківського ставлення, батьківської позиції, стилю дитячо-батьківських взаємин. Другий напрямок пов'язаний з вивченням варіантів материнсько-дитячих відносин і їх наслідків для психічного розвитку дитини - це дошкільний вік. Почуття емоційного комфорту служить показником оптимального стану дитини в системі

«Я-Світ», і є необхідною умовою її розвитку. Воно визначається позитивним емоційним ставленням матері, яке активно відображається в процесі взаємодії з дитиною. Порушення такої поведінки матері (різні форми емоційної депривації) веде до спотворення психічного розвитку дитини, причому у всіх сферах [34].

У дослідженнях емоційного стану дітей дошкільного віку стійко позитивний, комфортно емоційний стан дитини розглядається як базовий, який є основою усіх відносин дитину до світу і впливає на особливості переживання сімейної ситуації, пізнавальну сферу, емоційно-вольову сферу, стиль переживання стресових ситуацій, ставлення з однолітками. Узагальнено такий базовий емоційний стан характеризується як почуття емоційного благополуччя. Виділяються три основних рівня емоційного благополуччя: високий, середній і низький, що корелюють з типом материнсько-дитячої взаємодії і його виразністю. Високий рівень емоційного благополуччя формується при емоційно-приймаючому відношенні і підтримуючому типі взаємодії. Різні форми емоційно-залежних і емоційно-відкидаючих типів взаємодії і ступінь їх вираженості продукують середній чи низький рівень емоційного благополуччя дитини. Дослідження емоційного благополуччя дитини в різному віці і його зв'язку зі ставленням і поведінкою матері показали, що воно проявляється не тільки в переважному позитивному настрої, але і в стилі переживання результатів дій, успіхів і невдач, розвитку пізнавальної мотивації, включенні дорослого в спільну діяльність, відношенні до оцінки дорослого, розвитку самоконтролю, стилі переживання ситуації розлуки з близьким дорослим, переживанні сімейної ситуації. У дитинстві стан емоційного благополуччя визначається як базове почуття емоційного комфорту, що забезпечує довірче й активне ставлення до світу. [15].

Таким чином, саме емоційне благополуччя є найбільш ємним поняттям визначення розвитку дитини. Воно не залежить від культурних і індивідуальних особливостей дитини, а тільки від оптимальності системи «мати-дитина» і тому може розглядатися як критерій успішності материнства.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Організація та методики дослідження

Дослідження проводилося у 2020 році у Сімейному Монтесорі клубі “Острів Чомучка” (м.Запоріжжя). У дослідженні взяли участь 10 дітей 4-5 річного віку, що відвідують заняття у Сімейному Монтесорі клубі “Острів Чомучка”.

Дослідження складалося з трьох етапів: констатуючий, корекційний, контрольна діагностика.

На першому етапі дослідження було проведено дослідження дитячо - батьківських відносин і особливостей емоційного стану дитини.

Потім згідно з результатами констатуючого дослідження було проведено програму для батьків, спрямовану на корекцію емоційного стану дітей.

З метою діагностики дитячо - батьківських відносин проведено дослідження за допомогою методики «Тест - опитувальник батьківського ставлення».

Тест-опитувальник батьківського ставлення представляє собою психодіагностичний інструмент, орієнтований на виявлення батьківського ставлення до дітей, що звертаються за психологічною допомогою з питань виховання дітей і спілкування з ними.

Батьківське ставлення розуміється як система різноманітних почуттів по відношенню до дитини, поведінкових стереотипів, що практикуються в спілкуванні з ним, особливостей сприйняття і розуміння характеру й особистості дитини, її вчинків.

Опитувальник складається з 5 шкал.

1. «Прийняття - відторгнення» - шкала відображає інтегральне емоційне ставлення до дитини. Утримання одного полюса шкали: батькові чи матері подобається дитина такою, яка вона є. Батьки поважають індивідуальність дитини, симпатизують їй. Батьки прагнуть проводити багато часу разом з дитиною, схвалюють її інтереси і плани. На іншому полюсі шкали: батьки сприймають свою дитину поганою, не пристосованою, невдахою. Їм здається, що дитина не досягне успіху в житті через низькі здібності, невеликий розум, погані схильності. Здебільшого батьки відчують до дитини злість, досаду, роздратування, образу. Вони не довіряють дитині і не поважають її.

2. «Кооперація» - соціально бажаний образ батьківських відносин. Змістовно ця шкала розкривається так: батьки зацікавлені у справах і планах дитини, намагаються у всьому допомогти дитині, співчують їй. Батьки високо оцінюють інтелектуальні і творчі здібності дитини, відчують почуття гордості за неї. Вони заохочують ініціативу і самостійність дитини, намагаються бути з нею на рівних. Батьки довіряють дитині, намагаються стати на її сторону в спірних ситуаціях та питаннях.

3. «Симбіоз» - шкала відображає міжособистісну дистанцію в спілкуванні з дитиною. При високих балах по цій шкалі можна вважати, що батьки прагнуть до симбіотичних відносин з дитиною. Змістовно ця тенденція описується так - батьки відчують себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі потреби дитини, захистити її від труднощів і неприємностей життя. Батьки постійно відчують тривогу за дитину, дитина їм здається маленькою і беззахисною. Тривога батьків підвищується, коли дитина починає проявляти самостійність в силу обставин, тому що по своїй волі батьки не надають дитині самостійності ніколи.

4. «Авторитарна гіперсоціалізація» - відображає форму і напрямок контролю за поведінкою дитини. При високому балі за цією шкалою в батьківському відношенні даних батьків чітко проглядається авторитаризм. Батьки вимагають

від дитини беззастережного послуху і дисципліни. Вони намагаються нав'язати дитині в усьому свою волю, не в змозі сприймати її точку зору. За прояв свавілля дитину суворо карають. Батьки пильно стежать за соціальними досягненнями дитини, її індивідуальними особливостями, звичками, думками, почуттями.

5. «Маленький невдаха» - відображає особливості сприйняття і розуміння дитини батьками. При високих значеннях за цією шкалою в батьківському відношенні даних батьків є прагнення інфантилізувати дитину, приписувати їй особисту і соціальну неспроможність. Батьки бачать дитину молодшою в порівнянні з реальним віком. Інтереси, захоплення, думки і почуття дитини здаються батькам дитячими, несерйозними. Дитина видається не пристосованою, не успішною, відкритою для поганих впливів. Батьки не довіряють своїй дитині, нарікають на її невірність. У зв'язку з цим батьки намагаються захистити дитину від труднощів життя і суворо контролюють її дії.

На основі значущих чинників загальної вибірки була побудована структура справжнього опитування.

Валідність опитувальника визначається методом відомих груп. За Т-критерієм обчислювалась дискримінативність чинників експериментальної групи у всіх вибірках. Опитувальник і ключ до тесту зазначено у додатку А.

Для діагностики емоційного стану дітей, враховуючи особливості віку, було обрано «Колірний тест емоційних станів».

Визначення настрою дитини в дитячому закладі на заняттях проходило за допомогою колірного тесту емоційних станів на основі тесту Люшера. Поганий настрій дитини, складні взаємини з педагогом або однолітками можуть вплинути на успішність його діяльності.

Для діагностики використовували 8 кольорових квадратиків (оригінальної версії), приклад яких представлено на малюнку зазначеному у додатку Б.

Дитині пропонувалося вибрати квадратик, який схожий на її настрій, в дитячому закладі на заняттях, коли вона спілкується з мамою, другом і таке інше.

Так само для діагностики емоційного стану дітей ми використовували метод спостереження.

Кожна дитина проявляє свої емоції по-різному. Слід звертати увагу на ступінь прояву емоцій конкретної дитини в тій чи іншій ситуації, і саме цю реакцію покласти в основу оцінки емоційного стану. Для цього використовується шкала оцінки прояву емоційного стану (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Шкала оцінки прояву емоційного стану

Ступінь вираженості	Характеристика	Способи прояву
1 бал	зовнішні прояви емоцій відсутні або виражені незначно	відсутні
2 бали	емоційні прояви виражені середньо	міміка, поза, слова
3 бали	емоції виражені сильно	міміка, мова, рухова активність

При спостереженні за дитиною її емоційний стан фіксується за відповідною індивідуальною схемою (табл. 2.2).

Переважаюча кількість балів за певною шкалою (Р - радість; Г - гнів; С - страх; С - сум) говорить про емоційне благополуччя або неблагополуччя дитини.

Примітка: Р-радість, Г- гнів, С - страх, С- сум.

2.2. Результати дослідження дитячо – батьківських відносин та емоційного благополуччя дітей дошкільного віку

З метою діагностики дитячо - батьківських відносин проведено дослідження за допомогою методики «Тест - опитувальник батьківського ставлення».

В таблиці 2.3 зазначено результати дослідження - відповіді мам дітей.

Таблиця 2.3

Результати дослідження за методикою "Тест – опитувальник батьківського ставлення"- відповіді мам

Ім'я та прізвище дитини (результати відповідей мам)	Прийняття-- відторгнення	Кооперація	Симбіоз	Авторитарна гіперсоціалізація	Інфан-тилізація	Переважаючий тип батьківського ставлення
	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	
1. Настя Ж.	10 53,79	7 31,19	2 39,06	1 13,86	0 14,55	прийняття
2. Вова К.	12 77,21	7 31,19	4 74,97	1 13,86	1 45,57	відторгнення
3. Ріта К.	12 77,21	7 31,19	4 74,97	1 13,86	1 45,57	відторгнення
4. Глеб Я.	10 53,79	7 31,19	5 86,63	3 53,87	0 14,55	симбіоз

Продовження табл.2.3

5. Уляна Д.	16 92,40	7 31,19	3 57,96	2 32,13	2 70,25	відторгнення
6. Боря Д.	11 68,35	8 48,82	3 57,96	1 13,86	0 14,55	відторгнення
7. Софія І.	11 68,35	8 48,82	4 74,97	3 53,87	1 45,57	симбіоз
8. Оля С.	9 31	7 31,19	4 74,97	3 53,87	1 45,57	симбіоз
9. Ксюша К.	13 84,17	6 19,22	3 57,96	4 69,30	2 70,25	відторгнення
10. Тімур К.	11 68,35	8 48,82	4 74,97	4 69,30	1 45,57	симбіоз

За результатами дослідження мам ми бачимо, що такий тип відносин як прийняття проявила 1 мама, симбіоз - 4 мами, відторгнення – 5 мам.

В таблиці 2.4 зазначено результати дослідження - відповіді тат дітей.

Таблиця 2.4

**Результати дослідження за методикою "Тест – опитувальник
батьківського ставлення"- відповіді тат**

Ім'я та прізвище дитини (результати відповідей тат)	Прийняття-- відторгнення	Кооперація	Симбіоз	Авторитарна-гіперсоціалізація	Інфантилізація	Переважуючий тип батьківського ставлення
	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	

Продовження табл. 2.4

	10	7	2	1	0	
1. Настя Ж.	53,79	31,19	39,06	13,86	14,55	прийняття
	10	7	3	3	0	
2. Вова К.	53,79	31,19	57,96	32,13	14,55	симбіоз
	10	7	3	3	0	
3. Ріта К.	53,79	31,19	57,96	32,13	14,55	симбіоз
	10	7	5	3	0	
4. Глеб Я.	53,79	31,19	86,63	53,87	14,55	симбіоз
	16	7	3	2	2	
5. Уляна Д.	92,40	31,19	57,96	32,13	70,25	відторгнення
	11	8	1	4	1	
6. Боря Д.	68,35	48,82	19,53	69,30	45,57	гіперсоціалізація
	11	8	4	3	1	
7. Софія І.	68,35	48,82	74,97	53,87	45,57	симбіоз
	7	5	3	4	0	
8. Оля С.	12,02	12,29	57,96	69,30	14,55	гіперсоціалізація
	13	6	3	4	2	
9. Ксюша К.	84,17	19,22	57,96	69,30	70,25	відторгнення
	10	8	3	4	2	
10. Тімур К.	53,79	48,82	57,96	69,30	70,25	інфантилізація

За результатами дослідження тат ми бачимо, що такий тип відносин як прийняття та інфантилізація проявив 1 тато, відторгнення та гіперсоціалізація – 2 тата, симбіоз - 4 тата.

В таблиці 2.5 представлені зведені дані по діагностиці типу батьківського ставлення.

Таблиця 2.5

Тип батьківського ставлення

Ім'я та прізвище дитини	Тип батьківського ставлення
1. Настя Ж.	прийняття / прийняття
2. Вова К.	відторгнення / симбіоз
3. Ріта К.	відторгнення / симбіоз
4. Глеб Я.	симбіоз / симбіоз
5. Уляна Д.	відторгнення / відторгнення
6. Боря Д.	відторгнення / гіперсоціалізація
7. Софія І.	симбіоз / симбіоз
8. Оля С.	симбіоз / гіперсоціалізація
9. Ксюша К.	відторгнення / відторгнення
10. Тімур К.	симбіоз / інфантилізація

Бачимо, що такий тип відносин як симбіоз проявили 8 батьків, відторгнення - 7 батьків, прийняття та гіперсоціалізація - 2 батьків, інфантилізація - 1 батько.

Таким чином, ми бачимо, що в більшості родин між батьками та дітьми (на думку батьків) склались відносини по типу симбіозу та відторгнення.

Симбіоз шкала відображає міжособистісну дистанцію в спілкуванні з дитиною. При високих балах по цій шкалі можна вважати, що батьки прагнуть до симбіотичних відносин з дитиною. Змістовно ця тенденція описується так - батьки відчувають себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі

потреби дитини, захистити її від труднощів і неприємностей життя. Батьки постійно відчують тривогу за дитину, дитина здається їм маленькою і беззахисною. Тривога батьків підвищується, коли дитина починає автономізуватися в силу обставин, тому що по своїй волі батьки не надають дитині самостійності ніколи.

Стосовно відторгнення - батьки сприймають свою дитину поганою, не пристосованою, невдахою. Їм здається, що дитина не досягне успіху в житті через низькі здібності, невеликий розум, погані схильності. Здебільшого батьки відчують до дитини злість, досаду, роздратування, образу. Вони не довіряють дитині і не поважають її.

При авторитарній гіперсоціалізації проглядається авторитаризм. Батьки вимагають від дитини беззастережного послуху і дисципліни. Вони намагаються нав'язати дитині в усьому свою волю, не в змозі сприймати її точку зору. За прояв свавілля дитину суворо карають. Батьки пильно стежать за соціальними досягненнями дитини, її індивідуальними особливостями, звичками, думками, почуттями.

Про інфантилізацію можна сказати так: в батьківському відношенні є прагнення інфантилізувати дитину, приписувати їй особисту і соціальну неспроможність. Батьки бачать дитину молодшою в порівнянні з реальним віком. Інтереси, захоплення, думки і почуття дитини здаються батькам дитячими, несерйозними. Дитина видається не пристосованою, не успішною, відкритою для поганих впливів. Батьки не довіряють своїй дитині, нарікають на її неуспішність і невірність. У зв'язку з цим батьки намагаються захистити дитину від труднощів життя і суворо контролюють її дії.

Тобто, батьки цікавляться своїми дітьми, але часом їх опіка, увага, вплив, недовіра, небажання та невміння слухати свою дитину надмірні, що змушує дітей, віддалятися та може призвести до несприятливих наслідків і формування

негативних рис характеру і несприятливо сказатися на розвитку особистості дитини та її емоційному стані.

Далі представлені результати дослідження емоційного стану дітей за допомогою методики «Колірний тест емоційних станів». Дітям пропонувалося представити ситуацію, що вони з мамою і татом гуляють в парку і вибрати квадратик, який схожий на її настрій в цей момент. Другий вибір пропонувалося зробити, представивши себе на прогулянці в дитячому закладі на заняттях.

У таблиці 2.6 представлені результати діагностики за допомогою «Колірного тесту емоційних станів».

Таблиця 2.6

Колірний тест емоційних станів дітей

Ім'я та прізвище дитини	Вибір 1	Вибір 2	Емоційний стан
1. Настя Ж.	зелений	блакитний	сприятливий
2. Вова К.	жовтий	блакитний	сприятливий
3. Ріта К.	фіолетовий	блакитний	сприятливий
4. Глеб Я.	коричневий	жовтий	несприятливий
5. Уляна Д.	коричневий	синій	несприятливий
6. Боря Д.	зелений	синій	сприятливий
7. Софія І.	відмова у виборі	червоний	несприятливий
8. Оля С.	жовтий	блакитний	сприятливий
9. Ксюша К.	блакитний	жовтий	сприятливий
10. Тімур К.	зелений	синій	сприятливий

Отже, за результатами діагностики емоційного стану дітей за допомогою методики «Колірний тест емоційних станів» ми констатуємо, що у 3 дітей з групи емоційний стан несприятливий, про це свідчить те, що вони вибрали картку

коричневого кольору або взагалі відмовились обирати картку. Це діти: Глеб Я., Уляна Д., Софія І. Асоціюючи колір і прогулянку з сім'єю діти вибирали коричневий колір, що вказує на почуття тривоги, дискомфорту не тільки емоційного, але й фізичного. Дитина може переживати через те, що її досягнення не відповідають очікуванням батьків. Відмова у виборі кольору Софією І. пояснюється відсутністю батьків поряд з дитиною упродовж кількох місяців. Батьки Софії І. працюють у іншому місті. Дитина у цей час живе з бабусею.

Дітям, ймовірно, не подобається те, що відбувається в родині, вони висловлюють свій протест, бунтують, не підкоряються вимогам дорослих. Це стан відкритого конфлікту з батьками.

Зіставивши ці результати з результатами діагностики дитячо - батьківських відносин видно, що батьки цих дітей виявляють такий тип відносин як відкидання, інфантилізація, дуже високий рівень симбіозу: батьки сприймають свою дитину поганою. Здебільшого батьки відчують до дитини злість, досаду, роздратування, образу. Вони не довіряють дитині і не поважають її. Батьки вимагають від дитини беззастережного послуху і дисципліни. Вони намагаються нав'язати дитині в усьому свою волю, не в змозі стати на її точку зору. Батьки постійно відчують тривогу за дитину, дитина їм здається маленькою і беззахисною. Тривога батьків підвищується, коли дитина починає проявляти самостійність в силу обставин, тому що по своїй волі батьки не надають дитині самостійності ніколи.

Отже, ми бачимо, що такий тип відносин батьків до дитини, призводить до появи у дитини негативних емоцій по відношенню до сім'ї, оточуючих, тривожності, агресії.

Далі, у таблиці 2.7 представлені результати спостереження за поведінкою дітей в дитячому закладі на заняттях.

Ми спостерігали за поведінкою дітей в дитячому закладі на заняттях фіксуєючи емоції, що були проявлені дітьми більш ніж 5 разів за період спостереження.

Таблиця 2.7

Результати спостереження за поведінкою дитини в дитячому закладі на заняттях

Ім'я та прізвище дитини	Емоції що спостерігаються (проявлені більш ніж 5 разів за період спостереження)			
	Радість	Гнів	Страх	Сум
1. Настя Ж	+			
2. Вова К.	+			+
3. Ріта К.	+			+
4. Глеб Я.	+	+	+	+
5. Уляна Д.	+	+		+
6. Боря Д.	+			
7. Софія І.	+	+		+
8. Оля С.	+	+		
9. Ксюша К.	+			+
10. Тімур К.	+			

Отже, за спостереженням проявів емоційного стану дітей, можна назвати емоційно неблагополучним стан дітей: Глеб Я., Уляна Д., Софія І. Ці діти хоч і відчують почуття радості, але їм знайомі і такі стани як гнів, сум і страх одночасно. Зіставляючи результати дослідження дитячо - батьківських відносин і прояву емоцій в поведінці дітей можна побачити, що у більшості дітей, які проявляють негативні емоції - відносини у родині неблагополучні.

Отже, нам вдалося довести гіпотезу про те, що існує залежність між особливостями дитячо - батьківських відносин і емоційним станом дітей:

позитивні відносини знижують рівень тривожності дитини і покращують її емоційний стан, і навпаки - негативні стосунки підвищують рівень особистісної тривожності і знижують настрій дитини.

Далі пропонуються рекомендації щодо оптимізації емоційного стану дітей та дитячо-батьківських відносин.

2.3. Аналіз практики та шляхи оптимізації емоційного стану дітей та дитячо – батьківських відносин

Отже, батьки є найбільш значущими людьми для своїх дітей, особливо в ті роки, коли ще тільки формується особистість дитини. Аналіз психолого-педагогічних досліджень з питань сімейного виховання свідчить про те, що в розпорядженні батьків завжди перебуває більш ніж достатньо інформації з питань виховання дітей і інших, сімейних задач.

У роботі виявлено, що особливості порушення у взаєминах «батьки - дитина» пов'язані, головним чином, з неефективними методами спілкування і поведінки батьків у взаємодії з дітьми.

З цією метою пропонується модель програми щодо усунення порушень в дитячо-батьківських відносинах на основі інтерактивного підходу. Цей підхід базується на кількох стратегіях групової роботи з батьками.

Цілі і завдання програми.

Головною метою програми є розбудова неефективних стереотипів поведінки і спілкування батьків з дітьми, які заважають їх нормальній взаємодії.

Завдання програми:

1. Сформулювати уявлення про основні компоненти двостороннього спілкування.

2. Навчити батьків реагувати на неприйнятні з їх точки зору форми поведінки дітей за допомогою висловлювань, обмежених тільки виразом своїх почуттів.

3. Допомогти батькам усвідомити значення своєї поведінки і своїх почуттів стосовно дитини, і змінити сприйняття власної дитини.

4. Розвивати здатність до рефлексивної поведінки в процесі спілкування з дітьми (вміння контролювати свої емоції і їх зовнішній прояв, здатність до емпатії та ідентифікації в процесі міжособистісної взаємодії).

5. Навчити батьків конструктивним методам виходу з конфліктних ситуацій.

6. Ознайомити батьків з основними особливостями розвитку особистості дошкільника і причинами можливих відхилень у поведінці.

Результатом програми має стати побудова кожним учасником певної моделі оптимальних взаємин з дітьми, що дозволяє розширити і зміцнити позитивні контакти батьків з дітьми шляхом підвищення їх сенситивності до дитячих переживань, залучення батьків до базових знань про потреби і поведінку дітей; розвитку навичок комунікації в процесі міжособистісного спілкування.

Специфічними ефектами участі батьків у даній програмі є підвищення їх сенситивності до почуттів і переживань дітей на основі більш адекватного уявлення про дитячі можливості, ліквідація психолого-педагогічної некомпетентності, продуктивна реорганізація арсеналу засобів спілкування з дитиною, ускладнення жорсткого контролю з боку батьків і нав'язування ними своєї волі.

Неспецифічні ефекти: отримання батьками інформації про сприймання сімейної ситуації дитиною; корекція деяких особистісних особливостей характеру (тривожність, домінантність, невпевненість, нездатність володіти власними почуттями).

Основна форма занять за даною програмою когнітивно-поведінковий тренінг. Робота педагога-психолога в тренінговій групі обумовлена тим, що

програма корекції дитячо-батьківських відносин поєднує ряд загальнопедагогічних і психокорекційних методів. А також тим, що робота в групі створює умови впливу в системі міжособистісних відносин на її учасників і сприяє розвитку у них соціально-психологічної компетентності, навичок спілкування та взаємодії.

Зміст програми викладено у додатку В.

Отже, для забезпечення емоційного благополуччя дітей необхідно:

- безумовне прийняття кожної дитини дорослими для розвитку у неї життєво важливого почуття безпеки і впевненості у собі, а також у власних силах;
- позитивна обстановка навколо дітей (створення підтримуючої, доброзичливої, щирої, домашньої атмосфери у групах);
- рівність у відносинах між дорослим і дитиною (організація продуктивної покрокової співпраці, своєчасне отримання дошкільнятами допомоги, підтримки і захисту при виникненні потреби); забезпечення можливості вільно переміщатися в просторі групи, в інших приміщеннях дитячого закладу, можливість безпосереднього спілкування з однолітками;
- гнучкий, особистісно орієнтований підхід: відмова від будь-яких «ярликів», облік психічних і особистісних особливостей кожної дитини, що виражається, наприклад, в диференційованому підборі завдань і вправ, а також індивідуальному темпі їх виконання;
- тісна професійна співпраця педагога-психолога, вихователів та інших фахівців дитячого закладу при плануванні та організації взаємодії з дошкільнятами;
- створення умов для розкриття особистісної індивідуальності вихованців. Виявлення творчих можливостей та здібностей дітей, своєчасний моніторинг (періодичне відстеження динаміки), заохочення навіть невеликих досягнень кожної дитини і її прагнення до самостійності;

- уважне ставлення і чуйна реакція на виникаючі дитячі проблеми, тривоги і страхи;
- тактичне спілкування з дитиною для спільної «переробки» надмірно хвилюючих її вражень (часто негативних) з метою їх поступового зменшення та подолання, а також підвищення самооцінки;
- конфіденційність інформації про учасників психолого-педагогічної взаємодії, здійснення професійної діяльності під девізом «Не нашкодь!»

Практика свідчить, що головне в справі забезпечення емоційного благополуччя дитини - щира зацікавленість в успіху, а також єдність поглядів значущих дорослих - батьків, вихователів, фахівців дитячого закладу тощо. Емоційна сфера, яка визначає дітям 3-7 років їх майбутнє, не терпить стандартних підходів. Пошук оптимальних шляхів досягнення емоційного благополуччя дошкільнят необхідно вести постійно, застосовуючи фантазію і творчість, знаходячи свої варіанти рішень в ході безпосереднього спілкування і активної взаємодії дорослих і дітей.

До кожної окремої дитини визначається окремий індивідуальний підхід у спілкуванні.

Це стосується як атмосфери у родині, так і атмосфери у всіх інших місцях де перебуває дитина.

Далі було проведено корекційну програму.

Після проведення програми була проведена контрольна діагностика.

У таблиці 2.8 представлені результати, отримані при дослідженні типу дитячо - батьківських відносин, результати відповідей мам, після проведення програми.

Таблиця 2.8

**Результати дослідження за методикою "Тест – опитувальник
батьківського ставлення"- відповіді мам**

Ім'я та прізвище дитини (результати відповідей мам)	Прийняття-- відторгнення	Кооперація	Симбіоз	Авторитарна-гіперсоціалізація	Інфан-тилізація	Переважуючий тип батьківського ставлення
	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	
1. Настя Ж.	10 53,79	7 31,19	2 39,06	1 13,86	0 14,55	прийняття
2. Вова К.	10 53,79	7 31,19	2 39,06	1 13,86	1 45,57	прийняття
3. Ріта К.	10 53,79	7 31,19	2 39,06	1 13,86	1 45,57	прийняття
4. Глеб Я.	10 53,79	7 31,19	5 86,63	3 53,87	0 14,55	симбіоз
5. Уляна Д.	10 53,79	7 31,19	3 57,96	2 32,13	1 45,57	симбіоз
6. Боря Д.	9 31	8 48,82	2 39,06	1 13,86	0 14,55	кооперація
7. Софія І.	11 68,35	8 48,82	4 74,97	3 53,87	1 45,57	симбіоз
8. Оля С.	9 31	7 31,19	4 74,97	3 53,87	1 45,57	симбіоз
9. Ксюша К.	10 53,79	6 19,22	3 57,96	3 53,87	1 45,57	симбіоз
10. Тімур К.	11 68,35	8 48,82	4 74,97	4 69,30	1 45,57	симбіоз

За результатами діагностики мам ми бачимо, що такий тип ставлення як симбіоз проявили 6 мам, прийняття - 3 мами, кооперація - 1 мама.

У таблиці 2.9 представлені результати, отримані при дослідженні типу дитячо - батьківських відносин, результати відповідей пап.

Таблиця 2.9

**Результати дослідження за методикою "Тест – опитувальник
батьківського ставлення" - відповіді тат**

Ім'я та прізвище дитини (результати відповідей тат)	Прийняття	Кооперація	Симбіоз	Авторитарна гіперсоціалізація	Інфантилізація	Переважний тип батьківського ставлення
	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	Бал %	
1. Настя Ж.	10 53,79	7 31,19	2 39,06	1 13,86	0 14,55	прийняття
2. Вова К.	10 53,79	7 31,19	3 57,96	3 32,13	0 14,55	симбіоз
3. Ріта К.	10 53,79	7 31,19	3 57,96	3 32,13	0 14,55	симбіоз
4. Глеб Я.	10 53,79	7 31,19	5 86,63	3 53,87	0 14,55	симбіоз
5. Уляна Д.	10 53,79	7 31,19	3 57,96	2 32,13	0 14,55	симбіоз
6. Боря Д.	11 68,35	8 48,82	1 19,53	4 69,30	1 45,57	гіперсоціалізація
7. Софія І.	11 68,35	8 48,82	4 74,97	3 53,87	1 45,57	симбіоз
8. Оля С.	7 12,02	5 12,29	3 57,96	4 69,30	0 14,55	гіперсоціалізація

Продовження табл. 2.9

9. Ксюша К.	10 53,79	6 19,22	2 39,06	2 32,13	0 14,55	прийняття
10. Тімур К.	10 53,79	8 48,82	3 57,96	4 69,30	1 45,57	гіперсоціалізація

За результатами діагностики пап ми бачимо, що такий тип ставлення як симбіоз проявили 5 пап, гіперсоціалізація - 3 пап, прийняття - 2 пап.

У таблиці 2.10 представлені зведені дані по діагностиці типу батьківського ставлення.

Таблиця 2.10

Тип батьківського ставлення

Ім'я та прізвище дитини	Тип батьківського ставлення
1. Настя Ж.	прийняття / прийняття
2. Вова К.	прийняття / симбіоз
3. Ріта К.	прийняття / симбіоз
4. Глеб Я.	симбіоз / симбіоз
5. Уляна Д.	симбіоз / симбіоз
6. Боря Д.	кооперація / гіперсоціалізація
7. Софія І.	симбіоз / симбіоз
8. Оля С.	симбіоз / гіперсоціалізація
9. Ксюша К.	симбіоз / прийняття
10. Тімур К.	симбіоз / гіперсоціалізація

Отже, ми бачимо, що такий тип відносин як симбіоз проявили 11 батьків, прийняття - 5 батьків, гіперсоціалізація - 3 батьків, кооперація - 1 із батьків.

Таким чином, ми бачимо, що в більшій кількості родин між батьками і дітьми (на думку батьків) склалися відносини за типом симбіозу або прийняття.

Симбіоз - шкала відображає прагнення батьків до симбіотичних відносин з дитиною. Змістовно ця тенденція описується так - батьки відчують себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі потреби дитини, захистити її від труднощів і неприємностей життя.

Прийняття говорить про те, що батькові чи матері подобається дитина такою, яка вона є. Батьки поважають індивідуальність дитини, симпатизують їй. Батьки прагнуть проводити багато часу разом з дитиною, схвалюють її інтереси і плани.

Можна побачити хорошу тенденцію - збільшилася кількість батьків, які проявляють до дітей такий тип відносин як прийняття та симбіоз.

Отже, ми довели гіпотезу, що спеціально організована програма сприяє оптимізації дитячо - батьківських відносин і в перспективі допомагає формуванню гармонійно розвиненої особистості дитини.

Далі представлені результати дослідження емоційного стану дітей за допомогою методики «Колірний тест емоційних станів», після проведення програми.

У таблиці 2.11 представлені результати діагностики за допомогою тесту колірних відносин.

Таблиця 2.11

Колірний тест емоційних станів дітей після програми

Ім'я та прізвище дитини	Вибір 1	Вибір 2	Емоційний стан
1. Настя Ж.	зелений	блакитний	сприятливий
2. Вова К.	жовтий	блакитний	сприятливий

Продовження табл. 2.11

3. Ріта К.	фіолетовий	блакитний	сприятливий
4. Глеб Я.	блакитний	жовтий	сприятливий
5. Уляна Д.	зелений	синій	сприятливий
6. Боря Д.	зелений	синій	сприятливий
7. Софія І.	фіолетовий	червоний	сприятливий
8. Оля С.	жовтий	блакитний	сприятливий
9. Ксюша К.	блакитний	жовтий	сприятливий
10. Тімур К.	зелений	синій	сприятливий

Отже, за результатами діагностики емоційного стану дітей за допомогою методики «Колірний тест емоційних станів» ми констатуємо, що емоційний стан дітей змінився.

У таблиці 2.12 представлені результати спостереження за поведінкою дітей на заняттях дитячого закладу.

Таблиця 2.12

Результати спостереження за поведінкою дитини в дитячому закладі на заняттях

Ім'я та прізвище дитини	Емоції що спостерігаються (проявлені більш ніж 5 разів за період спостереження)			
	Радість	Гнів	Страх	Сум
1. Настя Ж	+			
2. Вова К.	+			+
3. Ріта К.	+			+
4. Глеб Я.	+			+
5. Уляна Д.	+	+		

Продовження табл. 2.12

6. Боря Д.	+			
7. Софія І.	+			
8. Оля С.	+	+		
9. Ксюша К.	+			
10. Тімур К.	+			

Отже, по спостереженню проявів емоційного стану дітей, можливо констатувати поліпшення емоційного стану дітей, рідше стали проявлятися такі емоції, як гнів та сум. Не спостерігалось ні в кого з дітей такої емоції як страх, хоча на експериментальному дослідженні деякі діти виявляли цю емоцію.

Зіставляючи результати дослідження дитячо - батьківських відносин і прояву емоцій в поведінці дітей видно, що у більшості дітей, деякі негативні емоції вже не спостерігаються у поведінці.

Отже, вдалося довести гіпотезу про те, що існує залежність між особливостями дитячо - батьківських відносин і емоційним станом: позитивні відносини знижують рівень тривожності і покращують емоційний стан, і навпаки - негативні стосунки підвищують рівень особистісної тривожності і знижують настрій.

ВИСНОВКИ

Теоретично проаналізувавши сутність та складову проблеми можна зазначити наступне: людина як особистість починає формуватися у родині. Родину можна вважати колискою особистості. У процесі близьких взаємин з матір'ю, батьком, братами, сестрами, дідусями, бабусями та іншими родичами у дитини з перших днів життя формується структура його особистості. Він входить в світ своїх рідних, переймає норми їх поведінки.

Дитячо-батьківські відносини складають найважливішу підсистему відносин родини як цілісної системи і розглядаються як безперервні, тривалі і опосередковані віковими особливостями дитини і батьків відносини.

Дитячо-батьківські відносини як найважливіша умова психічного розвитку дитини можуть бути визначені наступними параметрами: характер емоційного зв'язку, мотиви виховання і батьківства, ступінь залученості батьків і дитини в дитячо-батьківські відносини, задоволення потреб дитини, турбота і увага до нього батьків, стиль спілкування і взаємодії з дитиною, особливості прояву батьківського лідерства, спосіб вирішення проблемних і конфліктних ситуацій; підтримка автономії дитини, соціальний контроль, ступінь стійкості і послідовності сімейного виховання.

Щодо особливостей формування особистості дитини дошкільного віку можна зазначити наступне: саме в родині, особливо в ранньому дитинстві, коли дитина інтенсивно вбирає життєві враження, знання, опановує досвідом поведінки, у неї закладаються соціальні основи особистості. Сучасна родина може успішно реалізовувати виховну функцію, якщо батьки всю діяльність, пов'язану з формуванням особистості дітей, будують виходячи з того, що виховання зростаючої людини є їх природна потреба і громадянський обов'язок. Здоровий, гармонійний образ життя родини, гуманне ставлення батьків до дітей,

сприятливий психологічний клімат у родині - грають провідну роль у сімейному вихованні.

У більш старшому віці емоційне благополуччя забезпечує високу самооцінку, сформований самоконтроль, орієнтацію на успіх у досягненні цілей, емоційний комфорт у родині та поза нею.

Таким чином, саме емоційне благополуччя є найбільш ємним поняттям визначення розвитку дитини. Воно не залежить від культурних і індивідуальних особливостей дитини, а тільки від оптимальності системи «батьки-дитина».

Отже, важливість впливу родини і родинних зв'язків на становлення і розвиток особистості дитини очевидна.

Емпірично нами було виявлено особливості емоційного стану дитини та проаналізовано відносини та їх вплив на емоційне благополуччя дитини. Дослідження проводилося у 2020 році у Сімейному Монтесорі клубі “Острів Чомучка” (м.Запоріжжя). У дослідженні взяли участь 10 дітей 4-5 річного віку, що відвідують заняття у Сімейному Монтесорі клубі “Острів Чомучка”.

Дослідження складалося з трьох етапів: констатуючий, корекційний, контрольна діагностика.

На першому етапі дослідження було проведено дослідження дитячо - батьківських відносин і особливостей емоційного стану дитини.

З метою діагностики дитячо - батьківських відносин проведено дослідження за допомогою методики «Тест - опитувальник батьківського ставлення». З метою виявлення емоційного стану дітей ми використовували тест «Колірний тест емоційних станів». Дітям пропонувалося представити ситуацію, що вони з мамою і татом гуляють в парку і вибрати квадратик, який схожий на їх настрій в цей момент. Другий вибір пропонувалося зробити, представивши себе на прогулянці в дитячому закладі. Так само проведено спостереження за дітьми, з метою фіксації прояви таких емоцій як радість, гнів, страх, сум.

Зіставивши результати дослідження емоційного стану дітей з результатами діагностики дитячо - батьківських відносин можна побачити, що батьки дітей, емоційний стан яких несприятливий, виявляють такий тип відносин як інфантилізація, відторгнення, гіперсоціалізація. Отже, можна побачити, що такий тип відносин батьків до дитини, призводить до появи у неї негативних емоцій.

Отже, нам вдалося довести гіпотезу про те, що існує залежність між особливостями дитячо - батьківських відносин і емоційним станом: позитивні відносини знижують рівень тривожності і покращують емоційний стан, і навпаки - негативні стосунки підвищують рівень особистісної тривожності і знижують настрій.

На другому етапі дослідження згідно з результатами констатуючого дослідження було проведено програму, спрямовану на корекцію емоційного стану дітей та дитячо - батьківських відносин.

Далі, нами було проведено програму з оптимізації дитячо – батьківських відносин.

На третьому етапі, після проведення програми було ще раз проведено контрольну діагностику - опитування батьків та дітей (за зазначеними методами). В ході повторного опитування було виявлено значне поліпшення результатів відповідей відносно відповідей опитування до проведення програми.

Таким чином, нами було доведено гіпотезу, що спеціально організована програма сприяє оптимізації дитячо - батьківських відносин і в перспективі формуванню гармонійно розвиненої особистості дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Альманах психологических тестов. Москва: Издательство КСП, 1995. 400 с.
2. Баркан А. И. Практическая психология для родителей или как научиться понимать своего ребенка, АСТ-Пресс, 2000. 232 с.
3. Батуев А.С. Психофизиологическая природа доминанты материнства / Психология сегодня. Ежегодник Рос. психол. Общ, 1996. Т. 2. Вып. 4. с. 69–70.
4. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї. Курс лекцій. Київ, 2001. 96 с.
5. Вассерман Л. И., Горьковская И. А., Ромицына Б. Б. Родители глазами детей: психологическая диагностика в медико-педагогической практике. Учеб.пособие. СПб: Речь, 2004. 256 с.
6. Вікова та педагогічна психологія. *Навчальний посібник* / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 2-ге вид. Київ, 2007. 344 с.
7. Власова О. І. Педагогічна психологія: *навчальний посібник*. Київ. 2005. 400 с.
8. Возрастная и педагогическая психология: тексты / Под ред. Шуарте Марта О.М. Москва, 1992. 272 с.
9. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? Москва, 2000. 240 с.
10. Головінський І. Педагогічна психологія. Київ, 2003. 288 с.
11. Грей Д. Дети с небес. Искусство позитивного воспитания. София, 2007. 232 с.
12. Дженкинс Пеги Джей. Воспитание духовности у детей. София, 2007. 221 с.
13. Джонсон Девід В. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування / Володимир Хомик. Київ: Видавничий дім "КМ Академія", 2003. 288 с.

14. Долинська Любов Василівна, Демидова Тетяна Анатоліївна. Підготовка молоді до сімейного життя (соціально-психологічний тренінг): *Навч.-метод. посібник*. Київ, 2002. 74 с.
15. Доманецкая Л.В. Общение и эмоциональное благополучие ребенка дошкольного возраста. Красноярск. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева, 2008. 164 с.
16. Жамкова Т. Дитячо-батьківські відносини як фактор емоційного благополуччя дітей дошкільного віку. *Молода наука - 2020*: збірник наукових праць студентів, аспірантів і молодих вчених, м. Запоріжжя, 13-15 квітня 2020 року. Запоріжжя, 2020. С. 176-178
17. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: *Учебное пособие*. Москва, 2005. 320 с.
18. Коваль В.В. Развитие эффективных коммуникаций в детско-родительских отношениях посредством программы гармонизации родительских позиций / Мир науки, культуры, образования. 2012, № 2. с. 182-183.
19. Корольчук М.С., Осьодло В.І. Психодіагностика. *Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів* / За заг. ред. М.С. Корольчука. Київ: Ельга, Ніка-центр, 2004. 400 с.
20. Корчак Януш. Право ребенка на уважение. - Издательство: Студия АРДИС, 2007. 448 с.
21. Кочкаев Е.А. Педагогические основы духовно – нравственного воспитания детей в семье / Вестник Мордовского университета. 2010, № 2. 137 с.
22. Кошкарова Т.А. Психологический анализ проблем детско-родительских отношений / Школа здоровья, 2004, №2. С. 5-14.
23. Краткий словарь системы психологических понятий / К.К. Платонов М. Высшая школа, 1984. 288 с.
24. Крутецкий В.А. Психология. М.: Просвещение, 1987. 352 с.
25. Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції. *Навчальний посібник*. Суми, 2006. 384 с.

26. Купцов И.И. Психология. Рязань: РИНФО, 2000. 90 с.
27. Кэмпбелл Р. Как понять своего ребенка. СПб, 2002. 232 с.
28. Лебединский В.В. Эмоциональные нарушения в детском возрасте. Москва, 1991. 250 с.
29. Леви В. Как воспитывать родителей или Новый нестандартный ребенок. Москва: Торобоан, 2005. 374 с.
30. Леонтьев А.Н. Избранные психологические труды. Москва, 1983. 456 с.
31. Литовченко Ніна Федорівна. Професійно орієнтований тренінг самопізнання та саморегуляції: *Навч. - метод. матеріали для тренінгових занять студ.-психологів* / Ніжинський держ. ун-т ім. Миколи Гоголя. Ніжин: НДУ ім. М.Гоголя, 2005. 72 с.
32. Мухина В.С. Детская психология. *Учебник для студентов пед. институтов.* / Под ред. Л.А. Венгера - 2-е изд., перераб. и доп. М.: Просвещение, 1985. 272 с.
33. Мясищев В.Н. Психология отношений: избранные психологические труды. Москва, 1998. 368 с.
34. Некрасова З., Некрасова Н. Без опасности: От рождения до школы. Москва: София, 2007. 447 с.
35. Немов Р.С. Психология. Учеб.для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. Кн. 1. Общая основа психологии. 2е изд. М.: Просвещение: Владос, 1995. 576 с.
36. Общая психология/ Состав. Е.И. Рогов. Москва. ВЛАДОС, 1995. 375 с.
37. Общая психология / Под ред. Петровского А.В. М.: Просвещение 1987. 479 с.
38. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. Москва, 1995. 360 с.
39. Основи практичної психології / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелева: Підручник. Київ. Либідь, 1999. 536 с.

40. Основы общей психологии: Практикум / Ред. сост. Л.Н. Столяренко. Ростов н/Д. Феникс, 2003. 656 с.
41. Ошо Р. О детях. М: София, 2008. 247 с.
42. Петровский А.В. Введение в психологию. М.: Академия, 1995. 496 с.
43. Професійна діагностика / упорядник Т. Гончаренко. К.: Ред. Загальнопед, 2004. 120 с.
44. Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина: В 2 т. М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2001. 248 с.
45. Ратанова Т.А. Психодиагностические методы изучения личности. М.: Московский психолого – социальный институт: Флинта, 2003. 320 с.
46. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности: Учеб.пособие. СПб, 2001. 224 с.
47. Свердлова Г.А. Роль взаимоотношений матери и ребенка в коррекции сниженной познавательной мотивации ребенка (старший дошкольный возраст). Москва, 1995. 147 с.
48. Семиченко В.А. Психологія мовлення. *Навчальний посібник*. Київ, 1998. 112 с.
49. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб: Питер, 1999. 350 с.
50. Собчик Л.Н. Методы психологической диагностики. Москва, 1990. 87 с.
51. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / Т.М. Титаренко, М.С. Дворник, В.О. Климчук; занаук. ред. Т.М. Титаренко / Національн академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
52. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2. Москва, 2000. 464 с.

53. Станкин М.И. Если мы хотим сотрудничать. Книга для преподавателя и воспитателя. М.: Издательский центр «Академия», 1996. 384 с.
54. Станкин М.И. Психология общения: курс лекций: учебное пособие / М.И. Станкин. Москва: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2000. 304 с.
55. Чопра Д., Саймон Д., Абрамс В. Беременность и роды: Волшебное начало новой жизни. М.: ООО Издательский дом София, 2008. 357 с.
56. Шнейдер Л.Б. Основы семейной психологии. М.: МОДЭК, 2005. 928 с.
57. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений: курс лекций: учебное пособие / Л.Б. Шнейдер. Москва: Апрель Пресс: Эксмо-Пресс, 2000. 512 с.
58. Эйдемиллер Э.Г., Александрова Н.В., Юстицкис В.В. Семейная психотерапия: хрестоматия. Санкт-Петербург: Речь, 2007. 400 с.
59. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В. Психология и психотерапия семьи. 4-е изд. СПб: Питер, 2015. 672 с.
60. Якобсон С.Г. Психологические проблемы этического развития детей. М.: Педагогика, 1984. 144 с.
61. Якобсон П.М. Психология чувств и мотивации / П.М. Якобсон. Воронеж: МОДЭК; Москва: Институт практической психологии, 1998. 304 с.
62. Якобсон П.М. Эмоциональная жизнь школьника: дошкольный и младший школьный возраст / П.М. Якобсон. Москва / Возрастная и педагогическая психология: хрестоматия: учебное пособие / Сост. И.В. Дубровина, Анна Михайловна Прихожан, В.В. Зацепин. Москва: Академия, 1999. 242 с.
63. Якобсон П.М. Изучение чувств у детей и подростков = развитие нравственных оценок у школьников / П.М. Якобсон. Москва: АПН РСФСР, 1961. 250 с.
64. Якобсон П.М. Почему надо воспитывать чувства детей / П.М. Якобсон. Москва: Просвещение, 1964. 78 с.

65. Якобсон П.М. Расстройства личности в детском возрасте / П.М. Якобсон / *Вопросы психологии*: семнадцатый год издания / Ред. А.А. Смирнов, О.А. Конопкин, 1971. 162 с.

ДОДАТОК А

Тест - опитувальник батьківського ставлення Варги-Столїна.

Текст опитувальника.

1. Я завжди співчуваю своїй дитині.
2. Я вважаю своїм обов'язком знати все, що думає моя дитина.
3. Я поважаю свою дитину.
4. Мені здається, що поведінка моєї дитини має значні відхилення від норми.
5. Потрібно якомога довше тримати дитину осторонь від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують.
6. Я відчуваю до дитини прихильність.
7. Гарні батьки відгороджують дитину від труднощів життя.
8. Моя дитина часто неприємна мені.
9. Я завжди намагаюся допомогти своїй дитині.
10. Бувають випадки, коли знущальне ставлення до дитини приносить їй більшу користь.
11. Я з прикрістю ставлюся до своєї дитини.
12. Моя дитина нічого не досягне в житті.
13. Мені здається, що інші діти потішаються над моєю дитиною.
14. Моя дитина часто робить такі вчинки, які, крім презирства, нічого не варті.
15. Для свого віку моя дитина трішки незріла.
16. Моя дитина поводиться погано навмисне, щоб дошкулити мені.
17. Моя дитина вбирає в себе все дурне, як «губка».
18. При всіх намаганнях мою дитину важко навчити гарних манер.
19. Дитину варто тримати у жорстких рамках, тоді з неї виросте порядна людина.

20. Я не в захваті, коли друзі моєї дитини приходять до нас додому.
21. Я беру участь у вихованні своєї дитини.
22. До моєї дитини «чіпляється» все дурне.
23. Моя дитина не досягне успіху в житті.
24. Коли в компанії знайомих говорять про дітей, мені трішки соромно, що моя дитина не така розумна і здібна, як мені б хотілося.
25. Я жалію свою дитину.
26. Коли я порівнюю свою дитину з однолітками, вони здаються мені дорослішими і у поведінці, і у судженнях.
27. Я із задоволенням проводжу з дитиною весь свій вільний час.
28. Я часто жалкую про те, що моя дитина росте і дорослішає, і з ніжністю згадую її маленькою.
29. Я часто помічаю за собою вороже ставлення до дитини.
30. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла всього того, що мені не вдалося в житті.
31. Батьки повинні пристосовуватися до дитини, а не тільки вимагати цього від неї.
32. Я намагаюсь виконувати всі прохання моєї дитини.
33. При прийнятті сімейних рішень варто враховувати думку дитини.
34. Я дуже цікавлюся життям своєї дитини.
35. У конфлікті з дитиною я часто можу визнати, що вона по-своєму права.
36. Діти рано дізнаються, що батьки можуть помилятися.
37. Я завжди рахуюсь із дитиною.
38. Я відчуваю до дитини дружні почуття.
39. Основна причина примх моєї дитини - егоїзм, впертість і лінь.
40. Неможливо нормально відпочити, якщо проводити відпустку з дитиною.

41. Найголовніше, щоб у дитини було спокійне і безтурботне дитинство.
42. Іноді мені здається, що моя дитина не здатна ні на що хороше.
43. Я розділяю захоплення своєї дитини.
44. Моя дитина може вивести із себе кого завгодно.
45. Я розумію прикрощі своєї дитини.
46. Моя дитина часто дратує мене.
47. Виховання дитини - суцільне нервування.
48. Сувора дисципліна в дитинстві розвиває сильний характер.
49. Я не довіряю своїй дитині.
50. За суворе виховання діти потім вдячні.
51. Іноді мені здається, що я ненавиджу свою дитину.
52. У моєї дитини більше недоліків, ніж позитивних сторін.
53. Я розділяю інтереси своєї дитини.
54. Моя дитина не в змозі що-небудь зробити самостійно, а якщо й зробить, то обов'язково не так.
55. Моя дитина виросте не пристосованою до життя.
56. Моя дитина подобається мені такою, якою вона є.
57. Я ретельно стежу за станом здоров'я моєї дитини.
58. Нерідко моя дитина викликає в мене захоплення.
59. Дитина не повинна мати секретів від батьків.
60. Я не високої думки про здібності моєї дитини й не приховую цього від неї.
61. Вкрай бажано, щоби дитина товаришувала з тими дітьми, які подобаються її батькам.

Ключ

1. Прийняття-відторгнення: 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 29, 39, 40, 42, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, 55, 60.
2. Образ соціальної бажаності поведінки: 6, 9, 21, 25, 31, 33, 34, 35, 36.

3. Симбіоз: 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.

4. Авторитарна гіперсоціалізація: 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.

5. «Маленький невдаха»: 9, 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61.

Порядок підрахунку тестових балів. При підрахунку тестових балів за всіма шкалами враховується відповідь «згідний». Високий тестовий бал по відповідних шкалах інтерпретується як: - відторгнення, - соціальна бажаність, - симбіоз, - гіперсоціалізація, інфантилізація.

Тестові норми наводяться у вигляді таблиць процентильних рангів тестових балів за відповідними шкалами.

Таблиця А.1.

Таблиця процентильних рангів тестових балів

	1 шкала: «прийняття-відторгнення»
«сирий» бал	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
процентильний ранг	0 0 0 0 0 0 0,63 3,79 12,02
«сирий» бал	9 10 11 12 13 14 15 16 17
процентильний ранг	31,0 53,79 68,35 77,21 84,17 88,60 90,50 92,40 93,67
«сирий» бал	18 19 20 21 22 23 24 25 26
процентильний ранг	94,30 95,50 97,46 98,10 98,73 98, 73 99,36 100, 100
«сирий» бал	27 28 29 30 31 32
процентильний ранг	100 100 100 100 100 100
	2 шкала: «кооперація»
«сирий» бал	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Продовження табл. А.1

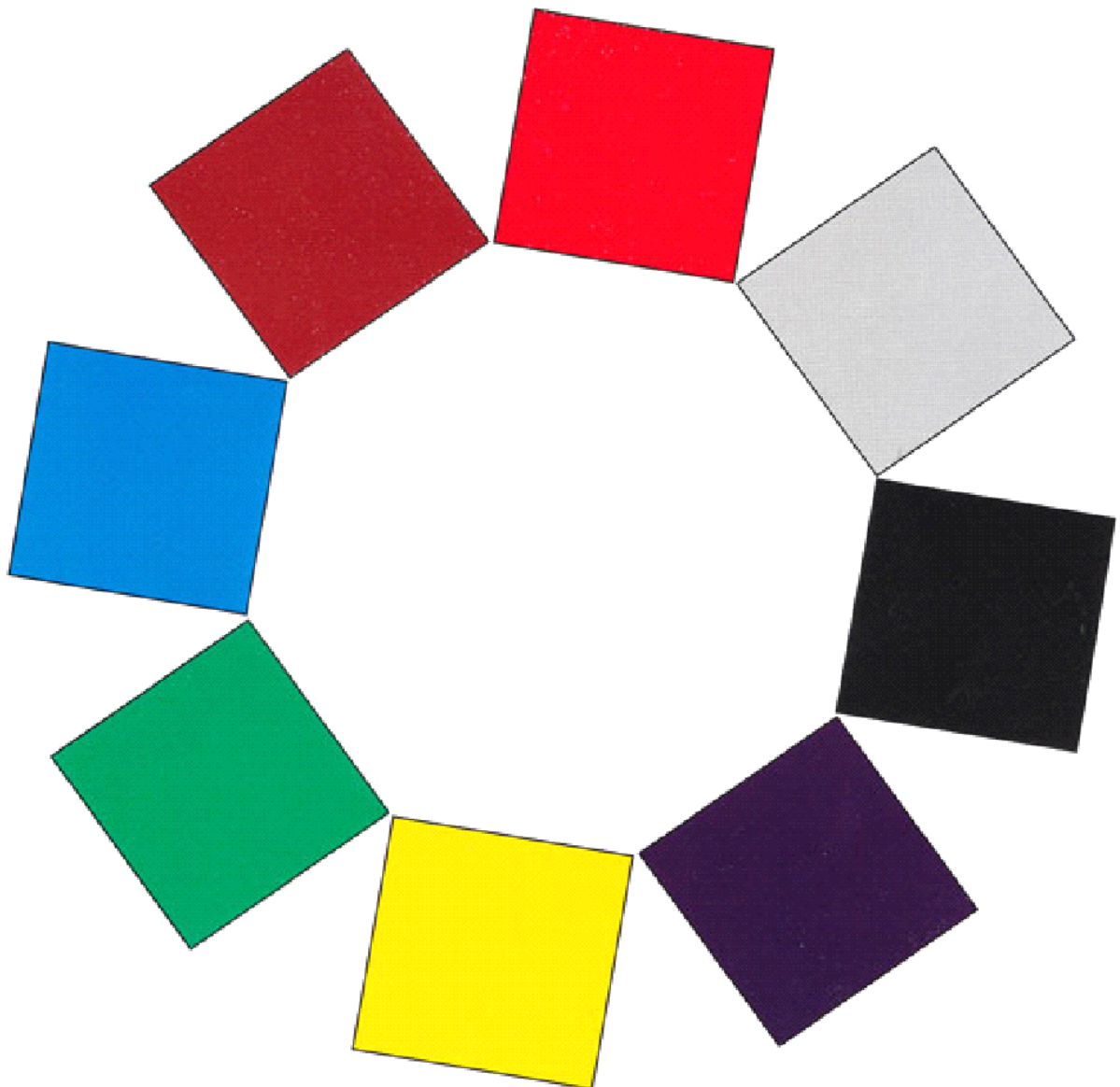
процентільний ранг	1,57 3,46 5,67 7,88 9,77 12,29 19,22 31,19 48,82 80,93
	3 шкала: «симбіоз»
«сирий» бал	0 1 2 3 4 5 6 7
процентільний ранг	4,72 19,53 39,06 57,96 74,97 86,63 92,93 96,65
	4 шкала: «авторитарна гіперсоціалізація»
«сирий» бал	0 1 2 3 4 5 6
процентільний ранг	4,41 13,86 32,13 53,87 69,30 83,79 95,76
	5 шкала: «маленький невдаха»
«сирий» бал	0 1 2 3 4 5 6 7
процентільний ранг	14,55 45,57 70,25 84,19 93,04 96,83 99,37 100

ДОДАТОК Б

Колірний тест емоційних станів (тест Люшера).

Визначення настрою дитини на заняттях проводиться за допомогою колірного тесту емоційних станів на основі тесту Люшера. Поганий настрій дитини, складні взаємини з педагогом або однолітками можуть вплинути на успішність його діяльності.

Рис. Б.1. Колірний тест емоційних станів на основі тесту Люшера



Для діагностики потрібно 8 кольорових квадратиків, які представлені на рисунку Б.1.

Інтерпретація колірних виборів і колірних асоціацій.

Синій колір - цей колір вибирають спокійні, чутливі діти. Їх настрої в цілому позитивні, хоча може бути присутній сум. У дитини існує потреба в глибокому, розуміючому її співрозмовникові, в індивідуалізованому спілкуванні. Заняття, де немає особистого контакту з педагогом, їм не комфортні, вони замикаються в собі, сумують.

Зелений колір - цей колір вибирають діти з високим рівнем домагань. Вони відчують потребу бути першими, потребу в похвалі. Ще для них важливе шанобливе до них ставлення з боку педагога і однолітків, вони люблять, щоб їх ставили в приклад іншим.

Червоний колір - цей колір воліють енергійні, активні діти. Їм подобається шуміти, побешкетувати, можуть бути заводієм в іграх. Колір показує, що на заняттях у дитини добрий, активний стан.

Жовтий колір - цей колір означає, що дитина очікує від занять тільки хорошого. Дитина схильна слухатися педагога, виконувати його вказівки.

Фіолетовий колір - цей колір обирають діти з занадто дитячою поведінкою. Цім дітям важливо, щоб їх опікали та хвалили. Дитина може не дотримуватися дистанції у відносинах з дорослими, в разі занадто строгих, жорстких вимог може вередувати, влаштувати істеріку. В цілому настрої позитивні.

Коричневий колір - цей колір обирають діти які мають тривогу, дискомфорт не тільки емоційного плану, але й фізичного. У дитини може боліти голова, живіт. Дитина може переживати через те, що його досягнення не відповідають очікуванням педагога або батьків.

Чорний колір - цей колір обирають діти, яким не подобається те, що відбувається на заняттях, вони висловлюють свій протест, бунтують, не

підкоряються вимогам дорослих. Діти можуть мати стан відкритого конфлікту з педагогом або однолітками, або з тою діяльністю, якою їм доводиться займатися.

Сірий колір - цей колір обирають діти, що можуть мати стан пасивного неприйняття. Сірий колір настрою означає, що дитина нудьгує на заняттях, що вона байдужа до того, що відбувається, не вникає в процес, пропускає повз вуха вказівки педагога. Часто це відбувається тому, що дитина не бачить сенсу в заняттях, оскільки у неї не виходить виконувати вимоги.

Таким чином, синій, зелений, червоний, жовтий і фіолетовий кольори говорять про емоційне благополуччя дитини, а коричневий, чорний і сірий - про емоційне неблагополуччя дитини. На основі інтерпретації кольору і спостережень за вчинками і поведінкою дитини можна зрозуміти, наскільки комфортні для неї заняття.

ДОДАТОК В

Програма з оптимізації дитячо – батьківських відносин.

На даний момент загальноприйнятим є визнання значущості того вкладу, який вносить родина у формування емоційно-особистісної сфери дитини, а через це - і в загальний хід розвитку суспільства. Саме в родині можуть початися деструктивні стосунки у дитини спочатку з близькими, а потім і з оточуючими людьми. Виникненню негативних проявів в поведінці дитини може, на нашу думку, запобігти своєчасне усвідомлення батьками своїх педагогічних, деструктивних установок, патернів власної поведінки і безпосередній їх вплив на виховний процес і особистість дитини в цілому. При цьому сучасні уявлення про сімейне виховання характеризуються високим рівнем невизначеності.

Ситуація, що склалася вимагає застосування нових методів і підходів до психологічної роботи для надання допомоги родині, яка зіткнулася з проблемами в дитячо-батьківських відносинах. У числі іншого, доцільним видається залучення формату групової роботи.

Психологічні та соціологічні дослідження другої половини ХХ в. вказують на існування важливого чинника, що сприяє зростанню напруженості відносин всередині родини. Таким фактором є розбіжність позицій в спілкуванні. Нерідко батьки намагаються розмовляти з дітьми з позиції влади і переваги, у той час як діти слухають їх з позиції рівності. Подібна розбіжність в значній мірі знижує ефективність авторитарних стратегій виховання, а також - провокує зростання числа конфліктів. Відсутність усвідомлення цього причинно-наслідкового зв'язку з боку батьків може призвести до протестних або девіантних форм соціалізації.

Очікувані результати:

Участь дозволяє батькам краще зрозуміти себе і мотиви своєї поведінки, потренуватися в застосуванні технік ефективної взаємодії з дитиною, побачити нові шляхи вирішення проблемних ситуацій.

В результаті проходження тренінгу батьки починають краще розуміти власні стереотипи виховання, які не є результатом усвідомленого вибору, а зазвичай передаються від своїх батьків, або є наслідком уявлень про відносини дитини і батьків, отриманих з близького соціального оточення, засобів масової комунікації та інформації. Таким чином, батьки починають вибудовувати більш ефективну взаємодію з дітьми.

Цілі психологічної корекції на тренінгу:

- усвідомлення власних батьківських позицій і розширення усвідомленості мотивів виховання у родині;
- оптимізація форм батьківського впливу в процесі виховання дітей та гармонізація стилю виховання;
- профілактика негативних проявів у поведінці дітей та підлітків.

Завдання тренінгу:

Психологічна освіта - дати батькам знання про механізми сімейних систем, показати вплив їх батьківських сімей на актуальну ситуацію в їх власній родині. Усвідомити необхідності встановлення рівноправних взаємин з дитиною; познайомитись з концепцією ефективного та неефективного схвалення, з поняттям неформального спілкування.

Навчання - дати певну модель побудови взаємин з дітьми і навчити різним навичкам міжособистісного спілкування, необхідним для реалізації цієї моделі. Навчити навичкам підтримки, посприяти закріпленню навичок активного слухання, оволодінню навичкою використання «Я-висловлювань» для вирішення проблем.

Переорієнтація - самодослідження батьківських позицій, розвиток багатовимірності психологічного бачення дитячо-батьківських відносин, подолання вже сформованих стереотипів поведінки і патернів.

Усвідомлення неефективних стратегій батьків; навчання методиці передачі дитині відповідальності за своє життя.

Хід програми.

Привітання учасників. Знайомство учасників.

Вправа 1. «Самопрезентація». Учасникам видають картки і олівці для оформлення «візиток». Необхідно пред'явити свою «візитку», розповісти коротко про себе, про свої очікування і побоювання, пов'язані з тренінгом.

Вправа 2. «Поверхи». Пропонується уявити, що батьки зараз знаходяться перед великим сучасним супермаркетом. У ньому три поверхи:

- на першому поверсі продаються товари з явним браком, низької якості;
- на другому поверсі - звичайні товари середньої ціни і якості;
- на третьому поверсі продаються найкращі, якісні, гарні речі.

Питання: на якому поверсі ви б хотіли купувати товар?

Теза: коли у нас з'являється дитина, ми завжди хочемо, щоб вона відповідала «третьому поверху» - була розумною. Кожна дитина унікальна. У неї є трохи від першого, другого, третього поверхів. І ваша дитина не виняток, ви переконалися в цьому. У неї є те, що подобається батькам, і те, щоб хотілося змінити.

Усвідомлення батьківських установок.

Розповідь психолога про сутність поняття «психологічна установка» і її вплив на сприйняття реальності. Основна теза: «На наші взаємини с дітьми впливають установки, сформовані ще в дитинстві нашими батьками, незалежно від нашого бажання - поки ми не усвідомлюємо їх. Якщо ж установка усвідомлена - вона перестає верховодити нами, ми можемо її змінити».

Вправа 3. Батьківські установки. Учасників просять закрити очі, зробити кілька глибоких вдихів і повільних, плавних видихів - і на тлі розслабленого стану згадати свою батьківську сім'ю, своє дитинство. Як реагували батьки на ваші витівки, капризи, проступки? Як би вони закінчили такі пропозиції: «Діти погано поводяться, тому що ...», «Неслухняна дитина - це ...», «Батьки повинні ...»? Потім, після виходу зі стану розслаблення, учасники діляться своїми переживаннями і думками з приводу батьківських установок. В ході обговорення

необхідно диференціювати актуальні установки на «допомагають», тобто раціональні, ефективні - і «заважають», тобто нераціональні, неефективні в сфері дитячо-батьківських взаємин.

Позиції в спілкуванні: Батьки, Дорослий і Дитина.

Тему батьківських установок логічно продовжує розгляд ригідних позицій в спілкуванні в рамках концепції Е. Берна. Основна теза: «Позиція Дорослого сприяє прояву дорослої позиції у іншої людини. Позиція Батьків задає у іншого позицію дитини і навпаки. Перебування батьків в его-стані Дорослого дає дитині можливість відчувати психологічну рівність з матір'ю або батьком, сприяє засвоєнню правил логіки і здорового глузду».

Ухвалення почуттів дитини.

Один з мотивів роботи батьків в тренінговій групі - прагнення до взаєморозуміння зі своєю дитиною. Зрозуміти дитину - значить почути її почуття, проникнути в глибинну мотивацію її поведінки. Необхідним навиком тут є навик «активного слухання», освоєнню якого присвячується цей етап заняття.

Вправа 4. «Пам'ятник почуттю». Це варіант відомої техніки «Скульптор», яка є одночасно і розминкою, і хорошим введенням в тему. Батьки працюють в парах, один виконує роль «глини», інший - «скульптора». «Скульптори» отримують картки с назвами почуттів, емоційних станів, які вони повинні без слів «зліпити», використовуючи тіло партнера. На етапі обговорення пропонуємо батькам відповісти на два додаткових питання:

- 1) коли ви відчуваєте дане почуття по відношенню до своєї дитини?
- 2) коли, на вашу думку, дитина відчуває його по відношенню до вас?

Розповідь психолога про психологічні механізми придушення почуттів і компенсації складається відповідно с освітнім рівнем учасників тренінгу. Основна теза: «Емоції, які придушуються, зберігаються. Почуття, які допускаються і визнаються, втрачають свою руйнівну силу. Називання і визнання

пригнічених емоцій приносить дитині величезне полегшення, радість, відчуття близькості с батьками, свідомість того, що тебе чують і розуміють».

Вправа 5. «Ухвалення почуттів». Учасники діляться на мікрогрупи по 4-5 чоловік, кожна з яких отримує завдання переформулювати неефективні батьківські відповіді так, щоб були прийняті почуття дитини.

Наводимо зразки завдань і можливі варіанти відповідей:

- «Не смій його бити! Це ж твій брат!» («Ти можеш злитися на брата, але бити його не можна».)

- "Не бійся. Собака тебе не чіпатиме» («Симпатичний пес ... Але якщо боїшся - давай перейдемо на іншу сторону».)

- «Посміхнись. Все не так погано, як тобі здається» («Я б теж засмутився. Але, може, ми разом знайдемо вихід?»)

- «Укол! Та й що? Навіть малюк не боїться, а ти ...» («Так, укол - це боляче. Якщо ти боїшся, можеш взяти мене за руку».)

В процесі обговорення цієї вправи батьки знайомляться з поняттям «Активного слухання», слухати активно - значить вловлювати, що дитина намагається вам сказати насправді, що вона відчуває насправді, і озвучувати ці почуття своїми словами, фарбуючи свої висловлювання розумінням і невідомою турботою (термін, що описує це явище, - «емпатія»).

Вправа 6. «Я - добра(ий) мати/батько». Кожному учаснику пропонується протягом однієї хвилини розповісти о своїх сильних «батьківських» сторонах. Після кожного виступу інші учасники невербально висловлюють свою підтримку оповідачеві (це може бути рукостискання, дружнє поплескування по плечу, схвальний кивок головою).

Чому ми проти пригнічуючий покарань.

Вправа 7. «Покарання». На тлі розслаблення батькам пропонується згадати ситуацію, коли вони були покарані своїми батьками.

Необхідно отримати відповіді на наступні питання: Що ви відчували тоді? Які були ваші тілесні відчуття? Про що ви тоді думали? Що вам хотілося зробити? Обговорення цієї справи часто надає додаткову інформацію про негативні наслідки покарань.

Встановлення меж дозволеного у поведінці.

Надання свободи вибору і з'ясування логічних наслідків цього вибору - не єдині методи встановлення необхідної дисципліни. Пропонуємо батькам познайомитися зі «ступінчатою системою встановлення заборони» за методом Х. Джайнотт:

1. Визнати, що якимсь бажання цілком може виникнути у дитини («Я розумію, що тобі хочеться ...»).
2. Чітко визначити заборона на будь-яку дію («Але я не можу дозволити тобі це робити зараз, так як ...»).
3. Вказати, яким чином дитина може здійснити своє бажання.
4. Допомогти дитині висловити своє законне невдоволення («Звичайно, тобі це не подобається ...»).

Способи підвищення самоповаги дітей.

Наші зауваження і спілкування без слів допомагають дітям або бути задоволеними собою, або відчувати себе некомфортно.

Вправа 8. Неформальне спілкування. Група ділиться на «Батьків» і «дітей». «Діти» виходять за двері, кожен вигадує проблему, з якої він хотів би звернутися до «батьків». «Батьки» отримують інструкцію не реагувати на прохання дитини під приводом зайнятості, втоми і т.п. Протягом декількох хвилин йде рольове програвання ситуацій. Потім учасники міняються ролями. Однак нові «батьки» отримують протилежну інструкцію: відреагувати на слова дитини максимальною увагою, чуйністю, запропонувати свою допомогу і підтримку. Обговорення почуттів учасників завершується визначенням поняття формального (закритого,

байдужого, нещирого) і неформального (відкритого, емпатійного, щирого) спілкування.

Важливим батьківським умінням є ефективно схвалення або підтримка. Якщо похвала спрямована на оцінку особистості людини, ставить цю оцінку в пряму залежність від результатів діяльності і тим самим знижує самооцінку в разі невдач, то підтримка спрямована на визнання проміжних результатів і особистісного внеску в їх досягнення. Тим самим вона сприяє підвищенню самоповаги дитини і дорослого.

Неефективні стратегії.

Це нераціональні судження, що обмежують нашу свободу і формують ригідні батьківські позиції. Дуже багатьом батькам важко передати дитині відповідальність за його життя, тому що вони прагнуть бути хорошими батьками, маючи на увазі під цим приблизно наступне:

- Я повинен наглядати за тим, щоб моя дитина нормально розвивалася і поводитися цілком певним чином.
- Я зобов'язаний керувати моєю дитиною, а вона - слідувати моїм вказівкам.
- Я зобов'язаний піклуватися про дитину. Зрештою, вона не винен, що народилася.
- Якщо моя дитина потрапить у біду, я повинен визволити її з цієї біди.
- Я повинен жертвувати заради неї, бо її потреби важливіше моїх.
- Я повинен бути напоготові по відношенню до всіх небезпечних ситуацій і захищати від них дитини, забезпечуючи її безпеку.
- Це мій обов'язок - оберігати мою дитину від страждань, неприємностей, помилок і невдач.

Вправа 9. «Має бути чи хочу?» Замінити в наведених вище висловлюваннях слова «повинен», «зобов'язаний» на «хочу». Які почуття виникають при проголошенні цих фраз?

Вправа 10. «Оберемок обов'язків». Одного з батьків запитують, чи зможе він пройти по намальованій на підлозі лінії. Потім йому в руки дають коробки, що символізують різного роду обов'язки, які «повинен» виконувати мати чи батько. С оберемком цих «обов'язків» пройти по лінії вже куди складніше. Інтерпретуючи цю алегорію, батьки приходять до висновку, що надмірна завантаженість обов'язками по відношенню до дитини не дозволяє бачити перспектив, заважає виховній стратегії, позбавляючи її цілісності і гармонійності.

Єдиний реальний захист дитини від небезпеки - це її здоровий сенс і знання, що тільки вона сама повинна розпізнати цю небезпеку і прийняти відповідні рішення.

Сортування проблем.

Цей принцип вирішення проблем дитячо-батьківських взаємин був запропонований Т. Гордоном. Полягає він у тому, що проблеми діляться на дві групи в залежності від того, на чие життя - батьків чи дитини - вони безпосередньо впливають.

Передача відповідальності дитині.

При передачі дитині відповідальності за рішення питань, що безпосередньо зачіпають її життя, необхідно виконувати наступні 10 умов:

1. Спокійна обстановка. Готовність до діалогу з обох сторін.
2. Не займатися у той же самий час будь-якою іншою справою.
3. Заздалегідь підготувати висловлювання.
4. Виключити з нього оцінки («погано поводишся», «ледар») і узагальнення («ніколи», «завжди», «вічно»).
5. Говорити про конкретні дії.
6. Говорити про свої почуття, думки, бажання, частіше використовуючи «я», ніж «ти».
7. Запевнити дитину, що участь у його справах є дружньою.
8. Не перетворювати все в нудну, довгу нотацію.

9. Стежити за реакцією дитини.

10. Завершити дружнім фізичним контактом (обійняти, поцілувати, поплескати по плечу і т.п.).

Вправа 11. Передача контролю. Батьки складають висловлювання для передачі своїй дитині відповідальності за вирішення одного з актуальних, але не дуже болючих питань.

Підведення підсумків заняття.

Батьки письмово або усно діляться своїми почуттями та враженнями, пов'язаними і з ефективністю тренінгової роботи. Ці питання можуть бути наступними: що було найбільш корисним і цікавим на тренінгу (вправи, ігри, групові дискусії, інформація психолога, завдання); на які питання отримали відповіді; які питання залишаються невирішеними; над яким питанням хотіли б додатково працювати у групі?