



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Оптимизация детско-родительских отношений
посредством игрового тренинга**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое сопровождение семьи»**

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

70,73 % авторского текста
Работа рекомендована к защите

« 23 » января 2023 г.

зав. кафедрой ППиПМ

 Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-308-207-2-1
Мещерякова Ольга Андреевна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент

 Гольцева Юлия Валерьевна

Челябинск

2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОПТИМИЗАЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ ПОСРЕДСТВОМ ИГРОВОГО ТРЕНИНГА В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	9
1.1 Проблема оптимизации детско-родительских отношений в отечественной и зарубежной психологии	9
1.2. Пути и средства оптимизации детско-родительских отношений	15
1.3 Особенности и структура игрового тренинга	20
Выводы по главе 1.....	24
ГЛАВА 2. ПРЕДПРОЕКТНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ОПТИМИЗАЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ ПОСРЕДСТВОМ ИГРОВОГО ТРЕНИНГА В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	26
2.1 Цель и задачи экспериментальной работы. Характеристика используемых методик	26
2.2 Программа игровых тренингов, направленная на оптимизацию детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте.....	30
Выводы по главе 2.....	39
ГЛАВА 3. АНАЛИЗ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	41
3.1 Анализ результатов констатирующего этапа исследования	41
3.2 Анализ и интерпретация результатов контрольного этапа эксперимента	46
Выводы по главе 3.....	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	57
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	62
ПРИЛОЖЕНИЕ А.....	67
ПРИЛОЖЕНИЕ Б.....	73

ПРИЛОЖЕНИЕ В	74
ПРИЛОЖЕНИЕ Г	78
ПРИЛОЖЕНИЕ Д	84
ПРИЛОЖЕНИЕ Е	86
ПРИЛОЖЕНИЕ Ё	87
ПРИЛОЖЕНИЕ Ж	89
ПРИЛОЖЕНИЕ З	91

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день остро встаёт вопрос о роли и функциях семьи в воспитании младших школьников. Семья играет определенную роль в формировании личности ребенка и является решающим фактором, предопределяющим эмоциональное состояние ребенка и обеспечивающим его эмоциональное благополучие и развитие личности. На детей в семье оказывают влияние не только воспитательные воздействия, но и особенности внутрисемейных отношений, поведения родителей.

Младший школьный возраст – это вершина детства, где успешное личностное и интеллектуальное развитие зависит от адекватности детско-родительских отношений в семье. Основная задача семьи: формирование первых социальных потребностей школьника (поддержка, сотрудничество, помощь в постижении системы научных представлений, определений и исполнении самостоятельности учебной деятельности) [4].

Правовые аспекты детско-родительских отношений изложены в основных международных документах, касающихся прав детей и в законодательных актах:

1. Декларация прав ребенка (1959).
2. Конвенция ООН о правах ребенка (1989).
3. Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей (1990).
4. Семейный кодекс РФ (1996).
5. Закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».
6. Закон «Об образовании».

Особенности детско-родительских отношений на сегодняшний день – одна из ключевых проблем педагогики и психологии. Данной проблематикой занимались такие учёные, как А. А. Бодалев, Л. И. Божович, И. В. Дубровина, М. И. Лисина, А. С. Спиваковская и т.д. [17].

Психологи трактуют разными понятиями и терминами отношения между родителями и детьми.

На сегодняшний день в психологии наблюдается больше 1000 исследований детско-родительских отношений [1]. Самые первые исследования в изучении детско-родительских отношений появились в 1899 году. К тому же времени был разработан опросник, который позволял определять отношение родителей к наказанию детей.

Актуальность проблемы, степень ее разработанности позволили сформулировать значимость нашего исследования на следующих уровнях:

Социальная значимость исследования – это решение проблемы оптимизации детско-родительских отношений посредством игрового тренинга в младшем школьном возрасте необходимо для общества.

Теоретико-методическая значимость исследования заключается в изучении проблемы оптимизации детско-родительских отношений посредством игрового тренинга в младшем школьном возрасте и разработке методического сопровождения данного процесса.

Таким образом, возникает *противоречие* между необходимостью оптимизации детско-родительских отношений посредством игрового тренинга в младшем школьном возрасте, с одной стороны, и недостаточной методической разработанностью программы игровых тренингов в этом процессе, с другой.

Необходимость решения данного противоречия повлекло за собой *проблему исследования*: каково содержание игровых тренингов по оптимизации детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте?

Актуальность данной проблемы обусловила выбор темы исследования «Оптимизация детско-родительских отношений посредством игрового тренинга».

Цель исследования: теоретически обосновать и разработать программу игровых тренингов, направленную на оптимизацию детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте.

Объектом исследования является оптимизация детско-родительских отношений младшего школьного возраста.

Предмет исследования использование тренингов как средства оптимизации детско-родительских отношений отношения в семьях, где воспитываются дети младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования: целенаправленное применение программы, спецификой которой является игровой тренинг, будет способствовать оптимизации детско-родительских отношений у обучающихся в начальной школе.

Задачи исследования:

1. Дать характеристику понятиям «детско-родительские отношения» «оптимизация детско-родительских отношений».
2. Проанализировать пути и средства оптимизации детско-родительских отношений.
3. Рассмотреть структуру и особенности игрового тренинга.
4. Разработать и проверить результативность программы игровых тренингов по оптимизации детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте.

Практическая значимость исследования состоит в разработке программы игровых тренингов, которая может быть использована в практике учителей начальных классов или педагога-психолога.

База исследования: наше исследование осуществлялось на базе МОУ СОШ г. Копейска.

Участники: ученики, педагоги образовательной организации, родители.

Этапы исследования:

– на первом этапе (2020-2021) велось теоретическое исследование проблемы, изучалась психолого-педагогическая литература, разрабатывалась методика проведения экспериментальной работы, подбирались методический инструментарий, разрабатывалось содержание формирующего этапа экспериментальной работы;

– на втором этапе (2021) была проведена диагностика с помощью выбранных методик;

– на третьем этапе (2022) в рамках формирующего эксперимента была апробирована программа взаимодействия педагога-психолога и семьи по оптимизации детско-родительских отношений младших школьников с помощью игрового тренинга;

– на четвертом этапе (контрольном) (2022) была проведена обработка и анализ полученных данных, оформление результатов исследования, формулировка выводов.

Методы исследования:

– теоретические методы (анализ литературы; обобщение, систематизация, сравнение);

– эмпирические методы (тестирование);

– статистические методы обработки данных.

Апробация исследования осуществлялась путем публикации статей результатов исследования.

Структура работы: введение, три главы, выводы по главам, заключение, список использованных источников, приложения. В тексте работы 7 рисунков, 4 таблицы, 9 приложений. Список литературы представлен 55 источником.

Первая глава диссертации отражает результаты теоретического анализа нашей проблемы отношений между родителями и детьми в психологической литературе, пути и средства оптимизации, а также особенности и структура игрового тренинга.

В данной главе даются определения ключевых понятий по теме исследования: детско-родительские отношения, оптимизация детско-родительских отношений, родительское отношение, семья, младший школьный возраст, семья, игровой тренинг, тренинг.

Вторая глава диссертации посвящена вопросам организации и методам проведения экспериментальной работы в условиях образовательного учреждения.

Третья глава диссертации посвящена анализу полученных результатов констатирующего и контрольного этапов экспериментов, внедрения разработанной программы игровых тренингов и ее результативность.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОПТИМИЗАЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ ПОСРЕДСТВОМ ИГРОВОГО ТРЕНИНГА В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

1.1 Проблема оптимизации детско-родительских отношений в отечественной и зарубежной психологии

В психолого-педагогических исследованиях значение семьи для личностного становления ребенка рассматривается, прежде всего, через отношения между родителем и ребенком. Именно в семье ребенок получает первый жизненный опыт, делает первые наблюдения и учится как себя вести в различных ситуациях. Очень важно, чтобы то, чему в семье учат ребенка, подкреплялось конкретными примерами, где совпадает теория и практика [8].

Авторы отечественной и зарубежной психологии говорят о значительной роли родителей в жизни ребёнка, о особой подготовке близких к выполнению практических функций, подразумевая, что родитель – это самый лучший преподаватель для своего ребёнка [18].

В настоящее время в психолого-педагогической литературе имеется много определений понятия «детско-родительские отношения». Одни учёные толкуют данное определение, как систему семейных отношений, которая включает в себя взаимозависимые отношения: отношения ребёнка к своим родителям, отношение родителей к своему ребёнку и родительские отношения (отцовское и материнское отношение).

Детско-родительские отношения – среда, детерминирующая психическое развитие ребенка и определяющая его формирование личности. Воспитательные воздействия связаны в первую очередь от влияния родителя на своего ребенка, а основой воспитания является само внутреннее представление о ребенке [13].

Австрийский психолог А. Адлер провел одно из первых исследований в вопросе феномена «детско-родительские отношения».

Главными понятиями А. Адлера в данном вопросе отношений относятся такие понятия, как «равенство», «сотрудничество» и естественные результаты. Так же он отмечает равенство между родителем и ребенком, это касается области прав и ответственности. Принцип воспитания в семье – взаимоуважение. Самосознание ребенка напрямую зависит от того, насколько его любят и уважают в семье. А. Адлер отмечает, что родителям необходимо научиться уважать уникальность, индивидуальность и неприкосновенность детей с раннего возраста.

Другие пишут, что «детско-родительские отношения» – взаимовлияние, активное взаимодействие семьи (отца и матери) со своими детьми [13].

Е. О. Смирнова, определяя значение понятия «детско-родительские отношения» пишет, что они имеют огромную социальную значимость не только для родителей, но и для самих детей. Во-вторых, имеет место двойственность в отношениях родителя и ребенка [36].

А. Я. Варга и В. В. Столин придерживаются аналогичного определения, по их мнению – это система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера личности ребенка, его поступков [9].

А. С. Спиваковская под «детско-родительскими отношениями» понимает реальную направленность, позволяющую описывать широкий фон отношений, в основе которых лежит сознательная или бессознательная оценка ребенка, выражающаяся в способах и формах взаимодействия с детьми, а также позволяющая представить структуру в целом и изучить, каким образом те или иные, сознательные и бессознательные, мотивы структуры личности родителей выражаются, актуализируются в конкретных формах поведения и взаимопонимания с детьми [38].

Достаточно часто понятия «детско-родительские отношения» и «родительское отношение» используются в качестве синонимичных.

Родительское отношение понимается А. Я. Варгой как «целостная система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ребенком, особенностей восприятия и понимания характера ребенка и его поступков».

Родительское отношение – это конкретная педагогическая социальная установка по отношению к детям, которая состоит из трёх аспектов: рационального, эмоционального и поведенческого компонентов. Содержание этих трех компонентов по-разному освещалось исследователями, однако в любой структуре они присутствуют в одной из форм [44].

Родительское отношение – совокупность разнообразных чувств, поведенческих стереотипов к своим детям, которые проявляются в общении, а также это особенности восприятия и понимания характера личности ребенка и его поступков [33].

В исследовании, в котором Э. Фромм, изучал родительские отношения как фундаментальную базу для формирования личности ребенка, было выявлено качественное различие между спецификой воспитания отца по сравнению с матерью. Это различие характеризуется по типу: контролируемость – неконтролируемость [47].

Рассматривая исследования в этой области, начнем с зарубежной психологии.

Такие ученые как, З. Фрейд, Э. Берн, Д. Винникот, Э. Эриксон исследовали вопросы в рамках психоаналитического направления. В бихевиористском направлении занимаются ученые такие, как Б. Скиннер, А. Бандура, Дж. Уотсон [50].

Данные три направления можно считать достаточно индивидуальными, в отличии от других отношений.

Согласно теории привязанности, Д. Боули, считается что, качество привязанности между родителем и ребенком влияет на детско-родительские отношения [7].

Зарубежные теоретические подходы такие как: отвержение, безразличие, гиперопека, сверхтребовательность, устойчивость и активная любовь отмечают такие ученые как М. Сигельман и А. Рое [29].

Такие типы как, устойчивость и активная любовь способствуют гармоничному развитию личности у ребенка. Тревога и агрессия наблюдается в таком типе как, отвержение.

В теоретических подходах нашего вопроса ученые Е. Шафер и Р. Бел описывают динамическую двухфакторную модель, где цель – эмоциональный фактор и поведенческий фактор [29].

Эпигенетическая теория Э. Эриксона определяет «детско-родительские отношения» через сочетание чувственной заботы и ощущения доверия, а важнейшим кризисом отношений между родителем и ребенком считается неизбежный конфликт сепарации и индивидуализации [55].

Классификация стилей авторитетного, авторитарного и попустительского стилей родительского поведения разработана D. Baumrind.

E. S. Schaefer, R. A. Bell разработали динамическую двухфакторную модель родительского отношения, где один из факторов показывает эмоциональное отношение к ребенку: «принятие-отвержение», а другой стороны – стиль поведения родителей: «автономия-контроль». Каждая позиция взаимосвязью различных факторов, их взаимосвязанностью.

Такое исследование как, половых различий родительских стилей проведено ученым А. Russel (1998), где отмечается, что матерям в большей степени присущ авторитетный стиль, отцам – авторитарный или попустительский. Для родителей мальчиков – это авторитарный стиль, а для родителей девочек характерен авторитарный.

Теперь проанализируем теоретические подходы нашего вопроса в отечественной психологии.

Отечественные ученые выделяют особо существенные характеристики гармоничных отношений данной проблеме:

– во-первых, это удовлетворение основных потребностей ребёнка в данных отношениях: где необходима потребность в безопасности и эмоциональной близости с другими людьми; удовлетворение потребностей, возникающих в процессе взаимодействия: принятие и признание индивидуальности ребёнка, сохранение ребёнком своего «Я» как автономной реальности;

– во-вторых, имея определённый уровень, родители могут самостоятельно осознать индивидуальность ребенка.

– в-третьих, сознательная и ответственная организация родителями конструктивного стиля взаимодействия адекватного индивидуальным особенностям развития ребёнка [1].

Различные аспекты особенностей внутрисемейных отношений изучали М. Буянов, А. Я. Варга, Ю. Гиппенрейтер, А. Е. Личко, А. С. Спиваковская, Э. Г. Эйдемиллер, Г. Хоментаскас, А. Фромм и др.

В отечественной психологии исследованиями в этой области занимались такие ученые как, Л. И. Божович, Л. С. Выготский, И. В. Дубровина, М. И. Лисина, А. Н. Леонтьев, В. С. Мухина, Г. Т. Хоментаскас, Д. Б. Эльконин и другие.

Н. Н. Авдеева [10] выделяет пять типов социально-психологического климата семьи и соответственно тактик родительского отношения:

– диктат (безоглядная авторитарность родителей, игнорирование интересов и мнений ребенка, принуждение, лишение прав голоса);

– опека (обеспечение трудом родителей всех потребностей ребенка, ограждением каких-либо забот, трудностей);

– конфронтация;

– мирное сосуществование на основе невмешательства (в основе этого типа лежит пассивность родителей, эмоциональная холодность, безразличие);

– сотрудничество (родители общаются с детьми на равных, где каждый может обратиться к друг другу с вопросами или просьбой).

Так, например, А. Е. Личко и Э. Г. Эйдемиллером делили такие типы семейного воспитания:

1. Гипопротекция: отсутствие необходимой заботы о ребенке, ребенок предоставлен самому себе, достаточная требовательность.

2. Доминирующая гиперпротекция: окружение ребенка излишней, навязчивой заботой, где блокируется самостоятельность и инициативность ребенка.

3. Потворствующая гиперпротекция: желание родителей удовлетворять все потребности и капризы своего ребенка, он становится кумиром семьи, стараются защитить от всего происходящего.

4. Эмоциональное отвержение: потребности ребенка игнорируются, жесткое порой обращение с ним, становится обузой.

5. Повышенная моральная ответственность: поручение родителям ребенку заботу и опеку над другими, где ребенок боится разочаровать родителей, хотя от ребенка честности, порядочности [53].

В разработке стилей семейного воспитания А. С. Макаренко определенно точно выделил три стиля:

1. Авторитарный стиль – присутствует строгость, требовательность, безапелляционность. Главные средства – угрозы, понукания, принуждение. Все это ведет к внутреннему сопротивлению, в грубости, лживости, лицемерии.

2. Либеральный стиль – чрезмерная родительская любовь, дети начинают расти недисциплинированными, безответственными, происходит потакание к ребенку, вседозволенность. Ребенок вырастает эгоистом, расчетливым.

3. Демократический стиль – проявляется в гибкости родителей. Родители начинают прислушиваться к мнению своего ребенка, уважают его позиции, развивают самостоятельность. Дети видят образец подражания, трудолюбия, честности [10].

А. Я. Варга выделила три составляющие родительского отношения:

- интегральное принятие – отвержение ребенка;
- межличностная дистанция родителя и ребенка;
- формы и направление родительского контроля;
- социальная желательность поведения ребенка для родителя.

Таким образом, нами рассмотрен ряд подходов к классификации детско-родительских взаимоотношений. Их анализ показал, что в основе выделения типов отношений лежит позиция родителей, особенности их установок, ценностей и целей.

От определенного отношения родителей к своим детям зависят их отношения в семье. Если в родителях сочетается заботливое, чуткое, доброе отношение; желание вдохновить, помочь своему малышу; готовность к бескорыстной любви, то ребенок вырастет психологически здоровым, адекватным и готовым к сотрудничеству с окружающими его людьми. И наоборот, ребёнок вырастает несамостоятельным, бесцельным, скованным и неуверенным в себе человеком, если в семье родители были деспотами, подавляли его желания, насильственно выдвигая свои, указывали на его недостатки, постоянно критиковали, жестоко относились к проступкам и игнорировали просьбе совместного времяпрепровождения [17].

Рассмотрев разные стили и типы отношений, в нашем исследовании будем ссылаться на классификацию типов предложенной А. Я. Варгой и на классификацию стилей воспитания А. С. Макаренко.

1.2. Пути и средства оптимизации детско-родительских отношений

Первыми наставниками в жизни ребенка являются родители. Родительские отношения с успехом могут решаться с помощью совместной

деятельности, благодаря которой ребенок учится понимать и строить отношения с окружающими.

В научной литературе в качестве критериев оптимизации любого процесса два показателя: первый – это получение реальных результатов в воспитательном процессе, а второй – это соблюдение установленных параметров на любой процесс в воспитании и педагогическом взаимодействии. Значит оптимизация – это новейший процесс обучения и воспитания, реализуемый различными педагогическими технологиями [14].

В каждой семье должны складываться благоприятные условия для воспитания полноценной личности ребенка. Оптимизация отношений в семьях обусловлена влиянием семейных отношений на развитие ребенка младшего школьного возраста, потому что этот возраст наиболее чувствительный на человеческие отношения.

А для того, чтобы ребенок желал общаться с родителями, необходимо помнить, что основой общения являются: принятие ребенка – это проявление такой родительской любви, когда ребенок понимает, что его любят, несмотря ни на что, признание – это сохранение у ребенка чувства собственного достоинства и уверенности в себе, в своих силах. Не менее значимым чувством для ребенка является любовь. Очень важным принципом в общении детей и родителей является доступность.

Огромное значение в воспитании ребенка младшего школьного возраста имеет формирование у него привычки быть ответственным. И важная составляющая успешности воспитания – родительский авторитет [11].

Воспитание в школе и в семье – это единственный процесс, это два феномена, каждый из которых по-своему дает ребенку социальный опыт. И только в сочетании они создают оптимальные условия для вхождения ребенка в большой мир. Поэтому очень важно с первых дней обучения и воспитания детей в школе сделать родителей соучастниками учебного процесса.

Учитывая психологические особенности младших школьников при работе с семьями, можно применять различные формы, но основными являются индивидуальные (консультации, беседы, переписка с родителями, посещение семьи, индивидуальные блокноты) и групповые (родительские собрания, заседания родительского комитета, родительские чтения, родительские вечера, тренинги, ринги, лектории, совместные классные часы, праздники, выезды на экскурсии, походы, клубы для родителей, благотворительные акции) [25].

Улучшить процесс взаимодействия детско-родительских отношений сможет помочь, например, арт-терапия.

Ученые выделяют арт-терапию – метод развития сознательных и бессознательных сторон психики личности с помощью различных форм и видов искусства. Арт-терапия может быть: активной, пассивной и смешанной. При ее помощи достигаются следующие цели: гибкость мышления, восприятия жизни в целом, индивидуальность и ценность человека, новые формы взаимодействия личности с обществом и т.д.

Музыкотерапия – это психотерапевтическое лечение, которое подразумевает прослушивание определенных композиций. Музыка является источником радости, помогает преодолевать депрессию, мрачные стороны жизни, проблемы и неудачи, а также нарушений сна.

Драмотерапия – одна из разновидностей арт-терапии. Один из древних способов разрешения конфликтов. Помогает развивать интересы и способности ребенка, способствует общему развитию, проявлению любознательности, стремление к познанию нового, развитию логики и психологической устойчивости, справляться с трудностями и общением между взрослым и ребенком.

Изотерапия – терапия изобразительным творчеством (лепка, коллаж). Изотерапия позволяет человеку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты, надежды, освободиться от негативных переживаний прошлого. При

работе с детьми изотерапия помогает: создать благоприятные условия для развития общения, с детьми которое очень замкнутые.

В изотерапии могут применяться такие методики при работе с детьми:

- работа с соленым тестом,
- рисование пластилином,
- пальчиковое рисование.

Маскотерапия – комплексное лечение вербального и невербального воздействия на эмоции, суждения, самосознания человека. Маска является мощным средством сближения детей и взрослых. Используя маскотерапию человек способен легко освободиться от отрицательных эмоций, каких – то шаблонных ролей.

Коллаж – технический приём в изобразительном искусстве, цель данной методики заключается в том, что нужно наклеить на ватман или лист бумаги различные предметы, которые будут отличаться по форме, цвету, фактуре. Выполняя данное задание у человека появляется огромная возможность раскрыть свои скрытые потенциалы, приобретает некая степень свободы. Коллаж – безболезненный метод работы с личностью, где присущи только положительные эмоциональные переживания. Более того помогает определить психологические состояния человека и выявить его личностные переживания.

Песочная терапия включает в себя рисование песком, лепка фигур из кинетического песка, игра в песочнице. Песочная терапия сочетает в себе невербальное самовыражение и вербальную интерпретацию. Песочная терапия способствует снятию внутреннего напряжения, развитию коммуникативных навыков, нормализации внутрисемейных отношений, понять все негативные эмоции и трансформировать их в положительные. В песочной терапии возможно разыграть неосознанную проблему, подобно драме, где конфликт переносится из внутреннего мира во внешний и делается зримым для самого участника терапии.

Сказкотерапия – такой метод помогает разговаривать даже самого застенчивого ребенка, обнаружить и исправить внутренние психологические конфликты и у детей, и у взрослых, можно увидеть скрытые страхи и понять, какая проблема нуждается в незамедлительном решении.

Фототерапия – одно из направлений арт-терапии, которая связана с лечебно-коррекционным применением фотографии разного рода психологических проблем, а также для развития и гармонизации личности. В психологии это направление применяется для лечения депрессий, страхов, выявления семейных отношений, проблем. Фотография в жизни человека имеет большое значение и поэтому является ресурсным. Глядя на фотографию можно вспоминать какие-то приятные события, встречи, родных и друзей.

Основной задачей фототерапии является посмотреть на проблему иными глазами. Можно доказать человеку, что делалось и применялось в соответствии с его возможностями и знаниями на данный период времени.

Техники фототерапии:

- фотографии, найденные или созданные самим человеком;
- фотографии человека, сделанные другими людьми, где образ принимается другими людьми произвольно.
- автопортреты – любые фотографии самого себя;
- семейные альбомы;
- техника фотопроекции [43].

Также игровой тренинг является эффективным средством гармонизации детско-родительских отношений.

Игровой тренинг – это реализуемая в игровой форме методика активного обучения учащихся, позволяющая подкрепить их теоретические знания развитием практических навыков [32].

Тренинг – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков, а также социальных установок.

Подводя итоги, можно сделать вывод, что систематическое использование в работе разнообразных форм и методов дает определенные результаты: совместные игровые моменты укрепляют детско-родительские отношения, повышается внимание родителей к ребенку, деятельность родителей в учебно-воспитательном процессе повышается, что способствует развитию их творческой инициативы, родители из «зрителей» и «наблюдателей» становятся активными участниками встреч и помощниками учителя и психолога, в ходе общения детей, родителей, учителей и психологов устанавливается прекрасная атмосфера взаимоуважения.

1.3 Особенности и структура игрового тренинга

Начиная со второй половины XX столетия, в западной психологии отмечается увеличение числа исследований, посвященных детско-родительским отношениям, а также методам психологической помощи и коррекции [48].

В психологической практике существует различная терапия детско-родительских отношений. Одна из распространенных форм такой терапии – тренинг.

В России тренинги появились в начале 90-х годов.

Тренинг – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков.

Цель – развитие компетенции межличностного и профессионального поведения в общении.

Если обратиться к «Большому толковому психологическому словарю» составленному А. Ребером, мы увидим, что «тренинг вообще – любая учебная программа или набор процедур, разработанных для того чтобы в результате их осуществления, был получен конечный продукт в виде организма способного на некоторую реакцию или участие в некоторой сложной, требующей умений деятельности».

Игровые тренинги – это метод психологического воздействия на детей и взрослых с элементами игры, где происходит влияние на развитие личности ребенка [37].

Психолог Ю. Н. Емельянов рассматривает тренинг, как группу активных методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным способом деятельности [23].

Игры тренингового характера являются одним из современных технологических средств формирования социального поведения ребенка и взрослого. Младший школьник находится на той переходной ступени, когда внутреннее лучше обретается через внешнее и получает выход через действия [51].

Как показывает практика, дети очень любят эти минуты игры, которые учат принятым в обществе моделям социального поведения.

Эти игры способствуют формированию позитивного образа ребенка и родителя. Учат искусству видеть себя «сквозь экран чужой души», социальной терпимости. Создают атмосферу доброжелательности, радости общения, симпатии друг к другу. Снимают напряжённость, тревогу и страх перед другими людьми. Помогают ребенку и родителю осознать свою уникальность и неповторимую индивидуальность.

Да, игра уже не занимает такого важного места в жизни ребенка, как характерно в дошкольном возрасте, но она еще имеет высокое значение в психическом развитии и является самой естественной и привлекательной деятельностью для младших школьников [13].

Не случайно большинство учащихся начальной школы берут с собой на занятия свои самые любимые игрушки и на переменах энергично играют в них с друзьями, не придавая значения, что они находятся уже в стенах школы.

Игровая деятельности интересовала многих психологов.

Е. И. Рогов отмечает, что организация игрового тренинга – ключ в организации воспитания ребёнка.

Е. И. Рогов писал, что любая игра сможет дать положительные результаты, если только ребенок играет в нее с удовольствием [10].

По мнению Г. С. Абрамовой, игровой тренинг – это фундамент для формирования отношений [1].

Г. С. Абрамова отмечает, что элементы игрового тренинга могут проходить, например, в виде сюжетно-ролевой развивающей игры, или в форме тематической игры, где отображены элементы на развитие у ребёнка сенсорных каналов восприятия (слуха, зрения, ощущения, обоняния и осязания), либо в форме тренинга с подключением педагогических приемов по организации учебно-воспитательного процесса, основанных на элементах невербального общения (язык жестов, мимики, звуковых сигналов) [1].

Б. Д. Карвасарский и А. И. Захаров, отмечают, что цель игрового тренинга – это перенос негативных эмоций и качеств ребенка и родителя на игровой образ. В игре реально наделять вымышленного персонажа своими собственными негативными эмоциями, чертами характера, которые неприятны [10].

Ряд правил, которые необходимы в игровом тренинге упоминает А. И. Захаров:

- игра применяется как средство диагностики, коррекции и обучения;
- выбор игровых тем отражает их значимость для психолога и интерес для клиента;
- руководство игрой способствует развитию самостоятельной инициативы детей;
- спонтанные и направленные игры (возможность импровизации);
- соотношение спонтанного и направленного компонентов зависит не столько от возраста детей, сколько от их клинических особенностей;
- направленное воздействие на клиента осуществляется посредством характеров, воспроизводимых им персонажей.

В. В. Абраменкова и А. В. Петровский пишут, что игры в тренинге способны решить следующие задачи:

1. Создать развитую систему коммуникаций в коллективе и повышать понимание и дружеское отношение, взаимную помощь и взаимную выручку.

2. Научить понимать причины поведения родителей и лучше узнать их.

3. Осуществлять конструктивную критику. Уметь принимать критику от других, при этом не обижаясь, а делая выводы из сказанного. Делать замечания и давать критику другим, не давить, а выделять те особенности характера, действий, которые можно исправить для взаимодействия межличностного более эффективного и дружелюбного.

4. Научить достигать согласия внутри коллектива, т.е. вырабатывать общую концепцию. Показать свои интересы, стремления и умения, заинтересовать товарищей как личности.

5. Проводить собрания, дискуссии для обсуждения – целей, ролей, способов работы и взаимодействия, ожиданий.

6. Создать доверие в команде, действовать сплоченно, уметь определять лидера в команде, который сможет четкие задания давать [45].

В ходе игровой тренинговой работы С. А. Шмаков выделил структуру игрового тренинга, которая заключается в следующих компонентах:

- разминка,
- основная часть,
- заключительная часть (рефлексия).

Можно прийти к выводу, что игровые тренинги – это наилучший психологический способ воздействия на родителя и ребенка, где присутствуют элементы игры [51].

В игре создаются близкие отношения между участниками группы, они помогают создать атмосферу доброжелательности, радости общения, симпатии друг к другу. Снимают напряжённость, тревогу и страх перед друг

другом. Помогают ребенку и родителю осознать свою уникальность и неповторимую индивидуальность.

Поэтому, в игровом тренинге отношения родителей и детей становятся свободными, а, значит, перед ними начинают раскрываться широкие возможности выражения и воплощения бессознательных влечений, чувств и переживаний, которые не могут быть приняты и поняты в реальных условиях с детьми и родителями.

Выводы по главе 1

1. В настоящее время в психолого-педагогической литературе существует немало определений понятия «детско-родительские отношения». Одни ученые трактуют понятие как систему семейных отношений, которая включает в себя взаимозависимые отношения: отношения ребенка к своим родителям, отношение родителей к своему ребенку и родительские отношения (отцовское и материнское отношение).

Другие пишут, что «детско-родительские отношения» – взаимовлияние, активное взаимодействие семьи (отца и матери) со своими детьми.

Термин «детско-родительские отношения» А. Я. Варга и В. В. Столина, понимают как систему разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера личности ребенка, его поступков.

Оптимизация – это новейший процесс обучения и воспитания между родителями и детьми, реализуемый различными педагогическими технологиями.

2. Учитывая психологические особенности младших школьников при работе с семьями, можно применять различные формы, но основными являются индивидуальные (консультации, беседы, переписка с родителями, посещение семьи, индивидуальные блокноты) и групповые (родительские

собрания, заседания родительского комитета, родительские чтения, родительские вечера, тренинги, ринги, лектории, совместные классные часы, праздники, выезды на экскурсии, походы, клубы для родителей, благотворительные акции).

Оптимизировать процесс взаимодействия детско-родительских отношений смогут помочь, такие средства как, например, арт-терапия, музыкотерапия, драмотерапия, изотерапия, маскотерапия, коллаж, сказкотерапия, песочная терапия, фототерапия и игровой тренинг.

3. Игровые тренинги – это метод психологического воздействия на детей и взрослых с элементами игры, где происходит влияние на развитие личности ребенка.

Е. И. Рогов отмечает, что организация игрового тренинга – ключ в организации воспитания ребёнка.

Е. И. Рогов писал, что любая игра сможет дать положительные результаты, если только ребенок играет в нее с удовольствием.

Структура игрового тренинга:

- разминка,
- основная часть,
- заключительная часть (рефлексия).

Особенность игрового тренинга в том, что в игре создаются близкие отношения между участниками группы, они помогают создать атмосферу доброжелательности, радости общения, симпатии друг к другу. Снимают напряжённость, тревогу и страх перед друг другом. Помогают ребенку и родителю осознать свою уникальность и неповторимую индивидуальность.

Поэтому, в игровом тренинге отношения родителей и детей становятся свободными, а, значит, перед ними начинают раскрываться широкие возможности выражения и воплощения бессознательных влечений, чувств и переживаний, которые не могут быть приняты и поняты в реальных условиях с детьми и родителями.

ГЛАВА 2. ПРЕДПРОЕКТНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ОПТИМИЗАЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ ПОСРЕДСТВОМ ИГРОВОГО ТРЕНИГА В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

2.1 Цель и задачи экспериментальной работы.

Характеристика используемых методик

Теоретическая часть данного исследования была посвящена анализу литературы по проблеме оптимизации детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте. Исследование проводилось на базе МОУ СОШ г. Копейска.

В исследовании приняли участие всего 20 детей младшего школьного возраста, из них было 10 девочек и 10 мальчиков и родители.

Цель – экспериментальным путём проверить результативность программы игровых тренингов, направленной на оптимизацию детско-родительских отношений.

Исследование включало в себя следующие *задачи*:

1. Подобрать методики исследования детско-родительских отношений.

2. Провести диагностику для определения стиля воспитания и уровня сотрудничества родителя с ребёнком и типа родительского отношения к ребёнку (тестирование родителей и анкетирование младших школьников).

3. Разработать и внедрить программу игрового тренинга, направленную на оптимизацию детско-родительских отношений.

4. Проверить результативность программы в рамках контрольного этапа эксперимента.

В ходе исследования применялись такие психодиагностические методики как:

– тест – опросник родительского отношения (А. Я. Варга, В. В. Столин);

– проективный тест «Кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс и А. Кауфман);

– тест – опросник «Стили воспитания» (Р. В. Овчарова).

Для определения типа родительского отношения нами была выбрана методика родительского отношения А. Я. Варга и В. В. Столина (см. Приложение А).

Ведущей целью методики является выявление типа родительского отношения к ребенку, которое понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков. Родительское отношение (с психологической точки зрения) – это педагогическая социальная установка по отношению к детям, включающая в себя рациональный, эмоциональный и поведенческий компоненты. Все они оцениваются при помощи опросника, составляющего основу данной методики.

Опросник состоит из 61 высказывания, в котором содержатся пять шкал: «принятие – отвержение», «кооперация», «симбиоз», «авторитарная гиперсоциализация», «маленький неудачник». За каждый полученный положительный ответ испытуемый сможет получить только один балл, за отрицательный – ноль. На вопросы методики, выразить свое согласие или несогласие можно с помощью «да» или «нет».

Исследовать внутрисемейные отношения ребенка с родителями позволила методика «Кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс и А. Кауфман) (см. Приложение В).

Данная методика отражает переживания и восприятие ребёнком своего места в семье, отношения ребенка к семье в целом и к отдельным её членам.

Тест «Кинетический рисунок семьи» (КРС) Р. Бернса и С. Кауфмана дает информацию о субъективной семейной ситуации ребенка. Он помогает выявить взаимоотношения в семье, а именно показать, как родители

воспринимают своего ребёнка и как он ощущает себя на каком месте внутри семьи.

Тест КРС состоит из двух частей: первое – нарисовать свою семью и действия членов семьи, второе – беседа по рисунку.

Используя тест КРС нужно помнить, что каждый рисунок является творческой деятельностью, не только отражает восприятие всей семьи, но и позволяет ребенку анализировать и переосмысливать семейные отношения. Рисунок отражает и прошлое, и настоящее, и будущее. Создавая рисунок, ребенок интерпретирует ситуацию, по-своему решает проблему актуальных семейных отношений.

Для выявления стиля воспитания, присущего семье нами был выбран тест-опросник «Стили воспитания» по Р. В. Овчаровой (см. Приложение Г).

Ведущая цель данной методики – это определение преобладающего стиля в семье и уровня сотрудничества между ребенком и родителем. Тестирование включает в себя 10 вопросов, каждое совпадение с ключом оценивается в 3, 2 или 1 балл. Преобладающий стиль воспитания – это набравший наибольшее число баллов. Из трёх вариантов ответов родителю, будет предстоять выбрать какой-то один предпочтительный для него ответ.

Автор в данной методике выделяет всего три стиля: авторитарный, либеральный и демократический стили воспитания в семье.

Опрос может проходить как в присутствии психолога или же опросники могут быть даны для заполнения дома, как в печатном варианте, так и с помощью онлайн-опросника.

Экспериментальный план

На первом этапе (2020-2021) велось теоретическое исследование проблемы, изучалась психолого-педагогическая литература, разрабатывалась методика проведения экспериментальной работы, подбирались методический инструментарий, разрабатывалось содержание формирующего этапа экспериментальной работы.

На втором этапе (2021) проведение констатирующего этапа экспериментальной работы. На данном этапе была проведена диагностика с помощью выбранной методики для определения стиля воспитания и уровня сотрудничества между родителем и ребёнком и типа родительского отношения к нему. С помощью методов математической обработки данных мы выявили стиль воспитания и тип родительского отношения к ребёнку.

На третьем этапе (2022) в рамках формирующего эксперимента была апробирована программа взаимодействия педагога-психолога и семьи на оптимизацию детско-родительских отношений младших школьников посредством игрового тренинга, был проведен контрольный этап экспериментальной работы.

На четвертом этапе (контрольном) (2022) была проведена обработка и анализ полученных данных, оформление результатов исследования, формулировка выводов. С помощью среднего арифметического выявляем уровень отклонений стиля воспитания и взаимодействий родителя с ребёнком и типа родительского отношения младших школьников. С помощью Т-критерия Вилкоксона выявляем результативность нашей программы.

Математические методы обработки данных:

1. Среднее арифметическое представляет собой среднюю оценку изучаемого в эксперименте признака и позволяет оценить математическое ожидание признака. Это оценка характеризует степень проявления исследуемого признака у той группы испытуемых (младших школьников и родителей), которые были вовлечены в исследование. Будет использоваться для выявления стиля воспитания и типа родительского отношения младших школьников.

2. Т-критерий Вилкоксона – применяется для сопоставления показателей, измеряемых в двух разных условиях на одной и той же выборке участников. Позволяет установить направленность изменений в лучшую сторону и характер выраженности. Благодаря этому мы сможем определить,

является ли сдвиг результатов в одном направлении более выраженным, чем в другом направлении.

Поэтому, с учётом цели исследования, были определены этапы, выбраны методики и методы исследования, а также определен математическо-статистический метод, применяемый в исследовании.

2.2 Программа игровых тренингов, направленная на оптимизацию детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте

После проведения экспериментального исследования на констатирующем этапе, нам были определены стили и типы отношений родителей, в каждой семье, принимающих участие в исследовании.

Для изменения детско-родительских отношений, была разработана программа игровых тренингов, направленная на оптимизацию отношений между родителями и детьми.

Актуальность нашей проблемы всегда была и остаётся актуальной в психологии.

Актуальность данной программы определяется тем, что в современном мире, где быстрый темп жизни и низкий уровень психолого-педагогической культуры родителей, приводит к деструктивным детско-родительским отношениям.

Цель программы: повышение уровня детско-родительских отношений с помощью игровых тренингов.

Задачи программы:

- развивать у родителей и детей коммуникативные качества,
- обучить родителей взаимодействию с детьми в игре,
- воспитывать умение общаться раскрепощённо и свободно,
- осознать семейные роли и отношения,
- снять психоэмоциональное напряжение.

Ожидаемые результаты

В результате реализации программы, ожидается положительная динамика у родителей во взаимоотношениях со своими детьми. Объединение всех членов семьи, оптимизация детско-родительских отношений, повышение самооценки ребенка.

Программа рассчитана на 10 занятий, полтора часа с учётом перемены внутри тренинга (10-15 минут), разработана для учителей, педагогов-психологов и направлена на оптимизацию детско-родительских отношений.

В программе учувствуют родители и учащиеся младшего школьного возраста.

При подготовке игрового тренинга в программе необходимо учитывать ещё и степень информирования:

- профессионализм – оптимизацией детско-родительских отношений могут заниматься лишь специально подготовленные люди, а это педагоги-психологи или преподаватели;

- доступность – получить помощь может любой младший школьник, нуждающийся в ней, и его родители;

- последовательность;

- преемственность – каждый последующий этап является логичным продолжением предыдущего.

Для реализации программы предусмотрен ряд этапов, которые будут сменять друг друга в определенной последовательности.

Этапы реализации программы

1. Диагностический этап.

Проводится на предварительной встрече психолога с родителями и детьми и на заключительном занятии.

Задачи: диагностика типа семейного воспитания, установление нарушений и их причин, изучение особенностей восприятия ребенком семейной ситуации, своего места в семье, а также его отношений к членам семьи.

Для родителей: тест – опросник «Родительское отношение к ребенку» (А. Я. Варга, В. В. Столин), «Стили воспитания» (Р. В. Овчарова).

Для детей: проективный тест «Кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс и А. Кауфман).

2. Практические занятия для родителей и детей.

2.1 Разминка. Цель – настроить участников на совместную работу, установить положительный контакт между всеми участниками тренинга.

2.2 Основная часть. В нее входят игры, которые направлены на реализацию цели и задач программы.

2.3 Подведение итогов. Рефлексия.

3. Завершающий этап.

Задачи: подведение итогов тренинга и подтверждение результативности программы игровых тренингов при помощи повторной диагностики участников.

Для успешной реализации цели и задач программы работа на занятиях игрового тренинга должна опираться на следующие правила:

1. Правило «здесь и сейчас»: нам необходимо обсуждать те чувства, которые мы испытываем в данный момент времени.

2. Правило «мы искренние»: нам необходимо говорить о реальных чувствах, а не о тех, которые бы успокоили или расстроили участников.

3. Правило «высказываюсь Я»: нам необходимо в группе говорить всё только от своего имени, о своих чувствах, мыслях и т.п.

4. Правила «запрет на оценку»: существует запрет на оценку поступка, так как любой запрет ограничивает свободу.

5. Правило «постоянство участия»: занятия пропускать нельзя.

6. Принцип «практика применения полученных знаний»: мы стараемся сформировать навыки и умения у родителей, которые в дальнейшем позволят им эффективно взаимодействовать со своим ребенком.

Тематический план программы игровых тренингов представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Тематический план программы игровых тренингов

Тема	Цель	Время	Форма проведения
Раздел 1. Диагностический этап			
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
1) Тест-опросник родительского отношения (А. Я. Варга, В. В. Столин) 2) «Стили воспитания» (Р. В. Овчарова) 3) Проективный тест «Кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс и А. Кауфман)	1) Выявить тип родительского отношения к ребенку; 2) Определить, преобладающий стиль воспитания и взаимодействия родителя с ребёнком; 3) Выявить взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка и его место в семье	20 10 40	Индивидуальное тестирование (родители и дети по отдельности)
Раздел 2. Практические занятия для детей и родителей			
<i>Занятие № 1</i> 1. <i>Разминка.</i> Игра «Имя» 2. <i>Основная часть.</i> Игры: «Семейный герб», «Любящие родители», «Зеркало», «Игра без правил» 3. <i>Подведение итогов.</i> Получение обратной связи	Создать благоприятные условия для работы тренинговой группы, ознакомить участников с принципами тренинга	60	Групповая форма (родители и дети)
<i>Занятие № 2</i> 1. <i>Разминка.</i> Игра «Давайте поздороваемся» <i>Основная часть.</i> Игры: «Игра без правил», «Ежик», «Паровозик», «Неваляшка» 2. <i>Подведение итогов.</i> Получение обратной связи Упражнение «Клубок»	Укрепление уверенности родителей и детей в том, что они любимы	60	Групповая форма (родители и дети)

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4
<p><i>Занятие № 3</i> 1. <i>Разминка.</i> Упражнение «Сундук переживаний» 2. <i>Основная часть.</i> Игры: «Слепое слушание», «Слепой и поводырь», «Скульптор и глина», «Сборщики», «Лавина». 3. <i>Подведение итогов.</i> Упражнение «Волшебная палочка» Получение обратной связи</p>	<p>Повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка</p>	<p>90</p>	<p>Групповая форма (родители и дети)</p>
<p><i>Занятие № 4</i> 1. <i>Разминка.</i> Упражнение «Комплименты»; Игра «Кричалки-шепталки-молчалки» 2. <i>Основная часть.</i> Игры: «Водитель», «Мне нравится», «Котёнок», 3. <i>Подведение итогов.</i> Игра «Свеча» Получение обратной связи</p>	<p>Повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка</p>	<p>40</p>	<p>Групповая форма (родители и дети)</p>
<p><i>Занятие № 5</i> 1. <i>Разминка.</i> Танец разминка для всех (танец маленьких утят) 2. <i>Основная часть.</i> Игры: «Найди своего ребенка», «Договорись взглядом», «Остров», «Поссорились». 3. <i>Подведение итогов.</i> Игра «Аплодисменты» Получение обратной связи</p>	<p>Повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка</p>	<p>40</p>	<p>Групповая форма (родители и дети)</p>
<p><i>Занятие № 6</i> 1. <i>Разминка.</i> Игра «Снежный ком» 2. <i>Основная часть.</i> Игры: «Похвастайся мамой (папой)», «Коллаж семьи», «Совместное творчество», «Обнимашки». 3. <i>Подведение итогов.</i> Упражнение «Лобное место» Получение обратной связи</p>	<p>Повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка</p>	<p>60</p>	<p>Групповая форма (родители и дети)</p>
<p><i>Занятие № 7</i> 1. <i>Разминка.</i> Игра «Передай предмет» 2. <i>Основная часть.</i> Игры: «Я и мама (папа)»,</p>	<p>Повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка</p>	<p>60</p>	<p>Групповая форма (родители и дети)</p>

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4
«Самолетики», «Самый-самый», «Нарисуй одним карандашом», «Мне кажется, что мы похожи...» 3. <i>Подведение итогов.</i> Игра «Покрывало» Получение обратной связи	Повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка	60	Групповая форма (родители и дети)
<i>Занятие № 8</i> 1. <i>Разминка.</i> Игра «Пирамида» 2. <i>Основная часть</i> Игры: «Волшебные картинки», «Цветик-семицветик», «Строим цифры», «Щепки плывут по реке» 3. <i>Подведение итогов.</i> Игра «Ромашка из ладошек» Получение обратной связи	Повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка	40- 60	Групповая форма (родители и дети)
<i>Занятие № 9</i> 1. <i>Разминка.</i> Игра «Тепло моего сердца» 2. <i>Основная часть.</i> Игра «Недетские запреты», Игра «Коробка», Игра «Когда я злюсь?» Упражнение «Портрет моего ребёнка» 3. <i>Подведение итогов.</i> Упражнение «Клубок» Получение обратной связи	Осознание родительской роли во влиянии семейного воспитания своего ребёнка	60	Групповая форма (только родители)
<i>Занятие № 10</i> 1. <i>Разминка.</i> Игра «Кто быстрее?» 2. <i>Основная часть.</i> Игра «Грустный гномик», Игра «Царская семья», Игра «В тридевятом царстве», Игра «Изобрази семью животных» 3. <i>Подведение итогов.</i> Игра «Снеговички» Получение обратной связи Завершение программы	Закрепление полученных на тренингах знаний и опыта взаимодействия в диадах «родитель- ребёнок»	60	Групповая форма (родители и дети)
Раздел 3. Завершающий этап			
1) Тест-опросник родительского отношения (А. Я. Варга, В. В. Столин)	1) Выявить тип родительского отношения к	20	Индивидуальное тестирование (родители и дети по отдельности)

Сейчас каждый родитель садится напротив своего ребенка и нужно будет договориться с ребёнком глазами и одновременно встать со стульев (или поменяться местами, если участники не сидят, а стоят в кругу). Запомните, пожалуйста, что кивать головой, подмигивать, махать руками запрещается.

Обсуждение:

1. Какие действия способствовали установлению контакта?
2. Что было трудно?
3. Какие эмоции испытывали?

Игра «Остров»

Оборудование: два газетных листа, склеенных скотчем.

Представьте себе, что произошло кораблекрушение, и вы – оставшиеся в живых пассажиры корабля. У каждой пары небольшой островок, размером буквально с газету. Очень интересно, сможете ли вы разместиться на этом островке?

В начале игры газета свободно вмещает двух участников. После того, как легко разместилась на газете, ведущий говорит: «Очень хорошо! Но произошло наводнение, и островок уменьшился – газета складывается пополам. Как вы поступите теперь? Ни рвать, ни раздвигать газету нельзя». Затем газета складывается вчетверо, и т.д.

Обсуждение:

1. Что испытывали, выполняя данное упражнение?
2. Как принимались решения для преодоления препятствия?

Игра «Поссорились»

Цель: научить детей передавать эмоции (злость, гнев, обиду) с помощью невербальных средств общения – мимики, а также управлять своими эмоциями.

В каждой паре, родитель и ребёнок становятся спиной друг к другу и изображают на лице эмоции гнева и злости на обидчика. Сильно-сильно надувают щеки. Затем ведущий говорит: «Вы поссорились. Вам не хватает

общения с мамой или папой. Вы хотите помириться. Для того чтобы это сделать, нужно повернуться лицом друг к другу. Осторожно пальцами «сдуть» надутые щеки обиженного, обида и злость лопнут как воздушный шарик. «Засмеяться и обняться».

Обсуждение:

1. Что было сложно?
2. Что испытывали, выполняя данное упражнение?
3. *Подведение итогов.*

Игра «Аплодисменты»

Цель: упражнение дает эмоциональный подъём участникам, поддержку каждому, понимание «законченности» проделанной работы.

Психолог начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя на одного из участников тренинга и постепенно подходя к нему. При этом громкость аплодисментов начинает усиливаться. Когда участник присоединится к аплодисментам ведущего они становятся снова тихими. Затем этот участник начинает хлопать вместе с ведущим (сначала тихо) выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем уже громко. Третий присоединяется к предыдущим и начинает тихо, пока не выберет четвертого и т.д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа. Сначала хлопки будут звучать тихо, а затем становиться сильнее и сильнее при этом каждый участник выберет того, кому он аплодирует и так, по очереди, все получают аплодисменты. Последнему аплодировать уже будет вся группа.

Затем происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).

Завершение программы. Подведение общего итога тренинга.

Обсуждение:

1. Произошли ли, по вашему мнению, какие-то изменения в результате тренинга? Какие?
2. Какие игры запомнили?

3. Какие открытия для себя вы сделали в ходе работы в группе?

Раздать памятку для родителей.

Таким образом, на основе констатирующего эксперимента нами была составлена и реализована программа игровых тренингов по оптимизации детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте.

Выводы по главе 2

Экспериментальная работа осуществлялась в период 2020-2022 гг. на базе МОУ СОШ г. Копейска.

В исследовании принимали участие младшие школьники и родители.

Для проведения исследования мы использовали следующие психодиагностические методики:

Определение типа родительского отношения к ребенку с помощью методики А. Я. Варга и В. В. Столина.

Исследование преобладающего стиля воспитания и уровень сотрудничества родителя с ребёнком с помощью теста опросника «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой.

На выявление взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка и его место в семье с помощью проективного теста «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и А. Кауфмана.

Нами была разработана программа игровых тренингов, направленная на оптимизацию отношений между родителями и детьми. Программа рассчитана на 10 занятий, т.е. на 10 недель (это одна четверть), и предусмотрена для учеников младшей школы и их родителей.

В результате реализации программы, ожидается положительная динамика у родителей во взаимоотношениях со своими детьми. Объединение всех членов семьи, оптимизация детско-родительских отношений, повышение самооценки ребенка и улучшения стиля воспитания.

В достижении цели и поставленных задач применяется современная методика обучения. Занятия проводятся в соответствии с возрастными и психологическими особенностями младших школьников.

В данной программе присутствует только игровая форма обучения.

Для закрепления результатов младших школьников и дальнейших занятий нами была разработана памятка для родителей тренинга, где отображены советы и примеры игр для закрепления внутрисемейных отношений.

В данной программе используется только игровая форма обучения.

Для закрепления результатов младших школьников и дальнейших занятий нами была разработана памятка для родителей по оптимизации детско-родительских отношений.

ГЛАВА 3. АНАЛИЗ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

3.1 Анализ результатов констатирующего этапа исследования

В данном параграфе мы приводим результаты младших школьников по итогам первичного проведения описанных диагностических методик.

Первым направлением в исследовании была методика А. Я. Варга и В. В. Столина, для определения типа родительского отношения к ребенку (см. Приложение А). Общие результаты приведены в таблице 2. Индивидуальные результаты представлены в приложении (см. Приложение Б).

Таблица 2 – Результаты диагностики родителей по методике родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столина на констатирующем этапе

Параметр	Количество семей	Доля, %
Принятие – отвержение (отверженные)	2	10
Кооперация	1	5
Симбиоз	7	35
Авторитарная гиперсоциализация	3	15
Маленький неудачник (инфантилизация)	7	35

Отообразим полученные данные с помощью диаграммы (рисунок 1).



Рисунок 1 – Результаты диагностики родителей по методике родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столина (констатирующий этап)

Полученные результаты теста – опросника родительских отношений А. Я. Варга и В. В. Столина до внедрения программы показали следующие данные.

В первой, пятой, шестой, седьмой, пятнадцатой, шестнадцатой и семнадцатой семьях выраженным является V параметр – «маленький неудачник».

Во второй, четвертой, девятой, одиннадцатой, восемнадцатой, девятнадцатой и двадцатой семьях III параметр – «симбиоз».

В десятой семье II параметр – «кооперация».

В третьей и восьмой семьях I параметр – «принятие – ответственность».

В двенадцатой, тринадцатой и четырнадцатой семьях IV параметр – «гиперсоциализация».

Таким образом, следует, что по I и II параметрам выявилось минимальное количество семей, а это 2 семьи (10 %) «принятие-ответственность» и одна семья (5 %) «кооперация», которые выражают положительное отношение к ребенку, пытаются во всем помогать и стараться быть с ребенком на равных позициях.

По III параметру «симбиоз», наблюдаются у семи семей (35 %), где хотят удовлетворить все потребности ребенка и уберечь его от каких-либо трудностей внешнего мира на его пути и быть ближе к ребёнку.

По IV параметру «авторитарная гиперсоциализация», всего лишь три семьи (15 %) исследуемых участников. Родитель проявляет требования к дисциплине и к поведению ребенка, навязывает свою точку зрения. Проявив самостоятельность ребенок может быть наказан. Под чутким контролем у родителя все социальные достижения ребенка, а также индивидуальные способности, мысли и чувства.

По V параметру «маленький неудачник», повышенные значения наблюдаются у семи семей (35 %), в которых взрослые считают ребёнка маленьким неудачником и не хотят верить в него.

Таким образом, анализ данных, позволяет сделать вывод нам о том, что в группе исследуемых нами участников на констатирующем этапе, показывает высокие показатели в III и в V параметре: злость, досада, раздражение, обида. Родитель не доверяет ребёнку и нет уважения. Следовательно, разработка программы педагога-психолога по оптимизации детско-родительских отношений посредством игрового тренинга является нам очень актуальной.

В исследовании внутрисемейных отношений ребёнка с родителями нам помогла методика «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и А. Кауфмана (см. Приложение В). Общие результаты представлены в таблице 3.

Данная методика отражает переживания и восприятие ребёнком своего места в семье, отношение ребёнка к семье в целом и к отдельным ее членам.

Таблица 3 – Результаты диагностики по методике «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и А. Кауфмана в исследуемой группе на констатирующем этапе

Параметр	Кол-во детей	Доля, %
Благоприятная семейная ситуация	2	10
Тревожность в семейных отношениях	4	20
Конфликтные отношения в семье	3	15
Чувство неполноценности	6	30
Враждебность в семейной ситуации	5	25

Отообразим полученные данные с помощью диаграммы (рисунок 2).

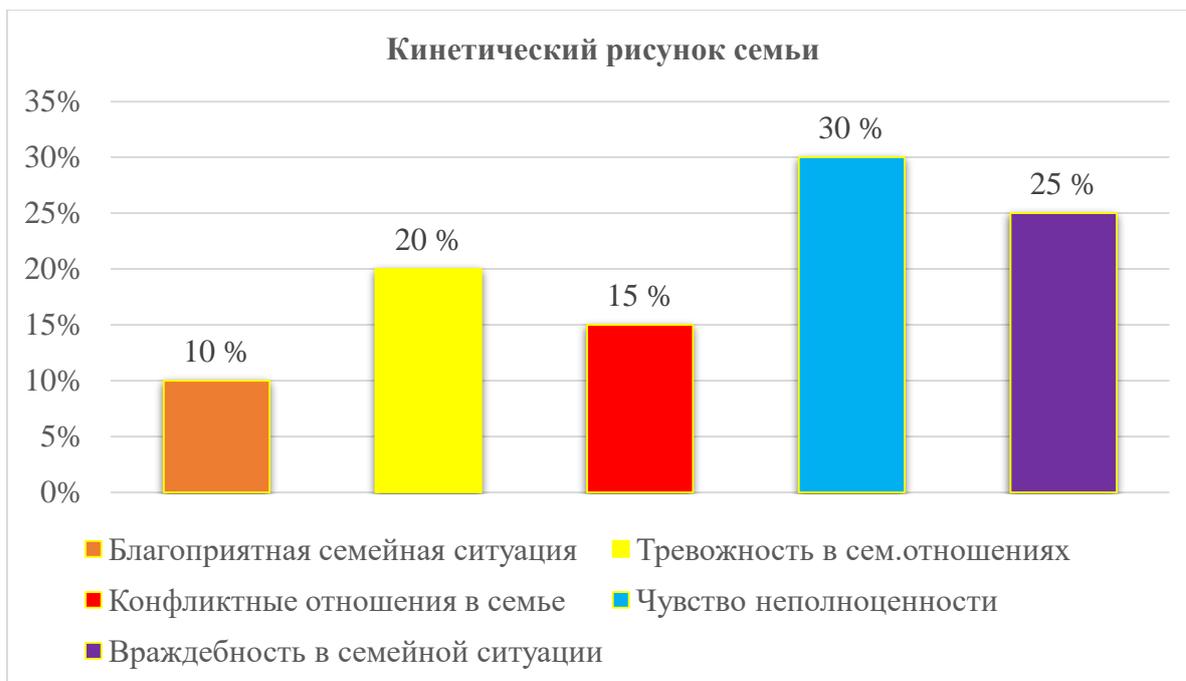


Рисунок 2 – Результаты диагностики по методике «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и А. Кауфмана в исследуемой группе (констатирующий этап)

Таким образом, по симптомам получены следующие результаты.

1. Благоприятная семейная ситуация выявлена всего лишь у двух детей (10 %) из исследуемой группы. Состояние в семье ребенком определяется как благоприятное.

2. Тревожность в семейных отношениях (влияние микроклимата в семье) – выявлено у четырех детей (20 %) исследуемой группы.

3. Конфликтные отношения (трудности самовыражения с близкими людьми, отсутствие чувства общности с семьей) в семье зафиксированы у трёх детей (15 %) исследуемой группы.

4. Чувство неполноценности в семейной ситуации (отсутствие эмоциональных контактов между родителями и детьми) – было обнаружено у шести детей (30 %) исследуемой группы.

5. Враждебность в семейной ситуации (проявление агрессии со стороны родителей) выявлена у пяти детей (25 %) исследуемой группы.

Проанализировав рисунки, мы выявили такие элементы как: была перегородка и большие расстояния между членами семьи, некоторые дети изображали все фигуры маленькими и располагали в нижней части листа,

где-то было придано больше внимания мебели, чем членам семьи. В рисунках наблюдали неполного человека, без деталей, даже без основных частей тела, были неэмоционально окрашены, использовалась штриховка.

Следовательно, анализ данных, разрешает сделать вывод, что в исследуемой группе присутствуют высокие показатели в четвертом, пятом и во втором показателях.

Также нами была использована методика «Стили воспитания» по Р. В. Овчаровой (см. Приложение Г). Обработка результатов, проведенной методики с использованием ключа, позволила выявить наиболее преобладающий стиль детско-родительских отношений, в каждой конкретной семье, из числа семей, принимающих участие в исследовании. Общие результаты представлены в таблице 4. Индивидуальные результаты представлены в приложении (см. Приложение Д, таблица Д.1, Д.2).

Таблица 4 – Результаты диагностики по методике «Стили воспитания» по Р. В. Овчаровой в исследуемой группе на констатирующем этапе

Стиль	Кол-во семей	Доля, %
Авторитарный	10	50
Либеральный стиль	6	30
Демократический стиль	4	20

Отообразим полученные данные с помощью диаграммы (рисунок 3).



Рисунок 3 – Результаты диагностики по методике «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой в исследуемой группе (констатирующий этап)

Анализ результатов исследования показал, что у 6 человек (30 %) преобладает «либеральный стиль», это равнодушие в отношении к ребенку, чувства и стиль поведения не интересуют родителей, близкие родственные отношения в семье отсутствуют, каждый сам по себе. Игнорирование ребенка вредит формированию личности.

У 10 человек (50 %) исследуемой группы преобладает «авторитарный стиль», характеризуется агрессивностью и постоянным доминированием родителей над ребенком, эмоциональная холодность отношений. Ребенок не имеет право на собственное проявление личности, что негативно влияет на формирование уверенности в себе и собственной ценности.

И только лишь у 4 человек (20 %) преобладает «демократический стиль», учитываются интересы ребенка, строится на партнерских началах. Родители договариваются с помощью убеждений, не используют силы. Ребенок энергичный и активный, у него независимое поведение и он имеет равноправные отношения.

Проанализировав результаты исследования данной методики, мы видим, что стратегии семейного воспитания, имеющие положительные характеристики имеют наименьший результат, в то время как стратегии, которые характеризуются как не самые неблагоприятные с точки зрения психики и развития личности ребёнка, имеют достаточно большие результаты.

3.2 Анализ и интерпретация результатов контрольного этапа эксперимента

Для того чтобы определить результативность проведенной программы игровых тренингов с детьми младшего школьного возраста, была проведена повторная диагностика с использованием тех же методик, которые применялись для проведения констатирующего эксперимента.

После проведения программы игровых тренингов, нами были получены результаты изменений.

Результаты исследования на этапе констатирующего эксперимента по методике «Родительское отношение к детям» А. Я Варга, В. В. Столина, отражены в Приложении (см. Приложение Б), а также результаты исследования контрольного этапа представлены в Приложении (см. Приложение Е).

Диагностика уровня родительского отношения к ребенку после проведения программы с семьями младших школьников представлена на диаграмме (рисунок 4).

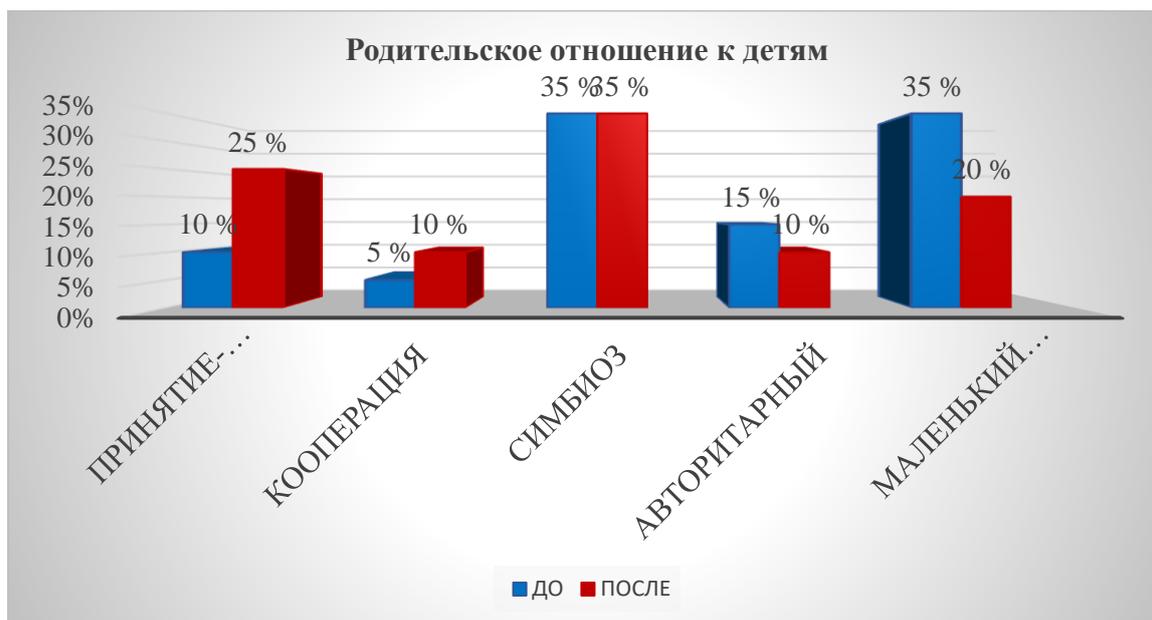


Рисунок 4 – Диагностика исследования родительского отношения к ребенку по методике А. Я. Варга и В. В. Столина до и после проведения программы игровых тренингов по оптимизации детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте

Результаты теста – опросника родительских отношений А. Я. Варга и В. В. Столина до внедрения программы показал следующие данные.

В шестой, седьмой, пятнадцатой и семнадцатой семьях выраженным является V параметр – «маленький неудачник».

Во второй, четвертой, девятой, одиннадцатой, восемнадцатой, девятнадцатой и двадцатой семьях III параметр – «симбиоз».

В десятой и двенадцатой семьях II параметр – «кооперация».

В первой, третьей, пятой, восьмой и шестнадцатой семьях I параметр – «принятие – ответственность».

В тринадцатой и четырнадцатой семьях IV параметр – «гиперсоциализация».

Из вышеизложенного следует, что: в I параметре увеличилось с 10 % до 25 % (с 2 человек до 5 человек), это родители, которые выражают положительное отношение к своим детям. Такие семьи можно назвать гармоничными. Взрослый спокойно уважает и признает индивидуальность своего ребенка, а также старается выстраивать равноправные отношения, поощряет самостоятельность в принятии решений – в общем и целом – выражает положительное отношение к ребенку.

Во II параметре с 5 % до 10 % (с 1 человека до 2 человек). По III параметру, «симбиоз», значения не изменились, семь семей (35 %) стараются оградить от неприятностей, быть ближе и заботиться о своих детях.

В IV параметре с 15 % до 10 % (с 3 человек до 2 человек), родители ведут себя авторитарно по отношению к своему ребёнку и требуют от него хорошего поведения.

В V параметре «маленький неудачник» уровень понизился с 35 % до 20 % (с 7 человек до 4 человек), это семьи, в которых взрослые находят ребенка маленьким неудачником и не верят в него. В таких семьях взрослый устанавливает психологическую дистанцию между собой и ребенком, испытывает негативные чувства и эмоции. Дети в таких семьях очень восприимчивы к своим неудачам, склонны отказываться от любого задания, которое вызывает трудность.

Проанализировав полученные данные, можно сказать, что получили положительную динамику изменения детско-родительских отношений, с отрицательных типов на положительные типы, что в результате позволит изменить ситуацию в большинстве семей в наилучшую сторону. Можем сделать вывод, что в общем повысился уровень принятия-ответственности родителями своих детей, это и являлось целью разработки и проведения программы игровых тренингов с детьми младшего школьного возраста.

Для подтверждения выдвинутой нами гипотезы был использован критерий Т-Вилкоксона для оценки изменения результатов по методике «родительское отношение к детям» А. Я. Варга, В. В. Столина (см. Приложение Ё). Данный критерий был использован с целью установления направленности изменений. В наше исследование вошел показатель по шкале «принятие – ответственность».

Нужно определить, можно ли утверждать, что полученные результаты по критерию «принятие – отвержение» в результате проведения методики будут иметь небольшой сдвиг в сторону увеличения, для этого необходимо сформулировать гипотезы.

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+17)17}{2} = 153, \quad (1)$$

где $\sum R$ – контрольная сумма, n – количество детей выборки, объем выборки.

Сумма по столбцу рангов равна $\sum = 153$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения показателя не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения показателя превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти сдвиги и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \sum R_t = 6 = 6,$$

где T – Т-критерий Вилкоксона, который равен сумме рангов, $\sum R_r$ – сумма рангов, соответствующих нетипичным изменениям показателя.

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n=17$:

$$T_{кр} = 27 \quad (p \leq 0,01)$$

$$T_{кр} = 41 \quad (p \leq 0,05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: $T_{эм} < T_{кр}(0,01)$.

Гипотеза H_0 принимается. Интенсивность отрицательного сдвига показателя превышает интенсивность положительного сдвига.

Таким образом, по результатам методики «Родительское отношение к детям» А. Я. Варга, В. В. Столина $T_{эм} = 153$. Полученное нами эмпирическое значение находится в зоне значимости: H_0 принимается (рисунок 5).

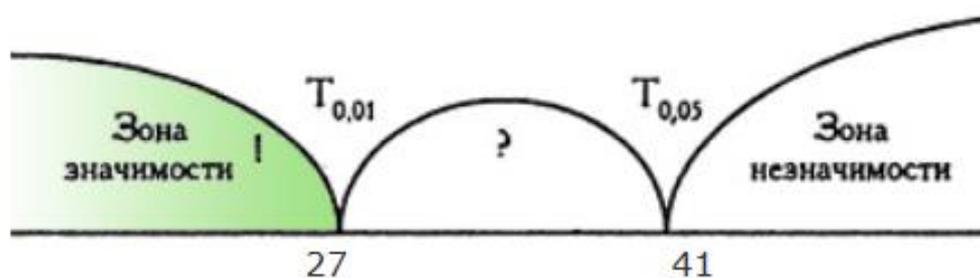


Рисунок 5 – Ось значимости критерия Т-Вилкоксона по методике «Родительское отношение к детям» А. Я. Варга, В. В. Столина

Таким образом, программа игровых тренингов способствовала изменениям, но необходимо продолжать работу с детьми по данной программе, чтобы и в остальных семьях отношения между родителями и детьми были гармоничными.

Втором направлением исследования было исследование внутрисемейных отношений ребёнка с родителями с помощью методики «Кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс и А. Кауфман) (см. Приложение В).

Диагностика уровня внутрисемейных отношений ребёнка с родителями после внедрения программы с семьями младших школьников представлена на диаграмме (рисунок 6).

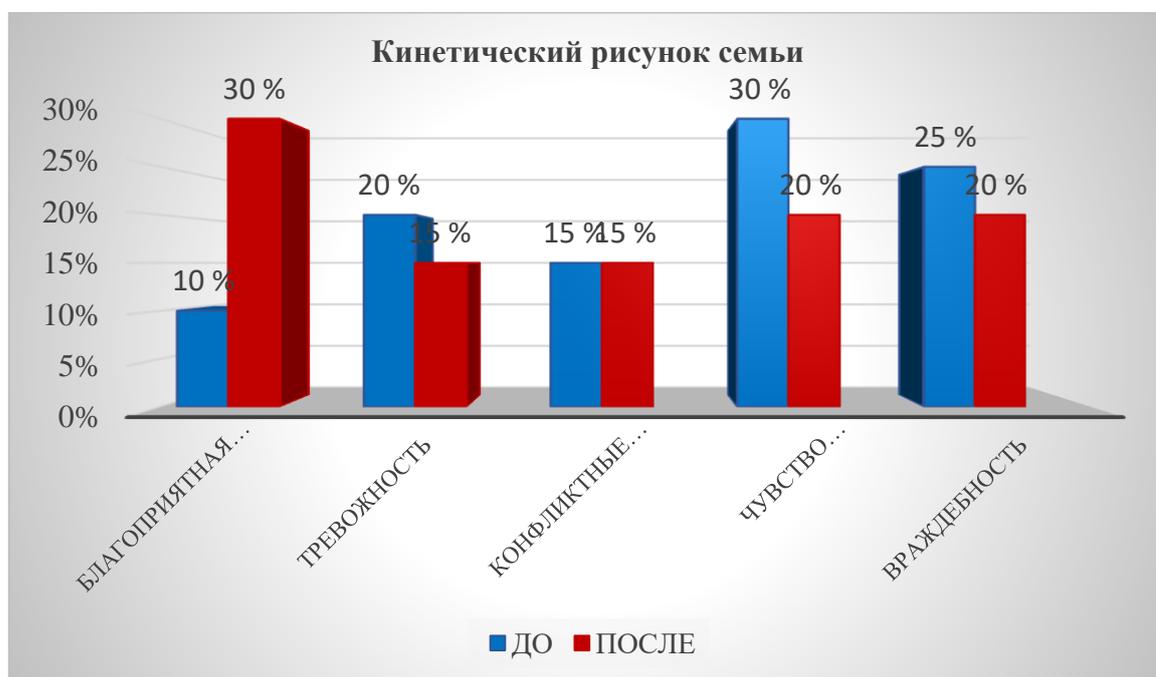


Рисунок 6 – Результаты диагностики по методике «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и А. Кауфмана в исследуемой группе до и после проведения программы игровых тренингов по оптимизации детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте

Таким образом, после программы игровых тренингов получила следующие результаты:

1. У шести детей (30 %) присутствует благоприятная семейная ситуация.
2. У трех детей (15 %) есть тревожность.
3. У трех детей (15 %) выявлены конфликтные отношения.
4. У четырех детей (20 %) присутствует уровень чувства неполноценности.
5. И враждебность только у четырех человек (20 %) в нашей экспериментальной группе.

Данные отображенные на рисунке после внедрения программы игровых тренингов, позволяет сделать вывод, что уровень благоприятной

семейной ситуации увеличился с 10 % до 30 %, а чувство неполноценности снизился с 30 % до 20 %.

Третьим направлением исследования была методика «Стили воспитания» Р. В Овчаровой (см. Приложение Г).

Диагностика преобладающего стиля детско-родительских отношений после внедрения программы с семьями младших школьников представлена на диаграмме (рисунок 7), а также индивидуальные результаты исследования контрольного этапа представлены в Приложении (см. Приложение Ж).

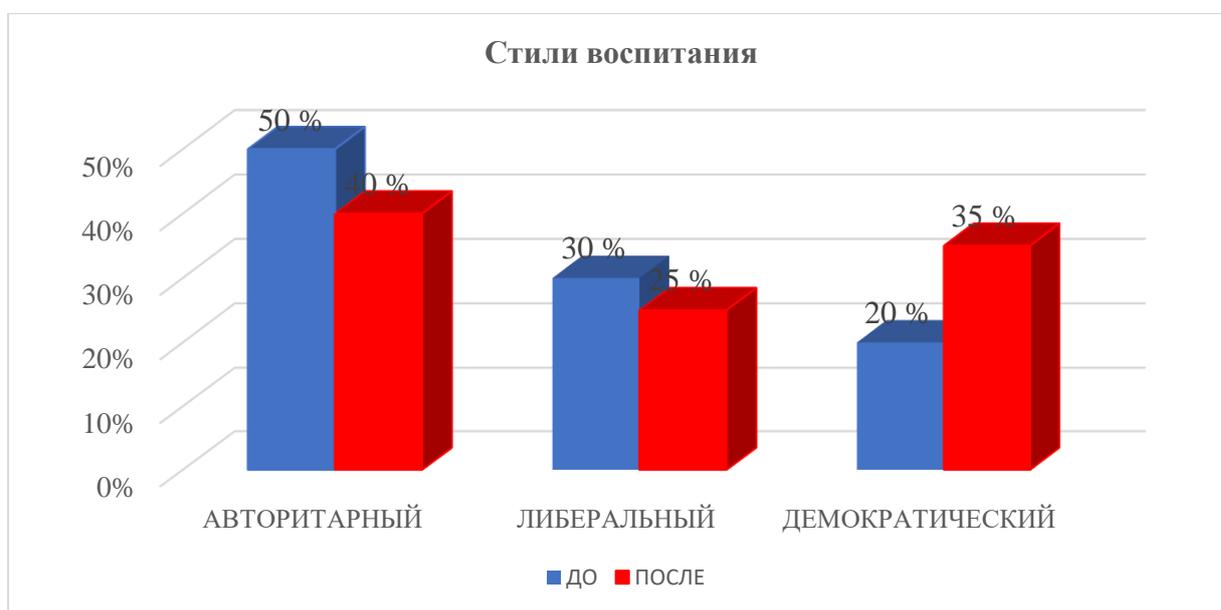


Рисунок 7 – Результаты диагностики по методике «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой в исследуемой группе до и после проведения программы игровых тренингов по оптимизации детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте

Полученные данные по методике «Стили воспитания» после внедрения программы игровых тренингов, анализ результатов исследования показал, что у 5 человек (25 %) преобладает «либеральный стиль», это говорит, что родители стараются устраниться от воспитания собственного ребенка.

Уровень результатов «авторитарный стиль» снизился и составляет теперь 8 человек (40 %).

И уровень результатов «демократический стиль» повысился до 7 человек (35 %), учитываются интересы ребенка, стоит на партнерских началах. Родители договариваются с помощью убеждений, не используют силы. Ребенок энергичный и активный, у него независимое поведение и он имеет равноправные отношения.

Проанализировав результаты исследования данной методики после внедрения программы, мы видим, что стратегии семейного воспитания, имеющие положительные характеристики имеют теперь больший положительный результат, в то время как стратегии, которые характеризуются как не самые неблагоприятные, они понизились в результате исследования.

Выводы по главе 3

Таким образом, в ходе экспериментальной работы на базе одного из образовательных учреждений г. Копейска 20 учащихся и 20 родителей, имеющие высокие отрицательные показатели в детско-родительских отношениях, приняли участие в программе игровых тренингов.

В процессе проведения исследования мы выявляли тип родительского отношения к ребенку; определили, стиль воспитания и сотрудничество между родителем и ребенком; определили взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка и его место в семье.

Таким образом, по результатам констатирующего и контрольного этапа исследования видны изменения по каждой из применяемых методик.

По методике «родительское отношение к детям» А. Я. Варга, В. В. Столина произошли положительные изменения: в I параметре «принятие – ответственность» показатель увеличился с 10 % до 25 % (с 2 человек до 5 человек), по II параметру «кооперация» показатель увеличился с 5 % до 10 % (с 1 человека до 2 человек), по III параметру, «симбиоз», значения не изменились, семь семей (35 %), в IV параметре «авторитарный» показатель уменьшился с 15 % до 10 % (с 3 человек до 2

человек) и в V параметре «маленький неудачник» уровень понизился с 35 % до 20 % (с 7 человек до 4 человек).

Исходя из полученных результатов, получается, что детско-родительские отношения смогли изменяться в положительную сторону: повысился уровень принятия родителями своих детей, увеличилось количество родителей, которые выражают свое стремление к сотрудничеству с ребёнком. Соответственно, уменьшились отрицательные показатели отношения родителей к своим детям, данная динамика имеет положительный характер.

Также на контрольном этапе эксперимента с применением методики «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и С. Кауфмана, нами были выявлены следующие результаты: увеличился показатель в параметре «благоприятная семейная ситуация» с 10 % до 30 % (с 2 человек до 6 человек), показатель «тревожность в семейных отношениях» уменьшился с 20 % до 15 % (с 4 человек до 3 человек), показатель «конфликтные отношения в семье» остались без изменений у трёх детей (15 %) исследуемой группы, показатель «чувство неполноценности» уменьшился с 30 % до 20 % (с 6 человек до 4 человек) и показатель «уровень чувства неполноценности в семейной ситуации» понизился с 25 % до 20 % (с 5 человек до 4 человек) исследуемой группы.

С применением методики «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой, нами были выявлены следующие результаты: немного уменьшился показатель семейного воспитания по типу «либеральный стиль» с 30 % (6 человек) до 25 % (5 человек), уменьшился уровень результатов по типу «авторитарный стиль» с 50 % (10 человек) до 40 % (8 человек), а также уровень результатов по типу «демократический стиль» повысился с 20 % (4 человека) до 35 % (7 человек).

Исходя из полученных нами результатов можем сделать вывод, что детско-родительские отношения приобрели более положительный характер, на данном основании мы можем сказать, что увеличилось количество семей,

а это значит, что родители начали поощрять личную ответственность и проявление самостоятельности ребенка к любым делам. В целом детско-родительские отношения усовершенствовались.

Для проверки объективности нами была применена методика Т-критерия Вилкоксона.

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: $T_{эм} < T_{кр}(0,01)$.

Гипотеза H_0 принимается. Интенсивность отрицательного сдвига показателя превышает интенсивность положительного сдвига.

Таким образом, по результатам методики диагностики родительское отношение к детям А. Я. Варга, В. В. Столина $T_{эм}=153$. Полученное эмпирическое значение находится в зоне значимости: H_0 принимается.

Таким образом, проанализировав полученные результаты всех трёх применяемых нами методик после внедрения программы, можно утверждать, что детско-родительские отношения улучшились, и приобрели более положительный, доверительный характер, в тоже время менее требовательный и безразличный.

Следовательно, мы можем утверждать, что разработанная нами программа является эффективным средством оптимизации детско-родительских отношений с помощью игровых тренингов в младшем школьном возрасте.

Исходя из полученных результатов, также можно сделать вывод, что предложенная нами гипотеза верна: целенаправленное применение программы, спецификой которой является игровой тренинг, будет способствовать оптимизации детско-родительских отношений.

Но необходимо поддерживать проделанную работу по внедрению программы игровых тренингов, поэтому была разработана памятка с играми из игрового тренинга и советы при воспитании.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В первой главе исследования нами проведен теоретический анализ литературы, что проблеме детско-родительских отношений отдавалось огромное значение на протяжении всего времени.

Выявили понятия таких феноменов как, «детско-родительские отношения», «оптимизация детско-родительских отношений», «игровой тренинг».

Одни ученые трактуют «детско-родительские отношения» как систему семейных отношений, которая включает в себя взаимозависимые отношения: отношения ребенка к своим родителям, отношение родителей к своему ребенку и родительские отношения (отцовское и материнское отношение).

Другие пишут, что «детско-родительские отношения» – взаимовлияние, активное взаимодействие семьи (отца и матери) со своими детьми.

Под детско-родительскими отношениями у А. Я. Варга и В. В. Столина понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера личности ребенка, его поступков.

Оптимизация – это новейший процесс обучения и воспитания между родителями и детьми, реализуемый различными педагогическими технологиями.

Учитывая психологические особенности младших школьников при работе с семьями, можно применять различные формы, но основными являются индивидуальные (консультации, беседы, переписка с родителями, посещение семьи, индивидуальные блокноты) и групповые (родительские собрания, заседания родительского комитета, родительские чтения, родительские вечера, тренинги, ринги, лектории, совместные классные

часы, праздники, выезды на экскурсии, походы, клубы для родителей, благотворительные акции).

Оптимизировать процесс взаимодействия детско-родительских отношений смогут помочь, такие средства как, например, арт-терапия, музыкотерапия, драмотерапия, изотерапия, маскотерапия, коллаж, сказкотерапия, песочная терапия, фототерапия и игровой тренинг.

В психологической практике существует различная терапия детско-родительских отношений. Одна из распространенных форм – это тренинг.

Игровые тренинги – это метод психологического воздействия на детей и взрослых с элементами игры, где происходит влияние на развитие личности ребенка.

Е. И. Рогов отмечает, что организация игрового тренинга – ключ в организации воспитания ребёнка.

Е. И. Рогов писал, что любая игра сможет дать положительные результаты, если только ребенок играет в нее с удовольствием.

Структура игрового тренинга:

- разминка,
- основная часть,
- заключительная часть (рефлексия).

Особенность игрового тренинга в том, что в игре создаются близкие отношения между участниками группы, они помогают создать атмосферу доброжелательности, радости общения, симпатии друг к другу. Снимают напряжённость, тревогу и страх перед друг другом. Помогают ребенку и родителю осознать свою уникальность и неповторимую индивидуальность.

Поэтому, в игровом тренинге отношения родителей и детей становятся свободными, а, значит, перед ними начинают раскрываться широкие возможности выражения и воплощения бессознательных влечений, чувств и переживаний, которые не могут быть приняты и поняты в реальных условиях с детьми и родителями.

Во второй главе исследования мы определили цель экспериментальной работы: проверить результативность программы игровых тренингов.

Задачи, решаемые нами в процессе экспериментальной работы:

Подобрать методики исследования детско-родительских отношений.

Провести диагностику для определения стиля воспитания и уровня сотрудничества между родителем и ребенком и типа родительского отношения к ребенку (тестирование родителей и анкетирование младших школьников).

Разработать и внедрить программу игрового тренинга, направленную на оптимизацию детско-родительских отношений.

Проверить результативность программы в рамках контрольного этапа эксперимента.

Подобрали методики проведения исследования:

– определение типа родительского отношения к ребенку с помощью методики А. Я. Варга и В. В. Столина;

– выявление сотрудничества родителя и ребенка в семье и проанализировать, как ребенок воспринимает других членов семьи с помощью методики «Кинетический рисунок» Р. Бернса и С. Кауфмана;

– определение стиля воспитания, присущего семье нами был выбран тест-опросник «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой.

Разработали программу игровых тренингов по оптимизации детско-родительских отношений, целью которой является оптимизация детско-родительских отношений посредством игрового тренинга в младшем школьном возрасте. А также для закрепления результатов по нашей проблеме была разработана памятка для родителей.

В третьей главе исследования проверили результативность разработанной программы. На контрольном этапе по методике «родительское отношение к детям» А. Я. Варга, В. В. Столина произошли положительные изменения: в I параметре «принятие – ответственность»

показатель увеличился с 10 % до 25 % (с 2 человек до 5 человек), по II параметру «кооперация» показатель увеличился с 5 % до 10 % (с 1 человека до 2 человек), по III параметру, «симбиоз», значения не изменились, семь семей (35 %), в IV параметре «авторитарный» показатель уменьшился с 15 % до 10 % (с 3 человек до 2 человек) и в V параметре «маленький неудачник» уровень понизился с 35 % до 20 % (с 7 человек до 4 человек).

Исходя из полученных результатов, детско-родительские отношения смогли немного изменяться в положительную сторону: повысился уровень принятия родителями своих детей, увеличилось количество родителей, которые выражают свое стремление к сотрудничеству с ребёнком. Соответственно, уменьшились отрицательные показатели отношения родителей к своим детям, данная динамика имеет положительный характер.

Также на контрольном этапе эксперимента с применением методики «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса и С. Кауфмана, нами были выявлены следующие результаты: увеличился показатель в параметре «благоприятная семейная ситуация» с 10 % до 30 % (с 2 человек до 6 человек), показатель «тревожность в семейных отношениях» уменьшился с 20 % до 15 % (с 4 человек до 3 человек), показатель «конфликтные отношения в семье» остались без изменений у трёх детей (15 %) исследуемой группы, показатель «чувство неполноценности» уменьшился с 30 % до 20 % (с 6 человек до 4 человек) и показатель «уровень чувства неполноценности в семейной ситуации» понизился с 25 % до 20 % (с 5 человек до 4 человек) исследуемой группы.

С применением методики «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой, нами были выявлены следующие результаты: немного уменьшился показатель семейного воспитания по типу «либеральный стиль» с 30 % (6 человек) до 25 % (5 человек), уменьшился уровень результатов по типу «авторитарный стиль» с 50 % (10 человек) до 40 % (8 человек), а также уровень результатов по типу «демократический стиль» повысился с 20 % (4 человека) до 35 % (7 человек).

Таким образом, проанализировав полученные результаты всех трёх применяемых нами методик после внедрения программы, можно утверждать, что детско-родительские отношения улучшились, и приобрели более положительный, доверительный характер, менее требовательный и безразличный.

Следовательно, мы можем утверждать, что разработанная нами программа является эффективным средством оптимизации детско-родительских отношений посредством игрового тренинга в младшем школьном возрасте.

Исходя из полученных результатов, также можно сделать вывод, что предложенная нами гипотеза верна: целенаправленное применение программы, спецификой которой является игровой тренинг, будет способствовать оптимизации детско-родительских отношений.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : учебник и практикум / Г. С. Абрамова. – Москва : Юрайт, 2014. – 816 с.
2. Архиреева Т. В. Методика измерения родительских установок и реакций / Т. В. Архиреева – Москва : Наследие, 2015. – 161 с.
3. Асеев В. Г. Возрастная психология / В. Г. Асеев – Москва : Просвещение, 2012. – 230 с.
4. Барышникова Е. В. Психология детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Е. В. Барышникова. – Челябинск : Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2018. – 174 с.
5. Битянова, М. Р. Работа психолога в начальной школе / М. Р. Битянова, Т. В. Азарова, Е. И. Афанасьева, Н. Л. Васильева. – Москва : Совершенство, 2013. – 341 с.
6. Боулби Д. Привязанность / Д. Боулби – Москва : Гардарики, 2003. – 477 с.
7. Буланова Д. Д. К вопросу о проблеме детско-родительских отношений / Д. Д. Буланова // Научное отражение. – 2016. – № 3–4. – С. 11–13.
8. Варга А. Я. О двух подходах к изучению родительского поведения. Психолого-педагогические проблемы деятельности и общения школьников / А. Я. Варга. – Москва : Просвещение, 2013. – 180 с.
9. Васильева Е. Н. Ролевая структура детско-родительских отношений : монография / Е. Н. Васильева. – Нижний Новгород : НИУ РАНХиГС, 2015. – 196 с.
10. Венгер А. Л. Психологическое обследование младших школьников / А. Л. Венгер. – Москва : Владос, 2016. – 217 с.
11. Венза Т. В. Развитие личности ребенка в контексте детско-родительских отношений / Т. В. Венза // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2015. – № 3 – С. 39–47.

12. Выготский Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – Москва : Просвещение, 2011. – 1026 с.

13. Гамаюнова И. Н. Проблемы детско-родительского взаимодействия как условие гармонизации психологии семейных отношений / И. Н. Гамаюнова // Вестник Пятигорского государственного лингвистического университета. – 2014. – № 4. – Ч. 2. – С. 247–252.

14. Гиршович О. В. Влияние стиля семейного воспитания на развитие способностей ребенка / О. В. Гиршович // Психологическая студия : сб. ст. студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей каф. приклад. психологии ВГУ им. П. М. Машерова / под ред. С. Л. Богомаза, В. А. Каратерзи. – Витебск. – 2016. – Вып. 8. – С. 47–50.

15. Грушко Н. В. Метод «Психокоррекция творческим самовыражением» с элементами фототерапии в тренинге : методическое пособие / Н. В. Грушко, Н. Н. Карловская. – Омск : Изд-во ИП С. Б. Загурский, 2009. – 69 с.

16. Гусейнова А. С. Психология и педагогика воспитания: Как достичь гармонии в отношениях родителей и ребенка / А. С. Гусейнова. – Москва : Ленанд, 2014. – 318 с.

17. Густова Е. А. Теоретический анализ подходов к изучению детско-родительских отношений в исследованиях отечественных и зарубежных психологов / Е. А. Густова // Современные тенденции развития фундаментальной и прикладной психологии. – 2016. – С. 5–13.

18. Давыдов В. В. Психическое развитие в младшем школьном возрасте / В. В. Давыдов – Москва : Педагогика, 2012. – 168 с.

19. Дичина Н. Ю. Диагностика выявления проблем в детско-родительских отношениях : метод. пособие / Н. Ю. Дичина. – Ангарск – Иркутск : УМЦ РСО, 2017. – 104 с.

20. Дубанова В. А. Теоретические подходы к изучению детско-родительских отношений / В. А. Дубанова // Вестник Бурятского государственного университета. – 2012. – № 5 – С. 64–68.

21. Дубровина, И. В. Рабочая книга школьного психолога / И. В. Дубровина, М. К. Акимова, Е. М. Борисова. – Москва : Просвещение, 2014. – 303 с.
22. Евтихов О. В. Практика психологического тренинга : метод. пособие / О. В. Евтихов. – Санкт-Петербург : Изд-во «Речь», 2004. — 256 с.
23. Жутикова Н. В. Учителю о практике психологической помощи : кн. для учителя / Н. В. Жутикова. – Москва : Просвещение, 1990. – 295 с.
24. Коноплева Н. Ю. Возможности использования активных форм взаимодействия в процессе оптимизации детско-родительских отношений / Н. Ю. Коноплева // Сборники конференций НИЦ. – 2013. – № 36 – С. 65–66.
25. Копытин А. И. Тренинг по фототерапии / А. И. Копытин – Санкт-Петербург : Изд-во «Речь», 2003. – 96 с.
26. Лисина М. И. Общение, личность и психика ребенка / М. Лисина – Москва : Изд. МОДЭК, 1997. – 383 с.
27. Мещеряков Б. Г. Большой Энциклопедический словарь / Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – Москва : АСТ, 2008. – 857 с.
28. Немов Р. С. Психология. Книга 2. / Р. С. Немов – Москва : Владос, 2015. – 304 с.
29. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства / Р. В. Овчарова – Москва : Изд-во Институт психотерапии, 2013. – 324 с.
30. Овчарова Р. В. Психология родительства / Р. В. Овчарова. – Москва : Академия, 2005. – 362 с.
31. Подласый И. П. Методы и формы воспитания / И. П. Подласый. – Москва : Владос, 2008. – 256 с.
32. Реньш, М. А. Психологический тренинг : учебно-методическое пособие / М. А. Реньш, Е. Г. Лопес. – Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2016. – 235 с.
33. Родители и дети: Психология взаимоотношений / под ред. Е. А. Савиной, Е. О. Смирновой. – Москва : «Когито-Центр», 2003. – 230 с.

34. Савина Е. А. Родительские представления и установки: понятие, виды, структура / Е. А. Савина // Семейная психология и семейная терапия. – 2013. – № 3 – С. 85–95 с.
35. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии : практическое руководство для психологов / Е. В. Сидоренко. – Санкт-Петербург : Речь, 2002. – 350 с.
36. Смирнова, Е. О. Опыт исследования структуры и динамики родительского отношения / Е. О. Смирнова, М. В. Быкова // Вопросы психологии. – 2000. – № 3. – С. 3–14.
37. Снегирева З. Ю. Практикум по детской психологии : учебное пособие для студентов педагогических институтов, учащихся педагогических училищ и колледжей, воспитателей дет. сада / З. Ю. Снегирева. – Москва : Владос, 2013. – 290 с.
38. Спиваковская А. С. Популярная психология для родителей / А. С. Спиваковская, Ю. Е. Алешина. – Москва : Союз, 2007. – 304 с.
39. Спиваковская А. С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2 / А. С. Спиваковская. – Москва : ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс.
40. Степанов С. С. Большой мир маленьких детей / С. С. Степанов – Москва : Владос, 2015. – 300 с.
41. Степанов С. С. Детский мир: советы психолога родителям / С. С. Степанов. – Москва : Владос, 2016. – 266 с.
42. Столяренко Л. Д. Педагогика и психология : учебное пособие / Л. Д. Столяренко, С. И. Самыгин. – Москва : КноРус, 2012. – 474 с.
43. Токарь О. В. Детская практическая психология в кратком изложении / О. В. Токарь – Москва : ФЛИНТА, 2014. – 224 с.
44. Тулупова О. В. Основные подходы к изучению детско-родительских отношений в зарубежной психолого-педагогической литературе / О. В. Тулупова // Перспективы науки. – 2014. – № 1 (52). – С. 160–162 с.

45. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения : практ. пособие для педагогов и шк. психологов / Клаус Фопель, Ч. 4. : пер. с нем. – Москва : Генезис, 2000. – 158 с.
46. Фрейд З. Большая книга психоанализа: введение в психоанализ / З. Фрейд. – Москва : АСТ, 2015. – 528 с.
47. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности : учеб. пособие / Э. Фромм. – Москва : АСТ, 2016. – 635.
48. Харитоновна Т. И. Обзор основных методов коррекции детско-родительских отношений в отечественной психологии / Т. И. Харитоновна – Москва : Символ науки, 2016. – 121 с.
49. Хоментаскас Г. Т. Семья глазами ребенка / Г. Т. Хоментаскас – Москва : Интро, 2017. – 80 с.
50. Шапарь В. Б. Практическая психология. Психодиагностика отношений / В. Б. Шапарь – Ростов на Дону : Феникс, 2006. – 480 с.
51. Шмаков С. А. Игры шутки – игры минутки : учебно-методическое пособие / С. А. Шмаков. – Москва : Новая школа, 1996. – 112 с.
52. Шустова М. А. Методы и способы подготовки младших школьников к общению / М. А. Шустова – Волгоград : Перемена, 2001. – 52 с.
53. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – Санкт-Петербург : Питер, 2015. – 656 с.
54. Эльконин Д. Б. Детская психология / Д. Б. Эльконин – Москва : Академия, 2000. – 274 с.
55. Эриксон, Э. Г. Детство и общество: пер. с англ. / Э. Г. Эриксон, А. А. Алексеев. – 2-е изд., перераб. и доп. – Санкт-Петербург : Речь, 2000. – 416 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Тест-опросник родительского отношения (ОРО)

по методике А. Я. Варга и В. В. Столина

ОРО представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения.

Родительское отношение понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков.

Опросник включает 5 шкал:

1. Принятие – отвержение ребенка. Эта шкала выражает собой общее эмоционально положительное (принятие) или эмоционально отрицательное (отвержение) отношение к ребенку.

2. Кооперация. Эта шкала выражает стремление взрослых к сотрудничеству с ребенком, проявление с их стороны искренней заинтересованности и участие в его делах.

3. Симбиоз. Вопросы этой шкалы ориентированы на то, чтобы выяснить, стремится ли взрослый к единению с ребенком или, напротив, старается сохранить между ребенком и собой психологическую дистанцию. Это – своеобразная контактность ребенка и взрослого человека.

4. Контроль. Данная шкала характеризует то, как взрослые контролируют поведение ребенка, насколько они демократичны или авторитарны в отношениях с ним.

5. Отношение к неудачам ребенка. Эта, последняя шкала показывает, как взрослые относятся к способностям ребенка, к его достоинствам и недостаткам, успехам и неудачам.

Инструкция: Отвечая на следующие далее вопросы, испытуемый должен выразить свое согласие или несогласие с ними с помощью оценок «да» или «нет».

1. Я всегда сочувствую своему ребенку.
2. Я считаю своим долгом знать все, о чем думает мой ребенок.
3. Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.
4. Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
5. Я испытываю к ребенку чувство симпатии.
6. Я уважаю своего ребенка.
7. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.
8. Мой ребенок часто мне неприятен.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.
10. Бывают случаи, когда недоброе отношение к ребенку приносит ему пользу.
11. По отношению к своему ребенку я испытываю досаду.
12. Мой ребенок ничего не добьется в жизни.
13. Мне кажется, что друзья? дети потешаются над моим ребенком.
14. Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые заслуживают осуждения.
15. Мой ребенок отстает в психологическом развитии и для своего возраста выглядит недостаточно развитым.
16. Мой ребенок специально ведет себя плохо, чтобы досадить мне.
17. Мой ребенок, как губка, впитывает в себя все самое плохое.
18. При всем старании моего ребенка трудно научить хорошим манерам.
19. Ребенка с детства следует держать в жестких рамках, только тогда из него вырастет хороший человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.
21. Я всегда принимаю участие в играх и делах ребенка.
22. К моему ребенку постоянно «липнет» все дурное.
23. Мой ребенок не добьется успехов в жизни.

24. Когда в компании говорят о детях, мне становится стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как другие дети.

25. Я жалею своего ребенка.

26. Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, то они кажутся мне воспитанное и разумнее, чем мой ребенок.

27. Я с удовольствием провожу с ребенком свое свободное время.

28. Я часто жалею о том, что мой ребенок вырастет, и с нежностью вспоминаю то время, когда он был еще совсем маленьким.

29. Я часто ловлю себя на том, что с неприязнью и враждебно отношусь к ребенку.

30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг того, что лично мне не удалось в жизни.

31. Родители должны не только требовать от ребенка, но и сами приспосабливаться к нему, относиться к нему с уважением, как к личности.

32. Я стараюсь выполнять все просьбы и пожелания моего ребенка.

33. При принятии решений в семье следует учитывать мнение ребенка.

34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.

35. Я часто признаю, что в своих требованиях и претензиях ребенок по-своему прав.

36. Дети рано узнают о том, что родители могут ошибаться.

37. Я всегда считаюсь с ребенком.

38. Я испытываю дружеские чувства по отношению к ребенку.

39. Основная причина капризов моего ребенка – это эгоизм, лень и упрямство.

40. Если проводить отпуск с ребенком, то невозможно нормально отдохнуть.

41. Самое главное – чтобы у ребенка было спокойное, беззаботное детство.

42. Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.

43. Я разделяю увлечения моего ребенка.

44. Мой ребенок кого угодно может вывести из себя.

45. Огорчения моего ребенка мне всегда близки и понятны.

46. Мой ребенок часто меня раздражает.

47. Воспитание ребенка – это сплошная нервозность.

48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.

49. Я не доверяю своему ребенку.

50. За строгое воспитание дети потом благодарят своих родителей.

51. Иногда мне кажется, что я ненавижу своего ребенка.

52. В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.

53. Мне близки интересы моего ребенка, я их разделяю.

54. Мой ребенок не в состоянии сделать что-либо самостоятельно, и если он это делает, то обязательно получается не так, как нужно.

55. Мой ребенок вырастет не приспособленным к жизни.

56. Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.

57. Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребенка.

58. Я восхищаюсь своим ребенком.

59. Ребенок не должен иметь секретов от родителей.

60. Я невысокого мнения о способностях моего ребенка и не скрываю этого от него.

61. Ребенок должен дружить с теми детьми, которые нравятся его родителям.

Обработка и оценка результатов теста определения выраженности типов родительского отношения:

Ключ к тесту:

– принятие – отвержение ребенка: 3, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 60;

– кооперация: 21, 25, 31, 33, 34, 35, 36;

- симбиоз: 1, 4, 7, 28, 32, 41, 58;
- контроль: 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59;
- отношение к неудачам ребенка: 9, 11, 13, 17, 22, 54, 61.

За каждый ответ типа «да» испытуемый получает один балл, а за каждый ответ «нет» – ноль баллов. Интерпретация результатов опросника типа родительского отношения А. Я. Варга и В. В. Столина.

Высокие баллы по шкале *«принятие-отвержение»* – от 24 до 33 – говорят о том, что у данного испытуемого имеется выраженное положительное отношение к ребенку. Взрослый в данном случае принимает ребенка таким, какой он есть, уважает и признает его индивидуальность, одобряет его интересы, поддерживают планы, проводит с ним достаточно много времени и не жалеет об этом.

Низкие баллы по этой же шкале – от 0 до 8 – говорят о том, что взрослый испытывает по отношению к ребенку в основном только отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду, даже иногда ненависть. Такой взрослый считает ребенка неудачником, не верит в его будущее, низко оценивает его способности и нередко своим отношением третирует ребенка.

Высокие баллы по шкале *«кооперация»* – 7-8 баллов – являются признаком того, что взрослый проявляет искренний интерес к тому, что интересует ребенка, высоко оценивает способности ребенка, поощряет самостоятельность и инициативу ребенка, старается быть с ним на равных.

Низкие баллы по данной шкале – 1-2 балла – говорят о том, что взрослый по отношению к ребенку ведет себя противоположным образом.

Высокие баллы по шкале *«симбиоз»* – 6-7 баллов – достаточны для того, чтобы сделать вывод о том, что данный взрослый человек не устанавливает психологическую дистанцию между собой и ребенком, старается всегда быть ближе к нему, удовлетворять его основные разумные потребности, оградить от неприятностей.

Низкие баллы по этой же шкале – *1-2 балла* – являются признаком того, что взрослый, напротив, устанавливает значительную психологическую дистанцию между собой и ребенком, мало заботится о нем.

Высокие баллы по шкале «*контроль*» – *6-7 баллов* – говорят о том, что взрослый человек ведет себя слишком авторитарно по отношению к ребенку, требуя от него безоговорочного послушания и задавая ему строгие дисциплинарные рамки. Он навязывает ребенку почти во всем свою волю.

Низкие баллы по этой же шкале – *1-2 балла* – напротив, свидетельствуют о том, что контроль за действиями ребенка со стороны взрослого человека практически отсутствует. Наилучшим вариантом по этой шкале являются средние оценки от 3 до 5 баллов.

Высокие баллы по шкале «*отношение к неудачам ребенка*» – *7-8 баллов* – являются признаком того, что взрослый человек считает ребенка маленьким неудачником и относится к нему как к несмышленому существу. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся взрослому человеку несерьезными, и он игнорирует их. Вряд ли такой взрослый может стать хорошим учителем и воспитателем для ребенка.

Низкие баллы по этой же шкале – *1-2 балла*, напротив, свидетельствуют о том, что неудачи ребенка взрослый считает случайными и верит в него.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Результаты диагностики

Таблица Б.1 – Индивидуальные результаты исследования родительского отношения к ребенку по методике А. Я. Варга и В. В. Столина – диагностика состояния родительского отношения к ребенку

№ семьи	«Принятие- Ответственность»		«Кооперация»		«Симбиоз»		«Авторитарная гипер- социализация»		«Маленький неудачник»	
	балл	%	Балл	%	балл	%	балл	%	балл	%
1	3	0	1	3,46	4	74,97	2	32,13	7	100
2	3	0	5	12,29	6	92,93	3	53,87	2	70,25
3	26	100	4	9,77	3	57,96	4	69,30	1	45,57
4	6	0,63	2	5,67	7	96,65	2	32,13	0	14,55
5	6	0,63	6	19,22	2	39,06	3	53,87	7	100
6	6	0,63	4	9,77	3	57,96	4	69,30	7	100
7	5	0	3	7,88	4	74,97	4	69,30	6	99,37
8	25	100	5	12,29	3	57,96	5	83,79	2	70,25
9	4	0	2	5,67	6	92,93	0	4,41	2	70,25
10	7	3,79	9	80,93	3	57,96	4	69,30	0	14,25
11	5	0	6	19,22	7	96,65	3	53,87	2	70,25
12	3	0	1	3,46	4	74,97	5	83,79	1	45,57
13	3	0	4	9,77	3	57,96	5	83,79	2	70,25
14	3	0	4	9,77	5	86,63	6	95,76	2	70,25
15	4	0	2	5,67	4	74,97	3	53,87	5	96,83
16	4	0	3	7,88	4	74,97	4	69,30	6	99,37
17	4	0	6	19,22	3	57,96	4	69,30	5	96,83
18	5	0	5	12,29	7	96,65	6	95,76	3	84,81
19	5	0	1	1,57	7	96,65	6	95,76	1	45,57
20	9	31,0	3	7,88	7	96,65	4	69,30	1	45,57

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Методика «Кинетический рисунок семьи»

(Р. Бернс и С. Кауфман)

Цель: выявление особенностей внутрисемейных отношений (отношение ребенка к членам своей семьи, восприятие им своей роли в семье, характеристики отношений, которые вызывают в нем тревожность).

В данной методике необходимо оценить особенности восприятия и переживаний ребенком отношений в семье.

Материалы: лист белой бумаги формата А4, шесть цветных карандашей (черный, красный, синий, зеленый, желтый, коричневый), резинка.

Тест «Кинетический рисунок семьи» (КРС) Р. Бернса и С. Кауфмана дает информацию о субъективной семейной ситуации ребенка. Он помогает выявить взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка, показывает, как он воспринимает других членов семьи и свое место среди них.

Тест КРС состоит из 2 частей: рисование своей семьи и беседы после рисования.

Инструкция: «Пожалуйста, нарисуй свою семью так, чтобы каждый занимался каким-нибудь делом».

На все уточняющие вопросы следует отвечать без каких-либо указаний, например: «Можешь рисовать, как хочешь». Во время рисования следует записывать все спонтанные высказывания ребенка, отмечать его мимику, жесты, а также фиксировать последовательность рисования. После того, как рисунок закончен, с ребенком проводится беседа по следующей схеме:

- 1) кто нарисован на рисунке, что делает каждый член семьи;
- 2) где работают или учатся члены семьи;
- 3) как в семье распределяются домашние обязанности;

4) каковы взаимоотношения ребенка с остальными членами семьи.

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

При интерпретации КРС основное внимание обращается на следующие аспекты:

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

2) анализ особенностей рисунка отдельных членов семьи (различия в стиле рисования, количество деталей, схема тел отдельных членов семьи); анализ процесса рисования (последовательность рисунка, комментарий, паузы, эмоциональные реакции во время рисования).

Для теста КРС разработана система количественной оценки. Было выделено пять симптомокомплексов:

- 1) благоприятная семейная ситуация;
- 2) тревожность;
- 3) конфликтность в семье;
- 4) чувство неполноценности;
- 5) враждебность в семейной ситуации

Таблица В.1 – Симптокомплексы «Кинетический рисунок семьи»

Симптокомплекс	Симптом	Балл
1. Благоприятная семейная ситуация	1. Общая деятельность всех членов семьи 2. Преобладание людей на рисунке 3. Изображение всех членов семьи 4. Отсутствие изолированных членов семьи 5. Отсутствие штриховки 6. Хорошее качество линии 7. Отсутствие показателей враждебности 8. Адекватное распределение людей на листе 9. Подчеркивание отдельных деталей	0,2 0,1 0,2 0,2 0,1 0,1 0,2 0,1 0,1
2. Тревожность	1. Штриховка 2. Линия основания - пол 3. Линия над рисунком 4. Линия с сильным нажимом 5. Стирание 6. Преувеличенное внимание к деталям 7. Преобладание вещей 8. Двойные или прерывистые линии 9. Подчеркивание отдельных деталей 10. Другие возможные признаки	0, 1, 2, 3 0,1 0,1 0,1 0,1; 2 0,1 0,1 0,1 0,1
3. Конфликтность в семье	1. Барьеры между фигурами 2. Стирание отдельных фигур 3. Отсутствие основных частей тела у некоторых фигур 4. Выделение отдельных фигур 5. Изоляция отдельных фигур 6. Неадекватная величина отдельных фигур 7. Несоответствие вербального описания и рисунка 8. Преобладание вещей 9. Отсутствие на рисунке некоторых членов семьи 10. Член семьи, стоящий за спиной 11. Другие возможные признаки	0,2 0,1; 2 0,2 0,2 0,2 0,2 0,1 0,1 0,2 0,1
4. Чувство неполноценности в семейной ситуации	1. Автор рисунка непропорционально маленький 2. Расположение фигур на нижней части листа 3. Линия слабая, прерывистая 4. Изоляция автора от других 5. Маленькие фигуры 6. Неподвижная по сравнению с другими фигура автора 7. Отсутствие автора 8. Автор стоит спиной 9. Другие возможные признаки	0,2 0,2 0,1 0,2 0,1 0,1 0,2 0,1
5. Враждебность в семейной ситуации	1. Одна фигура на другом листе или на другой стороне листа 2. Агрессивная позиция фигуры 3. Зачеркнутая фигура 4. Деформированная фигура 5. Обратный профиль 6. Руки раскинуты в стороны 7. Пальцы длинные, подчеркнутые 8. Другие возможные признаки	0,2 0,1 0,2 0,2 0,1 0,1 0,1

Бланк регистрации результатов оценки КРС

Фамилия, имя ребенка _____

Дата рождения _____ Дата эксперимента _____

Таблица В.2 – Сумма баллов по симптомокомплексам

Благоприятная семейная ситуация	Тревожность	Конфликтность в семье	Чувство неполноценности в семейной ситуации	Враждебность в семейной ситуации
1,3	1,0	1,6	1,2	1

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Тест-опросник «Стили воспитания» (Р. В. Овчарова)

Цель методики: определить преобладающий стиль воспитания и взаимодействия родителя с ребёнком.

Методика содержит 10 утверждений. Заполнение опросника предполагает создание доверительной атмосферы между психологом и родителем / родителями. Опрос может проходить в присутствии психолога или же опросники могут быть даны для заполнения дома.

Уважаемый родитель! Предлагаемый Вам опросник содержит утверждения с выбором ответа о стиле воспитания ребенка. Читайте по очереди вопросы опросника.

Текст опросника

1. Считаете ли вы, что ребенок должен:

А) делиться с вами всеми своими мыслями и чувствами, рассказывать обо всем, что происходит с ним и вокруг него;

Б) рассказывать вам только то, чем он сам захочет поделиться;

В) оставлять свои мысли и переживания при себе.

2. Если вы узнаете, что ваш ребенок взял игрушку у другого ребенка в его отсутствие и без разрешения, то вы:

А) поговорите с ребенком «по душам», и предоставите ему самому принять правильное решение;

Б) предоставите детям самим разбираться в своих проблемах;

В) отругаете ребенка при других детях и заставите вернуть взятую без спросу игрушку и извиниться.

3. Если ваш ребенок, обычно активный, подвижный и не очень дисциплинированный, сосредоточился и хорошо выполнил то, о чем вы его просили (сделал домашнее задание, вынес мусор, прибрался в квартире), то вы:

А) похвалите его и будете рассказывать родным и знакомым при удобном случае о том, какой он у вас молодец;

Б) порадуетесь и постараетесь выяснить, почему сегодня все так хорошо получилось;

В) примете как должное и скажете: «Всегда бы так».

4. Ребенок забыл сказать вам «спасибо», был не очень вежлив с вами.

Как вы поступите?

А) заставите ребенка исправить свою ошибку;

Б) не обратите на это внимания;

В) не упоминая о невежливом поведении ребенка, расскажете ему какую-нибудь историю о том, как невежливость мешает нам жить.

5. Дети спокойно играют. У вас появилось немного свободного времени. Что вы предпочтете делать?

А) понаблюдаете за тем, как дети играют и общаются, со стороны, не вмешиваясь;

Б) включитесь в игру: поможете, подскажете или сделаете замечание;

В) порадуетесь, что в доме спокойно, и займетесь своими делами.

6. С каким из утверждений вы полностью согласны:

А) чувства и переживания ребенка поверхностны, у него все быстро проходит, и не стоит поэтому обращать внимание на «взрывы» его эмоций;

Б) эмоции и переживания ребенка важные факторы, с помощью которых его можно обучать и воспитывать;

В) чувства и переживания ребенка уникальны и значимы, и относиться к ним нужно бережно и предельно тактично.

7. Ваш базовый принцип при взаимодействии с ребенком:

А) ребенок слаб, неразумен, неопытен, и только взрослый может и должен научить, и воспитать его;

Б) у ребенка большие возможности для саморазвития, а сотрудничество взрослого должно направляться на максимальное повышение активности самого ребенка;

В) ребенок развивается в основном под влиянием наследственности, и управлять процессом его развития практически невозможно, так что главная забота родителей, чтобы ребенок был здоров, сыт и не совершал неприемлемых поступков.

8. Как вы относитесь к активности самого ребенка:

А) положительно, поскольку без нее невозможно полноценное развитие личности;

Б) отрицательно, так как активность ребенка часто мешает всем планам обучения и воспитания;

В) положительно, но только тогда, когда проявления активности согласованы с родителями.

9. Ребенок не хочет выполнять домашнее задание, мотивируя это тем, что уже много раз выполнял подобные задания без ошибок. Ваши действия:

А) уйдите и ничего не станете предпринимать. Не хочет делать и не надо;

Б) заставили бы выполнить работу;

В) нашли бы в задании что-то новое или предложили бы усложнить его так, чтобы было интересно решать.

10. С каким из утверждений вы полностью согласны:

А) ребенок должен быть благодарен взрослым за заботу о нем;

Б) если ребенок не осознает и не ценит заботу о нем, то он непременно когда-нибудь пожалеет об этом;

В) родители должны быть благодарны детям за их любовь и доверие.

Таблица Г. 1 – Бланк тестирования

№ вопроса	Вариант ответа	Количество баллов	Итог
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Таблица Г.2 – Ключ к тесту

№ вопроса	Баллы за ответ «А»	Баллы за ответ «Б»	Баллы за ответ «В»
1.	2	3	1
2.	3	1	2
3.	2	3	1
4.	2	1	3
5.	3	2	1
6.	1	2	3
7.	2	3	1
8.	3	1	2
9.	1	2	3
10.	2	1	3

Если набрали от 20 до 24 баллов, родители склонны к авторитарному стилю.

Если набрали от 10 до 19 баллов, то стиль общения родителей – либеральный (иногда его называют еще либерально-попустительским).

Если набрали от 25 до 30 баллов, то родители предпочитают демократический стиль общения с детьми.

Родители, предпочитающие *либеральный стиль*, склонны уклоняться от воспитания ребенка. Они считают, что воспитывать и обучать ребенка должны люди, имеющие специальное образование, то есть педагоги и воспитатели. Ребенок может пользоваться вседозволенностью, ему предоставляют полную свободу и не требуют при этом отвечать за то, что он делает или говорит. Родители играют роль доброго большого взрослого, который дает ребенку скидку, как беспомощному и безнадежному, относится к нему как к некомпетентному и несамостоятельному, а потому недостойному уважения. Они снисходят к нуждам своего несмышлениша или же играют роль мучеников, стойчески перенося все то, что творит их неразумное и безответственное дитя. Возможно и просто родительское безразличие (такое случается, когда родители слишком перегружены работой). Дети, родители которых предпочитают либеральный стиль, чаще проявляют склонность к суициду. В лучшем случае они привыкают делать все для себя сами, но при этом не доверяют людям и предпочитают не прибегать к чьей-либо помощи.

Родители, предпочитающие *авторитарный стиль*, не считают нужным считаться с мнением ребенка о том, чего он хочет, что ему нужно и к чему он стремится. Для них совершенно ясно, как будет лучше, а если он с этим сценарием не согласен, то либо мал, либо глуп, либо и то и другое. Часто родители с преобладанием авторитарного стиля общаются с ребенком угрозами или путем постановки условий, то есть заботятся прежде всего о себе, а не о ребенке, нужды которого отрицаются. Ребенок живет с ощущением, что он ничего не значит, его нужды и чувства не идут в расчет.

Авторитарные родители считают себя вправе применять различные физические наказания, кричать на детей, трясти их. Дети таких родителей могут вырасти как слабыми и безответными «жертвами», считающими себя виноватыми во всем плохом, что происходит с ними, так и решительными, жесткими людьми, которые предпочитают независимость и твердость и в то же время во всех своих неудачах винят все и всех, кроме себя.

Демократический стиль, когда родители высказывают свое мнение по разным вопросам жизни, но всегда открыты к диалогу, готовы выслушать мнение ребенка и согласиться с ним, если он предлагает разумное решение проблемы, а также если дело касается его личного выбора: выбора друзей, профессии, занятий и хобби. Такие родители дают ребенку уверенную, поддерживающую заботу, они очень чувствительны к нуждам ребенка. Ребенок ощущает родительские любовь и заботу, охотно и легко принимает помощь, ему комфортно в том окружении, в котором он живет. Родители помогают только тогда, когда это действительно необходимо, в остальных же случаях поощряют думать и делать то, что он способен делать для себя. Дети родителей, предпочитающих демократический стиль общения, чаще добиваются значительных успехов в своей взрослой жизни.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Результаты диагностики

Таблица Д.1 – Протоколы результатов анкетирования родителей по методике «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой

№	Родители																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	Б	Б	Б	В	Б	А	В	В	Б	А	А	В	В	В	А	А	А	А	Б	А
2	А	А	А	А	А	А	Б	Б	А	А	Б	А	А	Б	А	Б	А	Б	А	А
3	Б	Б	А	А	Б	А	В	В	Б	А	Б	А	А	В	А	В	А	Б	А	А
4	Б	В	Б	В	В	В	Б	Б	Б	А	Б	В	В	Б	В	Б	В	Б	Б	Б
5	А	А	Б	Б	А	Б	В	А	А	Б	А	Б	Б	А	Б	А	Б	А	Б	Б
6	В	В	А	Б	В	Б	А	Б	В	Б	Б	Б	Б	Б	Б	Б	Б	Б	А	А
7	А	А	Б	Б	Б	Б	В	В	А	Б	В	Б	Б	В	Б	В	Б	В	Б	Б
8	А	А	В	В	А	В	Б	Б	А	В	Б	В	В	Б	В	Б	В	Б	В	В
9	В	В	А	А	В	Б	А	В	В	А	В	Б	Б	В	Б	В	Б	В	А	Б
10	В	В	А	А	В	В	Б	Б	В	А	Б	А	А	Б	В	Б	А	Б	А	В

Таблица Д.2 – Результаты исследования на констатирующем этапе эксперимента по методике «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой

№ п/п	Родитель	Тип отношения		
		авторитарный	либеральный	демократический
1	2	3	4	5
1	1			27 баллов
2	2			29 баллов
3	3	20 баллов		
4	4	21 балл		
5	5			30 баллов
6	6	24 балла		
7	7		10 баллов	
8	8		15 баллов	
9	9			27 баллов

Продолжение таблицы Д.2

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
10	10	21 балл		
11	11		18 баллов	
12	12	22 балла		
13	13	22 балла		
14	14		15 баллов	
15	15	24 балла		
16	16		16 баллов	
17	17	23 балла		
18	18		18 баллов	
19	19	20 баллов		
20	20	21 балл		
Преобладающий тип		10 человек (50 %)	6 человек (30 %)	4 человека (20 %)

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Результаты диагностики

Таблица Е.1 – Результаты эксперимента после программы родительского отношения к ребёнку по тесту-опроснику А. Я. Варга и В. В. Столина

№ семьи	«Принятие- Ответственность»		«Кооперация»		«Симбиоз»		«Авторитарная гипер- социализация»		«Маленький неудачник»	
	балл	%	Балл	%	балл	%	балл	%	балл	%
1	24	99,36	1	3,46	4	74,97	2	32,13	3	84,19
2	5	0	5	12,29	6	92,93	3	53,87	2	70,25
3	26	100	4	9,77	3	57,96	4	69,30	1	45,57
4	6	0,63	2	5,67	7	96,65	2	32,13	0	14,55
5	23	98,73	6	19,22	2	39,06	3	53,87	3	84,19
6	7	3,79	4	9,77	3	57,96	4	69,30	8	100
7	6	0,63	3	7,88	4	74,97	4	69,30	7	100
8	25	100	5	12,29	3	57,96	5	83,79	2	70,25
9	5	0	2	5,67	6	92,93	0	4,41	2	70,25
10	8	12,02	9	80,93	3	57,96	4	69,30	0	14,25
11	6	0,63	6	19,22	7	96,65	3	53,87	2	70,25
12	5	0	9	80,93	4	74,97	3	53,87	1	45,57
13	4	0	4	9,77	3	57,96	5	83,79	2	70,25
14	5	0	4	9,77	5	86,63	6	95,76	2	70,25
15	5	0	2	5,67	4	74,97	3	53,87	6	99,37
16	24	99,36	3	7,88	4	74,97	4	69,30	2	70,25
17	5	0	6	19,22	3	57,96	4	69,30	6	99,37
18	6	0,63	5	12,29	7	96,65	6	95,76	3	84,81
19	6	0,63	1	1,57	7	96,65	6	95,76	1	45,57
20	8	12,02	3	7,88	7	96,65	4	69,30	1	45,57

ПРИЛОЖЕНИЕ Ё

Результаты диагностики

Таблица Ё.1 – Математическая обработка результатов формирующего эксперимента с помощью Т-критерия Вилкоксона

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{до}-t_{после}$)	Абсолютное значение разности
3	24	21	21
3	5	2	2
26	26	0	0
6	6	0	0
6	23	17	17
6	7	1	1
5	6	1	1
25	25	0	0
4	5	1	1
7	8	1	1
5	6	1	1
3	5	2	2
3	4	1	1
3	5	2	2
4	5	1	1
4	24	20	20
4	5	1	1
5	6	1	1
5	6	1	1
9	8	-1	1

Гипотезы.

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения показателя не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения показателя превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

Таблица Ё.2 – Математическая обработка результатов формирующего эксперимента с помощью Т-критерия Вилкоксона (исключение нулевых сдвигов)

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{до}$ - $t_{после}$)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
3	24	21	21	17
3	5	2	2	13
6	23	17	17	15
6	7	1	1	6
5	6	1	1	6
4	5	1	1	6
7	8	1	1	6
5	6	1	1	6
3	5	2	2	13
3	4	1	1	6
3	5	2	2	13
4	5	1	1	6
4	24	20	20	16
4	5	1	1	6
5	6	1	1	6
5	6	1	1	6
9	8	-1	1	6
Сумма				153

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

Результаты диагностики

Таблица Ж.1 – Протоколы результатов анкетирования после программы родителей по методике «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой

№	Родители																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	Б	Б	Б	В	Б	А	Б	В	Б	А	А	В	Б	В	А	А	А	А	Б	Б
2	А	А	А	А	А	А	А	Б	А	А	Б	А	А	Б	А	Б	А	Б	А	А
3	Б	Б	А	А	Б	А	Б	В	Б	А	Б	А	Б	В	А	В	А	Б	А	Б
4	Б	В	Б	В	В	В	В	Б	Б	А	Б	В	В	Б	В	Б	В	Б	Б	А
5	А	А	Б	Б	А	Б	А	А	А	Б	А	Б	А	А	Б	А	Б	А	Б	Б
6	В	В	А	Б	В	Б	В	Б	В	Б	Б	Б	В	Б	Б	Б	Б	Б	А	В
7	А	А	Б	Б	Б	Б	А	В	А	Б	В	Б	А	В	Б	В	Б	В	Б	Б
8	А	А	В	В	А	В	А	Б	А	В	Б	В	А	Б	В	Б	В	Б	В	Б
9	В	В	А	А	В	Б	В	В	В	А	В	Б	В	В	Б	В	Б	В	А	В
10	В	В	А	А	В	В	В	Б	В	А	Б	А	В	Б	В	Б	А	Б	А	А

Таблица Ж.2 – Результаты эксперимента после программы родительского отношения к ребёнку по методике «Стили воспитания» Р. В. Овчаровой

№ п/п	Родитель	Тип отношения		
		авторитарный	либеральный	Демократический
1	2	3	4	5
1	1			27 баллов
2	2			29 баллов
3	3	20 баллов		
4	4	21 балл		
5	5			30 баллов
6	6	24 балла		
7	7			29 баллов
8	8		15 баллов	
9	9			27 баллов

Продолжение таблицы Ж.2

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
10	10	21 балл		
11	11		18 баллов	
12	12	22 балла		
13	13			28 баллов
14	14		15 баллов	
15	15	24 балла		
16	16		16 баллов	
17	17	23 балла		
18	18		18 баллов	
19	19	20 баллов		
20	20			25 баллов
Преобладающий тип		8 чел. (40%)	5 чел. (25%)	7 чел. (35%)

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

План программы игровых тренингов

Занятие 1. Знакомство.

Цель: создать благоприятные условия для работы тренинговой группы, ознакомить участников с основными принципами тренинга.

Вступление

Здравствуйте, я сегодня очень рада вас всех видеть вместе. Сегодня наша встреча посвящена одной из важнейших тем. Наверное, ничто не вызывает у человека столь сильные переживания, как его собственные дети. Как найти общий язык, как сделать так, чтобы вы с ребенком понимали друг друга без слов.

1. Разминка.

Игра «Имя»

Цель: знакомство с особенностями характера участников группы, подчеркивание индивидуальности каждого.

Каждому участнику предлагается назвать свое имя и охарактеризовать себя.

2. Основная часть.

Игра «Семейный герб»

С давних пор люди составляют гербы своей семьи из разных символов, которые отражают в лаконичной форме жизненную философию, главную ценность семьи. Участникам в парах «родитель – ребёнок» предлагается нарисовать свой герб, это не обязательно должно быть что-то конкретное, может быть сочетание цветов, геометрических фигур, цветовых пятен и др. Затем все рисунки выкладываются в цент круга на полу и ведущий предлагает каждому рассказать про свой герб, что он символизирует. Рядом с гербом предлагается написать свой жизненный девиз. Девиз должен быть кратким и отражать суть жизненных устремлений, позиций, идею или цель семьи.

Обсуждение:

1. Что нового узнали участники группы о себе и других?
2. Какие чувства они испытывают сейчас?
3. Чем бы хотели поделиться друг с другом?

Игра «Любящие родители»

Участникам предложить сначала роль «родителя», а потом они меняются со своими детьми ролями – исполняют роль «ребенка», а их дети роль «родителя». Упражнение хорошо выполнять сидя на ковре.

Звучит спокойная музыка

Родители укачивают своего любимого ребёнка. Сначала родитель нежно прижимает ребенка к себе, с доброй улыбкой и смотрит на него. Мама или папа гладит ребёнка по телу, начиная от головы, затем гладит руки, тело ребенка, постепенно перемещаясь вниз к ногам, смотрит на ребенка, ласково и с любовью, мерно покачиваясь под музыку вправо, а затем влево.

Обсуждение:

1. Кому из участников какая роль больше понравилась и чем?
2. Было легко или трудно? То в каких моментах.

Игра «Зеркало»

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, произвольный контроль, преодоление неуверенности.

Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу, разбиваясь на пары. Один человек в паре – водящий, другой – «зеркало». Водящий смотрится в «зеркало», а оно отражает все его движения. По сигналу ведущего участники меняются ролями, затем напарниками.

Обсуждение:

1. Какие трудности испытывали?
2. Какие эмоции были во время задания?

Игра «Игра без правил»

Цель: создание атмосферы принятия и понимания, развитие навыков общения, активного слушания, эмпатии, умения безоценочно относиться друг к другу.

Родитель и ребёнок садятся рядом и разговаривают, постоянно проговаривая начало предложенной фразы «Мне нравится, что ты ...» и добавляя к ней свое утверждение. Тем самым возникает позитивный диалог, родитель дает ребенку, а ребенок – родителю «обратную связь».

Обсуждение:

Какие чувства они испытывали во время упражнения?

3. Подведение итогов.

(Ритуал, который необходимо проводить в конце каждого занятия).

Психолог просит всех сесть в круг и по очереди коротко ответить на вопросы:

Что тебе запомнилось из сегодняшнего занятия?

Что показалось необычным?

Что для тебя было особенно трудно выполнить?

Если тебе было скучно, что в следующий раз ты сможешь сделать по-другому, чтобы изменить это отношение?

Занятие 2.

Цель: укрепление уверенности родителей и детей в том, что они любимы.

1. Разминка.

Игра «Давайте поздороваемся»

Всем участникам встать в круг. Предлагается выбрать способ поздороваться как можно с большим количеством участников разными способами: словами, улыбкой, локтем, коленом, спиной, бедром, лбом.

Обсуждение домашнего задания

Дети и родители отвечают на вопросы.

1. Удалось ли найти в поступках детей такие стороны поведения, которые вызывают радость, удовольствие, воодушевление?

2. Какие индивидуальные особенности вашего ребенка выявляются этими поступками?

Важно предоставить возможность высказаться всем – и родителям и детям.

2. Основная часть.

Игра «Неваляшка»

Необходимое количество участников трое, желательно, родители и ребёнок. Двое встают на расстоянии метра лицом друг к другу. Ноги стоят устойчиво, делается упор на одну. Руки выставлены вперёд. Между ними стоит третий участник с закрытыми или завязанными глазами. Ему даётся команда: «Ноги от пола не отрывай и смело падай назад!». Выставленные руки подхватывают падающего и направляют падение вперёд, там, где ребёнок встречает снова выставленные руки. Подобное покачивание продолжается в течение 2-3 минут, при этом амплитуда раскачивания может увеличиться.

Игра «Паровозик»

Цель: развитие произвольности, умения принимать на себя ответственность, заботу о других.

Звучит веселая музыка. Участники встают друг за другом. Первый человек – «паровозик», все остальные – «вагоны». У «вагонов» глаза при движении закрыты. «Паровоз» отвечает за движение состава, чтобы он ни во что не врезался, и чтобы вагончикам было комфортно перемещаться. Каждому участнику важно побывать и в роли «паровоза», и в роли «вагона».

Обсуждение:

1. Какая роль понравилась больше и почему?
2. Какой «паровоз» был более заботливым и осторожным?

Упражнение «Игра без правил»

С помощью фразы «Я люблю, когда ты ...» дети и родители высказывают свое мнение. Важно дать позитивный аспект, опереться на

положительные характеристики, затронуть все сферы жизни (отношения, пристрастия в еде, увлечениях, черты характера и т. д.).

Обсуждение:

1. Трудно ли выполнять было данное упражнение?
2. Какие чувства и эмоции были?

Игра «Ежик»

Цель: эмоциональная поддержка, установление доверительных отношений между родителями и детьми, принятие друг друга, тактильный контакт.

Упражнение проводится в парах (родитель и ребенок). Один из пары «сворачивается» в клубок и сохраняет это положение. Задача второго – развернуть его, найти подход, создать условия, при которых «ежик» захочет сам раскрутиться, установить взаимопонимание. Запрещаются силовые приемы, щекотка, уговаривание словами. Затем участники меняются ролями.

Обсуждение:

1. Как вы себя чувствуете?
 2. Какая роль понравилась больше и почему?
 3. Где можно использовать такие прикосновения?
3. *Подведение итогов.*

Упражнение «Клубок» (участники сидят в кругу)

Цель: Сплочение группы, фиксация основных достижений тренингового занятия.

Каждый участник по очереди, передавая клубок и одновременно разматывая его, говорит о своих чувствах, том, что понравилось, запомнилось, было неожиданным.

Занятие 3.

Цель: повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка.

1. *Разминка.*

Упражнение «Сундук переживаний»

Сегодня я принесла сундучок. Предлагаю передать его по кругу, чтобы собрать наши плохие переживания и заботы. Дети и родители пишут на листках анонимно то, что их беспокоит и отпускают туда. Потом мы запираем на ключик, а вместе с тем и исчезнут ваши неприятные переживания.

2. Основная часть.

Игра «Слепое слушание» (родитель и ребенок сидят за столом напротив друг друга и между ними ставится перегородка).

Цель: обучение навыкам сотрудничества, взаимопонимания.

Каждому участнику в паре раздается по семь спичек. Родитель строит за перегородкой из своих спичек какую-нибудь фигуру, а затем словами пытается объяснить ребенку, как ему построить такую же. Ни родитель, ни ребенок не должны видеть действия друг друга. По окончании работы перегородка убирается, а фигуры сравниваются. Затем родитель и ребенок меняются ролями. Если паре очень легко дается выполнение этого задания, то количество спичек можно увеличивать (15-20 мин.).

Обсуждение:

1. Сложно ли было объяснять, без помощи рук, как построить фигуру?

Почему?

2. Сложно ли было понять со слов партнера как построить фигуру?

Почему?

Игра «Слепой и поводырь»

Цель: доверительные отношения между родителем и ребенком.

Участвуют «родитель – ребенок». Одному из участников в паре завязывают глаза. Он “слепой”. Второй будет его водящим. Участие принимает каждый игрок в паре по очереди. Нужно преодолевать препятствия на полу и не сбивать конусы под музыку.

Обсуждение:

Что пережили во время прогулки?

Игра «Скульптор и глина»

Цель: развитие тактильного контакта, взаимопонимания, способности к самовыражению.

Упражнение выполняется в парах (родитель – ребенок). Ребёнок – «глина», родитель – «скульптор». Задача «скульптора» – сделать из глины прекрасную статую. «Скульптор» решает, как будет выглядеть эта «статуя», как она будет держать голову, в какой позе она будет стоять. После того, как работа закончится всё, рассматривают статуи, пытаюсь угадать, что слепил «скульптор».

Обсуждение:

1. Что чувствовали во время выполнения задания?
2. Понравилась ли форма, которую придали?

Игра «Сборщики»

Цель: повышение уровня сотрудничества между родителем и ребёнком.

Участники игры – это «родитель – ребёнок». На ковре разбросаны мелкие игрушки. Ребёнок и его родитель берутся за руки, а свободной рукой они должны собрать как можно больше предметов за определенное время. Выполняется под музыку и после её остановки подсчитывается количество собранных предметов.

Обсуждение:

1. Что было легко и что сложно?
2. Какие эмоции и чувства ощущали при выполнении задания?

Игра «Лавина»

Нужно представить, что ваш дом занесло снегом во время выходных, и не можете ни выбраться, ни связаться с кем-нибудь, ни получить помощь раньше понедельника. Вы с ребенком совсем одни в доме, у вас нет никаких обязанностей, никакой домашней работы. Придумайте, как вы используете эту критическую ситуацию для веселого время препровождения. У вас есть хорошая еда, напитки, музыка, книги, игры, горячая вода, ручка и бумага, но нет телевизора, радио, средств связи.

После того как работа завершена, участникам предлагается осуществить эти планы в ближайший выходной: «Стоит ли ждать, когда ваш дом занесет снегом?» (по Ф. Зимбардо). Рефлексия

Обсуждение:

1. Какие чувства у вас после этого упражнения?
 2. Чему оно учит?
 3. Какие выводы вы можете сделать?
3. *Подведение итогов.*

Упражнение «Волшебная палочка»

Участникам тренинговой группы дается задание в течение 1 минуты подумать и сказать: «Если бы у моей мамы или у моего ребенка была волшебная палочка, то она (он) бы загадал (а) ...»

Затем происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).

Занятие 4.

Цель: повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка.

1. *Разминка.*

Упражнение «Комплименты» (родители и дети сидят в кругу).

«Сейчас мы будем говорить друг другу комплименты. Нужно бросить мяч любому из участников и сказать ему что-то приятное.

А тот отвечает: «да, конечно, но я еще и ...».

Игра «Кричалки – шепталки – молчалки» (родители сидят в кругу, дети стоят в середине круга).

Цель: развитие наблюдательности, обучение детей действовать по правилу волевой регуляции.

Взрослым раздаётся три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это будут сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», – детям можно бегать, кричать и сильно шуметь. Желтая ладонь – «шепталка» – надо тихо передвигаться и шептаться. На сигнал «молчалка» –

синяя ладонь – дети должны замереть на месте или сесть на пол и обязательно не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалками».

2. Основная часть.

Игра «Водитель»

Цель: достижение взаимопонимания на разных уровнях взаимодействия.

Участники свободно перемещаются в помещении парами, при этом один участник (водитель) находится за спиной у другого, направляя его (автомобиль) за плечи. Глаза направляемого участника закрыты, он должен полностью доверять своему водителю в том, что одна пара не столкнется с другой парой. Затем участники пары меняются местами. Если игра получается, то ведущий просит прибавить скорость.

Обсуждение:

1. Каково вам было находиться в роли «автомобиля»?
2. Комфортно ли вам было с вашим «водителем»?
3. Что вы чувствовали, когда были «водителем»?

Игра «Мне нравится» (родитель и ребенок сидят на стульях напротив друг друга).

Цель: установление позитивного диалога между ребенком и родителем.

Инструкция: Пара (родитель и ребенок) разговаривают друг с другом, постоянно проговаривая начало предложенной фразы: «Мне нравится, что ты ...» и добавляют к ней содержание. Тем самым возникает позитивный диалог. Родитель дает ребенку, а ребенок родителю «обратную связь».

Обсуждение: обмен чувствами, эмоциями.

Игра «Котёнок»

Цель: установление положительного контакта в стрессовой ситуации.

Давайте представим себе, что вам подарили маленького котенка. Он испуган, поскольку первый раз попал в квартиру. Кто может показать, как двигается котенок? Мы сейчас попарно с вами будем изображать такого

котенка. Сначала дети выходят в центр, двигаются и показывают, как страшно. Теперь каждый по очереди будет котенком, а другому нужно сделать так, чтобы котенок перестал бояться, приласкать его и уговорить заснуть на коврике. В конце можно провести обсуждение.

Обсуждение:

1. Какие чувства и эмоции испытывали?
2. Что было трудно? Что легко?
3. *Подведение итогов.*

Игра «Свеча»

По кругу передается зажжённая свеча, у кого в руках оказалась свечка, должен пожелать на завтрашний день, что-то хорошее группе.

Затем происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).

Занятие 5.

Цель: повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка.

1. Разминка.

Танец разминка для всех (танец маленьких утят)

Звучит песня «танец маленьких утят». Все участники тренинга исполняют всем знакомый танец.

2. Основная часть.

Игра «Найди своего ребенка»

Родителю надевают повязку на глаза, дети выстраиваются в ряд. Можно изменить причёски, банты, некоторые детали одежды, чтобы труднее было узнать. Взрослый ощупывает детей по очереди и в конце концов находит «своего».

Игра «Договорись взглядом»

Сейчас каждый родитель садится напротив своего ребенка и нужно будет договориться с ребёнком глазами и одновременно встать со стульев (или поменяться местами, если участники не сидят, а стоят в кругу).

Запомните, пожалуйста, что кивать головой, подмигивать, махать руками запрещается.

Обсуждение:

4. Какие действия способствовали установлению контакта?
5. Что было трудно?
6. Какие эмоции испытывали?

Игра «Остров»

Оборудование: два газетных листа, склеенных скотчем.

Представьте себе, что произошло кораблекрушение, и вы – оставшиеся в живых пассажиры корабля. У каждой пары небольшой островок, размером буквально с газету. Очень интересно, сможете ли вы разместиться на этом островке?

В начале игры газета свободно вмещает двух участников. После того, как легко разместилась на газете, ведущий говорит: «Очень хорошо! Но произошло наводнение, и островок уменьшился – газета складывается пополам. Как вы поступите теперь? Ни рвать, ни раздвигать газету нельзя». Затем газета складывается вчетверо, и т.д.

Обсуждение:

3. Что испытывали, выполняя данное упражнение?
4. Как принимались решения для преодоления препятствия?

Игра «Поссорились»

Цель: научить детей передавать эмоции (злость, гнев, обиду) с помощью невербальных средств общения – мимики, а также управлять своими эмоциями.

В каждой паре, родитель и ребёнок становятся спиной друг к другу и изображают на лице эмоции гнева и злости на обидчика. Сильно-сильно надувают щеки. Затем ведущий говорит: «Вы поссорились. Вам не хватает общения с мамой или папой. Вы хотите помириться. Для того чтобы это сделать, нужно повернуться лицом друг к другу. Осторожно пальцами

«сдуть» надутые щеки обиженного, обида и злость лопнут как воздушный шарик. «Засмеяться и обняться».

Обсуждение:

4. Что было сложно?

5. Что испытывали, выполняя данное упражнение?

3. *Подведение итогов.*

Игра «Аплодисменты»

Цель: упражнение дает эмоциональный подъём участникам, поддержку каждому, понимание «законченности» проделанной работы.

Психолог начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя на одного из участников тренинга и постепенно подходя к нему. При этом громкость аплодисментов начинает усиливаться. Когда участник присоединится к аплодисментам ведущего они становятся снова тихими. Затем этот участник начинает хлопать вместе с ведущим (сначала тихо) выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем уже громко. Третий присоединяется к предыдущим и начинает тихо, пока не выберет четвертого и т.д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа. Сначала хлопки будут звучать тихо, а затем становиться сильнее и сильнее при этом каждый участник выберет того, кому он аплодирует и так, по очереди, все получают аплодисменты. Последнему аплодировать уже будет вся группа.

Затем происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).

Занятие 6.

Цель: повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка.

1. *Разминка.*

Игра «Снежный ком»

Родители и дети сидят в кругу. Один участник, получая игрушку-символ рассказывает о каком-нибудь совместном занятии с ребенком,

происходившем на неделе между занятиями, затем передает игрушку следующему участнику.

2. Основная часть.

Игра «Похвастайся мамой (папой)» (участники сидят друг напротив друга).

Цель: развитие у детей навыков общения, внимания, наблюдательности, умения выражать словами симпатию к другому человеку. Получение родителями информации о самих себе.

«Всем очень нравится, когда о нем говорят приятное. Сегодня мы поиграем в хвастунов. Только хвастаться мы будем не собой, а своими родителями. Ведь это так приятно и почетно иметь самых лучших маму и папу. Посмотрите на родителей. Подумайте какие они, что в них хорошего? Что они умеют? Какие хорошие поступки совершали? Чем он могут нравиться?»

Можно дать образец подобного «хвастовства».

Обсуждение:

1. Какие чувства и эмоции испытывали дети?
2. Как чувствовали в этот момент родители?

Игра «Коллаж семьи»

Цель: сплочение членов семьи.

Родитель и ребёнок совместно выполняют коллаж своей семьи, используя вырезки из журналов, ярко изображая какая у них семья.

После выступления семьи остальные члены тренинговой группы могут задавать уточняющие вопросы.

Игра «Совместное творчество»

Цель: актуализация ценности семьи.

Родитель и ребёнок превращаются на мгновение в строителей. Психолог заранее изготавливает из бумаги кирпичи (вырезать прямоугольники). Родителю и ребенку нужно построить дом из кирпичей. При этом на каждом кирпиче необходимо написать, либо нарисовать то, что

нужно для крепкого надежного дома. Под домом подразумевается семья. Это может быть, послушание, помощь, любовь, забота, внимание и т. д. Кирпичи приклеиваются на ватман друг на друга. А затем каждая семья представляет свой дом. Чем у каждой семьи он наполнен.

Игра «Обнимашки»

Цель: получение тепла и чувства необходимости родному человеку.

Психолог: «Часто ли вы обнимаете своих детей, просто так, без всякой на то причины? А как вы думаете, существует ли необходимое количество объятий для поддержания хорошего самочувствия?»

Известный американский семейный психотерапевт Виржиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что 4 объятия каждому необходимы, просто для выживания, а для хорошего самочувствия не менее 8 объятий в день. И, между прочим, не только ребенку, но и взрослому».

Далее родителям и детям предлагается обнять друг друга на столько крепко, на сколько это возможно. И повторить это 4 раза.

3. Подведение итогов.

Упражнение «Лобное место»

Родители и дети садятся в круг и происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).

Занятие 7.

Цель: повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка.

1. Разминка.

Игра «Передай предмет»

Цель: Эта веселая разминка помогает участникам реализовать творческие наклонности, поднимает настроение, повышает групповую динамику.

Психолог берет какой-либо предмет (кукла, ручка, мягкий мяч) и отдает его ближайшему участнику. «Ваша задача – передать этот предмет

своему соседу справа как-нибудь театрально, с использованием необычных жестов, и так по кругу. Причем способы передачи повторяться не должны. Если предмет падает, то игра начинается сначала». Кто был в игре самым оригинальным, то в конце можно наградить аплодисментами.

2. Основная часть.

Игра «Я и мама (папа)»

Родитель и ребёнок садятся спиной друг к другу. И следует ответить на вопросы.

Вопросы к маме: Какого цвета глаза у вашего ребенка? Во что он одет? Как у него сегодня прошел день? Какое у него настроение?

Вопросы к ребёнку: Какого цвета глаза у мамы? Какого они цвета? Когда мама сердится (радуется)? Во что одета сегодня мама, какие украшения на ней? Какое у нее настроение?

Обсуждение:

1. Всегда ли замечаете мелочи в родителях (в детях)?
2. Было сложно или легко?

Игра «Самолетики»

Каждой команде выдаётся по одному листочку формата А4. «У вас есть пять минут, чтобы сложить из этого листа самолетик. Один человек может сделать только один перегиб, затем передать конструкцию второму участнику и так по очереди собирается ваш самолёт».

Затем пары выстраиваются в шеренгу и по очереди запускают свои самолеты вместе. Побеждает та команда, чей самолет улетит дальше.

Обсуждение:

1. С какими трудностями столкнулись?
2. Какие чувства и эмоции преобладали?

Игра «Самый – самый»

Психолог. Для более близкого знакомства предлагаю вам поиграть в игру «Самый – самый ...» Каждый из родителей позитивными прилагательными должен охарактеризовать себя и своего ребенка: «Я

самый ..., мой ребенок самый ...». Группа отвечает участнику: «Мы рады за тебя!»

Обсуждение:

1. Было ли сложно подобрать позитивные прилагательные?
2. Какие чувства и эмоции испытывали родители и дети?

Игра «Яйцо»

Цель: активизация эмоционально-телесных связей, чувства безопасности и доверия.

Мама играет роль скорлупы, а ребёнок – цыплёнок. Ребёнок садится на ковер, поджимает колени к груди и обхватывает их, голова прижата к коленям. Мама садится сзади, обхватывает ребёнка руками и ногами. Звучит релаксационная музыка.

Психолог. Цыпленку хорошо и уютно в своем домике. Скорлупа защищает его, согревает, дает ему все необходимое. Цыпленок пошевелился, покрутил головкой – нет, еще не пришло время. Так хорошо сидеть тихонько в скорлупе, тепло ... Ну вот солнышко стало пригревать сильнее, цыпленочку становится жарко, тесновато ... Он поводит плечиками, стараясь освободиться ... Скорлупа не пускает – ей тоже очень приятно, когда внутри нее цыпленок. Она крепко держит, но цыпленок не сдаётся, он все активнее шевелится, пробует носиком пробить скорлупу, освободиться. Вот уже головка показалась, вот и плечики освободились. Скорлупа уже не сопротивляется – она понимает, что пришло время отпустить своего цыпленочка. Еще чуть – чуть... и вот цыпленок на свободе! Он расправил свои пока еще маленькие крылышки, потянулся и, довольный, устроился в своем гнездышке.

Затем родитель и ребёнок меняются местами.

Обсуждение:

1. Что каждый из вас испытывал, выполняя данное задание?
2. Какая роль понравилась и почему? Была ли она сложной?

Игра «Мне кажется, что мы похожи ...»

Цель: исследование межличностных семейных отношений.

Участники (родитель и ребенок) кидают друг другу мяч, говоря: «Мне кажется, что мы с тобой похожи тем, что ...». Если тот, к кому обращаются, согласен, то он отвечает: «Да». Если не уверен или не согласен, отвечает: «Может быть». «Нет» говорить нельзя. Заканчивается упражнение по желанию.

Обсуждение:

1. Понравилась игра?
2. Какие чувства и эмоции испытывали?
3. Что-то было новым для вас?
3. *Подведение итогов.*

Игра «Покрывало»

Цель: развитие доверия, релаксация.

Все участники становятся вокруг покрывала и берутся за него. Один участник садиться или ложится на покрывало, остальные приподнимают его и бережно покачивают, и опускают. Упражнение выполняется под релаксирующую музыку

Затем садятся в круг и происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).

Занятие 8.

Цель: повышение сплоченности и сотрудничества родителя и ребенка.

1. Разминка.

Игра «Пирамида»

Все садятся в круг. Психолог: «Каждый из нас что-то или кого-то любит, но все мы по-разному выражаем нашу любовь. Я люблю свою семью, своих детей, свою работу. Расскажите и вы, кого и что вы любите (следуют рассказы).

А теперь давайте построим «пирамиду любви» из наших с вами рук. Я назову что-то любимое и положу свою руку, а затем каждый из вас будет

называть то, что он любит и класть свою руку поверх моей. (все участники выстраивают пирамиду). Вы чувствуете тепло рук? Вам приятно? Посмотрите, какая высокая пирамида получилась у нас. А все потому, что мы любимы и умеем любить сами».

2. Основная часть.

Игра «Волшебные картинки»

Цель: развитие взаимопомощи.

Каждая семья получает «волшебные картинки», которые постоянно рассыпаются и «ломаются» (разрезные картинки, пазлы). Собрать их может только дружная семья. По сигналу семейные команды приступают к работе. «Фанты» платит команда, где ведущий наблюдает ссору или несправедливое распределение работы (т.е. когда один из игроков выполняет задание небольшого объёма). В конце игры «фанты» выкупаются (исполняются песни, стихи и др.).

Обсуждение:

1. Легко было делать одно задание вдвоем?
2. Кто был ведущим в этой игре, а кто ведомый?
3. Что испытывали при выполнении данного задания?

Игра «Цветик-семицветик»

Каждая семейная команда получает цветик-семицветик.

Участники игры загадывают семь желаний (родитель может помочь в написании желаний): три желания задумывает ребенок для родителя, три – взрослый для ребёнка, одно из желаний будет совместным (желание ребенка и родителя). Затем ребёнок и родитель меняются лепестками и отбирают лепестки-желания, которые им очень приятны. Побеждает та семейная команда, которая имеет больше всего желанных лепестков, где предполагаемые желания совпали с реальными.

Игра «Строим цифры»

Цель: раскрепощение участников группы.

Сейчас для вас состоится урок математики. Вы свободно с ребенком двигаетесь по помещению. По моей команде родитель и ребёнок изображает ту цифру, которую назовёт психолог.

Обсуждение:

1. Что было сложно и что легко?
2. Какие чувства и эмоции испытывали?
3. Понравилась ли данная игра?

Игра «Щепки плывут по реке»

Цель: снятие мышечных зажимов, налаживание физического контакта между родителями и детьми, осознание чувства безопасности.

Родители и дети встают друг на против друга и в две шеренги на расстоянии вытянутой руки. Дети – берега. Родители – щепки. Щепка медленно проплывает между берегами. Берега мягкими прикосновениями помогают щепке: гладят ее, говорят ей ласковые слова, называют по имени. Щепка сама выбирает, с какой скоростью ей плыть. Потом родитель и ребёнок меняются местами. Глаза щепке можно закрыть во время игры.

3. Подведение итогов.

Игра «Ромашка из ладошек»

Каждый обводит свою ладонь на ватмане и напишет в центре свое имя (детям помогают писать родители). Располагайте ладони на ватмане таким образом, чтобы из них получилась большая ромашка. В центре ладони напишите пожелание кому-либо из тренинговой группы.

Затем садятся в круг и происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).

Занятие 9 (для родителей).

Цель: осознание родительской роли во влиянии семейного воспитания своего ребёнка

1. Разминка.

Игра «Тепло моего сердца»

Сердце передается по кругу. Тот, у кого оно в руках, называет свое имя и качество, которое помогает ему в общении с ребенком. И так по очереди.

Обсуждение:

1. Какие качества у нас прозвучали?
2. А вы пользуетесь такими качествами?

Психолог. Давайте будем преумножать эти качества, чтоб они были нашими спутниками всегда, независимо от жизненных обстоятельств.

2. *Основная часть.*

Игра «Недетские запреты»

Выбирается один участник и садится на стул в центре круга. Все остальные по одному подходят к нему и говорят, что они ему запрещают делать, – то, что участники чаще всего говорят своему ребенку. При этом лентой завязывают ту часть тела, которой касался запрет. Например, «Не кричи!» – завязывается рот, «Не бегай» – завязываются ноги и т.д.

После того как выскажутся все участники, сидящему предлагается встать. Так как он не сможет встать, то его нужно развязать. Для этого каждый участник подходит к ленте, которую завязал, и снимает запрет, то есть говорит, что делать можно. Таким образом, суть запрета остается. Например, «Не кричи – говори спокойно».

Обсуждение (роль ребенка):

1. Что вы чувствовали, когда «родители» сковывали, ограничивали вашу свободу?
2. Ограничение движения какой части тела вы ощутили наиболее остро?
3. Какие чувства были у вас, когда вам предложили встать?
4. Что хотелось развязать в первую очередь?
5. Что вы чувствуете сейчас?

Обсуждение (роль взрослого):

1. Что вы чувствовали, когда видели обездвиженного ребенка?

2. Что вам хотелось сделать?
3. Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?
4. Какие чувства вы испытываете сейчас?

Игра «Коробка»

Приглашаются три участника (по желанию). Один ставит ноги в коробки (правую – в одну коробку, левую – в другую), участники сбоку ставят одну ногу в коробку к игроку в центре. В таком положении им предлагается пересечь комнату.

Обсуждение:

1. Удобно ли было двигаться?
2. Кому из участников наиболее сложно перемещаться?
3. В каком случае игроку в центре двигаться легче, увереннее – когда участники сбоку помогают ему и двигаются в одном направлении или, когда каждый участник двигается в своем направлении?

Психолог. В положении человека, стоявшего в центре, представьте себе, находится ваш ребенок. С одной стороны, располагается его школа со своими методами воспитания, требованиями, задачами, ожиданиями, а с другой стороны семья, родители со своими средствами воспитания, взглядами, ожиданиями. Ребенку нужно соответствовать ожиданиям школы и семьи, выполнять все требования и родителей, и педагогов. Представьте теперь как тяжело ребёнку, и для него самое главное поддержка, взаимопонимание в семье, где любят его и не будут его наказывать за полученную двойку или разлитый чай.

Игра «Когда я злюсь?»

Цель: научиться обходить конфликтные ситуации стороной

Родители группируются в пары. Один из них – ребенок, а другой родитель. Вспомнить ситуацию, когда вы очень злились на своих детей, а они на вас.

И по кругу разыгрываются ситуации. Каждому в паре подумать, как избежать конфликтной ситуации, как можно разрешить конфликт без наказания и криков.

Обсуждение:

1. Что было сложно и что легко?
2. Какие чувства и эмоции испытывали?

Упражнение «Портрет моего ребёнка»

Психолог: Предлагаю вам нарисовать портрет своего ребёнка, поразмышлять и написать в чём ребёнок похож на вас, какие черты характера или особенности поведения он перенял у родителей.

Обсуждение:

1. Кто может озвучить, то, что он написал?

Мы с вами видим, что наши дети – это наши маленькие копии. Они копируют и хорошее и к сожалению, плохое. Оставьте себе на память эти портреты. И помните, дети запоминают все! И даже если сразу не повторят ваши слова или действия, будьте уверены, что в нужный момент, выдадут все! То, что нас так раздражает в наших детях, есть в нас самих.

3. Подведение итогов.

Упражнение «Клубок» (участники сидят в кругу)

Цель: Сплочение группы, фиксация основных достижений тренингового занятия.

Каждый участник по очереди, передавая клубок и одновременно разматывая его, говорит о своих чувствах, том, что понравилось, запомнилось, было неожиданным.

Занятие 10.

Цель: закрепление полученных на тренингах знания и опыт взаимодействия в диадах «родитель – ребёнок».

1. Разминка.

Игра «Кто быстрее?»

Цель: раскрытие негативных эмоций и энергии.

Каждой паре даётся газета, которую необходимо порвать на мелкие кусочки («снег») итак, в течение 1 минуты.

Обсуждение:

1. Получилось ли избавиться от негативных эмоций?
2. Какие положительные эмоции?

2. *Основная часть*

Игра «Грустный гномик»

Цель: создать образ «хорошего родителя» с помощью поглаживания, снять отрицательные эмоции неприязненного отношения друг к другу, предотвратить трудность в общении.

Игра про грустного, невеселого гномика. Поочередно родитель и ребенок меняется ролями, сначала грустный гномик – ребёнок, а потом родитель. Ребёнок спрашивает у гномика, почему он грустный? Он потерял волшебную шапочку с бубенцом. Что мы будем делать? Подойдём к нему, присядем на корточки и жалобно посмотрим ему в глаза, погорюем вместе с ним. Ох, какое горе – потерять волшебную шапочку!

А как мы его пожалеем:

- положим руки на его плечо, постоим;
- погладим по руке, каждый пальчик, по спине, по голове, поцелуем;
- прислонимся и обнимем дедушку;
- попробуем уговорить, чтобы он не расстраивался.

Обсуждение:

1. Что испытывали при выполнении данного задания?
2. Что было тяжело? Что легко?

Игра «Царская семья»

Цель: повышение самооценки, снятие эмоциональное напряжения.

Инструкция: Детско-родительская пара выбирает карточку с одними из заданий («Изобразить портрет царской семьи», «Изобразить портрет семьи всемирного известного ученого», «Изобразить семейный портрет «новых русских», «Изобразить портрет семьи кинозвезды» и т.д.)

Даётся несколько минут на обдумывание и подготовку. Пары по очереди представляют «семейную фотографию». Остальные участники пытаются угадать, кого изображают.

Обсуждение:

1. Что вы чувствовали, представляя таких значимых людей?
2. Что было тяжело? Что легко?

Игра «В тридевятом царстве»

Цель: установить взаимопонимание между родителем и ребёнком.

Участникам предлагается нарисовать иллюстрацию к любимой сказке, изображая героев и запомнившиеся события. Предварительно родителям дается «шпаргалка» с инструкциями для совместной работы над рисунком.

Инструкция для родителей.

Какая ваша любимая сказка? (Пусть выберет ребенок). Кто в ней главный герой? Какие еще персонажи живут в сказке? Вспомните наиболее понравившийся ребёнку эпизод. Нарисуйте его вместе с ребёнком. После того как рисунок закончен, попросите ребенка пометить на рисунке, где бы он хотел оказаться, если бы это было возможно. Предложите ребёнку описать свои действия в сказке:

1. Что бы ты там делал?
2. Как бы к тебе отнесётся главный герой? А другие персонажи?
3. Что бы ты ответил главному герою, если бы он спросил тебя.
4. А что бы ты сделал на месте главного героя?
5. Что бы ты чувствовал на месте главного героя?
6. Что бы ты хотел изменить в сказке?

Игра «Изобрази семью животных»

Цель: осознание семейного единства.

Каждая пара получает задание изобразить с помощью пантомимы семью домашних животных. Остальные должны догадаться, кто перед ними, и объяснить, как вы догадались?

Обсуждение:

Какие эмоции, чувства испытывали?

3. Подведение итогов.

Игра «Снеговички»

Цель: снятие напряжения, эмоциональная разрядка, телесный контакт

Родители «лепят» из своих детей «снеговиков», стараясь с помощью мимики и пластики их характер. (Можно слегка похлопать своих детей, пощипать, помять.) Затем описать своего «снеговичка».

Обсуждение:

1. Какой он?
2. Что хотелось передать?
3. Какова черта его характера?

Затем происходит обмен чувствами, впечатлениями от тренинга. Получение обратной связи (что понравилось, что было открытием для каждого).