

Р.В. ОВЧАРОВА  
М.А. МЯГКОВА

# МАТЕРИНСТВО В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

МОНОГРАФИЯ



МАТЕРИНСТВО  
В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

Р.В. ОВЧАРОВА  
М.А. МЯГКОВА

ISBN 978-5-4217-0265-8



Курганский  
государственный  
университет



редакционно-издательский  
центр  
41-71-07

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования

«КУРГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**Р.В. ОВЧАРОВА**

**М.А. МЯГКОВА**

# **МАТЕРИНСТВО В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ**

МОНОГРАФИЯ

КУРГАН 2014

УДК 159.92 (07)  
ББК 88.5 я 73  
О 35

**Рецензенты:**

*Г.Г.Буторин*, доктор психологических наук, профессор, Челябинский государственный педагогический университет;

*Ю.А.Токарева*, доктор психологических наук, профессор, Уральский гуманитарный институт.

*Печатается по решению научного совета Курганского государственного университета.*

**О 35 Овчарова Р.В., Мягкова М.А. Материнство в неполной семье [Текст ]:** монография. – Курган : Изд-во Курганского гос. ун-та, 2014. - 356 с.

В монографии осуществлен теоретический анализ проблемы материнства в отечественной и зарубежной психологии, рассмотрена специфика неполных семей и ее влияние на личностные особенности женщины и ребенка в процессе воспитания, раскрываются особенности формирования материнства в неполной семье, представлены теоретические модели материнства в полной и неполной семье, выделены социально - психологические условия формирования материнства в неполных семьях.

Эмпирически доказано, что материнство в неполной семье проявляется в изменении его содержания, в частности, в негативном отношении к отцу ребенка, низком уровне осознанности материнских позиций и установок и проявления материнской любви, снижении родительской ответственности и уровня осознанности материнского поведения в целом. Выявлено, что особенности выполнения основных функций по воспитанию детей в неполной материнской семье зависят от уровня осознанности материнства: чем выше уровень осознанности, тем больше поведение матери приближено к поведению женщины, воспитывающей ребенка вместе с мужем, что позволяет компенсировать его отсутствие в неполной семье. Разработана типология одиноких матерей («позитивная мать», «сознательная мать», «традиционная мать»). На диагностической основе подготовлена и апробирована программа «Счастье материнства». Имеется практический раздел психодиагностики и хрестоматия технологий психологической поддержки одиноких матерей.

Книга адресована семейным психологам, педагогам, родителям, преподавателям, аспирантам и студентам, а также всем тем, кто интересуется проблемой осознанного материнства.

УДК 159.92 (07)  
ББК 88.5 я 73

ISBN 978-5-4217-0265-8

© Курганский государственный университет, 2014  
© Овчарова Р.В., Мягкова М.А., 2014

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	5
Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ.....	13
1.1 Основные подходы к изучению материнства в зарубежной психологии .....	13
1.2 Основные направления изучения исследований материнства в отечественной психологии .....	20
1.3 Проблема материнства в неполной семье .....	26
1.4 Теоретические модели материнства в полной и неполной семье.....	36
Выводы по первой главе.....	49
Глава 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ .....	51
2.1 Организация и методы психолого-педагогического исследования....	51
2.2 Факторная структура и содержание материнства в полной и неполной семье.....	57
2.3 Сравнительный анализ материнства в полных и неполных семьях .....	69
2.4 Типология матерей в полной и неполной семье .....	74
Выводы по второй главе.....	77
Глава 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ .....	79
3.1 Программа психологического сопровождения материнства в неполной семье .....	79
3.2 Критерии результативности программы психологического сопровождения материнства в неполной семье .....	86
3.3 Анализ результативности программы психологического сопровождения материнства в неполной семье .....	89
Выводы по третьей главе.....	97
Глава 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ .....	99
4.1 Пакет опросных психодиагностических методик «Осознанное родительство».....	99
4.2 Проективные методы диагностики психологической готовности к материнству .....	143
4.3 Диагностика материнства глазами ребенка.....	156
4.4 Диагностика семейного взаимодействия.....	162
Выводы по четвертой главе .....	173

Глава 5. ТЕХНОЛОГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ .....	174
5.1 Технология тренинга ролевой идентификации и актуализации для будущих мам «Симптом нового Я.....	174
5.2 Тренинг психологической поддержки одиноких матерей «Счастье материнства» .....	184
5.3 Программа формирования родительской любви и симпатии «Лики любви» .....	212
5.4 Технология формирования адекватных родительских позиций «Семейный круг» .....	237
5.5 Программа занятий с матерями по изменению проблемного поведения детей «Супермама» .....	284
Выводы по пятой главе.....	293
 ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	 294
 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	 302
 ПРИЛОЖЕНИЯ.....	 313

Будущее нации – в руках матерей.  
*О. Бальзак*

Дайте нам лучших матерей,  
и мы будем лучшими людьми.  
*Ж.-П. Рихтер*

Ни в коем случае нельзя быть  
матерью-неудачницей, нет ничего  
хуже для детей.  
*Г. Щербакова*

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Каждый человек в своей жизни выполняет множество социальных ролей. Именно роль матери считается одной из самых важных и ответственных. Женщина-мать является главным «путеводителем» ребенка по жизни, источником жизненного опыта, передаваемого из поколения в поколение. От того, насколько успешно будет выполнена женщиной возложенная на нее миссия, зависит развитие отдельно взятого ребенка и общества в целом.

На протяжении столетий в разных культурах формировалось особое отношение к материнству как к важнейшей духовно-нравственной ценности, достойной почитания и прославления. Однако в современной России эта традиция ценностного отношения к материнству утрачивается. Исследователи с тревогой пишут о новом явлении общественной жизни, свойственной некоторой части российской молодежи – определенной «педофобии» – нежелании иметь детей из-за боязни нести моральную и экономическую ответственность за них. Согласно исследованиям отечественных социологов, малодетность сегодня становится жизненной нормой: половина российских семей воспитывает только одного ребенка. При этом родители (в том числе матери) не стремятся к рождению последующих детей, ссылаясь на недостаточность своих средств, времени и сил.

Изучая основные причины этого явления, уместно говорить о кризисе не только семьи, но и традиционного материнства, ярко проявляющем себя в современном мире. Психологи справедливо замечают, что у подрастающего поколения изменяется система ценностных ориентаций на создание семьи. Так, наблюдаются снижение репродуктивных установок; низкий престиж материнства и отцовства; направленность выбора супругов на бездетную семью; создание иллюзии «новых» форм семьи (пробный брак, однополый брак, неравный брак, «гражданский брак», «гостевая семья» и др.); внебрачное рождение детей.

В результате таких преобразований происходит снижение ценности семьи и брака, распространение внебрачных связей, увеличение количества разводов и, как следствие, появление большого количества неполных материнских семей (30% от общего числа всех существующих семей в России).

Происходящие изменения существенно ослабляют традиционные функции родительства, изменяют социальный статус женщины, делают ее более самостоятельной и ответственной. В этих условиях женщины вынуждены в одиночку вести домашнее хозяйство, думать о материальном благосостоянии семьи, воспитывать детей, выполняя материнские функции и компенсируя отсутствие отцовских. В одних случаях неосознанное выполнение матерью традиционно мужских функций в ущерб материнским вызывает у ребенка внутреннее неприятие и сопротивление, в других – одинокая мать осознанно вырабатывает собственный стиль поведения и оказывает плодотворное влияние на развитие личности ребенка.

Сложившаяся ситуация требует, с одной стороны, внимательного изучения феномена материнства в неполной семье, его значения в системе жизненных ориентаций одиноких женщин, а с другой – выявления условий и возможностей психологического сопровождения материнства.

**Степень разработанности проблемы.** Материнство как одна из научных проблем изучается сравнительно недавно, особенно в психологии, но как феномен человеческой истории уходит своими корнями во времена античности (Платон, Аристотель), средневековья (А. Августин, П. Абеляр) и Нового времени (Ф. Бэкон, Дж. Локк, А. Шопенгауэр, И. Кант, Ж.-Ж. Руссо). Проблемой материнства в западной психологии занимались в рамках того или иного теоретического подхода. Психоаналитическое направление (Дж. Боулби, М. Малер, Д. Винникотт, Д. Пайнз) изучает данный феномен в рамках детско-родительского взаимодействия, в котором матери отводится ведущая роль в развитии ребенка через удовлетворение его потребностей. Этологические исследования (Р. Докинз, Р.Л. Триверс, Т. Карлайл) проводятся с целью выделения детерминант материнского поведения и его отличия у животных. Концепции социального научения (Р. Сирс, Дж. Гервиц, У. Бронфенбреннер) рассматривают материнство как стимул-реактивное поведение, изменяющееся в процессе взаимного научения.

Отечественные психологи рассматривают этот феномен в рамках пренатальной психологии (Г.И. Брехман, И.В. Добряков, Ж.В. Колесова, Л.В. Наумова, О.В. Баженова, Т.М. Зенкова, Л.Л. Баз, Г.В. Сколбо), с точки зрения проблемы бесплодия, абортов, суррогатного материнства (Г.И. Брехман, Н.В. Шабалин, В.Т. Волков), с позиции психологической готовности к материнству (В.В. Ивакина, И.А. Аленова, И.П. Каткова, С.Ю. Мещерякова, А.А. Шевелева, Ю.Е. Скромная). Особую категорию одиноких матерей представляют собой юные женщины, не имеющие образования, материальных средств, навыков воспитания детей (О.И. Лебединская, М.С. Радионова, Е.В. Андрюшина, В.Б. Якубович). Г.А. Свердлов, И.Ю. Ильин, В.И. Гарбузов, А.Я. Варга, А.С. Спиваковская уделяют внимание изучению особенностей одиноких матерей, воспитывающих детей разного возраста.

Однако, несмотря на достаточно большое количество проведенных исследований в данной области, материнство рассматривается в рамках детско-родительских отношений как детерминанта становления и развития личности ребенка. Только в 90-е годы стали появляться отдельные работы, посвященные

изучению материнства как самостоятельного психологического феномена (Г.Г. Филиппова, С.Ю. Мещерякова, А.С. Спиваковская, Н.Н. Васягина, Р.В. Овчарова, Н.А. Устинова, О.Е. Смирнова, Е.Н. Рыбакова).

В работах, посвященных неполным семьям, рассмотрены причины их возникновения (М. Босанац, Т.А. Гурко, М. Киблицкая, Л.Г. Лунякова, И.Ф. Дементьева), общие проблемы данных семей как для детей (Т.А. Гурко, В.М. Целуйко, А.С. Спиваковская, Б.И. Кочубей, Е.Г. Скокова, З. Матейчик, З. Марова, Я.Г. Николаева, О.В. Некрасова, И. Дементьева, Д. Журавлев, Л.Ю. Леклер, М.П. Ган, Р. Кэмпбэлл, Дж. Валлерштайн, Дж. Келли и др.), так и для одиноких женщин (А.И. Захаров, А. Варга, Е.И. Иванова, А.Р. Михеева, З.Х. Каримова, О.М. Здравомыслова, В.М. Целуйко).

Таким образом, в современной психологической науке уже разработаны и построены целостные психолого-педагогические концепции материнства, обозначены основные проблемы, характерные для неполных семей. Однако сохраняются и определенные противоречия:

- между достаточным количеством психологических исследований, посвященных проблемам неполного материнства, и отсутствием целостной психолого-педагогической модели, отражающей структуру данного феномена, и условий, способствующих его формированию;

- между изученностью влияния одинокой матери на развитие и становление ребенка как личности и отсутствием работ, посвященных выявлению особенностей неполного материнства, его влиянию на женщину, изменению роли матери в отсутствие мужа (отца ребенка);

- между необходимостью разработки методов психологического сопровождения матерей-одиночек, с одной стороны, и недостаточной изученностью структуры и условий, определяющих ее содержание, с другой.

Ориентируясь на вышесказанное, можно выделить проблему исследования, заключающуюся в выявлении психологических особенностей влияния неполной семьи на содержание материнства, и особенности выполнения родительской функции по развитию и воспитанию детей.

**Цель** исследования: изучение психологических особенностей материнства в неполной семье и разработка программы психологического сопровождения материнства в неполной семье.

Исходя из поставленной цели были сформулированы следующие **задачи**:

- 1 Определить психологические особенности содержания материнства в полной и неполной семье.
- 2 Выделить социально-психологические условия, способствующие формированию неполных материнских семей.
- 3 Определить факторы, составляющие психологическую структуру материнства в полной и неполной семье.
- 4 Разработать типологию одиноких и неодиноких матерей.
- 5 Разработать и апробировать программу психологического сопровождения материнства в неполной семье.

**Объектом** исследования является материнство в неполной материнской семье как психологический феномен.



**Предметом** исследования выступают особенности материнства как системы осознанных отношений матери к материнству в целом, себе как к матери, материнской роли, своему ребенку, проявляющихся в материнской позиции, стиле семейного воспитания и родительской ответственности в неполной семье, и программа психологического сопровождения материнства в неполных семьях.

В ходе исследования был выдвинут ряд предположений:

1 На основе представлений о материнстве как системе осознанных отношений матери к материнству в целом, материнской роли, себе как матери, своему ребенку и его воспитанию можно построить структурно-содержательную модель материнства в полной и неполной семье.

2 Психологические особенности материнства в неполной семье проявляются в изменении содержания структуры трех взаимосвязанных компонентов: когнитивного, эмоционального, поведенческого – и месте каждого из них в системе материнства.

3 Особенности выполнения родительских функций в неполной материнской семье будут зависеть от уровня осознанности материнства у женщин.

4 Становление и формирование материнства в неполной семье определяется взаимодействием социальных и психологических условий.

5 Индивидуально-психологические особенности материнства в неполной семье определяются взаимодействием трех факторов: представление о материнстве, материнские чувства, материнское поведение, – соответствующих структурно-содержательным компонентам материнства.

6 Материнство в неполной и полной семье имеет типологические проявления, наполненные специфическим психологическим содержанием.

7 Психологическое сопровождение материнства в неполных материнских семьях осуществляется через воздействие на его структурные компоненты в диагностической, информационной, консультативной и тренинговой работе.

**Методологическими основами** исследования являются основополагающие принципы психологии: детерминизма, системности, развития (С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов, А.Н. Леонтьев, Б.Г. Ананьев, Н.А. Бернштейн, А.Р. Лурия и др.).

*Принцип детерминизма* способствовал выявлению системы основных условий, определяющих формирование и развитие неполной семьи, среди которых социальные, психологические особенности материнства.

Опора на *принцип развития* позволила прийти к выводу о том, что материнство не является врожденным, а формируется в социуме, имеет свою динамику в развитии.

*Принцип системности* помог рассмотреть материнство как составную часть родительства со всеми ее структурными составляющими (родительские позиции, роли, установки, стиль воспитания, ответственность, отношение, чувства и др.).

*Принципы и закономерности социально-психологического тренинга* (Г.М. Андреева, А.А. Бодалев, А.И. Донцов, Л.А. Петровская) легли в основу разработки программы психологического сопровождения материнства в неполной семье.

В качестве **теоретической основы исследования** используются концепция родительства как психологического и социокультурного феномена (И.С. Кон, Р.В. Овчарова), представление о материнстве как личностном образовании и развитии самосознания женщины (Г.Г. Филиппова, Т.Н. Счастливая, М.Ю. Чибисова), которые позволили рассмотреть материнство не только как условие для развития ребенка, но и как часть личностной сферы родителя, что и стало предпосылкой для проведения данного исследования. Также помогли охарактеризовать структуру полного материнства и материнства в неполной семье; концепция культурно-исторической обусловленности материнства (М. Мид, В.А. Рамих, И.С. Кон, М.С. Родионова), концепция о субъектном становлении матери в современном социокультурном пространстве России (Н.Н. Васягина), способствовавшие выделению социально-психологических условий, влияющих на формирование материнства в неполной семье; теории развития личности (Э. Эриксон, В.С. Мухина, Б.Г. Ананьев); представления о влиянии семьи на развитие и становление личности ребенка (И.С. Кон, В.С. Мухина, Э.Г. Эйдемиллер, Г.Г. Хоментаскас), которые позволили рассмотреть материнство как сознательно проработанную психологическую связь матери и ребенка, выражающуюся в действиях, поступках и переживаниях родителя, оказывая тем самым огромное влияние на развитие его как личности; исследования, посвященные психологии неполной семьи (Т.А. Гурко, А.И. Захаров, В.М. Целуйко, И.Ф. Дементьева, О.М. Здравомыслова, О.М. Арутюнян), послужили основой для выявления социально-психологических особенностей данного типа семьи, способных повлиять на структурно-содержательные компоненты материнства.

**Теоретическая значимость работы.** Данное исследование вносит вклад в разработку проблем материнства и детско-родительских отношений, способствует расширению проблемной области педагогической психологии и психологии родительства.

Оно состоит в систематизации научных знаний о материнстве и психологии неполных семей, как факторов, оказывающих влияние на развитие личности ребенка, женщины и особенности их адаптации к жизни в социуме. Обозначены социально-психологические условия, способствующие формированию и появлению неполных материнских семей. Обоснованы и разработаны структурные модели материнства в полной и неполной семье, определены их компоненты. Все эти положения оказывают влияние на разрешение противоречия между достаточной изученностью влияния неполной семьи на развитие ребенка и нехваткой исследований, посвященных психологическим особенностям одиноких матерей.

**Научная новизна** исследования заключается в том, что:

1 Сформулировано *понятие материнства* как системы осознанных отношений женщины к материнству в целом, к себе как к матери, к материнской роли, к своему ребенку, проявляющихся в материнской позиции, стиле семейного воспитания и родительской ответственности.

2 Разработаны *структурно-содержательные модели материнства* в полной и неполной семье. В полной семье содержание материнства характеризует-

ся адекватным представлением о материнстве, осознанностью материнского отношения, семейных ценностей, лежащих в основе воспитания (*когнитивный компонент*); выраженностью материнской любви и симпатии, позитивных материнских переживаний, осознанностью материнских чувств (*эмоциональный компонент*); принятием материнской роли, осознанностью стиля воспитания, позиций, установок и родительской ответственности (*поведенческий компонент*).

В неполной семье содержание материнства характеризуется смещением показателей по всем компонентам *как в сторону увеличения значений*: когнитивный образ идеальной матери, эмоциональный образ реальной матери, поведенческий образ реальной матери, материнские роли, материнские переживания, *так и в сторону их уменьшения*: осознанность материнских позиций и установок, материнского отношения, материнских чувств, стиля воспитания и материнской ответственности.

3 Определена зависимость уровня осознанности материнства и успешности выполнения родительских функций в неполной материнской семье: чем выше осознанность, тем эффективнее организован воспитательный процесс, адекватно воспринимаемый ребенком.

4 Описаны социально-психологические условия, определяющие становление и формирование неполного материнства: *социальные* (социокультурные особенности общества, особенности воспитания в родительской семье) и *психологические* (обстоятельства жизни, индивидуально-типологические особенности женщины-матери).

5 Выявлены факторы, составляющие психологическую структуру полного и неполного материнства: фактор «представление о материнстве» отражает когнитивную составляющую материнского поведения в идеально и реально создаваемом образе матери; фактор «материнские чувства» характеризует эмоциональную сторону в поведении матери; фактор «материнское поведение» отражает некоторые поведенческие аспекты материнского отношения к процессу воспитания и степень осознанности выбора роли родителя.

6 Представлены основные типы матерей, воспитывающих детей в одиночку: «**Позитивная мать**» (высокие значения показателей образа «идеальной» и «реальной матери», позитивное отношение к отцу ребенка как к родителю, позитивное отношение к ребенку, основанное на его безусловном принятии, эмоциональная и поведенческая составляющие материнской любви, гиперпротекция); «**Сознательная мать**» (высокая степень осознанности ценности семьи, материнского отношения, родительской любви, позитивное отношение к материнству); «**Традиционная мать**» (развитый социальный аспект материнской идентичности, низкие значения когнитивной составляющей материнской любви, негативная оценка образа «реальной», «идеальной» матери и отца ребенка как родителя, недостаточность требований-запретов) – и *воспитывающие детей вместе с супругом*: «**Созидательная мать**» (позитивное отношение к материнству в целом, к себе как к родителю, к ребенку, основанное на его безусловном принятии, обусловленное его достоинствами и достижениями, к супругу как к родителю, высокая осознанность материнской ответственности,

минимальность санкций); **«Жертвенная мать»** (высокая степень осознанности семейных ценностей, материнского отношения, позитивное отношение к ребенку, основанное на его безусловном принятии и обусловленное его достоинствами и достижениями, негативное отношением к супругу как к родителю, развитая когнитивная и поведенческая составляющая материнской любви, позитивный поведенческий образ идеальной матери, устойчивость материнской роли, потворствование); **«Адаптивная мать»** (низкие значения по параметрам «эмоциональный образ реальной матери», «поведенческий образ реальной матери», «эмоциональный образ идеальной матери», «поведенческий образ идеальной матери», высокая степень осознанности выбора стиля воспитания, материнских позиций, чувств, установок).

7 Дано *теоретико-методологическое обоснование программы* психологического сопровождения материнства в неполной семье, включающей в себя 4 этапа: диагностический, информационный, тренинговый, консультативный – и обоснование критериев ее эффективности.

**Практическая значимость** исследования заключается в *разработке и апробации программы* психологического сопровождения материнства в неполных материнских семьях «Счастье материнства», направленной на развитие ее структурных компонентов. Она включает в себя разделы диагностических, информационных, тренинговых, консультативных занятий, которые могут быть использованы психологической службой при работе с одинокими матерями.

Содержащиеся в работе положения и выводы могут быть использованы в процессе *консультирования* матерей из неполных материнских семей; при организации *профессиональной подготовки* психологов и представителей смежных профессий, профессиональная деятельность которых связана с сопровождением семьи и детско-родительских отношений.

В качестве **методов исследования** применялись:

- *теоретические*, включающие анализ научной и методической литературы, систематизацию научных идей, теорий, концепций, моделирование;
- *эмпирические*:
  - пакет психодиагностических методик, включающий в себя опросник «Сознательное родительство» М.О. Ермихиной, методики «Родительская любовь и симпатия» Е.В. Милюковой, «Представление об идеальном родителе» Р.В. Овчаровой, Ю.А. Дягтерева, «Отцовская и материнская воспитательные позиции» Д. Пэйнз, «Позитивные родительские чувства» Е.А. Падуриной, «Этнопсихологические особенности исполнения родительской роли» Н.П. Мальтениковой, методику «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкиса, методику «Подростки о родителях» (ADOR) Л.И. Вассермана, Е.Е.Ромициной, И.Л. Горьковой, опросник «Взаимодействие родитель – ребенок» И.М. Марковской;
  - формирующий эксперимент;
- *методы описательной статистики*: общая оценка достоверности различных показателей – критерии Стьюдента и Вилкоксона, корреляционный,

факторный, кластерный анализ с использованием пакета программ STADIA 6.0, SPSS 12.0.);

- *графические методы* представления полученных результатов.

**Организация, база исследования.** Экспериментальной базой исследования стали МБОУ «СОШ № 46» города Кургана, МБОУ «Гимназия № 47». В опросе приняли участие 100 матерей-одиночек, 100 матерей, состоящих в браке, воспитывающих одного ребенка в возрасте от 6 до 18 лет (53 девочки, 47 мальчиков). Причинами образования неполных семей в данной выборке стали:

1) развод:

- в течение 3-7 лет (50 человек в возрасте 29-38 лет);

- в течение 7-14 лет (30 человек в возрасте 39-57 лет);

2) внебрачное рождение ребенка (20 человек в возрасте 35-50 лет).

Испытуемые из полных семей состоят в браке в течение: 7-10 лет (34 человека); 10-15 лет (33 человека); 15-17 лет (33 человека).

**Структура монографии.** Монография состоит из введения, пяти глав, заключения, списка литературы, 18 приложений. Содержит 7 рисунков и 23 таблицы.

# Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

## 1.1 Основные подходы к изучению материнства в зарубежной психологии

Проблеме материнства посвящено множество теоретических и прикладных исследований. Анализ собственно психологических работ позволяет выделить три основных подхода.

**Психоаналитический подход к изучению материнства.** При рассмотрении психодинамического подхода нельзя не обратиться к работам его основателя – З. Фрейда [152]. Несмотря на то, что специально учёный не занимался изучением феномена материнства, он внес огромный вклад в изучение проблемы детско-родительских отношений.

З. Фрейд уделял большое внимание отношениям матери и младенца как отражению всех последующих особенностей взаимодействия ребенка со взрослым миром, особенно с лицами противоположного пола. Автор считал, что любая активность человека определяется инстинктами, цель которых состоит в устранении или редукции возбуждения, вызванного какой-либо потребностью. Если цель достигнута, человек испытывает состояние удовлетворения и блаженства. Источником удовлетворения или неудовлетворения потребностей в детстве является мать, которая вызывает в ребенке положительные или отрицательные эмоции, в дальнейшем играющие решающую роль в формировании его личности.

В рамках психоаналитического подхода непосредственно по проблеме материнства была разработана теория привязанности, в которой центральное место также занимала проблема отношений ребенка с матерью.

Основные принципы данной теории были сформулированы Дж. Боулби [16; 173; 175].

По его мнению, психическое и личностное развитие ребенка зависит от особенностей построения отношений с матерью, а именно возникновения привязанности прежде всего на первом году жизни. Привязанность, как считает Дж. Боулби, проявляется в необходимости защиты и безопасности. При удовлетворении данной потребности матерью посредством ласки, заботы и любви ребенок чувствует себя психологически комфортно. Именно такое отношение способствует развитию психически здорового ребенка, а вот длительная изоляция младенца от матери приводит к возникновению психопатии или развитию умственной отсталости. Ученый отмечал, что младенец нуждается в постоянном уходе матери или какого-то лица, ее заменяющего, поскольку именно в процессе этого взаимодействия устанавливаются устойчивые связи и возникает привязанность. «Привязанность – это инстинктивное поведение ребенка, а также любая форма поведения, результатом которого является приобретение или сохранение близости с объектом привязанности» [113, 19].

Если первичный объект привязанности обеспечивает ребенку чувство защищенности, то он способен устанавливать вторичные привязанности с другими людьми.

То есть на основе возникшей привязанности формируется образ окружающего мира, степень доверия к нему, иными словами, Я-концепция человека.

Отсутствие привязанности или ее неадекватный характер приводят к развитию психозов, психопатий, умственной отсталости, а это, в свою очередь, не может не повлиять на адекватное восприятие окружающего мира и себя в нем. Люди, лишённые в детстве материнской заботы, ласки, любви, ведут или асоциальный образ жизни, уходят в себя, или посвящают свою жизнь другим людям, полностью игнорируя свои нужды, интересы и потребности [136].

Таким образом, главное отличие взглядов Дж. Боулби от взглядов З. Фрейда заключается в различении функций объекта привязанностей: по З. Фрейду, оно проявляется в удовлетворении физиологических потребностей ребенка, а по Дж.Боулби – в обеспечении защиты и снятии тревоги.

Во всех этих исследованиях акцент ставился, прежде всего, на ребенке, на его чувстве привязанности, а исследования, отражающие состояние матери, не были освещены ни в данной, ни в последующих теориях. Мать в этом случае просто выступает как источник удовлетворения всех основных потребностей ребенка.

Еще одним направлением развития психоанализа, изучающим данную проблему, стала теория объектных отношений. Наиболее яркими представителями данного направления были М. Малер, Д.В. Винникотт [186; 176; 32].

В рамках данного направления М. Малер в своих исследованиях акцентировала взаимоотношения матери и ребенка. Она рассматривала раннее детство как совокупность двух процессов – разделения и индивидуации:

- *разделение* – процесс, в ходе которого у младенца развивается чувство возможности функционировать независимо от матери;

- *индивидуация* – процесс развития ребенка, в ходе которого он делает попытки построить свою идентичность, осознать особенности личности, отличающие его от всех окружающих.

По мнению М. Малер, эти два процесса должны протекать одновременно, но иногда они могут расходиться в результате задержки развития или, наоборот, его ускоренного темпа. В своем развитии ребенок проходит четыре фазы.

*Первая фаза* начинается со 2-го месяца, когда ребенок видит в матери «всемогущую систему – двуединство внутри одной общей границы» [186, 2], т.е. воспринимает себя и мать как единое целое.

*Вторая фаза* протекает в 4-5 месяцев, когда происходит процесс дифференциации, проявляющийся в физическом отдалении, а именно, когда ребенок начинает ползать, все чаще слезает с рук матери, постепенно начинает ходить. Он также может проявлять самостоятельность в желании или нежелании ложиться спать, принимать пищу.

*Третья фаза* – фаза противоречивости, заключается в том, что, с одной стороны, ребенок хочет как можно больше времени проводить с матерью, а с другой стороны, процесс отделения от матери продолжает свой ход.

*Четвертая фаза* – фаза удержания образа матери в сознании, даже когда ее нет рядом.

Работе М. Малер придают большое значение, но, опять же, она является односторонней, поскольку процесс сепарации-индивидуации рассматривается только со стороны ребенка, а роль матери в данном процессе освещена не была.

Теорию объектных отношений помимо М. Малер развивал В. Файрберн [177]. В отличие от З. Фрейда он считал, что все влечения человека стремятся не к тому, чтобы их удовлетворили, а к объекту этого удовлетворения, именно поэтому развитие человека зависит от объектных отношений, в которые этот человек вступает.

Идеи В. Файрберна привлекли внимание Д. Винникотта, и он сделал следующий шаг в развитии объектной теории: так же, как и его предшественники, он подчеркивал важность объекта в развитии человека. Естественно, что под объектом он понимал, прежде всего, мать и не представлял себе развитие ребенка без нее, поскольку она является главным фактором, удовлетворяющим все потребности и обеспечивающим адекватную среду для развития ребенка. Материнство, по мнению Д. Винникотта, – это то, что «не почерпнуть из книг» [32, 10], это естественный биологический процесс, который заложен в каждой женщине, он приобретает через опыт, возникает из любви, преданности к ребенку и к самой себе. Происходит это потому, что существуют неуловимые вещи, которые мать постигает только благодаря своей интуиции, а не когда-то приобретенными знаниями. Отношение матери к ребенку отражается в «холдинге», а именно в заботе, которую она проявляет к нему. Хороший «холдинг» способствует адекватному развитию ребенка, придает уверенность и доброжелательное отношение к окружающему миру. Плохой «холдинг», наоборот, усугубляет процесс развития и формирует в ребенке негативное отношение ко всему происходящему. Исходя из этих взглядов, Д. Винникотт выделил три типа матерей:

- «*достаточно хорошая мать*» – мать, у которой все получается естественно, она не испытывает страх перед неизвестным и с помощью интуиции обеспечивает ребенку среду для его развития и удовлетворения всех его потребностей;

- «*обычная преданная мать*» – мать, которая приспосабливается к своему ребенку, ко всем его потребностям, нуждам, не ограничивая ни одну из них, как это делает «достаточно хорошая мать»;

- «*недостаточно хорошая мать*» - мать, которая не создает нормальную среду для ребенка и не желает этого делать по каким-либо причинам, например, из-за неготовности к материнству, эмоциональных расстройств или других факторов.

Интересный взгляд на проблему материнства, отличающийся от других представителей психоанализа, принадлежит Д. Пайнз. Свои мысли она отразила в работе «Бессознательное использование своего тела женщиной». По мнению автора, мать для ребенка является идеалом материнства, «ее физическое присутствие и эмоциональные установки по отношению к ребенку и его телу инте-



грируются с опытом ребенка и его сознательными и бессознательными фантазиями» [115, 46].

С созданным образом матери дочь старается идентифицироваться, в этом процессе она проходит несколько стадий:

- *первая стадия* – в раннем детстве появляются знания о своей половой принадлежности;

- *вторая стадия* – к концу подросткового возраста заканчивается сексуальная идентичность;

- *третья стадия* родительства осуществляется через беременность. Именно здесь она становится зрелой женщиной. Для одних это фаза развития, на которой возможно дальнейшее становление своего Я, а для других этот этап сопровождается неадекватными эмоциональными переживаниями, страхами, депрессией и др. «Происходит взрыв эмоционально-регрессивных тенденций и рывок к зрелости, и надо достичь компромисса между ними» [115, 47].

Те, кто находит этот компромисс, проходят эту фазу, а женщины, не нашедшие его, прерывают беременность. Важно отметить, что на успешность процесса приобретения индивидуализации влияют удовлетворенность матери своей жизнью, взаимоотношениями с отцом ребенка, а главное – своим Я.

Следовательно, Д. Пайнз рассматривала жизнь женщины поэтапно. Беременность представляет один из этапов этой жизни, причем один из главных, поскольку именно на этом этапе она идентифицируется со своей матерью и одновременно уже создает образ материнства у своего будущего ребенка.

Таким образом, проанализировав наиболее популярные концепции, теории в рамках психоаналитического направления, можно прийти к выводу о том, что проблема материнства не нашла своего полного отражения в работах психоаналитиков. Она исследуется в рамках детско-родительского взаимодействия, причем акцент ставится, прежде всего, на ребенке, его развитии и становлении как личности. Роль матери во всех этих процессах, ее отношение, чувства не учитываются при рассмотрении данного вопроса, что является серьезным упущением и односторонностью данных взглядов.

**Бихевиористский подход.** В рамках теории социального научения взаимодействие матери и ребенка рассматривается по традиционному принципу бихевиоризма «S-R». Такое стимул-реактивное поведение постоянно изменяется в процессе взаимного научения, причем ученые считают, что уже существующие определенные пути взаимодействия матери и ребенка биологически детерминированы, а индивидуальные особенности развития данного типа как таковые не рассматриваются.

Одним из представителей данного направления, непосредственно занимавшимся проблемой материнства, а именно взаимоотношениями родителей и детей, является Р. Сирс [160].

Он ввел диадический принцип изучения детского развития, так как, по его мнению, оно во многом зависит от поведения человека, воспитывающего ребенка, прежде всего, матери. Это развитие, считает Р. Сирс, проходит в три фазы.

*Первая фаза:* от 4 до 12 месяцев.

На этой фазе любые потребности ребенка являются источником научения. Подкрепления, естественно, исходят от матери или человека, её заменяющего, заботящегося о ребенке. Ребенок соответственно выстраивает свое поведение таким образом, чтобы мать как можно чаще уделяла ему свое внимание, любовь. Именно в этой потребности проявляется психологическая зависимость ребенка от матери, в которой даже простое присутствие ее рядом с ребенком вызывает в нем чувство комфорта, защищенности.

*Вторая фаза:* с 2,5 до 6-7 лет.

Мать все также остается основным источником подкрепления в поведении ребенка. Постепенно окружение ребенка расширяется, начинают меняться отношения с матерью, появляется чувство конкуренции, соперничества за ее внимание.

*Третья фаза:* от 7 до 17-18 лет.

На этой фазе зависимость от матери постепенно уменьшается, на первое место выходят взаимоотношения со сверстниками, учителями, которые постепенно становятся главным источником подкрепления.

Таким образом, мы видим, что развитие и становление ребенка – это не что иное, как результат научения, источник подкрепления, меняющийся в зависимости от возрастного этапа, на котором находится ребенок.

Еще одним представителем теории социального научения, занимавшимся вопросом взаимоотношений родителей и детей, является Дж. Гервиц [160]. Огромное внимание он уделял вопросу привязанности матери и ребенка. В отличие от Р. Сирса Дж. Гервиц считал, что нужно уделять внимание не только самому подкреплению как таковому, но и условиям, при которых это подкрепление происходит.

Отличительной особенностью взглядов автора является рассмотрение им вопроса развития привязанности не только со стороны ребенка, но и со стороны матери. По его мнению, ребенок для взрослых является неиссякаемым источником эмоций, как положительных, так и отрицательных, которые в свою очередь и являются подкреплением. Например, плач ребенка для родителей – это сигнал к удовлетворению его потребностей, после которого они получают положительную реакцию – улыбку. Именно таким образом ребенок может контролировать разнообразные виды своего поведения.

Бихевиористы также большое внимание уделяют анализу структуры семьи и других социальных институтов в развитии и становлении ребенка. Свои исследования этому вопросу посвятил У. Бронфенбреннер [19].

Он считал, что существует достаточно большое количество факторов социализации ребенка, но самым главным остается семья. Ее социальное положение, материальная обеспеченность, род занятий родителей, их уровень образования, психологическая атмосфера внутри семьи, стиль взаимоотношений, тип контроля и дисциплина – все это влияет на развитие ребенка. Это влияние обеспечивается действием трех механизмов:

- *подкрепление* – поощрение хорошего, правильного поведения и наказание за нарушение установленных моральных норм;

- *идентификация* – подражание родителям;

- *понимание* – это отклик родителей на любые проблемы и переживания ребенка. Именно благодаря ему у ребенка формируется самосознание и коммуникативные навыки.

При рассмотрении вопроса о развитии ребенка он также уделяет большое внимание такому понятию, как отчуждение, которое испытывают многие молодые люди. Оно проявляется в незнании себя, неуверенности в себе, своих силах, особенно при поиске места, своего дела в жизни. Человек становится враждебным по отношению к окружающим людям, к себе, всему происходящему вокруг. Корни такого отчуждения ученый ищет в семейном воспитании, точнее в его особенностях.

У. Бронфенбреннер считает, что большинство матерей работают, в то время как дети остаются одни и проводят большую часть времени с нянями, у компьютера, телевизора, с другими техническими средствами и достижениями XXI века или вообще в одиночестве. Такое воспитание и является главной причиной изоляции двух поколений: детей и родителей, что распространяется на всю жизнь ребенка. По его мнению, в сложившейся ситуации нельзя винить только родителей, поскольку на них существенное влияние оказывает общество, которое навязывает определенный стиль и темп жизни. Идя на поводу у этого стереотипа, многие женщины уделяют все меньше внимания семье, детям. Увеличение количества разводов, снижение материального уровня жизни, цейтнот, постоянные проблемы на работе – все это наносит ущерб карьере, личному удовлетворению и психическому спокойствию самой матери. Именно в это время очень сильно страдает психическое развитие ребенка. Это проявляется в неприязни, безразличии, безответственности, неспособности к делам, требующим усердия и настойчивости. При ухудшении обстановки у ребенка понижается способность мыслить, оперировать понятиями на самом элементарном уровне.

Таким образом, всё взаимодействие матери и ребенка рассматривается с точки зрения научения, причем взаимного, где основной источник подкрепления – это социальная среда. Весь процесс развития ребенка сводится к процессу научения. Бихевиористский подход так же, как и психоаналитический, не уделяет должного внимания изучению материнства. Оно в данном направлении сводится к простой совокупности поведенческих проявлений.

**Этологический подход.** Основная идея данного подхода заключается в том, что поведение человека и животного имеет много общего, но их главной отличительной чертой является окультуривание поведения человека в связи с жизнью в социуме.

Изучение материнства в этологии – это, прежде всего изучение поведенческих проявлений матери. Главный вопрос, который ставят перед собой ученые, – это вопрос о соотношении социального и биологического в происхождении материнского поведения. Все свои исследования этологи проводили на животных, основываясь на положении о том, что поведение человека сходно с поведением животного, но частично видоизменяется под влиянием социокультурной среды. Как правило, эти исследования делят на три направления:

*изоляционные эксперименты*, целью которых было выяснение особенностей материнского поведения в ситуации, когда животные выросли без родителей и были лишены образца поведения в заботе о потомстве;

*кросскультурные исследования*, изучавшие внутривидовое разнообразие родительского поведения;

*филогенетические исследования*, посвященные эволюции родительского поведения. В результате этих исследований ученые пришли к выводу о том, что в материнском поведении у животных, близких к человеку, главную роль играет научение, соответственно в материнском поведении решающую роль играют социальные, а не биологические факторы.

Впоследствии этологические исследования стали развиваться в несколько ином направлении, объединив свои усилия с социальными науками, образовав биосоциальный подход, яркими представителями которого являются Р. Докинз, Р.Л. Триверс, Т. Карлайл, Д. Альтман [49; 179; 174].

Особенно популярными стали концепция «эгоистичного гена» и теория родительского вклада.

Концепция «эгоистичного гена» Р. Докинза объясняет наличие тесной связи матери и ребенка и особенности ее заботы о нем по сравнению с окружающими людьми (близкими родственниками, братьями, сестрами, бабушками, дедушками, даже отцом). В основе данной концепции лежит идея о том, что материнство, целью которого является распространение своих генов в популяции, определено, прежде всего, генетически. Это распространение осуществляется, как правило, двумя путями:

- рождением большого количества детей с минимумом затрат на дальнейшую заботу о них;
- рождением небольшого количества детей с максимальной заботой о них.

Мать прилагает всегда больше усилий в воспитании будущего поколения, поскольку она фактически уверена в рождении своего потомства как продолжателей и носителей своего генетического материала. Именно эта уверенность матери (по сравнению с отцом) объясняет существование жертвенной любви, заботы матери о своих детях.

Теория родительского вклада Р.Л. Триверса под родительским поведением подразумевает вложения, которые дают родители для дальнейшего существования вида, например, кормление, забота [180, 139].

Родители очень долго находятся рядом со своими детьми, воспитывая их, так как «ребенка, в которого уже много было вложено, следует предпочесть, потому, что ему потребуется меньше вложений в будущем» [49, 132].

Анализируя этологические концепции, можно сказать, что материнство, а именно один из его аспектов – материнское поведение, определяется социальными факторами, несмотря на то, что ученые несколько не отрицают наличие биологических предпосылок, которые, как правило, являются решающими в исследованиях этологов.

Есть концепции этологического направления, выбивающиеся из этого вывода, – это концепция «эгоистичного гена» и филогенетические исследова-

ния, не подтверждающиеся экспериментальными данными, считающие материнство неизменным и генетически запрограммированным феноменом.

Причем зачастую данные этологических исследований критикуются из-за их упрощения и сведения человеческого поведения к инстинктивным реакциям, которые характерны, как правило, для животных.

Таким образом, в зарубежной психологии представление о феномене материнства носит многогранный характер, поскольку каждая из научных школ описывает его в соответствии со своими взглядами и научными принципами. Несмотря на это, анализ зарубежных работ по данной проблематике позволяет прийти к выводу о том, что материнство – это социальный, а не биологический феномен, успешность которого во многом определяется чувствами матери по отношению к ребенку, а именно проявлениями привязанности, любви, преданности, наличием опыта. Важно отметить, что при изучении материнства главный акцент ставился на изучении ребенка, влиянии поведения матери на его развитие и становление как здоровой личности, в то время как состояние матери в процессе воспитания фактически не учитывалось.

## **1.2 Основные направления изучения исследований материнства в отечественной психологии**

Феномен материнства является объектом изучения не только в западной, но и отечественной психологии, которая существенно отличается своей направленностью. Если западные психологи стараются проводить свои исследования в рамках того или иного теоретического подхода, то отечественные психологи не придерживаются этого принципа и изучают отдельные аспекты материнства, в результате чего нет как единого понимания данного феномена, так и четкой определенности в его структуре и содержании.

*В рамках перинатальной психологии* (Г.И. Брехман, И.В. Добряков, Ж.В. Колесова, Л.В. Наумова, О.В. Баженова, Л.Л. Баз, Т.В. Сколбо и др.) акцент ставится на изучении эмоционального состояния матери с момента зачатия ребенка и после родов. Большое внимание уделяется динамике этого состояния, исследованию таких аспектов его проявления, как тревожность, раздражительность, депрессивность, а особенно проблеме послеродовой депрессии. Главной целью такого подробного изучения является выявление зависимости между психологическим состоянием женщины во время беременности и после родов и развитием ребенка, отношением к нему как к объекту материнства.

*С позиции проблемы юного материнства* (О.И. Лебединская, М.С. Родионова, Е.В. Андрюшина, В.Б. Якубович и др.) рассматриваются качества молодой матери, особенности ее взаимодействия с ребенком после родов, изучаются отношения с матерью как одной из причин ранней беременности.

*С точки зрения проблемы бесплодия, аборт*ов, изучаются осложнения при беременности, феномен суррогатного материнства (Г.И. Брехмен, Н.В. Шабалин, В.Т. Волков и др.).

*В рамках детской психологии* проводят исследования в соответствии с возрастом ребенка: от раннего и дошкольного возраста до школьного и под-

росткового (А.Д. Кошелева, Г.А. Свердлова, И.Ю. Ильина, В.И. Гарбузов, А.С. Спиваковская, А.Я. Варга, Г.Г. Хоментаскас и др.).

Особое внимание в этих исследованиях уделяется эмоциональному состоянию матери, ребенка и влиянию его на развитие личности.

В последние десятилетия стали появляться исследования, в которых материнство рассматривается как *самостоятельный психологический феномен* (С.Ю. Мещерякова, А.С. Спиваковская, Н.Н. Васягина, Н.А. Устинова, О.Е. Смирнова, Е.Н. Рыбакова).

Огромный вклад в изучение и развитие данного направления внесла Г.Г. Филиппова [149]. Она условно разделила материнство на две составляющие: материнство как часть личностной сферы женщины и как обеспечение условий для развития ребенка.

**Материнство как часть личностной сферы женщины.** По мнению Г.Г. Филипповой, материнство должно изучаться с учетом того, какие функции выполняет мать для развития ребенка, и того, как они представлены в субъективной сфере самой матери. Автор выделила две группы таких функций: видо-типичные и конкретно-культурные. Успешность выполнения всех этих функций во многом определяет развитие ребенка на каждом этапе его развития и особенности построения взаимоотношений с окружающим миром.

Специфика материнского поведения заключается в поэтапности его прохождения:

*1 этап:* взаимодействие с собственной матерью, которое продолжается на протяжении всей жизни. Особенно он важен в пренатальном периоде и после рождения ребенка, поскольку именно «во время беременности актуализируется весь эмоциональный опыт, который влияет на содержание ее собственного материнства» [149, 79].

*2 этап:* развитие материнской сферы в игровой деятельности, особенно во время игры в дочки-матери и в семью, где девочки принимают на себя роль матери, таким образом применяя ее на свою жизнь.

*3 этап:* нянченье, характеризующееся налаживанием эмоционального контакта с элементами ухода за детьми, младшими по возрасту.

*4 этап:* дифференциация мотивационных основ материнской и половой сфер. На этом этапе происходит формирование ценности ребенка как самостоятельной, не связанной с другими.

*5 этап:* взаимодействие с собственным ребенком. Представляет реализацию всех вышеперечисленных функций матери по отношению к своему ребенку.

*6 этап:* отношение с ребенком после окончания возраста с характерным гештальтом младенчества.

Материнство, по мнению Г.Г. Филипповой, имеет свою определенную структуру, в которую входят три компонента:

- потребность в продолжении рода;
- модель детства и материнства, существующая в данном обществе;
- потребности, желания, идеалы, цели самой матери.

В содержании материнской сферы автор выделяет три блока.

*Потребностно-эмоциональный блок* – собственно эмоциональное отношение к своему ребенку.

*Операциональный блок*, включающий в себя операции по уходу за ребенком, его кормлению, общению с ним и воспитанию.

*Ценностно-смысловой блок*, представляющий собой отношение к ребенку и к материнству как к самостоятельной ценности.

В рамках данного направления существует еще одна концепция – концепция «базовых качеств» матери Е.О. Исениной [63].

Базовые качества матери – это качества, необходимые женщине для развития ребенка как «представителя рода *homo sapiens*, члена культурного сообщества и индивида» [63, 50].

Е.О. Исениной было выделено две группы этих качеств:

1) *качества, связанные с отношением к ребенку (Я-ТЫ)*, среди которых она выделяет:

- принятие – безусловно эмоциональное теплое отношение к ребенку;
- отзывчивость – внимание матери к действиям ребенка, ее эмпатия ко всем мыслям, чувствам и другим проявлениям ребенка. Сюда также входят мотивационные, когнитивные, действенные характеристики родителя как субъекта обучения (например, мотивация матери побуждать к продолжению разговора с другими людьми).

Все эти качества развиваются, как правило, через отношение матери со значимыми для неё людьми (ребенком, мужем, родственниками) в соответствии с ее индивидуальными особенностями;

2) *качества, связанные с отношением матери к окружающему миру (Я-МИР)*.

**Материнство как обеспечение условий для развития ребенка** рассматривается с позиции детско-родительских отношений. Традиционно в отечественной психологии именно процесс общения и взаимодействия с родителями является источником развития ребенка, через который передается культурный опыт от поколения к поколению.

По мнению М.И. Лисиной, взрослый выступает не только как основной безликий источник социализации ребенка, но и как уникальная личность со своими ценностями, переживаниями, целями, мотивами, смыслом жизни, которые, естественно, нельзя упускать из внимания [89].

Все исследования данного направления условно можно разделить на две группы: психофизиологические и психологические.

О физиологических уже было сказано. Это исследования, посвященные материнству в период беременности.

Психологические исследования включают в себя изучение ценностей, родительских отношений, позиций, установок, чувств, ответственности, стиля воспитания и их влияния на развитие личности ребенка, каждая из которых состоит из трех компонентов:

- 1) когнитивного;
- 2) эмоционального;
- 3) поведенческого.

Рассмотрим составляющие каждого из этих компонентов в отдельности.

**Ценности.** В отечественной психологии систему ценностей определяют через направленность личности, понимаемую как некое начало, охватывающее все сферы человеческой психики от потребностей до идеалов. Ценность представляет собой некий ориентир деятельности, включающий в себя цели, идеалы, убеждения, интересы и другие, значимые для личности мировоззренческие проявления, которые формируются при усвоении социального опыта [198].

**Родительское отношение.** Работы отечественных психологов, посвященные изучению проблемы родительского отношения, можно разделить на две группы:

1 Под родительским отношением понимается (А.Я. Варга, Н.Н. Авдеева, С.Ю. Мещерякова, Л.Д. Столяренко и др.) совокупность чувств и поведенческих проявлений по отношению к ребенку; способность родителей адекватно воспринимать и понимать его поступки [28; 2; 98; 142].

2 Родительское отношение рассматривается (Ю.В. Евсеенкова, Н.В. Дмитриева, Е.А. Тетерлева, Г.Г. Филиппова и др.) как часть личностной сферы человека, сформированной в результате возрастной и полоролевой идентификации [77; 145; 149].

Характер родительского отношения зависит от личности самого родителя, его темперамента, возраста, пола, уровня образования, культуры, религиозности, социального статуса, сферы профессиональной деятельности и, конечно, от возраста ребенка, которого он воспитывает.

А.Я. Варга выделила 4 типа родительского отношения:

- принимающе-авторитарное;
- отвергающее;
- симбиотическое;
- межличностная дистанция [28].

М.В. Полевая предложила две основные характеристики родительского отношения:

- принятие (лояльность) – способность родителя поддерживать любую активность ребенка, прежде всего неординарную;
- отчуждение (непринятие) – проявляется в отвержении родителями неординарных проявлений ребенка [160].

**Родительская позиция.** А.С. Спиваковская определяет родительскую позицию как совокупность установок родителей во взаимодействии с ребенком, выделяя следующие ее характеристики:

- адекватность – выстраивание своего поведения в соответствии с объективной оценкой индивидуально-психологических особенностей ребенка;
- динамичность – способность родителей изменять свое поведение в соответствии с ситуацией, возрастом и полом ребенка;
- прогностичность – выбор воспитательной позиции в соответствии с требованиями, которые ставит перед ребенком жизнь [139].

Родительская позиция – «интегральное взаимодействие жизненной, личностной и социально-ролевой позиции отца и/или матери» [125, 3]. Взаимодей-



ствие всех этих позиций носит двусторонний характер: не только жизненная позиция оказывает влияние на родительскую позицию, но и родительская позиция, в свою очередь, в процессе воспитания детей может существенным образом изменить общую систему позиций человека.

С.С. Жигалин в структуре родительской позиции выделил следующие компоненты:

- отношение к родительству;
- отношение к родительской роли;
- отношение к себе как к родителю;
- отношение к ребенку;
- отношение к воспитательной практике [56].

Он считает, что отцовская и материнская родительские позиции существенно отличаются друг от друга, но в совокупности они образуют непротиворечивое единство. Материнская позиция «проявляется в преобладании экспрессивно-эмоциональной функции, а отцовская – в предметно-инструментальной» [56, 8].

**Родительские установки.** Родительские установки – «готовность родителей действовать в определенной ситуации на основе эмоционально-ценностного отношения к элементам данной ситуации» [125, 8].

Как правило, данные установки носят стереотипный характер и зависят от социального статуса родителей, их материального положения, степени удовлетворенности браком.

**Родительские чувства.** В.В. Столин определяет родительскую любовь как отношение, сочетающее в себе одновременно симпатию, близость, уважение [130].

По мнению Г.Г. Хоментausкаса, 99 родителей из 100 скажут, что они любят своих детей. Ребенок ощущает это чувство со стороны родителей в том случае, если:

- родитель умеет выражать свои чувства;
- ребенок понимает своего родителя;
- родитель понимает внутреннее состояние ребенка [157].

Родители считают, что любовь проявляется в заботе о ребенке, способности выражать все свои нежные чувства, делать приятное и проводить как можно больше времени вместе.

По мнению Е.В. Милюковой, родительская любовь включает в себя 4 компонента [99].

*Биологический* подразумевает наличие взаимосвязи между ребенком и родителем на физиологическом уровне.

*Эмоционально-чувственный* компонент содержит в себе аффективные состояния, эмоции, чувства, проявляющиеся у родителя по отношению к ребенку. Благодаря этому компоненту налаживается эмоциональная связь в детско-родительских отношениях.

*Когнитивный* включает в себя представление родителей о любви и способах ее проявления с учетом индивидуальных особенностей ребенка.

*Поведенческий* представляет собой реальные проявления данного чувства в поведении родителей.

А.С. Спиваковская выделяет следующие типы любви: действенная, отстраненная, действенная жалость, любовь по типу снисходительного отстранения, отвержение, презрение, отказ, преследования [139].

Кроме любви также выделяют другие позитивные родительские чувства не только к ребенку, но и к себе как к родителю, к супругу как к родителю, к родительству в целом.

**Родительская ответственность.** В психологии существует достаточно большое количество подходов к рассмотрению понятия «ответственность». Обратимся только к одному из них – системному.

Так, А.Г. Спиркин считает, что ответственность «образуется из нескольких слагаемых: свободы воли, осознания долга, социальных мер воздействия на субъект в ответ на его социально значимые поступки» [140, 294].

В.Ф. Сафин предложил рассматривать ответственность как «сплав мотивационно-аффективного, интеллектуально-когнитивного, деятельностно-поведенческого образования» и говорить об «интегративности ответственности как свойства самоопределившейся личности, синтезирующей все стороны развития субъекта как социальной деятельности» [129, 102].

Т.Н. Сидорова структуру ответственности представляет как совокупность трех компонентов: когнитивного, мотивационного, поведенческого [131]. Причем в общей структуре ответственности она выделяет внешнюю структуру, состоящую из субъекта, объекта, инстанции ответственности, и внутреннюю, которая включает в себя правильное понимание человеком социальных норм ответственного поведения и ответственную мотивацию ответственного поведения (систематическое выполнение своих обязанностей).

Общее представление об ответственности, в свою очередь, распространяется на родительскую ответственность как одну из ее многих разновидностей.

**Стиль семейного воспитания** – совокупность способов и приемов общения родителя с ребенком.

Существует достаточно большое количество классификаций стилей семейного воспитания, отражающих всю полноту особенностей взаимодействия родителей и детей. Приведем только некоторые из них.

*Типология Э.Г. Эйдемиллера*, выделившего типы негармоничного семейного воспитания: потворствующая гиперпротекция, доминирующая гиперпротекция, повышенная моральная ответственность, эмоциональное отвержение ребенка, жесткое обращение, гипопротекция [168].

*В.И. Гарбузов* предложил три типа неправильного воспитания:

- неприятие – чрезмерная требовательность или равнодушие;
- гиперсоциализация – повышенные требования к ребенку без учета индивидуальных особенностей;
- эгоцентризм – ребенок становится кумиром семьи [38].

Все эти стили ведут к возникновению неврозов.

Итак, можно утверждать, что вышеперечисленные составляющие родительского (в том числе и материнского) поведения образуют единую недели-

мую структуру, состоящую из когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов. Основополагающими среди этих компонентов являются ценности, которые, в свою очередь, определяют родительские установки, ожидания, выражающиеся посредством родительского отношения, родительских позиций, чувств, ответственности, стиля воспитания.

Таким образом, изучение феномена материнства в отечественной психологии проходит в разных направлениях: не только в рамках детско-родительских отношений, но и с точки зрения самой женщины, ее отношения к материнству как неотъемлемой части ее жизни, поскольку именно данная сфера материнства является изученной меньше всего [17; 20; 21; 30; 34; 71; 74; 86; 97; 101; 103; 120; 121; 123; 127; 134; 148; 151].

### **1.3 Проблема материнства в неполной семье**

Стремление к материальному благополучию, успешной карьере, высокому социальному статусу – неотъемлемая часть жизни современной женщины. Естественно, что такой стиль жизни кардинально отличается от традиционного представления о ней как о создательнице домашнего уюта и тепла.

«В последние десятилетия в западной философской мысли все чаще появляется тенденция рассмотрения материнства как своего рода социального конструкта, формируемого обществом» [171, 15], причиной которого могла стать эмансипация, проведение гендерных исследований и других происходящих в обществе изменений [64; 7; 14; 26; 66; 162; 164].

Можно выделить три основные причины, определяющие отношение женщины к материнству:

1 Искажение полоролевых и возрастных позиций, которые проявляются в нарушении процесса идентификации в подростковом возрасте, в результате которых девочка идентифицирует себя не с матерью, как это обычно происходит, а с отцом, занимая таким образом мужскую позицию по отношению ко всем членам семьи, распространяя ее впоследствии на взрослую жизнь.

2 Стремление к самореализации, независимости приводит к тому, что женщина, опираясь на личностную систему ценностей, нанося ущерб внешним представлениям о том, как должно быть, воспринимает окружающих как единственный источник удовлетворения всех этих потребностей. Рождение ребенка в данном случае является одним из средств приобретения определенного социального статуса (например, семейного, полоролевого), необходимого для достижения той или иной цели.

3 Сложности процесса самоидентификации, который идет двумя путями:

- стремление соответствовать образу женщины, матери того времени, в котором она живет;
- стремление обладать уникальными и неповторимыми качествами, отличными от других представительниц женского пола.

Таким образом, представление о женщине и материнстве менялось в зависимости от эпохи, социальных, политических, религиозных изменений, происходящих в обществе того или иного времени.

Современная женщина продолжает добиваться равных прав с мужчинами, становится материально независимой, ищет все новые пути самореализации себя как личности. Но, несмотря на все эти попытки, ей никогда не уйти от роли матери, которую ей приписывает общество, в которой оно видит средство продолжения и процветания человеческого рода. Однако при всей серьезности данной роли вопрос неполного материнства на сегодняшний день встал достаточно остро.

Интерес к данной проблеме проявили социология, медицина, юриспруденция, сексология, психология, чьи взгляды на данную проблематику мы и рассмотрим. Прежде всего, ученые обратили свое внимание на причины роста количества неполных семей. По их мнению, причина кроется в ряде негативных изменений, происходящих в области семейно-брачных отношений в последние два десятилетия:

- *уменьшение ценности семьи и брака;*

- *рост семей с одним ребенком* (около 89% женщин детородного возраста после рождения первого ребенка отказываются от рождения последующих детей) [197];

- *увеличение числа аборт*ов (с середины 1990-х годов в странах бывшего СССР уровень абортов остается одним из высочайших в мире. По данным ООН, в 2004 году Россия находилась на первом месте по количеству абортов – 1 млн 800 тысяч. В 2006 году их численность составляла 1млн 582 тыс., к 2008 году их количество стало постепенно уменьшаться) [197];

- *увеличение количества разводов* (в начале XXI века проблема разводов становится очень серьезной. Статистические данные тому доказательство: на сегодняшний день каждая вторая семья распадается. За последние 50 лет процент разводов в России увеличился в 12 раз, наша страна заняла второе место после США по количеству бракоразводных процессов. Интересно, что в большинстве случаев инициатором (60-80%) развода становится женщина, основное количество разводов приходится на возраст 18-35 лет) [48];

- *рост алкоголизма, наркомании* (по данным Всероссийского центра изучения общественного мнения, в 2007 году 51% опрошенных граждан в качестве причин распада семьи называет алкоголизм и наркоманию одного из супругов, причем данный показатель с 1990 года возрос на 18%) [182];

- *альтернативные браки* (внебрачное сожительство) – совместное проживание, ведение общего хозяйства мужчины и женщины в незарегистрированном браке;

- *годвин-брак* – раздельное проживание супругов. Такая форма взаимоотношений была названа в честь У. Годвина, который считал, что совместное проживание супругов является злом, препятствует развитию их как личности, а раздельное проживание снижает возникающее напряжение в паре [112]. Интерес к такой форме жизни не угасает, а, наоборот, увеличивается в связи с навя-

занным современному обществу процессом индивидуализации, самостоятельности, независимости личности.

В данной работе мы обращаемся только к одной из причин кризисного состояния в таком социальном институте, как семья, – увеличению числа неполных семей. Их количество составляет около 30% от общего числа всех существующих семей в России. По данным Министерства труда и социального развития, каждый седьмой ребенок до 18 лет в России воспитывается в неполной семье. Большую часть неполных семей составляют матери с детьми, только 2% приходится на пап-одиночек, а также бабушек, дедушек, воспитывающих своих внуков как родных детей. Статистические данные по другим странам не сильно отличаются от нашей: в США – 39%, в Швеции – 54%, Великобритании – 38%, Финляндии – 37%, Исландии – 64%. На основании приведенных показателей был сделан неутешительный прогноз – около 70% детей в XXI веке будут воспитываться в неполных семьях. Среди таких семей наиболее распространенной все-таки является неполная материнская семья, хотя количество семей с одиноким отцом постепенно растет [4; 182].

Что же все-таки понимают под термином «неполная семья», чем она отличается от обычной нуклеарной семьи?

Понятие «неполная семья» ввел А.С. Макаренко. Под ней он понимал семью, не имеющую отца или матери [91]. Существуют и другие определения данного понятия, хотя они коренным образом не отличаются по содержанию.

«Неполная семья – семья, которая состоит из одного родителя с одним или несколькими несовершеннолетними детьми» [44, 105].

«Неполная семья – семья, состоящая из одного родителя (либо лица их заменяющего) и детей» [110, 208].

Соответственно в данной работе под неполной материнской семьей понимается семья, в которой единственным родителем для ребенка является мать.

Отношение современного общества к этому феномену существенно изменилось вследствие вышеперечисленных тенденций в институте семьи и брака. По результатам исследования С.С. Даниловой, только 18% опрошенных негативно относятся к воспитанию детей в семьях с одним родителем [45]. Одинокая мать, с точки зрения россиян, – это женщина в возрасте 20 лет, имеющая неполное среднее образование, воспитывавшаяся в неблагополучной семье. Рождение ребенка явилось следствием неудачного сексуального опыта со старшим по возрасту мужчиной, в результате которого женщина оказалась в ситуации выбора между рождением ребенка и предстоящим абортom. Но, несмотря на такую характеристику, одинокие матери, по мнению женщин, вполне могут воспитать полноценную личность, а вот мужчины придерживаются противоположной точки зрения.

Среди причин, вызывающих столь большой рост числа неполных семей, можно выделить такие, как:

- распад семьи вследствие развода супругов;
- смерть одного из супругов;
- увеличение количества новорожденных вне официально зарегистрированного брака:

- матери, родившие ребенка без мужа сознательно;
- матери, родившие ребенка без мужа вынужденно;
- матери, усыновившие детей без мужа.

На основании выделенных причин были созданы разновидности неполных семей: *осиротевшая, внебрачная, разведенная, распавшаяся*.

Также все неполные семьи можно поделить на *отцовские* и *материнские*.

Существует еще одна типология, в основе которой лежит количество поколений в семье:

- *неполная простая* семья – родитель с одним или несколькими детьми;
- *неполная расширенная* семья – родитель с одним или несколькими детьми и другими родственниками, проживающими вместе с ними;
- *нетипичная* семья – родители не являются родными.

Т.А. Гурко выделила еще функционально неполные семьи – семьи, в которых оба или один из родителей уделяют очень мало времени семье, воспитанию детей [44]. Как правило, это происходит по причине их профессиональной занятости, в результате которой они тратят на детей несколько часов в неделю, иногда полностью забывая о воспитательных функциях родителей.

Анализ литературы по проблеме неполных семей позволяет разделить все исследования по нескольким направлениям.

*Социально-экономическое направление* рассматривает проблемы материального характера, с которыми сталкиваются неполные семьи.

Данной проблематикой занимались И. Колабахина, Е.В. Андрюшина, И.Ф. Дементьева, М.В. Киблицкая, Л.Г. Лунякова, М.Е. Баскакова, М.М. Малышева, З.А. Хоткина, М. Винн, Р. Холман, Д. Мардсен, А. Хопкинсон, Р. Эдвардс и др.

Трудности неполных семей выражаются в том, что достаточно большое их количество (60-69%) находится за чертой бедности.

По мнению И. Колбахиной, большинство неполных семей имеет характеристики «бедных и зависимых от пособий» [72, 96].

В результате современных экономических реформ женщины в целом, а одинокие в особенности, стали более уязвимыми. Утрата государственного обеспечения, недостаток доступных услуг по уходу за детьми, снижение возможностей на рынке труда и гендерного равенства в заработке привели к их семейной нестабильности [90].

*Медицинское направление.* По данным медиков, дети из неполных семей чаще, чем дети из полных семей, страдают хроническими заболеваниями. Причиной их становится не столько стресс в результате смерти или развода родителей, но и низкая медицинская активность матери вследствие ее постоянной занятости.

Однако, по мнению Р.О. Нилл, родительский развод увеличивает риск развития проблем со здоровьем на 50% [187].

Также у детей из неполных семей чаще наблюдаются вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков), что превышает показатели таких же привычек у детей из полных семей в 2 раза.

Одиноким женщины-матери имеют существенно более слабое здоровье, чем матери, живущие с партнером. Они в 7 раз больше жалуются на проблемы с нервной системой, в 2,5 раза чаще у них наблюдаются проблемы психологического характера, которые, в свою очередь, также существенно оказывают влияние на их соматическое здоровье.

Показатели смертности разведенных женщин в среднем на 21% выше, чем таковые у замужних женщин.

Мужчины, выросшие без отца, подвержены депрессивным расстройствам, чувству недоверия к окружающим, повышенной усталости. Женщины страдают от нервного истощения, слабости, сердечно-сосудистых заболеваний.

По мнению психологов, специфический образ жизни (ограниченность материальных ресурсов, жилищная неустроенность, низкий социальный статус семьи, плохое состояние здоровья) существенно отражается на воспитательном процессе и лишь косвенно связан с отсутствием второго родителя. Однако есть противоположная точка зрения о соотношении этих показателей, влияющих на развитие ребенка в неполной семье. В связи с этим можно выделить следующее направление.

*Психологическое*, которое можно разделить еще на два:

- влияние неполной семьи на развитие и становление ребенка как личности;
- влияние неполной семьи на психологические особенности матерей-одиночек.

Так, А.И. Захаров изучал личностные особенности одиноких матерей и пришел к выводу, что эти женщины отличаются свободой мысли, высоким уровнем развития интеллекта, раскованностью, высоким уровнем конфликтности, прежде всего, в семье [59]. Такое поведение распространяется в большинстве своем на мальчиков, особенно если они похожи на своих отцов, поскольку именно сыновья становятся лишним напоминанием о несложившихся отношениях с мужем. У некоторых женщин выражена тенденция передавать мальчиков на воспитание социальным институтам – в специализированные интернаты, лагеря, санатории.

**Мотивация одиноких матерей.** По мнению А. Варга, одинокие матери имеют достаточно специфический взгляд на свое положение женщины, воспитывающей ребенка без отца. Это почти стало традицией, которая «уходит корнями в военные годы» [159, 72], когда миллионы мужчин погибли на войне и огромное количество женщин остались без мужей. Женщинам ничего не оставалось, как самостоятельно растить и воспитывать детей.

Сегодня одиночество женщины не является вынужденным, зависящим от внешних условий, как в годы Великой Отечественной войны. Оно уже носит другой характер. В погоне за равенством с мужчинами у женщин появилось желание самостоятельно распоряжаться своей жизнью, судьбой, а многие рассматривают замужество как преграду на пути к реализации себя как личности. Именно поэтому многие женщины сегодня предпочитают рожать детей вне брака. Кроме того, их требования к противоположному полу достаточно высоки, и не все мужчины согласятся выполнять их.

По мнению В.А. Сысенко, «одной из наиболее значимых причин внебрачной рождаемости является экономическая и моральная независимость современной женщины, что дает ей возможность выбора образа жизни и стиля поведения» [159, 73]. Причем по статистике внебрачными матерями становятся женщины в возрасте 20-29 лет, уверенные в себе, своих силах и возможностях.

Е.И. Иванова, А.Р. Михеева выделили мотивы женщин к рождению внебрачных детей [62].

*«Ребенок для себя».* Рождение «ребенка для себя» обычно не связано с надеждами на брак, женщины изначально знают и сознательно идут на то, что, став матерями, они никогда не будут жить с отцом ребенка. Даже если женщина и рождает «ребенка для себя», у нее сохраняется надежда создать полноценную семью, но с возрастом она теряет эту надежду и смиряется со своим одиночеством. Среднестатистический возраст женщины с таким типом мотивации составляет около 30 лет.

*«Распавшееся сожительство»* – отказ мужчины от ожидаемого или уже родившегося ребенка. Женщинами это воспринимается как предательство. Чаще всего такая ситуация встречается, когда пара долго ждала ребенка, в результате его появления мужчина начинает сомневаться в своем отцовстве.

*«Сохранившееся сожительство»* – женщины всегда говорят о родившихся детях как о желанных, не отказываются от связанных с ними забот и ответственности. Чаще всего количество детей в таких семьях превышает два. Причины же, по которым брак не был зарегистрирован, называются разные: привычка, непредвиденная ситуация, безразличное отношение к общепринятым нормам регистрации отношений и др.

З.Х. Каримова, изучавшая ценности одиноких матерей, пришла к выводу, что отношение к материнству зависит не от социального статуса, родительской позиции, а от возраста женщины [67]. Ее исследования подтверждают вышеприведенные статистические данные о том, что именно молодые девушки около 20 лет рожают внебрачных детей, поскольку они, прежде всего, ориентированы на семейные ценности. Женщины среднего возраста, несмотря на наличие ребенка, основные силы отдают на реализацию себя в профессиональной среде.

Отношение к ценностям семьи, брака изучали О.М. Здравомыслова, М.Ю. Арутюнян [61]. Брак, а особенно любовь, в России в представлении замужних женщин и женатых мужчин не занимают первые места в иерархии ценностей по сравнению с другими странами. Для россиян они не являются равнозначными понятиями, это разные сферы жизни, и только в очень редких случаях могут совпадать.

Женщины, воспитывающие детей в одиночку, считают, что любовь важнее, чем брак, который значительно уступает таким ценностям, как семья, свобода, личная независимость.

Если говорить о формах взаимоотношений в семейной жизни, то замужние считают нормальной форму зарегистрированного брака. А одинокие матери, в свою очередь, проявляют большую толерантность по отношению к нетрадиционным формам, прежде всего к незарегистрированному браку.



На Западе сожителство стало нормой, а вот неполные семьи, одиночество и жизнь в разных домах являются неприемлемыми.

На сегодняшний день изучение психологических особенностей одиноких матерей проходит в русле детско-родительских взаимоотношений и при влиянии того или иного типа поведения на психику ребенка. Ученые пытаются структурировать разнообразие взаимоотношений матери и ребенка в неполной семье, создавая типологии.

Одной из популярных является типология А.С. Спиваковской, которая выделяет три типа отношений между матерью и ребенком в неполной семье:

- мать никогда не говорит об отце;
- мать обесценивает отца в глазах ребенка;
- мать создает объективный образ отца с его положительными и отрицательными качествами [139].

Р. Кэмпбэлл создал свою типологию отношений матери к ребенку в неполной семье: «чувство собственности»; «стремление соблазнить»; «замечающая любовь»; «перестановка ролей» [167].

Еще одну типологию предложила К.П. Эстес. В её основе лежат образы матерей из сказок: «мать-наседка», «амбивалентная мать», «мать-сирота» [167].

Во всех этих и других классификациях присутствуют деструктивные формы взаимоотношений, которые не позволяют ребенку быть самим собой и развиваться как полноценная личность. Такое поведение матери очень сильно сказывается на жизни ребенка в виде таких тяжелых последствий, как преждевременная беременность, депрессия от навязанного стиля жизни и многие другие.

Изучение неполных семей в психологической науке проходит в основном в рамках проблематики влияния данного типа семьи на развитие и формирование ребенка. Этим вопросом занимались такие ученые, как Т.А. Гурко, В.М. Целуйко, А.С. Спиваковская, Б.И. Кочубей, Е.Т. Скокова, З. Матейчик, О.В. Некрасова, И. Дементьева, Д. Журавлев, Т.В. Корнеева, Д. Боумрид, М.П. Ган, Р. Кэмпбэлл, Дж. Валлерштайн, Дж. Келли и др. [44; 158; 139; 78; 82; 96; 105; 46; 47; 57; 37; 153; 167; 180].

Проанализировав их работы, приходим к выводу о том, что в неполной семье у детей возникают проблемы, как правило, в пяти сферах.

*Интеллектуальная сфера.* Зависимость интеллектуального развития ребенка от степени вмешательства отца в процессе воспитания объясняется тем, что мужчины, как правило, обладают более развитыми математическими способностями, склонностью к пространственному мышлению, которое они формируют в процессе общения с ребенком. Социальное окружение, как известно, является одним из важнейших факторов формирования интеллекта человека, особенно в раннем детстве. Отсутствие отца в семье – одна из причин, приводящая к неуспеваемости детей в предметах естественнонаучного цикла. Таким образом, отсутствие интеллектуального контакта с отцом приводит к снижению социальной активности, познавательных установок в учебной деятельности и стремлений к достижениям (О. Тиллер, Д.Б. Линн, В.Л. Соурей, Р. Тамотюнене, В.М. Целуйко [178; 177; 158]).

*Проблемы обучения в школе.* В отношении учебы ребенок из неполной семьи может оказаться заложником двух неадекватных форм воспитания матери:

- стремление воспитать ребенка образованным во всех сферах, поскольку именно этот показатель является ее способностью к воспитанию. Мать в такой ситуации переходит в роль надзирателя, вследствие чего ребенок становится пассивным, капризным, делает все наоборот, становится членом молодежных групп в знак протеста;

- ребенок педагогически запущен, отстает в учебе. Такая ситуация встречается, но достаточно редко.

*Выбор профессии.* По данным И.Ф. Дементьевой, дети из неполных семей на этапе выбора профессии на первое место ставят практичность и нужность выбранной специальности на рынке труда, ее безопасность, высокие требования к оплате труда и гарантию от безработицы [46]. Также большой интерес они проявляют к престижности профессии, заинтересованности в ней, чтобы она приносила не только материальный достаток, но и психологическое удовлетворение. Они чаще стремятся к самостоятельной работе, не связанной с подчинением начальству и жестким регламентом.

*Сфера половой идентификации.* Осознание ребенком своей половой принадлежности и приобретение специфических особенностей поведения, характерных для представителей мужского или женского пола, во многом зависят от состава семьи, а именно наличия или отсутствия отца. Ведь именно семья является главным и самым первым источником формирования личности ребенка, несущим в себе основные ценности и образцы поведения. Несформированность половой идентичности приводит впоследствии к появлению неадекватных форм взаимодействия с лицами противоположного пола. Отсутствие мужского воспитания во время взросления девочек, прежде всего, затрудняет их развитие как женщин, матерей, что выражается в несформированности основных навыков общения с мужчинами. Такие девушки испытывают чувство тревоги, стеснения при общении с противоположным полом, что, естественно, мешает им выстроить адекватные взаимоотношения. Не меньше сказывается отсутствие отца и на развитии половой идентичности у мальчиков. Они, как правило, усваивают так называемый женский тип поведения с отсутствием способности к эмпатии, с повышенным уровнем агрессивности.

Дети, выросшие в неполной семье, достигнув самостоятельного возраста, имеют тенденцию к более раннему началу половой жизни и началу сожителства в 1,7 раз по сравнению с теми, кто вырос в полной семье. Также для них повышается вероятность расторжения брака на 30% и соответственно появления внебрачных детей в 2 раза чаще.

*Представление подростков о своей будущей семье.* Представление подростков, выросших в неполной семье, о своей будущей семье характеризуется стремлением к патриархальности, последнее слово всегда должно оставаться за мужчиной как главой и кормильцем семьи, а прерогатива женщины – это ведение домашнего хозяйства. Такое представление объясняется идеализацией образа отца, который в свое время не участвовал в воспитании ребенка.

В особую группу психологи выделяют *детей развода*, считая, что они в отличие от всех остальных детей из неполных семей испытывают больше психологических трудностей. Развод всегда сопровождается атмосферой взаимной неприязни, конфликтности, оскорблений супругов, что не может не повлиять на ребенка, его взгляды, установки, отношение к окружающим, хотя во многих семьях супруги свое отношение пытаются не распространять на детей.

По мнению исследователей, занимающихся данным вопросом (Дж. Валлерштайн, Дж. Келли, Дж. Макдермот, Т.П. Гаврилова и др.), наиболее остро переживают развод дети в возрасте 2-3 лет, что выражается у них в расстройстве сна, аппетита, снижении познавательных процессов, повышении тревожности, депрессивного состояния, в снижении самооценки, фантазии, в раздражительности, агрессивности [180; 25; 36]. Особенно уязвимой психика детей подросткового возраста является к ситуации развода родителей. Повышенная эмоциональность, неуравновешенность, свойственные данному возрастному периоду, носят более гипертрофированный характер. Дети как правило, испытывают стыд, боль, чувство неполноценности, ощущение ненужности, одиночества, и как результат, выражают все это в грубости, пониженной успеваемости в школе, нежелании идти на контакт с окружающими людьми.

Естественно, что распад семьи негативно влияет не только на ребенка, но и на мать, для которой развод является одним из сильнейших потрясений в жизни и может привести к возникновению состояния беспокойства, неуверенности в себе, появлению страхов, обвинению мужа во всех проблемах и т.д.

Результаты эксперимента, проведенного Дж. Валлерштайном, Дж. Келли свидетельствуют о том, что такие поведенческие проявления продолжаются около года после развода, затем постепенно ослабевают, примерно по истечении пяти лет, когда многие мужчины и женщины создают новые семьи. Но есть и такие случаи, когда негативные последствия развода продолжают сказываться как на ребенке, так и на его матери.

В целом для детей из неполных семей вне зависимости от пола и возраста характерны леность, пассивность, эгоизм, грубость, лживость, педантичность (Е.В. Буренкова, А.И. Захаров, Н.Д. Левитов) [23; 60; 83]. Все эти качества не позволяют им в полной мере противостоять жизненным трудностям, быть уверенными в себе, ставить четкие цели и искать пути их реализации.

Итак, на сегодняшний день проблема неполных материнских семей получила достаточно широкое распространение в исследованиях отечественных и зарубежных ученых. Рассмотрены причины их возникновения, выделены типологии, определен характер проблем в данных семьях, механизмы воздействия на ребенка, его развитие и становление как личности. Появляются отдельные исследования, посвященные изучению ценностей, личностных качеств, мотивационной сферы женщины, воспитывающей ребенка в одиночку [6; 22; 31; 60; 65; 76; 108; 111; 138]. Целостный взгляд на проблему материнства в неполной семье, его содержание, структуру до сих пор не сформировался.

Для того чтобы оказать помощь таким семьям, необходимо разработать комплекс мер на нескольких уровнях поддержки (Л.А. Грицай) [50; 107; 185; 172]:

1 Духовно-нравственное изменение общества предполагает возврат к традиционному представлению в русской культуре о матери как высшей духовной ценности человечества, обладающей такими качествами, как жалость, сострадание, целомудрие, скромность, терпение, заботливость и многими другими.

2 Государственно-правовая поддержка, на разных уровнях предполагающая деятельность по созданию и реализации государственных проектов, направленных на защиту материнства.

3 Информационно-просветительский уровень осуществляется через СМИ, которые являются главным источником формирования образа семьи в целом и материнства в частности.

4 Медико-социальная помощь одиноким матерям определяется деятельностью медицинских, общественных организаций и благотворительных фондов, направленных на поддержку материнства и детства.

5 Психологический уровень поддержки на разных этапах развития материнства, которое должно осуществляться с учетом особенностей содержания и развития материнской сферы женщины.

Мы можем выделить несколько направлений психологической работы, в которой женщина может получить помощь по проблеме материнства:

- программы психолого-педагогического сопровождения беременности, направленные на работу с проблемой готовности к материнству, к родам. Чаще всего в эти программы входит обучение технологии дыхания, расслабления, регуляции эмоционального состояния, прежде всего на снятие тревоги. Как правило, в этих случаях используются методы арттерапии, музыкальной, телесно-ориентированной, групповой терапии, аутотренинги. В качестве примера можно назвать программу «Готовность к материнству» Ю.К. Абдрахановой, «7 шагов» О.В. Филипповой, «Компетентная мать» М. Войновой, «Ожидание» И.И. Колпановой, «Идеальные роды» и «Счастливое материнство» С.В. Костиной, «Я и мама, я и папа» для одиноких матерей И.И. Хажилиной и др.;

- индивидуальное консультирование в течение беременности (Г.В. Сколбо, О.В. Баженова, Л.О. Баз, О.А. Копыл) в зависимости от срока и течения беременности, после рождения ребенка, в конце каждого полугодия жизни ребенка [133; 9; 10]. В современной психологической практике этот вид психологической помощи оказывается женщинам с детьми дошкольного и школьного возраста психологами ДООУ и МБОУ или на платной основе (что чаще всего недоступно одиноким матерям). Таким образом, мы видим, что достаточно большой промежуток времени – 6 лет – остается без психолого-педагогического сопровождения, что является серьезным упущением в данном виде работы;

- воспитание родителей – это систематическая программа обучения, способствующая успешному выполнению роли родителя. На сегодняшний день существуют разнообразные концепции воспитания родителей, наиболее распространенными из которых являются адлеровская модель воспитания [3], учебно-теоретическая модель Б. Скиннера [132; 155], модель чувственной коммуникации Т. Гордона [183], модель групповых консультаций Х. Джинота [132; 155], модель, основанная на трансактном анализе М. Джеймса, Д. Джонгарда [132; 155].

Таким образом, в настоящее время разработано достаточно моделей, средств, форм и методов оказания психологической помощи родителям в воспитании детей, каждый из которых направлен на решение определенных задач и основывается на индивидуальных особенностях родителя и характере существующих проблем. Психологическое сопровождение неполных материнских семей с учетом основных проблем матерей-одиночек в должной мере не разработано, что является существенным пробелом для психологической практики.

#### 1.4 Теоретические модели материнства в полной и неполной семье

Анализ подходов к изучению понятия «материнство» показал, что ученые в большинстве случаев определяют его как систему отношений, процесс, генетическую предрасположенность, этап в жизни, самостоятельный феномен (таблица 1):

- материнство как *генетическая предрасположенность* каждой женщины с целью распространения генов в популяции (Р. Докинз);
- материнство как *биологический процесс*, который реализуется через опыт, возникает из любви, преданности ребенку и самой себе (Д. Винникотт);
- материнство как *главный этап в жизни женщины*, находящий свое отражение в процессе идентификации со своей матерью (Д. Пайнз);
- материнство как *самостоятельный психологический феномен* (Г.Г. Филиппова, Н.Н. Васягина, В.А. Рамих, Е.И. Исенина, Н.Б. Кедрова, О.Р. Ворошина, Н.Л. Пушкарева);
- материнство как *система отношений матери и ребенка* понимается в виде системы чувств, поведенческих стереотипов, особенностей восприятия и понимания поступков ребенка (Дж. Боулби, П. Криттенден, А.Я. Варга, Э.С. Эйдемиллер, Г.Т. Хоментаскас, М.И. Лисина, Л.Л. Баз, Г.В. Сколбо, О.Р. Ворошина, Р.Ж. Мухамедрахимов).

По мнению многих отечественных психологов, материнство является не только самостоятельным психологическим феноменом, но и составной частью родительства.

Например, А.В. Петровский утверждал, что «родительство – это многогранный феномен, который можно рассматривать на двух уровнях: как сложное комплексное субъективно-личностное образование и как надиндивидуальное целое, которое, как правило, является совокупным, т.е. включает двух человек – отца и мать» [110, 41].

И.С. Кон под родительством понимал систему взаимосвязанных явлений: родительские чувства, любовь, привязанность; специфические социальные роли и нормативные предписания культуры; обусловленное реальное поведение отношений родителей к детям, стиль воспитания и т.д. [73, 116]. В структуре родительства он выделил такие составляющие, как:

- родительские ценности;
- социальные установки;
- социальные роли отца и матери;
- культурные символы отцовства и материнства;

- родительские чувства, а именно любовь к детям;
- стиль взаимоотношений родителей и детей.

Он также считал, что изменения, которые происходят в обществе, существенно влияют на детско-родительские отношения. Каждая эпоха по-своему рассматривает эти взаимоотношения, диктуя свои правила родителям.

**Таблица 1 – Понятие «материнство» в работах ученых-психологов**

Содержание	Направления в психологии			
	Психо-анализ	Бихе-виоризм	Этнологическое направление	Отечественная психология
Материнство как генетическая предрасположенность	—	—	●	—
Материнство как процесс	●	—	—	—
Материнство как этап жизни	●	—	—	—
Материнство как самостоятельный феномен	—	—	—	●
Материнство как система отношений, обеспечивающая развитие ребенка	●	●	●	●

*Примечание:* «●» означает присутствие содержания при определении понятия «материнство»; «—» означает его отсутствие.

И.С. Кон считал, что эти изменения происходили 6 раз, в соответствии с чем он описал 6 стадий развития детско-родительских отношений: инфантицид, «бросающий» стиль, амбивалентный стиль, «навязчивый» стиль, социализирующий, помогающий стиль воспитания.

Р.В. Овчарова определяет родительство как «социально-психологический феномен, представляющий собой эмоционально и оценочно окрашенную совокупность знаний, представлений, убеждений относительно себя как родителя, реализуемую во всех проявлениях поведенческой составляющей» [110, 10]. Оно включает в себя такие составляющие, как:

- ценностные ориентации родителей (семейные ценности);
- родительские установки и ожидания;
- родительские позиции;
- родительское отношение;
- родительские чувства;
- родительская ответственность;

- стиль семейного воспитания.

Каждый компонент содержит эмоциональные, когнитивные и поведенческие составляющие.

А.Г. Абрамова считает, что родительство – это социальные роли отца и матери, которые являются главной жизненной задачей развития человека в каждый период [1].

Таким образом, под родительством понимается интегральное образование личности родителя, отражающее в себе все многообразие проявлений по отношению к ребенку.

Если рассматривать роль отца в развитии ребенка как личности, то традиционно он выполняет следующие функции при воспитании подрастающего поколения:

1 *Кормилец семьи.* Это исторически сложившаяся и закрепившаяся за мужчиной роль, которую он выполняет в течение всей жизни. На сегодняшний день, особенно в период ухода за новорожденным ребенком, отец остается единственным добытчиком материальных средств, необходимых для содержания семьи.

2 *Пример для подражания.* Отец является воплощением силы, объектом восхищения, идеальной моделью поведения, наблюдая за которым ребенок учиться перенимать на себя многие социальные роли.

3 *Учитель.* Мужчина передает социокультурные нормы и традиции общества, таким образом обеспечивая неразрывную связь поколений. Он дисциплинирует детей, ставя определенные рамки поведения, поощряя одни поступки и наказывая за другие.

Возложенная на мужчину обществом родительская функция определяет особенности выполнения мужчиной роли отца, обладающей своей спецификой, отличной от таковой у женщин (таблица 2).

Таким образом, отличие материнской и отцовской воспитательной позиции сводится к различиям в поведении, связанном с гендерными особенностями и ролями, которые общество присваивает мужчине и женщине. Мать ответственна за эмоциональную привязанность, отец – за эмоциональную независимость.

В целом участие отца в воспитании развивает у ребенка способность к эмпатии, отзывчивость, повышает самооценку и снижает тревожность.

Большое значение оказывает воспитание отца на формирование полоролевой идентичности, в первую очередь для мальчиков: забота отца вызывает в ребенке желание стать таким же мужественным, сильным, неосознанно усвоить все особенности мужского поведения. Теплые отношения отца с дочерью помогают ей принять роль женщины и правильно расставить семейные приоритеты.

Такое положительное влияние на развитие ребенка, по мнению ученых, возможно лишь, когда отец постоянно занимается воспитанием, начиная с первых дней его появления на свет.

**Таблица 2 – Особенности выполнения родительских функций матерью и отцом**

<b>Роль отца</b>	<b>Роль матери</b>
<p>Отцовская любовь условна. Она должна быть заслужена, возникает, когда ребенок удовлетворяет существующие ожидания, успешно выполняет свои обязанности или потому, что чем-то похож на отца. Такая любовь способствует обучению сложным жизненным задачам [154]</p>	<p>Материнская любовь безусловна. Мать любит своего ребенка только потому, что он появился на свет. Такая любовь обеспечивает чувство безопасности [154]</p>
<p>Отец играет более важную роль в формировании ответственности. Это связано с тем, что он позволяет ребенку больше свободы, самостоятельности, давая возможность учиться на своих ошибках [15]</p>	<p>Матери стараются любыми способами отгородить ребенка от любых опасностей и трудностей</p>
<p>Воспитательная позиция отца играет второстепенную роль [139]. Она основана на традиционных мужских ценностях, отец должен нести ответственность за воспитание ребенка и всю семью в целом [15]. Отцовская позиция – «это система установок, которая традиционно проявляется в преобладании предметно-инструментальной функции отца в воспитании ребенка» [56]</p>	<p>Материнская воспитательная позиция опирается на любовь и безоценочное принятие ребенка со всеми его достоинствами и недостатками</p>
<p>Роль отца в воспитании заключается в поощрении активности, направленной на развитие социальной компетентности. Он является источником познаний о мире, способствует формированию социально полезных целей, идеалов и профессиональной ориентации [3]</p>	<p>Мать предоставляет ребенку возможность ощутить особенности человеческой любви</p>

Современные социологи считают, что отцовство – это социальное явление, связанное со значительными изменениями в системе отношений между мужчинами и женщинами, которые меняют приоритеты в выполнении родительских функций. Если раньше мужчина в патриархальной семье был одновременно кормильцем, защитником, наставником, примером для подражания, то в наше время отношение к роли отца в воспитании ребенка значительно изменилось. Например, оспаривается представление о том, что женщина намного лучше ухаживает за новорожденными детьми, чем мужчина. На самом деле он делает это по-своему, опираясь на гендерные особенности, в то время как женщины при заботе о ребенке основываются, прежде всего, на своей повышенной



эмоциональной чувствительности и умения быстрее различать эмоции по невербальным проявлениям. Важно отметить, что отцы, подготовленные к рождению ребенка, с удовольствием выполняют основные действия по уходу и несколько не уступают в этом женщинам. Чем раньше он начинает заботиться о ребенке, тем сильнее становится его любовь. Если мужчина психологически не был готов к появлению в своей жизни сына или дочери, то примерно к полутора годам он все равно будет заниматься воспитанием ребенка.

Исходя из описанных функций, Ю.В. Борисенко [15] создал функциональную и структурную модель отцовства. Функциональная модель характеризует и упорядочивает все возможные функции и особенности их реализации в жизни. Она состоит из четырех характеристик: пространство, информация, время, энергия.

Пространство включает в себя биологические, социокультурные, личные способы выполнения отцовских функций.

Информация представляет собой осведомленность об особенностях социальной роли и функциях отца, принятых в обществе.

Время отражает весь процесс становления феномена отцовства, его место в жизни каждого мужчины.

Энергия характеризует уровень активности и личностного развития при выполнении роли отца.

Структурная модель отцовства включает в себя следующие компоненты:

1 Потребностно-эмоциональный (биологические, социальные аспекты мотивации; потребность в контакте; эмоциональные реакции и переживания).

2 Операциональный (осведомленность, операции по уходу за ребенком и общение с ним).

3 Ценностно-смысловой (отношение отца к ребенку).

4 Оценочный (самооценка; социальная оценка окружающих).

Последние исследования в области отцовства принадлежат Ю.А. Токаревой [147], рассматривающей воспитательную деятельность отца «как особую систему взаимодействия отца и ребенка, согласованность звеньев, в которой определяет развитие ребенка как субъекта самосознания, общения и деятельности». Всего было выделено три таких звена:

1 Мотивационно-потребностное – определяет цель воспитания.

2 Исполнительное – позволяет реализовывать программу воспитательной деятельности, состоящую из воспитательных действий, отражающихся в стиле воспитания.

3 Контрольно-оценочное – оценивает деятельность отца по трем уровням развития ребенка как субъекта общения, деятельности, самосознания.

Воспитательная деятельность меняет свой характер в зависимости от пола ребенка. При *воспитании сына* основной целью является получение социального одобрения (мотивационно-потребностное звено). Он старается подавить волю, агрессивность сына за счет проявления своей силы и чрезмерного контроля (исполнительное звено). Такое поведение развивает мальчика как субъекта самосознания и деятельности, при этом повышая его уровень тревожности (субъект общения). При *воспитании дочери* отец мотивирован на самореализацию

(мотивационно-потребностное звено). Его действия отличает повышенная моральная ответственность, чрезмерная опека и контроль (исполнительное звено), которые развивают дочь в трех ипостасях – как субъекта самосознания, деятельности и общения.

Психологическим механизмом, регулирующим воспитательную деятельность отца, является уровень осознанности мотивации. Низкий уровень будет выражаться в противоречивости воспитания, неудовлетворенности собственными действиями. Высокий уровень проявляется в осмысленности цели воспитания и соответствующих воспитательных действиях и удовлетворенности выполняемой ролью.

Таким образом, выполнение всех функций отцом и матерью должно привести к правильному воспитанию и развитию гармонично развитой личности, приспособленной к жизни в обществе.

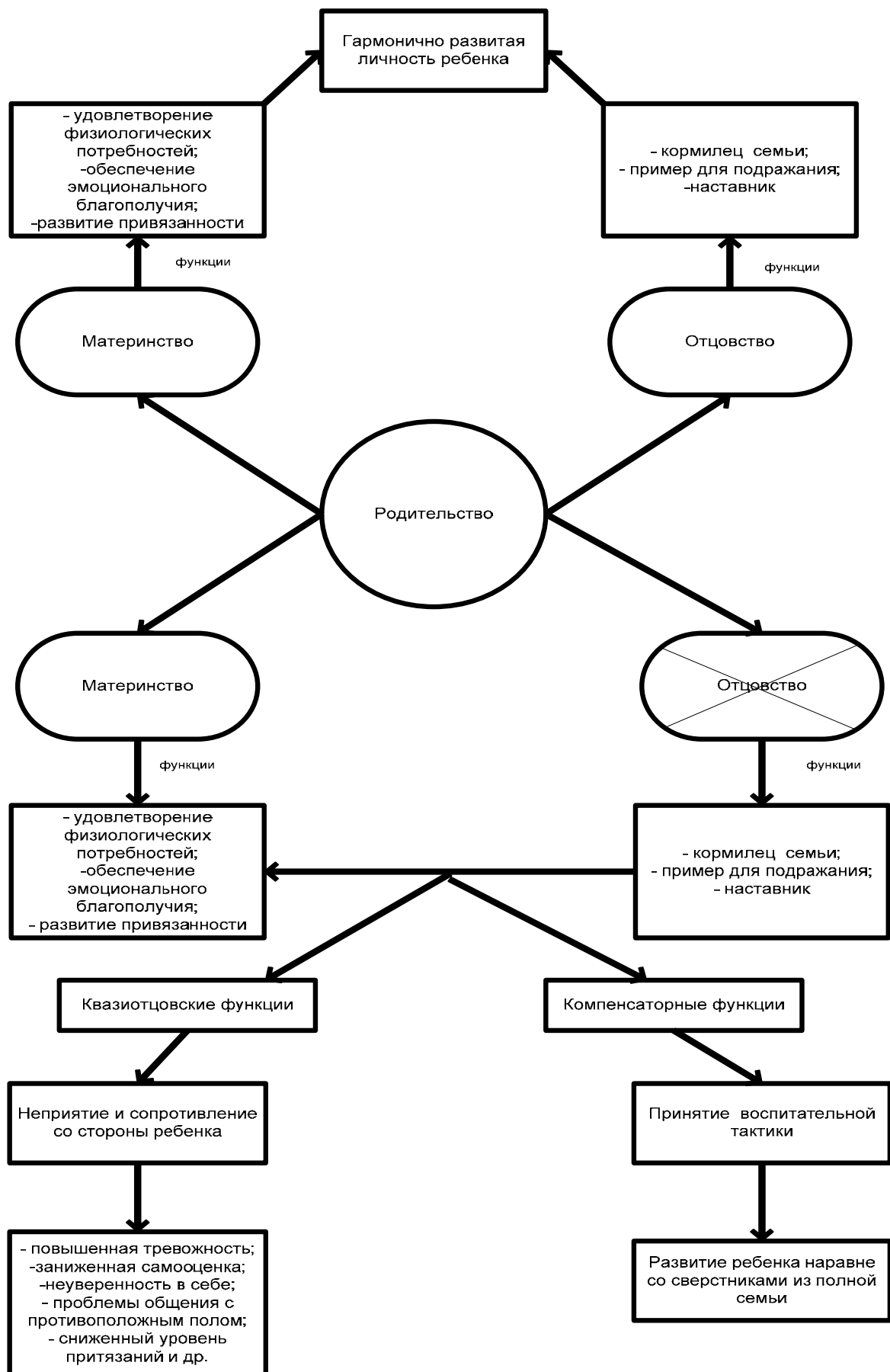
Правда, и в таких семьях встречаются дети с психологическими проблемами, например, повышенной тревожностью, сниженным уровнем притязаний, социальной некомпетентностью, спутанностью гендерной роли и др., скорее всего связанными с неправильно выстроенной системой воспитания.

Если же женщина воспитывает ребенка в одиночку, то ей приходится выполнять не только традиционные материнские функции, но и брать на себя частично или полностью функции отца, которые будут трансформироваться через призму женского восприятия. Это, естественно, сказывается на таких особенностях личности ребенка, как заниженная самооценка, повышенная тревожность, раздражительность, агрессивность, эгоизм, грубость, неуверенность в себе, в общении с противоположным полом, неразвитость мужественности у мальчиков и женственности у девочек. Собственно об особенностях воспитания в неполной материнской семье и чаще всего возникающих трудностях было написано в п. 1.3.

Трансформации материнских функций могут быть двух видов:

1. Выполнение матерью отцовских функций в чистом виде, как они есть – квазиотцовские функции.
2. Мать выполняет функции отца в женском варианте, не стараясь полностью копировать поведение мужчины в семье – компенсаторные функции.

По мнению Е.Е. Ромициной [29], выполнение отцовских функций матерью в чистом виде вызывает у ребенка внутреннее неприятие и сопротивление, что естественно понижает эффективность процесса воспитания. Именно поэтому женщина, воспитывающая ребенка в одиночку, должна постараться сбалансировать в своем поведении функции отца и матери. Это поможет ей компенсировать недостатки воспитания детей без мужчины (рисунок 1).



**Рисунок 1 – Особенности выполнения родительских функций в полной и неполной материнской семье**

Исходя из вышесказанного, можно предположить, что неполное материнство может быть осознанным и неосознанным. Женщины с высоким уровнем развитости родительства (материнства) сознательно относятся к воспитанию ребенка без отца, стараясь развить все необходимые качества для его успешной адаптации в обществе. Для достижения этой цели данная группа матерей выбирает реализацию компенсаторных функций. Дети при поддержке матери в отсутствие отца могут также благополучно развиваться, не уступая своим сверстникам.

Женщины с низким уровнем развитости материнства отличаются низким уровнем осознанности родительства (материнства) и выполнением квазиотцовских функций при воспитании.

Основываясь на приведенных понятиях, теории, концепциях материнства и родительства, мы сформулировали определение понятия «материнство» и разработали модель материнства в полной и неполной материнской семье.

**Материнство** – это система осознанных отношений матери к материнству в целом, к себе как к матери, материнской роли, к своему ребенку, проявляющихся в материнской позиции, стиле семейного воспитания и родительской ответственности.

Материнство в полной и неполной семье состоит из трех компонентов: когнитивного, эмоционального, поведенческого.

**Когнитивный** компонент предполагает наличие определенных знаний, представлений об особенностях материнства, способах его проявления в соответствии с культурными нормами, предписаниями общества и учетом индивидуальных особенностей, ценностей и мотивации матерей. Данный компонент включает в себя материнские отношения, ценности и представления о материнстве.

*Представление о материнстве* являет собой совокупность взглядов, убеждений, представлений матери о системе воспитания в целом и в конкретной ситуации в частности. Оно выражается в конкретно созданном образе идеального и реального родителя с набором таких личностных качеств, необходимых для воспитания гармоничной и психологически здоровой личности, как бескорыстность, доброта, сила, альтруистичность, благоразумность, эмпатичность и многие другие.

*Материнские ценности семейного воспитания* отражают основные убеждения, цели, идеалы и другие мировоззренческие проявления женщины по отношению к семье, детям, процессу воспитания и, конечно, материнству в целом. Они являются мощным интегрирующим фактором для семейной системы как на уровне взаимодействия супругов, так и на уровне взаимодействия родителей и детей.

*Материнское отношение* имеет собирательный характер, поскольку, с одной стороны, представляет собой часть личностной сферы женщины, сформированной в процессе воспитания в родительской семье, с другой – зависит от возраста, пола, социального статуса, уровня образования и других социальных характеристик.

Независимо от влияния внешних факторов на формирование представлений о материнстве в индивидуальном плане материнское отношение должно быть сознательно проработано, основываться на общепринятых человеческих ценностях с учетом особенностей семейной ситуации, личностных особенностей членов семьи, стремления родителя к самореализации и самосовершенствованию себя в новой для него роли.

**Эмоциональный** компонент представлен доминирующим эмоциональным фоном, сопровождающим любое взаимодействие с ребенком, и эмоциональной оценкой образа ребенка, себя и супруга как родителя. Данный компонент состоит из материнских чувств и переживаний.

*Материнские чувства* включают в себя степень их осознанности, материнскую симпатию, любовь и три ее составляющие – когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты. Материнская любовь «рассматривается в качестве психической реальности, субъективная сторона которой дана родителю посредством эмоционально-чувственного переживания, связанного с отражением образа ребенка, а объективная выражается в отношении любви родителя к ребенку» [99, 7].

Любовь представляет собой одно из главных эмоциональных состояний, проявляющееся у матери по отношению к ребенку, поскольку оно способствует созданию психологического комфорта, необходимого для его нормального развития, поэтому степень ее проявления очень сильно отражается на ребенке:

- эмоционально-чувственный компонент содержит в себе аффективные состояния, эмоции, чувства, проявляющиеся у родителя по отношению к ребенку. Благодаря этому компоненту налаживается эмоциональная связь в детско-родительских отношениях;

- когнитивный компонент включает в себя представление родителей о любви и способах ее проявления с учетом индивидуальных особенностей ребенка;

- поведенческий компонент представляет собой реальные проявления данного чувства в поведении родителя.

*Материнские переживания* отражают эмоциональное состояние женщины по отношению к родительству в целом, к ребенку, к отцу ребенка как к родителю.

Любое переживание матери вне зависимости от его направленности должно нести положительный характер. Чем больше степень его выраженности, тем лучше как для самой матери, так и для развития ребенка.

**Поведенческий** компонент непосредственно проявляется в конкретных действиях, поступках матери по отношению к ребенку. В его состав входят стиль семейного воспитания, материнская ответственность, позиции, установки и материнская роль.

Выполнение *материнской роли* основано на преобладании одного из видов идентичности:

- 1 Культурного, при котором родитель воспитывает своих детей, строго ориентируясь на принятые в его культуре нормы и традиции.

2 Социального, в котором главной ценностью для родителя является развитие ребенка и собственной личности, основанное на жизненных интересах и связанное с обеспечением благополучного будущего.

3 Личностного, основанного на индивидуальной мотивации родительства, воспринимаемого как один из способов самореализации личности.

Также для матери важны следующие характеристики:

- устойчивость, которая говорит о приоритетности данной роли над всеми другими социальными ролями и нежелании от нее отказываться;
- стереотипизация, которая выражается в стремлении матери осуществлять процесс воспитания в соответствии с достаточно упрощенным и схематичным представлением о выполнении родительских функций, сложившемся в обществе;
- внезапность перехода к исполнению материнской роли отражает степень значимости и плановости материнства в системе жизненных ценностей одинокой матери;
- присвоение примера родителя предполагает применение способов, приемов, методов и форм воспитания, использованных, в свою очередь, в родительской семье.

Таким образом, мы видим, что материнская роль – это набор шаблонов поведения по отношению к ребенку в семье. Естественно, что по мере взросления ребенка она должна претерпевать определенные изменения. До семи лет мать играет роль учителя, поскольку именно через родителя ребенок познает основы мира, поэтому очень важно сфокусировать свое внимание на социальном, эмоциональном, интеллектуальном, физическом, духовном развитии ребенка. В подростковом возрасте родитель должен попытаться помочь ребенку найти себя и ответы на многие интересующие его вопросы, а не давать их в готовом виде.

*Материнская ответственность* выражена в высоко развитом чувстве долга, распространяющемся на все сферы семейной жизни: уход за ребенком, кормление, забота о его здоровье, обучении, воспитании, материальном обеспечении и др. Степень проявления материнской ответственности будет зависеть от системы ценностей человека, взглядов на жизнь, условий формирования и зрелости личности. Для женщины ответственность заключается, прежде всего, в создании благоприятной атмосферы в доме, душевного комфорта, но чрезмерное ее проявление может выражаться в повышенной тревожности за ребенка или гиперопеке, что не всегда положительно сказывается на ребенке.

*Стиль воспитания* отражает совокупность способов и приемов общения матери и ребенка.

*Материнская установка* является сознательной (бессознательной) оценкой ребенка, его поведения, личностных особенностей, которые существенно влияют на выстраивание взаимоотношений с ним в будущем.

*Материнская позиция* – это сознательно проработанная система отношений женщины к процессу воспитания детей, отражающаяся в конкретных действиях и поступках.

Выраженность гендерной специфики родительской позиции основана на выделенных Д. Пэйнз трех основных видах родительских позиций:

- материнская воспитательная позиция основана на любви, заботе и безоценочном принятии ребенка;

- отцовская воспитательная позиция отражает воспитательные позиции со строго традиционными мужскими ценностями, основана на требовательности, строгости, необходимой для развития самостоятельной, состоявшейся и преуспевающей во всем личности;

- лишенная крайностей воспитательная позиция включает в себя гармоничное сочетание двух вышеперечисленных воспитательных позиций [56].

В целом для полной семьи содержание материнства должно характеризоваться адекватным представлением о материнстве, осознанностью материнского отношения, семейных ценностей, лежащих в основе воспитания, выраженностью материнской любви и симпатии, позитивных материнских переживаний, осознанностью материнских чувств, принятием материнской роли, осознанностью стиля воспитания, позиций, установок и родительской ответственности.

Возникает вопрос: что же оказывает влияние на одно из распространенных явлений в современном обществе – появление неполных материнских семей?

Анализ работ западных и отечественных ученых по заданной тематике позволяет выделить ряд условий, оказывающих влияние на появление неполных материнских семей, количество которых растет с каждым годом: искажение полоролевых позиций, стремление к самореализации, сложности процесса идентификации, стремление к моральной независимости и т.д., которые приведены в таблице 3.

В данной работе автором также были выделены условия формирования материнства в неполных семьях на основании вышеперечисленных мнений и концепции С.Л. Рубинштейна, А.В. Петровского, А.Г. Асмолова о становлении личности как субъекта деятельности [8]. По их мнению, формирование личности, с одной стороны, происходит под влиянием общества, в котором он находится, на основе усвоения им выработанных традиций, норм, ценностей. С другой стороны, человек сам является творцом своей жизни, своего пути, реализующегося в деятельности, направленной на преобразование окружающей действительности.

Таким образом, было выделено два типа условий: социальные и психологические.

#### **Социальные условия:**

- *социокультурные особенности общества.* Женщине на протяжении существования человечества всегда отводилась одна из важнейших ролей – роль матери, которая являлась хранителем, носителем основных духовных и нравственных ценностей, передаваемых из поколения в поколение. Такое отношение мы встречаем в работах русских религиозных философов (С.Н. Бердяев, И.А. Ильин, П.Л. Флоренский, В.В. Розанов, В.С. Соловьев), где дается описание образа матери, который отражает в себе такие качества, как забота, жалость, скромность, целомудрие, терпение, сострадание, любовь и многие другие [11; 191]. Однако происходящие со временем социальные, экономические, по-

литические изменения в обществе существенным образом оказали влияние на поведение женщины-матери, которую стали воспринимать, прежде всего, как субъект, способный к личностному развитию и самостоятельному выбору жизненного пути, либо не связанного с материнством, либо связанного с выбором новых форм отношения к семье, браку, существенно отличающегося от традиционного. К такой форме как раз и относятся неполные материнские семьи;

- *обстоятельства жизни*, не зависящие от человека, к которым мы можем отнести смерть супруга в результате несчастного случая, болезнь и другие обстоятельства, которые привели к ситуации вынужденного одиночества женщины, ставшей единственным родителем для своего ребенка.

**Таблица 3 – Условия формирования материнства в неполных материнских семьях**

Содержание	Авторы								
	Яныкина А.Н.[166]	Целуйко В.М. [153]	Сысенко В.А [139]	Киблицкая М.В.[65]	Голод С.И. [37]	Немировский К.[103]	Овчарова Р.В.[107]	Нилл Р.О. [182]	Бовуар С [14]
Искажение полоролевых позиций	•	-	-	-	-	-	-	-	-
Стремление к самореализации	•	-	-	-	-	-	-	-	•
Сложности процесса идентификации	•	-	-	-	-	-	-	-	-
Стремление к моральной независимости	-	-	•	•	-	-	-	-	•
Стремление к равенству с мужчинами	-	•	-	-	-	-	-	-	•
Уменьшение ценности семьи и брака	-	-	-	•	-	-	•	-	-
Рост числа разводов	-	-	-	•	•	•	•	•	-
Рост алкоголизма, наркомании	-	-	-	•	-	•	•	•	-
Смерть супруга	-	-	-	•	-	•	•	-	-
Распространение альтернативных браков	-	-	-	•	-	•	•	•	-

*Примечание:* «•» означает присутствие содержания при определении условий формирования материнства, «—» означает его отсутствие.

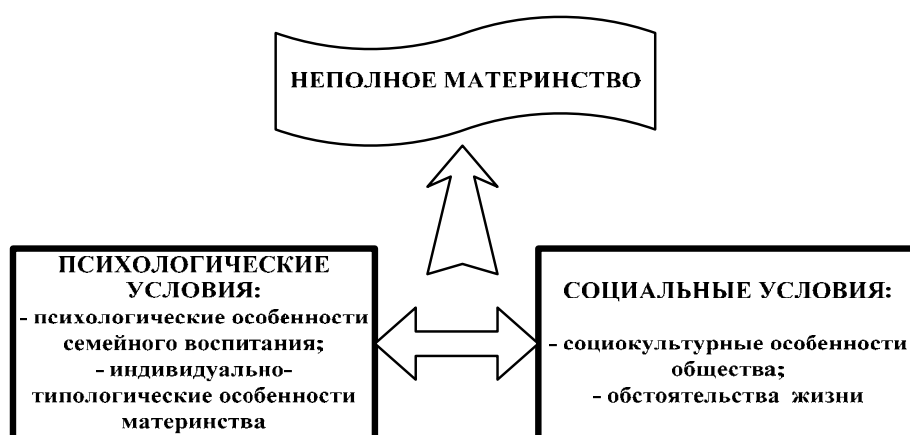


### **Психологические условия:**

- *психологические особенности семейного воспитания*, которые оказывают влияние на развитие и становление женщины как будущей матери, на формирование ее характера, личностных качеств, необходимых для успешного воспитания своих детей;

- *индивидуально-типологические особенности материнства* включают в себя семейные ценности, установки и ожидания, материнское отношение, чувства, позиции, ответственность и стиль воспитания, сформированный под влиянием внешних и внутренних факторов.

Совокупность этих условий формирует систему взглядов на природу и общество (мировоззрение), которые и составляют основу поведения женщины и отражают ее отношение к себе как к матери (рисунок 2).



**Рисунок 2 – Условия формирования материнства в неполных материнских семьях**

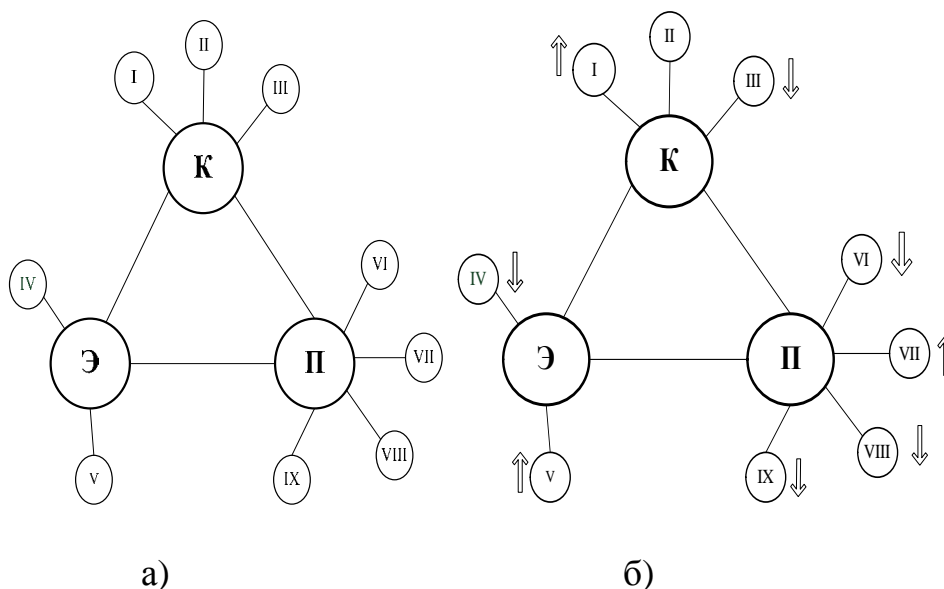
Под влиянием всех этих условий происходит формирование структурно-содержательных компонентов неполного материнства: когнитивного, эмоционального, поведенческого.

Таким образом, анализ теоретических положений позволяет предложить структурно-содержательную модель материнства в неполной семье. В ее основе лежит уже предложенная нами модель полного материнства, основанная на концепции родительства как психологического и социокультурного феномена (И.С. Кон, Р.В. Овчарова).

Рассмотрев истоки формирования материнства, мы с уверенностью можем сказать, что его структура не будет зависеть от социального положения женщины-матери, также будет состоять из трех компонентов: когнитивного, эмоционального, поведенческого. Их содержание существенно изменится *как в сторону увеличения значений*: когнитивный образ идеальной матери, эмоциональный образ реальной матери, поведенческий образ реальной матери, материнские роли, материнские переживания, *так и в сторону уменьшения показателей*: осознанность материнских позиций и установок, материнского отношения, материнских чувств, стиля воспитания и материнской ответственности.

Эти изменения связаны с необходимостью женщины выполнять функции по воспитанию ребенка за двоих родителей – традиционно мужские и женские, как это было заложено многовековыми традициями общества.

Таким образом, *материнство в неполной семье* – это феномен, проявляющийся в изменении его содержания, а именно снижении степени осознанности материнских позиций и установок; более негативном образе идеальной матери; негативном отношении к отцу ребенка и снижении степени проявления материнской любви; высоком уровне устойчивости поведения, снижении степени ответственности и осознанности стиля воспитания. Схематическое изображение модели представлено на рисунке 3.



**Рисунок 3 – Структурно-содержательная модель материнства в полной (а) и неполной (б) семье**

**Примечание:** К – когнитивный компонент; Э – эмоциональный компонент; П – поведенческий компонент; I – представление о материнстве; II – материнские ценности; III – материнское отношение; IV – материнские чувства; V – материнские переживания; VI – стиль воспитания; VII – материнские роли; VIII – материнская ответственность; IX – материнские позиции и установки.

↓ – смещение функций в сторону уменьшения; ↑ – смещение функций в сторону увеличения.

### Выводы по первой главе

1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме материнства показал, что содержание данного понятия не имеет четкого определения и во многом зависит от того, к какому направлению западной или отечественной психологии принадлежит автор.

В западной психологии материнство – это генетическая предрасположенность женщины; биологический процесс; этап в жизни; система отношений; ос-

новной социальный фактор, определяющий нормальное психическое здоровье ребенка.

В отечественной психологии наиболее распространенными являются два взгляда на материнство: как на систему отношений ребенка с матерью, обеспечивающую необходимые условия для его развития, и как самостоятельный психологический феномен.

В данном исследовании под материнством автор понимает систему осознанных отношений матери к материнству в целом, к себе как к матери, материнской роли, к своему ребенку, проявляющихся в материнской позиции, стиле семейного воспитания и родительской ответственности.

2 Понятие «неполная семья» определяется в психологической науке как семья, состоящая из одного родителя (в данном случае матери) и детей.

В работе автор придерживался распространенного в психологической науке определения.

3 Материнство в неполной семье, по мнению автора, – это феномен, проявляющийся в изменении его содержания, а именно в снижении степени осознанности материнских позиций и установок; негативном отношении к отцу ребенка и снижении степени проявления материнской любви; высоком уровне устойчивости поведения, снижении степени ответственности и осознанности стиля воспитания.

4 Отсутствие отца в семье подталкивает женщину к выполнению родительских функций по воспитанию ребенка за обоих родителей с целью развития ребенка, ничем не отличающегося от своих сверстников из полных семей. Выполнение этих функций имеет свои особенности и проявляется в двух вариантах: копирование поведения мужчины в семье (квазиотцовские функции) или собственный стиль поведения в соответствии со сложившейся ситуацией (компенсаторные функции).

5 Существует ряд социально-психологических условий, влияющих на формирование неполных материнских семей. Среди таких условий можно выделить социальные (социокультурные особенности общества, обстоятельства жизни), психологические (особенности воспитания в родительской семье, индивидуально-типологические особенности женщины-матери).

6 В полной семье содержание материнства характеризуется адекватным представлением о материнстве, осознанностью материнского отношения, семейных ценностей, лежащих в основе воспитания (*когнитивный компонент*); выраженностью материнской любви и симпатии, позитивных материнских переживаний, осознанностью материнских чувств (*эмоциональный компонент*); принятием материнской роли, осознанностью стиля воспитания, материнской позиции и установками, родительской ответственности (*поведенческий компонент*).

## Глава 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

### 2.1 Организация и методы психолого-педагогического исследования

Анализ, систематизация теоретических и эмпирических исследований по проблеме неполного материнства позволили определить малоизученные сферы данного феномена в области педагогической психологии и послужили основой для постановки целей, задач и выдвижения гипотез эмпирической части данного исследования.

**Цель:** изучить психологические особенности материнства в неполной семье и разработать программу психологического сопровождения материнства в неполной семье.

Исходя из поставленной цели, были сформулированы следующие **задачи:**

1 Определить психологические особенности содержания материнства в полной и неполной семье.

2 Выделить факторы, составляющие психологическую структуру материнства в полной и неполной семье.

3 Разработать типологию одиноких и не одиноких матерей.

**Научные предположения:**

1 Психологические особенности материнства в неполной семье проявляются в изменении содержания структуры трех взаимосвязанных компонентов: когнитивного, эмоционального, поведенческого – и месте каждого из них в системе материнства.

2 Индивидуально-психологические особенности материнства в неполной семье определяются взаимодействием трех факторов: «представление о материнстве», «материнские чувства», «материнское поведение», соответствующих структурно-содержательным компонентам материнства.

3 Особенности выполнения родительских функций в неполной материнской семье будут зависеть от уровня осознанности материнства у женщин.

4 Материнство в неполной и полной семье имеет типологические проявления, наполненные специфическим содержанием.

Исследование проводилось в период с 2008 г. по 2011 г. и включало в себя несколько этапов.

*Первый этап* (2008-2009). На данном этапе формулировалась проблема, цели, задачи, объект, предмет исследования, гипотезы, осуществлялся теоретический анализ философской, социально-психологической литературы по проблеме материнства и неполных семей, а также выбор диагностического материала, подбор статистических критериев оценки результатов эксперимента.

*Второй этап* (2009-2010). Осуществлялся сбор результатов диагностики испытуемых, был проведен корреляционный анализ с целью выявления взаимосвязи между показателями структуры полного и неполного материнства; факторный анализ – для уточнения структурно-содержательных моделей пол-

ного и неполного материнства; кластерный анализ – для создания типологии одиноких и не одиноких матерей.

*Третий этап* (2010-2011). Была разработана и апробирована программа психологического сопровождения неполного материнства. Проводилась оценка эффективности данной программы по разработанным критериям и через анализ достоверности различий в экспериментальной и контрольной группах с помощью t-критерия Вилкоксона. Обобщены и оформлены основные результаты теоретико-эмпирического исследования, осуществлялась проверка гипотез, сопоставление полученных результатов с поставленными целями и задачами.

*Экспериментальной базой* для исследования стали МБОУ «СОШ № 46», МБОУ «Гимназия № 47» города Кургана. В опросе приняли участие 100 матерей-одиночек, 100 матерей, состоящих в браке, воспитывающих одного ребенка в возрасте от 6 до 18 лет (53 девочки, 47 мальчиков). Причинами образования неполных семей в данной выборке стали:

1) развод:

- в течение 3-7 лет (50 человек в возрасте 29-38 лет);
- в течение 7-14 лет (30 человек в возрасте 39-57 лет);

2) внебрачное рождение (20 человек в возрасте 35-50 лет).

Испытуемые из полных семей состоят в браке в течение:

- 7-10 лет (34 человека);
- 10-15 лет (33 человека);
- 15-17 лет (33 человека).

В соответствии с поставленными задачами исследования использовались **диагностические методики**:

1 *Опросник «Сознательное родительство»* М.О. Ермихиной для индивидуальной диагностики родителя, констатации осознанности родительства, а также при работе с супружеской парой для оценки согласованности позиций обоих родителей по различным компонентам субъективного аспекта родительства. Благодаря сравнительному анализу ответов супругов можно обнаружить конфликтные позиции и позиции супружеского несоответствия в компонентах родительства. Опросник имеет две формы — для отцов и матерей.

В рамках данной работы опросник применялся для оценки себя как родителя, осознанности родительских установок и ожиданий, отношения, чувств, позиций, ответственности, стиля семейного воспитания.

2 *Опросник «Родительская любовь и симпатия»* Е.В. Милюковой состоит из двух частей [110]. Первая направлена на выявление преобладающего чувства по отношению к ребенку – любви или симпатии. Она включает в себя 20 вопросов, на каждый из которых выбирается один из четырех вариантов ответа.

Вторая позволяет определить компонентный состав родительской любви. Она состоит из списка утверждений, разбитых на четыре блока, которые впоследствии интерпретируются как биологический, эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты любви. В данном исследовании были использованы последние три составляющие.

Данный опросник был использован для определения степени выраженности материнской любви и ее составляющих.

3 *Методика «Представление об идеальном родителе»* Р.В. Овчаровой, Ю.А. Дягтеревой создавалась на основе полученных сочинений, с помощью контент-анализа. Она состоит из 48 полярных пар качеств, каждая пара оценивается по семибалльной шкале (3, 2, 1, 0, 1, 2, 3) в зависимости от выраженности качества.

Все заложенные в методику качества дифференцированы по трем компонентам: когнитивный, эмоциональный, поведенческий; на каждый аспект приходится по 16 пар качеств.

Она применялась для установления основных характеристик субъективного образа не только «идеального», но и «реального» родителя, позволила раскрыть когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты родительской роли [107].

4 *Методика «Отцовская и материнская воспитательные позиции»* Д. Пэйна для выявления различных аспектов родительской позиции в плане их полоролевого соответствия [193]. Состоит из 15 вопросов, предполагающих положительный или отрицательный ответ на каждый из них. В исследовании методика использовалась для выяснения гендерной специфики родительской позиции по отношению к ребенку в процессе воспитания в неполной семье.

5 *Методика «Позитивные родительские чувства»* Е.А. Падуриной включает в себя 35 вопросов, оценка которых производится по четырехбалльной шкале [114]. Полученный результат отражается в степени выраженности позитивных родительских чувств (низкий, средний, высокий) по шести шкалам (позитивные чувства к себе как родителю, позитивные чувства к родительству в целом, позитивные чувства к ребенку, обусловленные его безусловным принятием, родительская любовь, позитивные чувства к супругу как к родителю).

6 *Методика «Этнопсихологические особенности исполнения родительской роли»* Н.П. Мальтениковой позволила изучить отдельные аспекты и параметры выполнения родительской роли матерью по следующим параметрам: стереотипизация, устойчивость, присвоение примера родителя, внезапность перехода к родительской роли [93]. Также рассматривалась степень выраженности трех аспектов родительской идентичности: культурной, социальной, личностной.

Данная методика состоит из четырнадцати вопросов с вариантами ответа «Да» или «Нет» и шести вопросов, на которые испытуемые должны дать ответ самостоятельно.

7 *Методика «Анализ семейных взаимоотношений»* Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкиса (АСВ) позволила определить, каким образом родители воспитывают ребенка в семье [168]. Для этого измеряется 11 шкал, относящихся к нарушениям процесса воспитания: гиперпротекция, гипопротекция, потворствование, игнорирование потребностей ребенка, чрезмерность требований-обязанностей ребенка, недостаточность требований-обязанностей ребенка, чрезмерность требований-запретов, недостаточность требований-запретов к ре-

бенку, строгость санкций (наказаний) за нарушение требований ребенком, минимальность санкций, неустойчивость стиля воспитания.

Существует 2 варианта теста в зависимости от возраста детей этих родителей:

- опросник для родителей детей в возрасте 3-10 лет;
- опросник для родителей подростков в возрасте от 11 лет до 21 года.

Данная методика позволила не только определить стиль семейного воспитания, но и проследить степень изменения поведенческих проявлений матерей, посещавших программу психологического сопровождения.

8 *Методика «Подростки о родителях»* (АДОР) Л.И. Вассермана, Е.Е. Ромициной, И.Л. Горьковой разработана в лаборатории клинической психологии Санкт-Петербургского научно-исследовательского психоневрологического института им. В.М. Бехтерева на основе научного сотрудничества с Институтом психодиагностики [118].

Обследование с помощью данного теста позволяет существенно расширить представление о формирующемся самосознании подростков, о взаимосвязях восприятия подростками воспитательной практики родителей с их психологическими и патохарактерологическими особенностями, спецификой межличностного общения родителей.

По мнению авторов методики, воспитательное отношение родителей можно изобразить тремя основными факторными переменными:

- положительный интерес – враждебность;
- директивность – автономия;
- последовательность – непоследовательность.

Методика включает два варианта:

- оценка воспитательной практики матери (ПоРм);
- оценка воспитательной практики отца (ПоРо).

Она позволила получить представление о специфике межличностного взаимодействия не только со стороны матери, но и со стороны ребенка, отражающее его восприятие процесса воспитания.

9 *Опросник «Взаимодействие родитель – ребенок»* И.М. Марковской предназначен для диагностики особенностей взаимодействия родителей и детей по 10 шкалам: «нетребовательность – требовательность», «мягкость – строгость», «автономность – контроль», «эмоциональная дистанция – близость», «отвержение – принятие», «отсутствие сотрудничества – сотрудничество», «несогласие – согласие», «непоследовательность – последовательность», «авторитетность родителя» [94]. Опросник имеет две формы – для подростков и их родителей и родителей дошкольников и младших школьников.

Данный опросник предназначался для оценки результативности программы психологического сопровождения одиноких матерей по критерию «оценка усвоения и применения полученных знаний на практике».

Полученные данные обрабатывались с помощью пакета статистической программы SPSS 12.0 for Windows, STADIA 5.0.

Выбор данных методик был обусловлен теоретическими основаниями исследования с учетом поставленных целей и задач, возможностей и ограничений методик, их точности и надежности измерений.

В соответствии с выбранными методиками мы предположили, что в структуру неполного материнства входят 32 показателя, перечень которых приведен в таблице 4. Важно отметить, что шкалы методики «АДОР» использовались в качестве показателей только при анализе достоверности различий при прохождении программы психологического сопровождения «Счастье материнства», а методика «АСВ» – и при создании типологии одиноких и неодиноких матерей.

**Таблица 4 – Показатели, используемые в ходе исследования структуры неполного материнства**

Название	Условное обозначение
<b><i>Опросник «Сознательное родительство»</i></b>	
1 Шкала «родительские (материнские) позиции»	ОРП
2 Шкала «родительские (материнские) чувства»	ОРЧ
3 Шкала «родительская (материнская) ответственность»	ОРО
4 Шкала «родительские (материнские) установки и ожидания»	ОРУиО
5 Шкала «семейные ценности»	ОСЦ
6 Шкала «стиль семейного воспитания»	ОССВ
7 Шкала «родительское (материнское) отношение»	ОРОтн
<b><i>Методика «Позитивные родительские чувства»</i></b>	
8 Шкала «позитивные чувства к себе как к родителю (матери)»	Пчс
9 Шкала «позитивные чувства к родительству (материнству) в целом»	Пчр
10 Шкала «позитивные чувства к ребенку, обусловленные его достоинствами и достижениями»	Пчрд
11 Шкала «позитивные чувства к ребенку основанные на безусловном принятии»	Пчрп
12 Шкала «родительская (материнская) любовь»	РЛ
13 Шкала «позитивные чувства к супругу как к родителю»	Пчсуп
<b><i>Методика «Представление об идеальном родителе»</i></b>	
14 Шкала «когнитивный образ идеальной матери»	КИМ
15 Шкала «эмоциональный образ идеальной матери»	ЭИМ
16 Шкала «поведенческий образ идеальной матери»	ПИМ
17 Шкала «когнитивный образ реальной матери»	КРМ



Продолжение таблицы 4

18 Шкала «эмоциональный образ реальной матери»	ЭРМ
19 Шкала «поведенческий образ реальной матери»	ПРМ
<b>Методика «Родительская любовь»</b>	
20 Шкала «любовь»	ШЛ
21 Шкала «симпатия»	ШС
22 Шкала «эмоционально-чувственный компонент»	ЭК
23 Шкала «когнитивный компонент»	КК
24 Шкала «поведенческий компонент»	ПК
<b>Методика «Этнопсихологические особенности исполнения родительской роли»</b>	
25 Шкала «стереотипность родительской (материнской) роли»	Ст
26 Шкала «устойчивость родительской (материнской) роли»	Уст
27 Шкала «присвоение примера родителей»	Ппр
28 Шкала «внезапность перехода к родительской (материнской) роли»	Вн
29 Шкала «культурный аспект идентичности»	Идк
30 Шкала «социальный аспект идентичности»	
31 Шкала «личностный аспект идентичности»	Идл
<b>Методика «Воспитательная позиция»</b>	
32 Шкала «воспитательная позиция»	ВП
<b>Методика «АСВ»</b>	
33 Шкала «гиперпротекция»	Г+
34 Шкала «гипопротекция»	Г-
35 Шкала «потворствование»	У+
36 Шкала «игнорирование потребностей ребенка»	У-
37 Шкала «чрезмерность требований – обязанностей»	Т+
38 Шкала «недостаточность требований – обязанностей»	Т-
39 Шкала «чрезмерность требований – запретов»	З+
40 Шкала «недостаточность требований – запретов»	З-
41 Шкала «чрезмерность санкций»	С+
42 Шкала «минимальность санкций»	С-

<i>Методика «АДОР»</i>	
43 Шкала «директивность»	Дир
44 Шкала «враждебность»	Вр
45 Шкала «автономность»	Ав
46 Шкала «непоследовательность»	Неп
47 Шкала «близость»	Бл
48 Шкала «критика»	Кр

Таким образом, организация исследования, подбор испытуемых, выбор методов соответствуют поставленным целям, задачам и теоретическим основам данной работы.

## 2.2 Факторная структура и содержание материнства в полной и неполной семье

Для решения одной из задач исследования – определения компонентного состава материнства в полной и неполной семье – был использован метод корреляционного анализа по методу К. Пирсона с целью подтверждения выдвинутых моделей полного и неполного материнства и выявления взаимосвязей между их компонентами.

**Таблица 5 – Корреляционные связи показателей эмоционального компонента с поведенческим в неполной семье**

	<i>Эмоциональный компонент</i>												
	Пк	ЭК	Пчрн	ШЛ	Пчрд	ШС	Пчс	КК	Пчр	Пчсуп	РЛ	ОРЧ	
<i>Поведенческий компонент</i>	ОРО	<b>0,24</b>	0,29*	0,29*	0,13	0,06	<b>0,20</b>	0,41*	0,27*	0,47	<b>0,20</b>	<b>0,23</b>	<b>0,24</b>
	ОССВ	0,02	0,13	0,41*	0,04	0,01	0,32*	0,38*	0,29*	<b>0,22</b>	<b>0,25</b>	-0,04	0,11
	Ппр	<b>0,39</b>	0,46*	<b>0,24</b>	0,12	0,09	<b>0,42</b>	0,47*	0,51*	<b>0,35</b>	-0,05	0,13	0,04
	ИДК	<b>-0,23</b>	<b>-0,28</b>	0,16	<b>-0,31</b>	<b>-0,23</b>	-0,17	0,01	-0,10	-0,01	0,06	-0,11	-0,13
	Уст	0,29*	<b>0,25</b>	0,18	0,17	<b>0,20</b>	0,08	-0,007	0,19	0,16	-0,004	0,28*	-0,09
	Вн	0,183	0,01	0,09	0,26*	0,04	<b>0,21</b>	0,06	0,13	0,06	0,09	0,06	<b>0,23</b>
	Ст	0,09	-0,04	-0,32*	-0,22*	<b>-0,20</b>	-0,03	-0,03	0,09	-0,03	-0,03	0,01	-0,17
	ИДс	0,09	0,13	,16	,19	,09	0,09	,02	<b>0,23</b>	<b>,21</b>	0,09	,17	0,1
	ИДл	,13	,07	0,05	,13	,12	,02	0,29*	0,11	0,15	0,08	0,05	0,14

*Примечание:* **жирным** выделена значимость связи при  $p \leq 0,05$ ; \* – при  $p \leq 0,01$ . Названия показателей приведены в сокращенном виде, их условное обозначение которых представлено в таблице 4.

По результатам корреляционного анализа между показателями поведенческого и эмоционального компонентов неполного материнства было выявлено 37 значимых связей, что составляет 33% от общего числа возможных связей. Наибольшее количество связей отмечено у показателей «осознанность родительской (материнской) ответственности» (9 связей), «осознанность стиля семейного воспитания» (6 связей), «присвоение примера родителей» (6 связей) и меньше всего у показателя «личностный аспект родительской (материнской) идентичности» (1 связь), все остальные имеют примерно равное количество связей – по 3, 4, 5. Коэффициенты корреляции представлены в таблице 5.

Анализ корреляционных связей показателей эмоционального и когнитивного компонентов показал, что из 132 коэффициентов 39 обладают значимой связью, что составляет 33,8% от общего количества.

Доминирующим числом связей обладают показатели «осознанность семейных ценностей» (7 связей), «осознанность родительских (материнских) установок и ожиданий» (5 связей), «осознанность родительского (материнского) отношения» (7 связей), наименьшим числом связей – «воспитательная позиция» (1 связь), «осознанность родительских (материнских) позиций» (1 связь), «осознанность родительских (материнских) чувств» (1 связь).

Между когнитивным и поведенческим компонентами было выявлено 26 связей, это 26% от общего числа. Наибольшим количеством связей из всех показателей обладают «осознанность родительского (материнского) отношения» (5 связей), «осознанность родительских (материнских) установок и ожиданий» (5 связей). Ни одной связи не выявлено у «личностного аспекта родительской (материнской) идентичности». Коэффициенты корреляции представлены в таблице 6.

**Таблица 6 – Корреляционные связи показателей когнитивного компонента с эмоциональным и поведенческим в неполной семье**

	<i>Когнитивный компонент</i>										
	КИМ	ПИМ	ПРМ	ЭРМ	КРМ	ЭИМ	ОРОгн	ОРП	ОРУчО	ОСЦ	ВП
<b>ПК</b>	-	0,28	0,26	0,109	0,025	0,31	0,13	0,05	0,04	0,276	0,158
<b>ЭК</b>	0,042	0,12	<b>0,24</b>	<b>0,205</b>	0,044	0,12	0,27	0,08	0,22	<b>0,241</b>	0,153
<b>Пчрн</b>	0,00	0,13	0,09	0,068	0,103	-	0,29	0,07	0,29	0,263	-
<b>ШЛ</b>	-	0,05	-	0,00	-	<b>0,24</b>	0,24	<b>0,31</b>	0,10	0,172	0,023
<b>ПЧрд</b>	-	-	-	-	-	-	0,14	0,07	0,01	<b>0,238</b>	-
<b>ШС</b>	-	-	-0,08	-0,02	-	0,08	0,24	-	0,09	0,286	0,083
<b>Пчс</b>	-0,04	-	-0,17	0,00	-	0,10	0,30	-	0,25	0,237	0,061

Продолжение таблицы 6

	КК	-0,03	<b>0,23</b>	0,07	-	-	<b>0,21</b>	0,09	-	0,04	0,263	0,051
	Пчр	-	0,00	-0,08	0,024	-	0,00	0,30	0,01	0,26	<b>0,219</b>	-
	Пчсуп	<b>0,277</b>	<b>0,24</b>	0,10	0,194	0,037	0,30	0,03	0,02	0,16	0,007	-0,04
	РЛ	-	0,07	-	-	0,004	-	<b>0,25</b>	0,12	0,29	0,150	<b>0,243</b>
	ОРЧ	0,044	0,00	-0,07	0,016	-	-	0,12	0,12	0,02	-	-
	БК	0,289	0,34	0,29	<b>0,245</b>	0,286	<b>0,22</b>	0,04	0,07	0,08	0,051	0,080
<i>Поведенческий компонент</i>	ОРО	0,099	0,13	0,00	0,041	-	0,07	0,45	0,04	0,41	0,282	0,000
	ОССВ	0,030	<b>0,26</b>	0,00	0,047	0,023	0,04	0,30	-	0,36	0,317	-
	Ппр	-	0,02	-	-	-	0,05	0,28	-	0,25	0,330	-
	ИДК	-	-	-	-	-	-	<b>0,20</b>	0,05	<b>0,21</b>	0,044	-
	Уст	-	-0,10	0,02	0,006	0,148	-	-	<b>0,25</b>	-	0,029	0,060
	Вн	-	0,18	0,01	-	-	0,26	0,35	0,04	0,29	0,105	0,203
	Ст	-	-	-	-	-	-	0,01	-	-	-	0,060
	ИДс	0,014	0,01	<b>0,22</b>	0,182	0,149	-	0,03	0,07	-	<b>0,277</b>	-
	ИДл	0,102	0,10	0,12	0,023	0,179	0,00	-	0,01	-	-	-

Примечание: **жирным** выделена значимость связи при  $p \leq 0,05$ ; \* – при  $p \leq 0,01$ .

Анализ корреляционных связей показателей эмоционального и когнитивного компонентов показал, что из 132 коэффициентов 57 обладают значимой связью, что составляет 23% от общего количества.

Доминирующим числом связей обладают показатели «осознанность родительских (материнских) отношений» (8 связей), «поведенческий образ идеальной матери» (7 связей), наименьшим числом связей – «позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии» (2 связи).

По результатам корреляционного анализа в полной семье между показателями поведенческого и эмоционального компонентов было выявлено 37 связей, что составляет 33,5% от общего числа возможных. Наибольшее количество связей отмечено у показателей «устойчивость родительской (материнской) роли» (6 связей), «культурный аспект идентичности» (6 связей), наименьшее – у «позитивные чувства к себе как к родителю (матери)» (1 связь), «позитивные чувства к родительству (материнству) в целом» (1 связь) и ни одного у показателя «личностный аспект родительской (материнской) идентичности». Все остальные имеют примерно равное количество связей – по 3, 4, 5. Коэффициенты корреляции представлены в таблице 7.

**Таблица 7 – Корреляционные связи показателей эмоционального компонента с поведенческим в полной семье**

	<i>Эмоциональный компонент</i>												
		Пк	ЭК	Пчрн	ШЛ	ПЧрд	ШС	Пчс	КК	Пчр	Пчсуп	РЛ	ОРЧ
<i>Поведенческий компонент</i>	ОРО	-0,02	<b>-0,23</b>	<b>0,28</b>	-0,05	-0,31*	<b>-0,25</b>	0,05	-0,07	0,00	<b>-0,24</b>	0,07	0,30*
	ОССВ	0,01	<b>0,23</b>	<b>0,26</b>	0,05	0,31*	-0,04	0,04	0,03	0,01	0,34*	0,04	0,00
	Ппр	0,03	<b>-0,27</b>	0,03	<b>0,28</b>	-0,05	0,12	0,09	<b>-0,21</b>	0,02	0,06	0,31*	0,04
	ИДК	<b>0,22</b>	0,09	0,05	0,32*	0,011	0,44*	0,17	<b>0,26</b>	<b>0,21</b>	0,00	<b>0,20</b>	0,15
	Уст	<b>0,22</b>	0,35*	0,01	0,36*	-0,09	0,36*	-0,02	0,41*	-0,13	0,04	-0,01	<b>-0,23</b>
	Вн	<b>0,25</b>	<b>0,21</b>	0,19	0,17	0,11	0,35*	-0,04	<b>0,24</b>	0,08	0,00	0,33*	-0,02
	Ст	<b>0,21</b>	0,07	0,09	<b>0,20</b>	0,07	<b>0,24</b>	-0,08	<b>0,19</b>	0,00	0,01	0,19	-0,06
	ИДс	0,03	-0,02	-0,05	<b>0,29</b>	0,03	0,11	<b>0,26</b>	0,05	0,00	0,00	-0,03	0,00
	ИДл	0,13	-0,04	0,06	-0,08	0,14	-0,16	0,06	-0,05	-0,02	-0,08	0,11	0,17

Примечание: **жирным** выделена значимость связи при  $p \leq 0,05$ ; \* – при  $p \leq 0,01$ .

Между когнитивным и поведенческим компонентами было выявлено 34 связи, а это 34% от общего числа, наибольшим количеством связей из всех показателей обладают «устойчивость родительской (материнской) роли» (7 связей), наименьшим количеством обладают показатели «личностный аспект родительской (материнской) идентичности» (1 связь), «когнитивный образ реальной матери» (1 связь), «осознанность родительских (материнских) установок и ожиданий» (1 связь). Коэффициенты корреляции представлены в таблице 8.

**Таблица 8 – Корреляционные связи показателей когнитивного компонента с эмоциональным и поведенческим в полной семье**

	<i>Когнитивный компонент</i>											
		КИМ	ПИМ	ПРМ	ЭРМ	КРМ	ЭИС	ОРГн	ОРП	ОРУиС	ОСП	ВП
<i>Эмоциональный компонент</i>	ПК	0,22*	<b>0,21</b>	0,00	0,28*	0,01	-0,09	0,00	0,01	<b>0,19</b>	<b>0,21</b>	<b>0,21</b>
	ЭК	0,29*	0,29*	0,04	0,26*	0,29*	-0,04	-0,01	0,03	<b>0,24</b>	-0,01	<b>0,21</b>
	Пчрн	0,07	0,07	0,07	0,01	<b>0,25</b>	-0,01	<b>0,26</b>	0,02	-0,01	0,00	0,19
	ШЛ	-0,04	-0,01	<b>-0,19</b>	0,06	0,04	<b>-0,18</b>	0,30*	0,01	<b>0,21</b>	<b>0,21</b>	<b>0,22</b>
	ПЧрд	0,067	<b>0,22</b>	<b>-0,20</b>	-0,09	0,03	<b>-0,21</b>	<b>0,21</b>	0,07	0,00	0,00	0,15
	ШС	0,03	0,07	0,07	0,02	-0,03	-0,27*	0,06	<b>-0,23</b>	-0,04	0,03	0,35*
	Пчс	-0,01	<b>0,19</b>	0,06	-0,05	<b>0,20</b>	<b>0,18</b>	0,00	0,03	<b>0,21</b>	0,07	-0,04
	КК	0,30*	-0,01	<b>0,20</b>	<b>0,30</b>	0,29*	<b>-0,18</b>	<b>-0,26</b>	0,00	0,07	-0,07	0,11
<i>Поведенческий компонент</i>	Пчр	<b>0,19</b>	<b>0,19</b>	0,08	0,06	0,04	-0,01	<b>0,22</b>	<b>0,23</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	0,08
	Пчсуп	-0,02	<b>-0,21</b>	-0,01	0,07	0,01	<b>-0,20</b>	<b>0,23</b>	0,14	0,15	-0,09	0,05
	РЛ	0,21*	0,07	0,08	0,02	0,26*	-0,07	<b>0,24</b>	<b>-0,19</b>	-0,05	<b>-0,24</b>	0,33*
	ОРЧ	-0,06	<b>0,24</b>	-0,06	<b>-0,19</b>	0,05	-0,03	<b>0,23</b>	0,02	<b>0,25</b>	0,33*	-0,02
	ОРО	<b>0,22</b>	0,06	0,04	<b>-0,24</b>	<b>0,21</b>	-0,06	<b>0,21</b>	-0,28*	0,03	-0,05	-0,04
	ОССВ	-0,03	<b>0,21</b>	-0,08	-0,04	-0,05	-0,08	0,37*	0,29*	0,02	0,08	<b>-0,20</b>
	Ппр	0,06	<b>0,26</b>	0,00	-0,01	-0,06	0,07	-0,05	0,05	-0,08	0,04	-0,04
	ИДК	<b>0,21</b>	<b>0,22</b>	-0,03	-0,04	0,03	<b>-0,19</b>	0,04	-0,06	-0,04	0,02	0,08
	Уст	<b>0,27</b>	<b>-0,23</b>	<b>0,19</b>	0,08	-0,05	0,01	<b>-0,20</b>	<b>-0,24</b>	0,29*	-0,25*	0,02
	Вн	-0,02	<b>-0,19</b>	-0,04	<b>0,24</b>	0,02	-0,05	<b>-0,22</b>	0,02	<b>0,19</b>	0,06	0,00
	Ст	0,03	-0,06	-0,04	<b>-0,23</b>	-0,02	<b>-0,19</b>	0,09	-0,07	-0,09	<b>-0,24</b>	<b>-0,20</b>
	ИДс	<b>-0,19</b>	-0,03	<b>-0,45</b>	<b>-0,25</b>	-0,02	-0,02	0,04	0,02	<b>-0,20</b>	0,01	<b>-0,22</b>
	ИДл	0,10	0,04	0,00	-0,04	-0,01	-0,12	0,06	-0,01	-0,03	<b>0,19</b>	0,04

Примечание: **жирным** выделена значимость связи при  $p \leq 0,05$ ; \* – при  $p \leq 0,01$ .

Полученные результаты показывают доминирующее количество связей между всеми компонентами материнства в полных семьях – 128 статистически значимых связей, в неполных – 104. Это свидетельствует о высокой согласованности показателей исследуемого феномена, их принадлежности к структуре материнства как единой неделимой единице.

Полученные результаты корреляционного анализа совпадают с выдвинутым предположением о взаимосвязи трех структурно-содержательных компонентов полного и неполного материнства, что позволяет говорить о целостности структуры.

В неполной семье наибольшим количеством связей обладают показатели «осознанность родительской (материнской) ответственности», «осознанность стиля семейного воспитания», «присвоение примера родителя», «осознанность семейных ценностей», «осознанность родительского (материнского) отношения», в полной – «устойчивость родительской (материнской) роли», «культурный аспект идентичности», «осознанность родительских (материнских) отношений», «поведенческий образ идеальной матери».

**Таблица 9 – Показатели дисперсии**

Полные семьи			Неполные семьи		
Факторы	Собственные значения	% общей дисперсии	Факторы	Собственные значения	% общей дисперсии
Представления о материнстве (когнитивный компонент)	3,980	10,757	Представления о материнстве (когнитивный компонент)	3,456	9,34
Материнские чувства (эмоциональный компонент)	5,949	16,079	Материнские чувства (эмоциональный компонент)	4,509	12,18
Материнское поведение (поведенческий компонент)	2,625	7,096	Материнское поведение (поведенческий компонент)	7,075	19,12

Однако четыре показателя в неполной семье имеют наименьшее количество связей («воспитательная позиция», «осознанность родительских (материнских) чувств», «осознанность родительских (материнских) позиций», «личный аспект идентичности»). В полной семье наименьшим количеством связей (1 связь) обладают показатели «позитивные чувства к себе как к родителю (матери)», «позитивные чувства к родительству (материнству в целом)», «осознанность родительских (материнских) установок и ожиданий», «личный аспект идентичности».

Для уточнения компонентного состава структурно-содержательных моделей полного и неполного материнства был выбран метод факторного анализа, в результате полученных данных выделено три фактора. Показатели дисперсии представлены в таблице 9.

Рассматривались признаки с факторными весами от 4.500 (для данной выборки испытуемых при значении коэффициента корреляции  $r=0,400$   $p \leq 0,01$ ) (таблицы 10, 11).

В **первый** фактор вошли такие показатели, как «когнитивный образ идеальной матери» (0,817); «поведенческий образ идеальной матери» (0,812); «поведенческий образ реальной матери» (0,809); «эмоциональный образ реальной матери» (0,786); «когнитивный образ реальной матери» (0,665); «эмоциональный образ идеальной матери» (0,663); «осознанность родительского (материнского) отношения» (0,517), «осознанность семейных ценностей» (0,450), которые отражают сложившиеся в сознании матери представления о себе как родителе, о своих личностных качествах, необходимых для воспитания детей как в «идеальной», так и в реальной жизни.

**Таблица 10 – Факторная матрица для неполных семей**

Показатели	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Осознанность родительских (материнских) позиций			-0,405
Осознанность родительских (материнских) чувств			
Осознанность родительской (материнской) ответственности			-0,653
Осознанность родительских (материнских) установок и ожиданий			-0,492
Осознанность семейных ценностей	0,450		
Осознанность стиля семейного воспитания			-0,607
Осознанность родительского (материнского) отношения	0,517		
Позитивные чувства к себе как к родителю (матери)		0,772	
Позитивные чувства к родительству (материнству) в целом		0,514	
Позитивные чувства к ребенку, обусловленные его достоинствами и достижениями		0,630	
Позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии		0,681	

Продолжение таблицы10

Родительская (материнская) любовь		0,457	
Позитивные чувства к супругу как к родителю		-0,495	
Когнитивный образ идеальной матери	0,817		
Эмоциональный образ идеальной матери	0,663		
Поведенческий образ идеальной матери	0,812		
Когнитивный образ реальной матери	0,665		
Эмоциональный образ реальной матери	0,786		
Поведенческий образ реальной матери	0,809		
Материнская любовь		0,653	
Материнская симпатия		0,514	
Когнитивная составляющая материнской любви		0,428	
Эмоционально-чувственная составляющая материнской любви		0,685	
Поведенческая составляющая материнской любви		0,697	
Стереотипность родительской (материнской) роли			
Устойчивость родительской (материнской) роли			0,459
Присвоение примера родителей			0,583
Внезапность перехода к родительской (материнской) роли			
Культурный аспект идентичности			0,453
Социальный аспект идентичности			
Личностный аспект идентичности			
Воспитательная позиция			

Также определяют место семьи, воспитания детей в системе взглядов и жизненных ориентиров женщины. Доминирующим показателем первого фактора является «когнитивный образ идеальной матери» (0,817). Действительно, складывающиеся в процессе воспитания, социализации, да и в течение всей жизни в сознании образы и представления служат основой для формирования ценностей, дальнейших поступков, действий, прежде всего степени их осознан-



ности, которые, в частности, могут отражаться в показателях «осознанность родительских (материнских) позиций и установок», «осознанность семейных ценностей».

Анализ показателей позволяет назвать данный фактор «Представление о материнстве».

**Второй** фактор составили параметры:

- *поведенческая составляющая материнской любви* (0,697), проявляется в выражении чувств по отношению к ребенку через действия и поступки;
- *эмоционально-чувственная составляющая материнской любви* (0,685), отражает сферу переживания родителя по отношению к ребенку, включает в себя всю гамму отрицательных и положительных эмоций;
- *позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии* (0,681), показывает степень принятия ребенка со всеми его достоинствами и недостатками;
- *материнская любовь* (0,653), *родительская (материнская) любовь* (0,457) и *материнская симпатия* (0,514), отражает степень выраженности и проявления данного чувства по отношению к ребенку;
- *позитивные чувства к ребенку, обусловленные его достоинствами и достижениями* (0,630), определяет степень важности данного показателя для проявления материнской любви по отношению к ребенку;
- *позитивные чувства к себе как к родителю (матери)* (0,722), *позитивные чувства к родительству (материнству) в целом* (0,544), *позитивные чувства к супругу как к родителю* (-0,495), характеризуют эмоциональное самовосприятие женщины как мамы, ее способности и возможности в данной области;
- *когнитивная составляющая материнской любви* (0,428), отражает представление родителей о любви и способах ее проявления с учетом индивидуальных особенностей ребенка.

Ядром данного фактора в неполной семье является показатель «позитивные чувства к себе как к родителю», так как он имеет максимальную нагрузку по фактору 0,772. Это можно объяснить тем, что эмоциональный настрой во многом определяет мироощущение человека. Исключением не является и женщина, воспитывающая детей в одиночку, каждый день сталкивающаяся с большим количеством трудностей. Положительная оценка себя как родителя только способствует успешному выполнению воспитательных функций, возложенных на него.

Анализ показателей позволяет назвать данный фактор «Материнские чувства».

**В третий фактор** были включены показатели:

- *осознанность родительской (материнской) ответственности* (-0,653), выражается в высокоразвитом чувстве долга, распространяющемся на все сферы семейной жизни: уход за ребенком, кормление, забота о его здоровье, обучении, воспитании, материальном обеспечении;

- *осознанность стиля семейного воспитания* (-0,607), отражает осознанность использования совокупности всех способов и приемов взаимодействия матери и ребенка;
- *присвоение примера родителей* (0,583), предполагает использование способов, приемов, методов и форм воспитания, применяемых, в свою очередь, в родительской семье;
- *устойчивость родительской (материнской) роли* (0,459), говорит о приоритетности данной роли над всеми другими социальными ролями и нежелании от нее отказываться;
- *культурный аспект идентичности* (0,453), отражает приоритет традиций в воспитании подрастающего поколения;
- *осознанность родительских (материнских) позиций* (-0,405), *осознанность родительских (материнских) установок и ожиданий* (-0,492), проявляется в адекватности выбора форм и методов воспитания в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.

**Таблица 11 – Факторная матрица для полных семей**

<b>Показатели</b>	<b>Фактор 1</b>	<b>Фактор 2</b>	<b>Фактор 3</b>
Осознанность родительских (материнских) позиций			0,514
Осознанность родительских (материнских) чувств		0,597	
Осознанность родительской (материнской) ответственности			0,572
Осознанность родительских (материнских) установок и ожиданий			0,495
Осознанность семейных ценностей	0,697		
Осознанность стиля семейного воспитания			0,564
Осознанность родительского (материнского) отношения	0,683		
Позитивные чувства к себе как к родителю (матери)		0,705	
Позитивные чувства к родительству (материнству) в целом		0,605	
Позитивные чувства к ребенку, обусловленные его достоинствами и достижениями		0,567	
Позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии		0,577	

Продолжение таблицы 11

Родительская (материнская) любовь		0,585	
Позитивные чувства к супругу как к родителю		0,459	
Когнитивный образ идеальной матери			
Эмоциональный образ идеальной матери	0,493		
Поведенческий образ идеальной матери	0,532		
Когнитивный образ реальной матери			
Эмоциональный образ реальной матери	0,405		
Поведенческий образ реальной матери	0,708		
Материнская любовь		0,502	
Материнская симпатия		0,498	
Когнитивная составляющая материнской любви		0,817	
Эмоционально-чувственная составляющая материнской любви		0,808	
Поведенческая составляющая материнской любви		0,693	
Стереотипность родительской (материнской) роли			0,417
Устойчивость родительской (материнской) роли			0,504
Присвоение примера родителей			
Внезапность перехода к родительской (материнской) роли			
Культурный аспект идентичности			
Социальный аспект идентичности			0,693
Личностный аспект идентичности			
Воспитательная позиция			

Системообразующим показателем данного фактора является показатель «осознанность родительской (материнской) ответственности» (-0,653). Данное явление вполне объяснимо. Ответственность является одним из важных лич-

ностных качеств, способствующих выполнению любого дела, в том числе воспитания ребенка, нуждающегося в постоянной заботе, уходе и внимании. Анализ показателей позволяет назвать данный фактор «Материнское поведение».

Системообразующим фактором в структуре неполной семьи является «Материнское поведение». Полученные данные еще раз доказывают, что одинокие женщины особым образом подходят к системе воспитания, которая определяется их мотивацией, отношением к себе как к родителю. Это в свою очередь оказывает влияние на их родительские позиции и установки. Вопрос о том, как правильно воспитать ребенка без отца, встает перед ними ежедневно, что, возможно, отодвигает на второй план эмоциональную составляющую материнства по сравнению с неодинокими матерями.

В состав **первого** фактора вошли показатели: «поведенческий образ реальной матери» (0,708); «осознанность семейных ценностей» (0,697); «осознанность родительского (материнского) отношения» (0,683); «поведенческий образ идеальной матери» (0,532); «эмоциональный образ идеальной матери» (0,493); «эмоциональный образ реальной матери» (0,405).

Ядром данного фактора является показатель «поведенческий образ реальной матери». Это говорит о том, что женщины часто задумываются о правильности своего поведения в отношении с ребенком, которые существенным образом оказывают влияние на его воспитание.

Анализ показателей позволяет назвать данный фактор «Представление о материнстве».

Во **второй** фактор включились следующие показатели: «когнитивная составляющая материнской любви» (0,817); «эмоционально-чувственная составляющая материнской любви» (0,808); «позитивные чувства к себе как к родителю (матери)» (0,705); «поведенческая составляющая материнской любви» (0,693); «позитивные чувства к родительству (материнству) в целом» (0,605); «осознанность родительских (материнских) чувств» (0,597); «родительская (материнская) любовь» (0,585); «позитивные чувства к ребенку основанные на безусловном принятии» (0,577); «позитивные чувства к ребенку, обусловленные его достоинствами и достижениями» (0,567); «материнская любовь» (0,502); «позитивные чувства к супругу как к родителю» (0,459); «материнская симпатия» (0,498).

Анализ показателей позволяет назвать данный фактор «Материнские чувства».

Доминирующим показателем второго фактора является «когнитивная составляющая материнской любви». Это говорит о том, что главным для женщины являются знания и представления о материнской любви, а не о разнообразии способов ее выражения в отсутствие отца, как это происходит в неполной семье, чтобы ребенок мог максимально чувствовать теплые отношения матери, старающейся во всем заменить обоих родителей.

**Третий фактор** включает в себя «социальный аспект идентичности» (0,693); «осознанность родительской (материнской) ответственности» (0,572); «осознанность стиля семейного воспитания» (0,564); «устойчивость родительской (материнской) роли» (0,504); «осознанность родительской (ма-

*теринской) позиции» (0,514); «осознанность родительских (материнских) установок» (0,495); «стереотипность родительской (материнской) роли» (0,417).*

Системообразующим показателем данного фактора является показатель «социальный аспект идентичности». Скорее всего, это связано с тем, что для этих женщин материнство желанно, поскольку их целью является развитие ребенка и обеспечение его благополучия.

Анализ показателей позволяет назвать данный фактор «Материнское поведение».

Системообразующим фактором в данной структуре является «Материнские чувства». Возможно, это связано с тем, что женщина, чувствуя поддержку со стороны мужа, реже по сравнению с одинокими матерями задумывается о выборе форм воспитания. Она отдает предпочтение эмоциональной составляющей материнства, исходя из своих психологических особенностей – преобладания чувств и переживаний над всеми остальными сторонами жизни.

Итак, факторный анализ позволил окончательно определить показатели компонентов структуры полного и неполного материнства. Некоторые из них не вошли в ее состав, например, «личностный аспект родительской (материнской) идентичности», «внезапность перехода к родительской (материнской) роли». Это может свидетельствовать о том, что материнство не было заранее спланировано и не воспринималось женщинами как один из способов самореализации. Параметр «воспитательная позиция», отражающий ее гендерную специфику, также не вошел в состав. Скорее всего, причиной этому является отсутствие ярко выраженных различий, зависящих от пола родителя.

Таким образом, из 32 показателей, выдвинутых в начале работы, 26 составили структуру неполного материнства, 25 – структуру полного. 22 показателя входят как в структуру полного, так и в структуру неполного материнства. Это параметры, относящиеся к материнской любви («когнитивная составляющая материнской любви», «эмоционально-чувственная составляющая материнской любви», «поведенческая составляющая материнской любви», «материнская любовь», «материнская симпатия»), без которой невозможно представить материнство вообще вне зависимости от социального статуса и положения женщины. Соответственно и параметры, отражающие позитивное отношение к родительству, к себе, ребенку, супругу, также присутствуют в обеих структурах. К общим параметрам также относятся «осознанность семейных ценностей» и «устойчивость родительской (материнской) роли», что свидетельствует о приоритетности семьи, материнства в системе ценностей женщины. Постоянным остается вопрос и о выборе форм, методов воспитания детей, о чем говорит присутствие таких показателей, как «осознанность стиля воспитания», «осознанность родительских (материнских) позиций», «осознанность родительских (материнских) установок», «осознанность родительской (материнской) ответственности». В представлениях о материнстве у всех матерей присутствует «поведенческий образ идеальной и реальной матери», «эмоциональный образ реальной и идеальной матери». Кроме того, в обоих типах семей присутствует «осознанное родительское (материнское) отношение».

В структуре неполного материнства в отличие от полного присутствует «когнитивный образ идеальной и реальной матери», что свидетельствует о более расширенном взгляде на материнство.

Кроме того, присутствуют параметры, не вошедшие в структуру полного материнства: «присвоение примера родителей», «культурный аспект родительской (материнской) идентичности». Данные показатели относятся, прежде всего, к сфере поведенческих проявлений матери по отношению к ребенку, которые могут отличаться в процессе воспитания в неполной семье. В неполной семье в отличие от полной отсутствует такой параметр, как «осознанность родительских (материнских) чувств». Скорее всего, это связано с тем, что оценить степень осознанности эмоциональной сферы – всегда очень тяжелая задача, тем более в контексте материнских чувств, отличающихся самоотверженностью и бескорыстностью.

Таким образом, с помощью факторного анализа было доказано наличие трех компонентов в структуре полного и неполного материнства.

### 2.3 Сравнительный анализ материнства в полных и неполных семьях

На основании теоретического анализа мы пришли к выводу о том, что материнство в неполной семье имеет свою специфику. Для выявления этих особенностей был использован t-критерий Стьюдента. С помощью данного критерия нами были выявлены достоверные различия между материнством в неполных и полных семьях по трем структурно-содержательным компонентам: когнитивному, эмоциональному, поведенческому. Результаты исследования отражены в таблице 12.

**Таблица 12 – Достоверность различий показателей в выборке неполных и полных материнских семей**

Показатели	Значение t-критерия Стьюдента	Уровень значимости (p)
<b>Когнитивный компонент</b>		
Когнитивный образ идеальной матери	2,641	0,008
Эмоциональный образ реальной матери	2,310	0,01
Поведенческий образ реальной матери	4,101	0,002
Осознанность родительских (материнских) позиций	2,828	0,005
Осознанность родительских (материнских) установок	2,64	0,001

Продолжение таблицы 12

<b>Эмоциональный компонент</b>		
Материнская любовь	2,801	0,05
Поведенческая составляющая материнской любви	2,057	0,05
Позитивные чувства к себе как к родителю	2,063	0,01
Позитивные чувства к супругу как к родителю	4,185	0,01
<b>Поведенческий компонент</b>		
Осознанность родительской (материнской) ответственности	1,969	0,05
Осознанность стиля воспитания	3,955	0,002
Устойчивость родительской (материнской) роли	2,923	0,004

Представленные в таблице 12 показатели свидетельствуют о том, что образ идеального родителя отражается в сознании одинокой матери намного яснее и четче по сравнению с матерями, воспитывающими детей в полных семьях, но их установки и позиции, проявляющиеся в особенностях взаимодействия матери и ребенка, выражены намного хуже. Возможно, это связано с тем, что одинокие матери, сталкиваясь с большим количеством затруднений материального, социального, психологического характера, часто задумываются о том, как бы их жизнь сложилась рядом с мужем и отцом ребенка, в результате чего рисуют четкую картину желаемых взаимоотношений с ребенком, которые часто не воплощаются в реальности.

Если же обратиться к описанию качеств, присущих одиноким матерям, принимавшим участие в исследовании (образ реального родителя), то для них характерно благоразумие, доверие, любовь к детям и возможность быть не всегда справедливым в процессе воспитания.

Они знают о воспитании детей немного и не считают, что отсутствие опыта мешает быть хорошим родителем. Одинокие матери не считают нужным полностью ограничивать своего ребенка, вмешиваться в его жизнь, критиковать, влиять на его решения или решать за него. Они не стремятся доказывать свою правоту, проявлять строгость, требовательность, но ни в коем случае не оставляют его один на один с проблемами и проявляют те или иные качества в зависимости от ситуации, в которой оказался их ребенок.

Для своих детей они стремятся быть более сильными, практичными, ответственными, проявлять больше уважения к ним, хвалить и помогать во всем, уделять больше времени воспитанию, обучению своих детей, не боятся извиниться, если совершили ошибку. Также они стремятся проявлять больше ласки, теплоты и сделать свою жизнь более счастливой, радостной.

Неизменным в образах реального и идеального родителя остается доверие к детям и стремление не критиковать и не ограничивать свободу действий своего ребенка, не решать все проблемы за него.

В целом можно сказать, что из 57 параметров, по которым оценивался образ реального и идеального родителя, 49 изменяются. Из них преобладают стремления ставить своего ребенка на первое место в жизни, больше проводить времени вместе, интересоваться его проблемами и победами, одобрять, не обижать и не кричать.

В образе реального родителя в полных семьях явно преобладает теплота, любовь во взаимоотношениях, стремление к сотрудничеству с детьми и большое желание воспитывать подрастающее поколение.

Идеального родителя матери из полных семей представляют как счастливого, любящего, доброго, благоразумного, справедливого, бескорыстного, ответственного, понимающего, спокойного. С их точки зрения, он должен уважать мнение детей, не бояться признать свои ошибки, интересоваться, гордиться достижениями своих детей, проводить с ними как можно больше свободного времени, не жалеть сил на воспитание и обучение.

Точно так же, как и в неполных семьях, у матери выделяют достаточно большое количество параметров (43), по которым они бы хотели совершенствоваться как родители.

Неизменными в образах реального и идеального родителя в полных семьях остаются бескорыстие, доверие к детям, мягкость во взаимоотношениях, умеренное применение критики по отношению к поступкам ребенка, степень участия в принятии решений детьми.

Степень проявления материнской любви, выраженной в поступках и действиях матери по отношению к ребенку, в неполной семье выражена слабее, чем в полных. Возможно, объяснение данного феномена нужно искать в причине образования данного типа семей, которое и сказалось на отношении к ребенку. Несмотря на это, одинокие матери положительно оценивают себя в качестве родителя, а именно в успешности выполнения основных функций по развитию и воспитанию детей. Отношение к отцу ребенка носит более негативный характер по сравнению с неодинокими матерями.

Действия и поступки одинокой матери отличаются низким уровнем ответственности и осознанности при выборе стиля воспитания. Однако устойчивость материнской роли намного выше, чем в полных семьях, что отражается в склонности женщины использовать традиционную для данного общества форму воспитания с учетом национальных и культурных тенденций.

Сами же дети, оценивая своих родителей, говорят о том, что матери, воспитывающие их в одиночку, отличаются большей враждебностью и директивностью по отношению к ним, чем матери в полной семье. Отношение к отцу как в полных, так и неполных семьях по изучаемым параметрам ничем не отличается друг от друга. Сделанные выводы подтверждаются цифровыми значениями в таблице 13.



**Таблица 13 – Достоверность различий показателей в выборке неполных и полных материнских семей\***

Показатель	Значение t-критерия Стьюдента (оценка матери)	Уровень значимости (p)	Значение t-критерия Стьюдента (оценка отца)	Уровень значимости (p)
Директивность	<b>3,703</b>	0,01	0,115	0,9
Враждебность	<b>2,332</b>	0,03	1,815	0,08
Автономность	1,489	0,144	0,188	0,8
Непоследовательность	0,41	0,68	1,817	0,08
Позитивный интерес	1,62	0,17	0,135	0,89

*Примечание:* \*- область значимых различий выделена **жирным** шрифтом.

Для выявления психологических особенностей одиноких матерей с высоким и низким уровнем осознанности родительства (материнства) с помощью t-критерия Стьюдента был проведен сравнительный анализ двух групп женщин. В каждой группе по 30 человек. Результаты отражены в таблице 14.

**Таблица 14 – Достоверность различий показателей в группе женщин с высоким и низким уровнем осознанности родительства (материнства)**

Показатели	Значение критерия t-Стьюдента	Уровень значимости (p)
Позитивные чувства к себе как к родителю (матери)	3,8	0,01
Позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии	3,1	0,01
Позитивные чувства к супругу как к родителю	3,4	0,01
Когнитивный компонент материнской любви	2,75	0,01
Когнитивный образ идеальной матери	3,9	0,01

Полученные данные свидетельствуют о том, что женщины с более высоким уровнем осознанности материнства эмоционально намного позитивнее относятся к себе как к родителю, уверены в своих силах и возможностях, родительском потенциале, необходимом для воспитания ребенка. Они стараются

принять его со всеми достоинствами и недостатками. У таких матерей сложилось четкое представление о родительской любви, какой она должна быть, в чем проявляться и как повлиять на ребенка, его поведение и развитие как личности.

Женщины с более низким уровнем осознанности материнства воспринимают отца ребенка как родителя достаточно негативно, испытывают далеко не позитивные чувства по отношению к нему. Представление о родительстве в общем и о материнстве в частности несколько отличается от первой группы женщин своим стремлением к идеализации. Образ идеального родителя и те качества, которыми он должен обладать, выражены намного ярче, что говорит о стремлении стать лучшим родителем для своего ребенка.

Для подтверждения нашего предположения о неприятии детьми поведения матери с низким уровнем осознанности родительства (материнства) был проведен сравнительный анализ оценок детей, опрошенных по методике «Подростки о родителях» З. Матейчик, Р. Ржичан (таблица 15).

**Таблица 15 – Достоверность различий показателей в выборке матерей с высоким и низким уровнем осознанности**

Показатель	Значение t-критерия Стьюдента (оценка матери)	Уровень значимости (p)
Директивность	<b>3,15</b>	0,01
Враждебность	2,23	0,05
Автономность	1,34	0,03
Непоследовательность	0,56	0,08
Позитивный интерес	<b>3,22</b>	0,01

*Примечание:* \*- область значимых различий выделена **жирным** шрифтом.

Полученные данные свидетельствуют о том, что дети отмечают жесткий контроль, навязывание чувства вины за происходящее в семье проблемы, постоянное напоминание со стороны матери о ее жертвенности ради их блага. Чрезмерная забота, внимание, опека, отношение как к маленькому ребенку – все это зачастую вызывает раздражение у подростков, стремящихся к самостоятельности и независимости.

С помощью t-критерия Стьюдента нами также был проведен сравнительный анализ особенностей женщин из полных семей с высоким и низким уровнем осознанности родительства (материнства). Результаты представлены в таблице 16.

Эти показатели свидетельствуют о наличии у женщин с высоким уровнем осознанности позитивного отношения к материнству в целом и к себе как к матери. Она разделяет воспитательную тактику мужа и видит в нем хорошего отца для их ребенка, которого она принимает со всеми его достоинствами и недостатками.

**Таблица 16 – Достоверность различий показателей в группе женщин с высоким и низким уровнем осознанности родительства (материнства)**

Показатели	Значение t-критерия Стьюдента	Уровень значимости (p)
Позитивные чувства к родительству	3,9	0,01
Позитивные чувства к себе как к родителю (матери)	2,78	0,01
Позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии	2,82	0,01
Позитивные чувства к супругу как к родителю	3,2	0,01

Если провести сравнение полученных характеристик матерей с высоким уровнем осознанности из неполных семей, то по этим параметрам они будут такими же. Это свидетельствует о том, что женщины с высоким уровнем осознанности воспитывают ребенка в зависимости от своего отношения к материнству, процессу воспитания, и они близки к женщинам, воспитывающим ребенка вместе с мужем. Это подтверждает гипотезу о том, что женщины из неполной семьи с высоким уровнем осознанности материнства способны компенсировать своим поведением и построением воспитательной тактики отсутствие отца в семье.

#### 2.4 Типология матерей в полной и неполной семье

Для подтверждения нашего предположения, что материнство в полной и неполной семьях может проявляться в определенных типах, наполненных специфическим содержанием, был проведен кластерный анализ, в результате которого было выделено шесть типов матерей.

Типология *одиноких матерей* представлена тремя группами.

«*Позитивная мать*» высоко оценивает себя как родителя, характеризуя с положительной стороны свои личностные качества, необходимые для воспитания ребенка. Об этом свидетельствуют значения таких показателей, как «когнитивный образ идеальной матери» (41,00), «эмоциональный образ идеальной матери» (44,00)\*, «поведенческий образ идеальной матери» (44,00), «когнитивный образ реальной матери» (44,00), «эмоциональный образ реальной матери» (44,00), «поведенческий образ реальной матери» (40,00). Она очень хорошо оценивает и отца ребенка как родителя (23,00), не испытывая к нему негатив-

\* \* - значения кластерных центров.

ных эмоций, несмотря на положение одинокой матери. Любовь к ребенку основана, прежде всего, на его безусловном принятии со всеми его недостатками и достоинствами (23,00). Из всех компонентов материнской любви больше всего выражены ее эмоциональная (7,00) и поведенческая составляющие (7,00), свидетельствующие о том, что только действия и поступки, основанные на возникающих у матери эмоциях, способны доказать истинность чувств по отношению к ребенку. Значение показателя «гиперпротекция» (6,00) еще раз доказывает то, что данный тип матерей уделяет ребенку много времени и сил. Для них воспитание ребенка является одной из главных целей в жизни.

В данную группу входят 29% испытуемых.

**«Сознательная мать».** Высокая степень осознанности ценности семьи является одной из главных особенностей данного типа матерей (25,09). Это свидетельство того, что создание семьи, рождение и воспитание детей всегда входило в систему ее жизненных планов. Даже в ситуации одинокого материнства она не перестает быть верной данному принципу, поскольку ее отношение к материнству, несмотря ни на что, носит позитивный характер (22,12). Кроме этого, у нее хорошо проработана вся система отношений к процессу воспитания детей, которая отражается, прежде всего, в ее поступках и действиях (24,00).

Развитое представление данной категории матерей о родительской любви (22,00), способах и возможностях ее проявления также способствует выстраиванию адекватного родительского отношения к своему ребенку (24,78).

К данной группе матерей относится 37% испытуемых.

**«Традиционная мать»** воспитывает своих детей, ориентируясь, прежде всего, на принятые в обществе нормы и традиции (1,00). У нее нет четкого представления о материнской любви, о том, какой она должна быть, в каких формах проявляться (2,91), но она не стесняется этого, стараясь выразить ее во множествах появлений. Степень выраженности личностных качеств родителя и особенности поведения, характеризующие образ «реальной» матери являются самой низкой из всех типов одиноких матерей («когнитивный образ реальной матери» (11,39), «эмоциональный образ реальной матери» (10,70), «поведенческий образ реальной матери» (6,48)). Это свидетельствует о том, что она не дает высокой оценки своим качествам и не стремится их изменить, поскольку они полностью ее устраивают («когнитивный образ идеальной матери» (6,09), «эмоциональный образ идеальной матери» (6,48), «поведенческий образ идеальной матери» (7,57)). Отца ребенка, как и себя, она оценивает достаточно негативно, испытывая к нему далеко не положительные чувства (13,00). Кроме того, данный тип матерей старается не ограничивать свободу ребенка, предъявляя ему минимум требований. Существующие запреты ребенок легко нарушает, зная, что отчитываться перед мамой все равно не придется, поскольку ему фактически все позволено (значение показателя «недостаточность требований-запретов» 3,50).

34% испытуемых принадлежат к данной группе.

Типология *матерей, воспитывающих детей с супругом*, также включает в себя три группы.

**«Созидательная мать».** Данный тип матерей является самым эмоциональным, поскольку главной характеристикой, отличающей ее от остальных типов, является ее позитивное отношение к материнству в целом (22,37), к себе как к родителю (21,00), к ребенку, основанное на его безусловном принятии (24,00), к ребенку, обусловленное его достоинствами и достижениями (22,00), к супругу как к родителю (21,35). Положительный настрой такой женщины способен создать благоприятную психологическую атмосферу любви, уюта в семье, способствующий воспитанию ребенка в заботе и внимании. Самые высокие значения по показателю осознанность материнской ответственности (25,65) еще раз доказывает развитое чувство долга женщины перед своей семьей, заботой о ней и о воспитании подрастающего поколения. В отношениях с ребенком предпочитает обходиться без наказаний или применяет их крайне редко. Она старается поощрять ребенка и сомневается в необходимости наказаний (показатель «минимальность санкций» 3,56).

К данной группе матерей относится 19% испытуемых.

**«Жертвенная мать».** Данный тип матерей отличается высокой степенью осознанности семейных ценностей (24,00), материнского отношения (29,00), позитивным отношением к ребенку, основанным на его безусловном принятии (22,00) и обусловленным его достоинствами и достижениями (24,00), негативным отношением к супругу как к родителю (15,00), когнитивной (7,00) и поведенческой (7,00) составляющей материнской любви, позитивном поведенческом образе идеальной матери (44,00). Это характеризует данный тип матерей как женщин, ставящих в семейной жизни любовь к ребенку на первое место. Она принимает его таким, какой он есть со всеми его недостатками и достоинствами и не устает гордиться его достижениями. Любит побаловать ребенка, стремится удовлетворить все его потребности и желания (показатель «потворствование» 7,00). Она четко представляет себе, как должна вести себя мать, чтобы «правильно» организовать процесс воспитания. К своему мужу она испытывает негативные эмоции, что отражается на ее негативном отношении к нему. Возможно, это объясняется развитой устойчивостью материнской роли (1,00), которая говорит о приоритетности материнства над всеми остальными социальными ролями и нежелании ее менять или отказываться от нее.

36% испытуемых принадлежат к данной группе.

**«Адаптивная мать».** Для данного типа матерей в отличие от всех остальных характерны низкие значения по параметрам «эмоциональный образ реальной матери» (13,95), «поведенческий образ реальной матери» (1,54). Это говорит о том, что женщина не характеризует себя как мать, обладающая необходимыми качествами для воспитания ребенка. Причем желание изменить себя, развить необходимые, недостающие ей качества у нее отсутствует («эмоциональный образ идеальной матери» (15,90), «поведенческий образ идеальной матери» (12,87)). Зато степень осознанности выбора стиля воспитания (23,95), материнских позиций (23,26), чувств (22,67), установок (22,22) у нее высокая. Это показатель ее способностей выстраивать свои взаимоотношения с ребенком в соответствии с его индивидуально- психологическими особенностями, возрас-

том и полом, найти выход в зависимости от сложившейся ситуации, а не действовать стереотипно.

45% испытуемых составляет приведенную группу.

У всех матерей, воспитывающих детей с мужем, вне зависимости от их принадлежности к тому или иному типу ярко выражено одно из качеств, без которого не мыслится ни одна мать – материнская любовь. Любовь бескорыстная, безоценочная, жертвенная, способная дать ребенку чувство защищенности и смысла жизни.

Таким образом, несмотря на схожесть отдельных показателей в типологии одиноких и не одиноких матерей, по своему содержанию они существенно отличаются, что еще раз доказывает существующие отличия материнства в полных и неполных семьях.

### Выводы по второй главе

- 1 В ходе проведения корреляционного и факторного анализа было доказано наличие в структуре неполного материнства трех компонентов: когнитивного, эмоционального, поведенческого; определены 26 показателей структурных компонентов изучаемого феномена.
- 2 Содержание материнства в неполной семье отличается от полной смещением показателей по всем трем компонентам как в сторону увеличения, так в сторону уменьшения.
- 3 Особенности выполнения основных функций по воспитанию детей в неполной материнской семье зависят от уровня осознанности материнства: чем выше уровень осознанности, тем больше поведение матери приближено к поведению женщины, воспитывающей ребенка вместе с мужем, что позволяет компенсировать его отсутствие в неполной семье.
- 4 Степень выраженности показателей компонентов материнства и их содержание по-разному проявляется в различных типах матерей в полной и неполной семье. В *полной семье «Созидательная мать»* (позитивное отношение к материнству в целом, к себе как к родителю, к ребенку, основанное на его безусловном принятии, обусловленное его достоинствами и достижениями, к супругу как к родителю, высокая осознанность материнской ответственности, минимальность санкций); *«Жертвенная мать»* (высокая степень осознанности семейных ценностей, материнского отношения, позитивное отношение к ребенку, основанное на его безусловном принятии и обусловленное его достоинствами и достижениями, негативное отношение к супругу как к родителю, развитая когнитивная и поведенческая составляющая материнской любви, позитивный поведенческий образ идеальной матери, устойчивость материнской роли, потворствование); *«Адаптивная мать»* (низкие значения по параметрам «эмоциональный образ реальной матери», «поведенческий образ реальной матери», «эмоциональный образ идеальной матери», «поведенческий образ идеальной матери», высокая степень осознанности выбора стиля воспитания, материнских позиций, чувств, установок).

В неполной семье **«Позитивная мать»** (высокие значения показателей образа «идеальной» и «реальной матери», позитивное отношение к отцу ребенка как к родителю, позитивное отношение к ребенку, основанное на его безусловном принятии, эмоциональная и поведенческая составляющие материнской любви, гиперпротекция); **«Сознательная мать»** (высокая степень осознанности ценности семьи, материнского отношения, родительской любви, позитивное отношение к материнству); **«Традиционная мать»** (развитый социальный аспект материнской идентичности, низкие значения когнитивной составляющей материнской любви, негативная оценка образа «реальной», «идеальной» матери и отца ребенка как родителя, недостаточность требований-запретов).

## Глава 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

### 3.1 Программа психологического сопровождения материнства в неполной семье

Результаты теоретического анализа и эмпирического исследования показали, что развитие материнства в неполной семье является актуальной проблемой, нуждающейся в поиске новых и эффективных средств развития такой семьи, поскольку существующие формы психологического сопровождения ориентированы, прежде всего, на женщин во время беременности и первые месяцы после родов. Вопросы воспитания стоят перед женщинами на протяжении всего периода материнства, поэтому и возникает необходимость грамотно организовать процесс психологического сопровождения матерей, тем более тех, кто воспитывает детей в одиночку. К сожалению, обозначенная проблема, несмотря на свою актуальность, разработана не в должной мере и представляет собой пространство для дальнейшей работы психологов.

По мнению Р.В. Овчаровой, в российской психологической практике сложились две основные модели работы с родителями: поддержка и сопровождение. *Психологическая поддержка* – это система социально-психологических способов и методов, способствующих социально-психологическому самоопределению личности в ходе формирования ее способностей, ценностных ориентаций и самосознания. Психологическая поддержка осуществляется путем оптимизации психологического состояния человека как следствие полного разрешения или снижения актуальности психологических проблем, препятствующих самореализации на каждом из этапов жизни [110, 250].

*Психологическое сопровождение* – это система профессиональной деятельности психолога, направленная на создание благоприятных социально-психологических условий для развития клиента в ситуации взаимодействия, в данном случае – родителя. По мнению М.Р. Битяновой, Н.В. Коновалова и других отечественных психологов, психологическое сопровождение включает в себя диагностику, профилактику, консультирование, участие в развивающих и коррекционных занятиях [12; 13]. Та и другая модель направлены на успешность, полноценность развития, но одна работает за счет помощи и работы со случившимся неблагополучием, а другая – за счет созданных условий, предотвращающих это неблагополучие. Психологическое сопровождение родителей представляется более перспективным направлением работы, поэтому именно ему было отдано предпочтение при разработке программы «Счастье материнства».

Программа включает в себя комплекс взаимосвязанных диагностических, обучающих (информационных), развивающих, консультационных мероприятий, направленных на создание благоприятных психологических условий и решение проблемных ситуаций в области материнства и особенностей взаимоотношений с ребенком в неполной материнской семье.



Программа психологического сопровождения неполного материнства опирается на ряд подходов:

- *индивидуальный подход* (А.С. Макаренко, В.А. Сухомолинский, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин) обеспечил возможность учитывать индивидуально-специфические условия, влияющие на развитие материнства и особенности его реализации в отношениях с детьми [91; 143; 84; 169];

- *дифференцированный подход* (А.В. Мудрик, И.С. Кон, Н.А. Алексеев, Е.В. Бондаревская, В.Д. Шадриков) способствовал учету индивидуальных различий одиноких матерей в организации их психологического сопровождения [73; 161];

- *рефлексивный подход* (И.С. Ладенко, И.Н. Семенова, Н.Г. Алексеева, Г.П. Щедровицкий) позволил соотнести существующие знания, умения и опыт с полученными в ходе психологического взаимодействия с психологом [85; 166].

*Целью* программы является развитие когнитивного, эмоционального, поведенческого компонентов материнства в неполной семье.

Реализация цели осуществлялась через решение следующих *задач*:

1 Диагностировать особенности неполного материнства у одиноких матерей, воспитывающих детей в возрасте от 6 до 18 лет.

2 Передать теоретические знания, умения и опыт материнства и построения взаимоотношений с детьми через программу психологического сопровождения «Счастье материнства».

3 Развить показатели компонентов неполного материнства до их «идеальных» значений посредством психологического тренинга.

4 Выработать стратегию поведения одинокой матери с учетом ее индивидуально-типологических особенностей и особенностей ребенка для их гармоничного взаимодействия друг с другом.

5 Разработать рекомендации эффективного взаимодействия ребенка и матери с высоким и низким уровнем осознанности в неполной семье.

Программа психологического сопровождения неполного материнства *включает в себя* несколько *этапов* (таблица 17).

*Диагностический этап.* На данном этапе проводится диагностика таких особенностей материнства, как осознанное отношение к материнству в целом, к себе как к родителю, к ребенку, материнские роли, установки, позиции, ценности, стиль воспитания, ответственность, материнские чувства.

*Информационный этап.* Представляет собой шесть лекционных занятий, на которых матери получают первичную информацию о влиянии семьи на формирование личности ребенка; о психологических особенностях детей разного возраста, их трудностях и проблемах; осознают свою ответственность за воспитание, способы взаимодействия с ребенком, знакомятся с типичными ошибками воспитания, в том числе связанными с отсутствием отца и мужа в семье.

**Таблица 17 – Этапы реализации программы психологического сопровождения «Счастье материнства»**

Этапы реализации	Цель	Форма работы	Время проведения
Диагностический	Выявление индивидуальных особенностей материнства у одиноких матерей	Психодиагностическое исследование	5 часов
Информационный	Передать теоретические знания о психологии материнства и его особенностях в неполной семье	Лекционные занятия, групповые дискуссии	6 часов
Тренинговый	Развитие составляющих неполного материнства до его «идеального» образа – гармонично развитой личности женщины и адекватных способов построения взаимоотношений с ребенком.	Психологический тренинг	28 часов
Консультативный	Выработать стратегию поведения одинокой матери с учетом ее индивидуально-типологических особенностей и особенностей ребенка для их гармоничного взаимодействия друг с другом	Индивидуальные консультации	В зависимости от запроса

Данный этап является очень важным, первостепенным при получении знаний в любой области, несмотря на то, что он носит односторонний, репродуктивный характер и заставляет участников занимать пассивную позицию.

Занятия предшествовали психологическому тренингу и обеспечили наиболее эффективное вхождение его участников в дальнейшую работу, привели к осознанию важности затронутой проблемы и необходимости работы над ней.

Примерные *темы* для информационного этапа:

- Влияние семьи и воспитания на формирование личности ребенка.
- Возрастные кризисы ребенка в развитии, их трудности и способы преодоления.
- Особенности воспитания в неполной семье.
- Материнские позиции и установки в воспитании.
- Материнские чувства и способы их выражения.
- Типы семейного воспитания. Возможные нарушения процесса

воспитания (приложение А).

*Тренинговый этап.* Основной целью тренинга является развитие описанных составляющих неполного материнства до его «идеального» образа – гармонично развитой личности женщины и адекватных способов построения взаимоотношений с ребенком.

В ходе реализации тренинга решаются следующие задачи:

- 1 Расширить представления о материнстве в целом и о себе как о родителе в частности.
- 2 Увеличить степень осознанности материнских установок и ожиданий.
- 3 Расширить основные составляющие материнской любви по отношению к своему ребенку.
- 4 Придать эмоциональному отношению к отцу ребенка положительную окраску.
- 5 Изменить формы поведения одинокой матери в воспитании детей, прежде всего, в выборе стиля воспитания и степени ответственности за совершаемые поступки.
- 6 Уменьшить степень устойчивости материнской роли.
- 7 Развить навыки рефлексии, самоанализа, формирования мотивации на внутреннее изменение.

Для эффективности тренинга было реализовано формирование не только отдельных составляющих, но и всех структурно-содержательных компонентов материнства, прежде всего, в их взаимодействии друг с другом, что позволяет комплексно работать над возникающими проблемами одиноких матерей.

Участие в тренинге приводит к развитию таких навыков гармоничного межличностного взаимодействия, как умение выражать свои чувства, разрешать конфликтные ситуации, выслушивать собеседника. Все они необходимы для построения эффективной системы воспитания, особенно в ситуации одинокого материнства, которое несет в себе достаточно большое количество проблем как для матери, так и для ребенка.

В ходе занятий происходит осознание детских переживаний, связанных с собственным детством, родителями, которые часто бессознательно переносятся в систему отношений с собственным ребенком и не всегда положительно сказываются на процессе воспитания, сужают рамки представлений о материнстве, способах его проявления, особенно в сложившейся ситуации.

Тренинг позволяет расширить представления о себе как о личности, о своих внутренних способностях, возможностях как о неиссякаемом источнике решения возникающих жизненных проблем.

В течение занятий женщина нивелирует свое негативное отношение к отцу ребенка, которое оказывает влияние не только на ее эмоциональное состояние, но и на особенности поведения матери в отношении ребенка, например, воспринимаемого как обуза. Часто мать проецирует на ребенка отрицательные качества его отца.

В основе данного тренинга лежат представления о психолого-педагогическом сопровождении в целом (М.Р. Битянова, Т.И. Чиркова, Т.И. Демидова, С.А. Минюрова, Е.А. Тетерлева и др.), родительства в частно-

сти, ориентированные на обучение и личностное развитие (А. Адлер, Т. Гордон, А.Я. Варга, Р.В. Овчарова, М.О. Ермихина и др.) [12; 100; 3; 184; 28; 110; 54].

При создании тренинга были использованы основные принципы и закономерности социально-психологического тренинга (М.Р. Битянова, Т.В. Зайцева, М. Кипнис, А.Г. Лидерс, К. Рудестам и др.), различные психологические упражнения, используемые в тренинговых программах (Н.В. Ключева, К. Фоппель, Н.А. Грецов и др.), собственные авторские упражнения [12; 58; 69; 88; 122; 70; 151; 43].

*Механизмом формирования* данного феномена является работа с одинокими матерями, направленная на развитие их личностных качеств, способствующих развитию когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов, влияющих на изменение отношения матери к себе как к родителю, к ребенку и к материнству в целом.

*Процессуальные характеристики тренинга.* Программа тренинга рассчитана на 28 часов, распределенных на 12 занятий, которые проводятся 1 раз в неделю. Перерыв между встречами позволит матерям осмыслить полученные знания, умения и даст возможность применить их на практике в жизни.

Программа включает в себя 3 блока, каждый из которых ориентирован на работу с одним из компонентов структуры неполного материнства.

*Первый блок* – занятия, направленные на развитие когнитивного компонента с целью увеличения степени осознанности материнских установок и позиций, расширения и систематизации представлений о себе как о родителе.

Среди упражнений данного блока можно назвать такие, как «Картинная галерея», «Портрет», «Мои качества», техника «Sic Volo».

Время проведения занятий первого блока составляет 7 часов 15 минут.

*Второй блок* – занятия, направленные на развитие эмоционального компонента, которые ставят своей главной задачей развитие основных составляющих материнской любви, необходимой для полноценного развития ребенка.

Примерами упражнений данного блока являются «Что такое любовь?», «Любовь и ярость», «Способы выражения любви», «Я-высказывания», «Рисование по инструкции», «Продолжи искренне».

Время, затраченное на проведение занятий второго блока, составляет 8 часов 5 минут.

*Третий блок* – занятия, направленные на развитие поведенческого компонента, которые способствуют расширению поведенческого репертуара матери.

К упражнениям данного блока относятся «Разбираем ситуации», «Угадай стиль», «Маски».

Время, затраченное на реализацию данного блока, 7 часов 45 минут.

Кроме этих блоков разработано вводное занятие «Знакомство» (2 часа 35 минут) и итоговое «Заключительное» (2 часа 15 минут).

Каждое занятие имеет свою *структуру*, включающую в себя стандартные разделы: ритуал приветствия, разминка, основное содержание тренинга, рефлексия, ритуал прощания.

Все встречи наполнены достаточно большим количеством упражнений, направленных на сплочение группы, поскольку оно в большей степени влияет на удовлетворение работой и, как следствие, на реализацию поставленных целей.

Реализация программы предполагает использование разнообразных методов и приемов, среди которых можно назвать информирование, анкетирование, ролевые игры, упражнения–дискуссии, мозговой штурм, анализ ситуаций, домашнее задание, элементы арттерапии, психогимнастические упражнения, упражнения-разминки на групповое сплочение, активизацию участников, упражнения, завершающие занятия [41; 75; 92; 95; 117; 126].

Разработанный тренинг со всеми упражнениями и необходимыми для него материалами представлен в приложении В.

Консультационный этап. Представляет собой индивидуальную консультативную работу с каждым участником программы психологического сопровождения, направленную на решение, прежде всего, двух задач:

- 1) разрешение трудных ситуаций, возникающих в ходе воспитания у каждой матери;
- 2) поиск путей по изменению форм отношений матери к ребенку, условий воспитания в зависимости от принадлежности женщины к тому или иному типу одиноких матерей (по разработанной автором типологии) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.

Консультации проводятся постоянно по ходу реализации программы. Женщины могут познакомиться с результатами диагностики, обсудить любые интересующие их вопросы, получить психолого-педагогические рекомендации по обсуждаемым темам.

Консультативная работа выстраивается в соответствии с общепринятыми в практике психологического консультирования принципами, формами работы и включает в себя четыре этапа:

- 1 Начало беседы.
- 2 Расспрос клиента, формулировка и проверка консультантом гипотез.
- 3 Коррекционное воздействие.
- 4 Завершение беседы: подведение итогов, обсуждение вопросов, связанных с дальнейшей совместной работой.

Схема алгоритма консультирования приведена в приложении Б.

Целью данного этапа программы является оказание помощи в формулировке возможных альтернатив поведения и выборе оптимального поведения в соответствии с индивидуальными психологическими особенностями матери и ее принадлежности к одной из групп матерей-одиночек.

Работу с *«Позитивной матерью»*, *«Сознательной матерью»* необходимо организовать в соответствии с возникающими у них трудностями, возможно, оказать помощь в выборе наиболее приемлемых способов и форм воспитания ребенка в зависимости от особенностей собственной личности и личности ребенка.

С *«Традиционной матерью»* необходимо:

- расширить представления о материнской любви и возможности ее проявления в повседневной жизни;

- обратить внимание на самооценку женщин и представление о себе как на одну из причин возникающих трудностей во взаимоотношениях с ребенком. Подчеркнуть важность жизненных достижений, обсудить, что в жизни важно не то, чего достиг человек, а как он это сделал, каких жизненных ценностей придерживался;

- проработать ее негативное эмоциональное отношение к отцу ребенка.

Женщинам с **низким уровнем осознанности родительства (материнства)** нужно:

- обозначить необходимость целенаправленного подхода к системе воспитания;

- ограничить четкие рамки понятий «материнство», «отцовство» и их роли в развитии и воспитании ребенка;

- обратить внимание на смену вектора эмоционального отношения к отцу ребенка.

Женщинам с достаточно **высоким уровнем осознанности родительства (материнства)** так же, как и первой группе женщин, оказать психологическую помощь при решении проблем, чаще всего возникающих в неполных материнских семьях: проблемы с половой идентификацией ребенка, отражающейся в неумении общаться с противоположным полом и искажением ролей мужчины и женщины; заниженная самооценка; неуверенность в себе; тревожность; раздражительность; замкнутость; грубость; лживость; инфантилизм; невыраженное стремление к самореализации и других особенностях детей, воспитываемых одной матерью.

Исходя из представлений М.О. Ермихиной, Е.Г. Смирновой [54] об осознанном родительстве и факторах, способствующих его формированию (личностная зрелость родителя, родительский опыт, стиль семейных взаимоотношений, родительская любовь, эмоциональное отношение с ребенком, социальная успешность родителя), можно сформулировать *общие правила – рекомендации* и практические советы *эффективного общения* со своим ребенком этим двум группам матерей. Они отражены в приложении В.

Программа психологического сопровождения неполного материнства предназначена для матерей, воспитывающих детей начиная с младшего школьного возраста, поскольку раннее формирование эффективных навыков взаимодействия поможет устанавливать гармоничные отношения партнерства и сотрудничества в такие наиболее сложные периоды развития детей, как подростковый, тем более в отсутствие отца ребенка [5; 53; 81].

#### *Характеристика группы*

Для проведения программы были сформированы две экспериментальные группы по 12 человек, состоящие из матерей, воспитывающих детей в одиночку. Из них 18 воспитывали одного ребенка, 6 – двоих детей.

Возраст детей варьируется от 6 до 16 лет. Мальчиков 16, девочек 14.

Причиной появления неполной семьи в данных группах стали:

1 Развод: в течение 3-7 лет (15 человек); в течение 7-14 лет (6 человек).

2 Внебрачное рождение (3 человека).

Женщины, посетившие программу, жаловались на ряд проблем, среди которых можно назвать: отсутствие доверительных отношений в семье; частые конфликты; непослушание ребенка; грубость, агрессия по отношению к матери со стороны ребенка; чрезмерная самостоятельность ребенка; неумение выстраивать взаимоотношения с ребенком; замкнутость, нежелание открыться перед матерью.

Состав контрольной группы, ее характеристики, трудности, с которыми сталкивались женщины, идентичен составу экспериментальной.

Таким образом, программа психологического сопровождения неполного материнства была разработана с учетом актуальности темы, ее практической значимости, исходя из поставленных целей и задач исследования.

### **3.2 Критерии результативности программы психологического сопровождения материнства в неполной семье**

Проверка результативности разработанной программы психологического сопровождения «Счастье материнства» осуществлялась по трем направлениям:

1 Анализ выполнения итогового теста по результатам информационного этапа (критерии: уровень знаний; ориентировка в педагогической ситуации, достоверность различий показателей до и после проведения занятий).

2 Анализ результатов индивидуальных консультаций (критерии: эмоциональное состояние клиента после консультации; удовлетворенность клиента результатами консультации).

3 Анализ результатов психологического тренинга (критерии: эмоциональные реакции участников во время и после проведения тренинга; усвоение и применение полученных навыков на практике; степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий).

Существует достаточно большое разнообразие форм оценки знаний и умений, среди которых можно назвать устный опрос, письменный контроль, диктант, зачет, самостоятельная работа, контрольная работа, практическая работа, тест, нетрадиционные – кроссворды, викторины, шарады.

В рамках данной программы целесообразнее всего было использование тестирования с целью экономии времени и для сохранения благоприятной психологической атмосферы на занятиях, в случае повышенной чувствительности к ситуации неудач у отдельных участников с низкими результатами, особенно при проведении вводного тестирования. Текст теста и проблемных ситуаций приведен в приложении Г.

Для оценки эффективности проведения информационного этапа программы, состоящей из шести лекционных занятий по проблеме родительства и материнства, был проведен *входной и итоговый тест*.

Также участникам предлагались *проблемные ситуации*, из которых необходимо было найти выход с использованием полученных знаний. Определение уровня развития первых двух критериев осуществлялось с помощью оценивания по пятибалльной шкале. В педагогике оценка всегда позволяла определить

степень усвоения знаний и умений в соответствии с требованиями программы, ее целями и задачами. Право выбора форм контроля, по результатам которого выставляется оценка, остается за педагогом.

Достоверность различий показателей до и после проведения лекционных занятий осуществлялась с помощью *t-критерия Вилкоксона*..

Отсутствие четких критериев оценки эффективности психологических консультаций всегда затрудняло работу практических психологов. Эта проблема не решена до сих пор, несмотря на то, что авторы выделяют отдельные параметры для проведения консультативной работы.

Так, например, Ю. Алешина выделяет три основных критерия:

- удовлетворенность клиента консультацией;
- расширение представлений о себе и сложившейся ситуации;
- принятие клиентом на себя ответственности за происходящее с

ним [5].

Л.Б. Шнейдер, Г.В. Вольнова, М.Н. Зыкова также определили ряд условий, необходимых для оценки эффективности проведенной консультации:

- индивидуальный подход к каждому клиенту;
- использование проверенных и целесообразных методов;
- формирование доверительных отношений между клиентом и

консультантом;

- ориентация на установки клиента;
- поддержание мотивации долговременной работы [163].

Н.Н. Обозов считает, что одним из главных критериев является прояснение клиенту причин и следствий жизненных ситуаций [53].

Разрешение клиентом психологических проблем является необходимым условием эффективного консультирования, по мнению П.П. Горностай, С.В. Васильковской [53].

С.А. Капустин считает, что самое главное в ходе консультации – разрушить полярность оценочной позиции человека [53].

Нельзя не упомянуть об особенностях построения взаимоотношений с клиентом и индивидуально-психологических особенностях консультанта как необходимых и важнейших условиях эффективной консультации, выделяемых в любом направлении работы психолога, в том числе и в этом.

В рамках данной программы в основу оценки психологического консультирования матерей-одиночек были положены два критерия: *эмоциональное состояние клиента, степень удовлетворенности консультацией*. Выбор данных критериев обусловлен тем, что их оценка производится клиентами. В совокупности они представляют общую картину оказанной психологической помощи, а не оценку консультанта, которая является субъективной и не может в полной мере отразить и без того сложный процесс психологической консультации.

Каждый участник после посещения консультации оценивал степень ее удовлетворенности в решении собственных проблем, свое эмоциональное состояние по десятибалльной шкале.

По мнению Д. Ли, оценка тренинговой программы – не точная наука, и существует столько же способов оценить успех тренинга, сколько способов до-



стичь его [87, 196]. Выбор метода оценки будет зависеть от особенностей программы, но в целом его можно ограничить тремя основными категориями:

- приобретение навыков;
- изменение установок и поведения;
- приобретение знаний.

С 1959 года ведущие тренеры используют модель, разработанную К. Киркпатриком для оценки эффективности тренинга на предприятии, адаптируя ее к своим программам [181]. Она включает в себя четыре уровня:

1 Уровень реакции – мнение участников тренинга: понравилось – не понравилось.

2 Уровень усвоенных знаний – любые изменения, способствующие решению проблем (позитивный эмоциональный настрой, повышение мотивации и т.д.).

3 Уровень изменения поведения.

4 Уровень эффекта, отражающегося в изменении результатов деятельности компании (улучшение психологического климата, уменьшение текучести кадров, объем продаж и т.д.).

Ф. Николс, Б.С. Братусь утверждают, что самым главным критерием для оценки эффективности тренинга следует считать соответствие его поставленным целям, задачам, наличие плана, составленного с учетом специфики состава группы и условий проведения тренинга [199; 17].

И.О. Вагин выделяет 9 основных критериев для оценки: новизна темы, новизна оценки, структурированность и оригинальность подачи информации, понятность упражнений, успешность использования приобретенных умений в реальной жизни, получение ответов на вопросы, приятная атмосфера на тренинге, личность самого тренера, удовлетворенность тренера проведенным тренингом [27].

В.Ю. Большакова утверждает, что главной оценкой эффективности являются положительные отклики участников, и неважно, что конкретно способствовало улучшению состояния клиента [18].

О важности психологических качеств тренера как одной из составляющих успешно проведенного тренинга говорят многие психологи, занимающиеся данной проблемой, например, К. Шнайдер, Д. Дугина, В.Ю. Большаков, Р. Кочюнас и др.

Для оценки эффективности разработанного тренинга нами были использованы следующие критерии:

- эмоциональные реакции участников непосредственно во время и после проведения тренинга;
- усвоение и применение полученных навыков на практике;
- степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий.

Таким образом, анализ эффективности программы психологического сопровождения «Счастье материнства» проходил в три этапа, на каждом из которых были выделены критерии оценки полученных результатов. На информационном этапе оценивались уровень знаний, ориентировка в педагогической си-

туации, достоверность различий показателей до и после проведения занятий, на консультативном этапе – эмоциональное состояние клиента после консультации и его удовлетворенность результатами консультации. После прохождения тренинга анализировались эмоциональные реакции участников во время и после проведения тренинга; усвоение и применение полученных навыков на практике; степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий.

### 3.3. Анализ результативности программы психологического сопровождения материнства в неполной семье

Оценка эффективности информационного этапа программы осуществлялась по итогам теста и решения участниками проблемных ситуаций.

Задания оценивались по пятибалльной шкале: при одной ошибке ставилась оценка «5» (95-100% выполнения), «4» – при 2-4 ошибках (95-75%), «3» – при 5-9 ошибках (75-50%), «2» – при 10 и более ошибках (менее 50%).

Оценки входного и итогового теста приведены в таблице 18.

**Таблица 18 – Оценки входного и итогового теста**

Оценки (количество)							
5		4		3		2	
входной	итоговый	входной	итоговый	входной	итоговый	входной	итоговый
0	15	3	6	10	3	11	0

Анализ ошибок входного теста показал, что чаще всего родители не отвечают на вопросы, связанные со стилем воспитания, психологическими особенностями неполных семей, реже – на вопросы о проблемах воспитания.

При ответе на проблемные ситуации женщины чаще всего затруднялись предложить пути ее решения или делились своими эмоциями, мыслями и опытом в похожей проблеме.

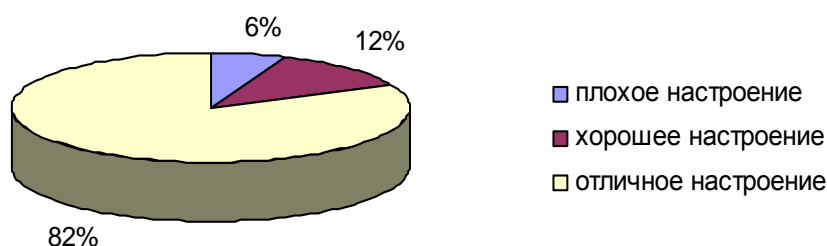
После проведения лекционных занятий при выполнении теста не наблюдалось ошибок, связанных с особенностями воспитания, проблемами неполных семей. Трудности возникли с частной проблемой – стилями воспитания. Скорее всего, это связано с особенностью информации по данным темам, требующей ее детального запоминания, на которое участники не были нацелены изначально в рамках классных часов, не предполагающих соответствующих форм работы.

О достоверности изменений показателей оценок до и после проведения информационного этапа говорят следующие показатели:

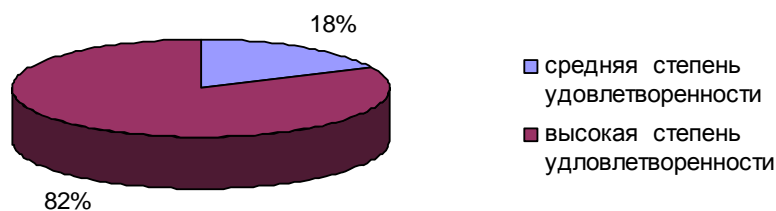
- процент выполнения входного теста – 54;
- процент качества входного теста – 12,5;
- процент выполнения итогового теста – 100;
- процент качества итогового теста – 84;
- процент t-критерий Вилкоксона –  $t=3$  ( $p \leq 0,01$ ).

Эти значения свидетельствуют об улучшении уровня полученных теоретических знаний в ходе проведения лекционных занятий по проблеме материнства и родительства.

Оценка эффективности проведенных психологических консультаций осуществлялась индивидуально после каждой консультации. Клиент оценивал степень удовлетворенности в решении собственных проблем, свое эмоциональное состояние по десятибалльной шкале. Затем подсчитывался общий балл. Анализ полученных результатов показал, что основная часть клиентов оценила эффективность консультаций по двум критериям достаточно высоко, что отражено на рисунках 4, 5.



**Рисунок 4 – Эмоциональное состояние одиноких матерей после психологической консультаций**



**Рисунок 5 – Степень удовлетворенности решением проблем на психологической консультации**

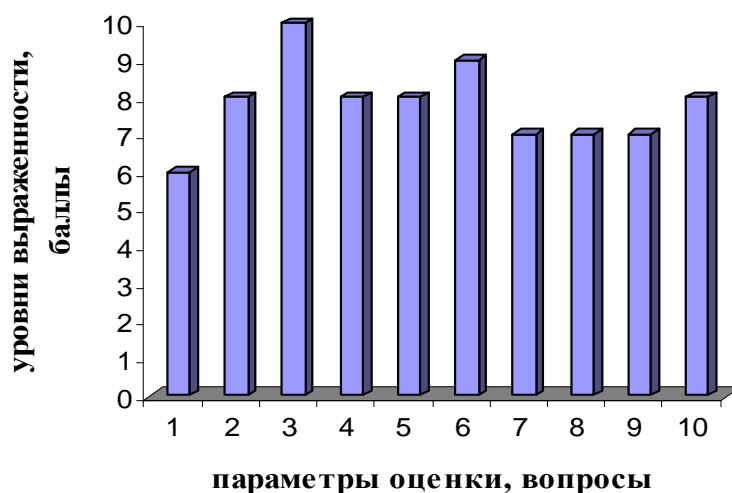
Анализ результатов *эффективности* проведения *психологического тренинга* проходил в три этапа:

- оценка реакций участников во время и после проведения тренинга;
- оценка усвоения и применения полученных навыков на практике;

- оценка степени выраженности показателей структуры материнства до и после занятий.

Оценка эмоциональных реакций участников после проведения тренинга осуществлялась с помощью анкетирования и упражнения «Коллаж» (описаны в программе заключительной части психологического тренинга).

Анкета состоит из 13 вопросов, 10 из которых оценивались по десяти-балльной шкале, на остальные три необходимо было дать развернутый ответ. Результаты анкетирования отражены на рисунке 6.



**Рисунок 6 – Средние значения эффективности тренинга по результатам анкетирования**

На вопрос, что понравилось в тренинге, чаще всего отвечали: «Необычные упражнения и формы работы», «Дружелюбная атмосфера», «Посмотрела на себя с другой стороны», «Интересно услышать, что о тебе думают другие», «Приятно было получить письмо, очень необычно».

Некоторые участники оставили свое виденье тренинга, советы и рекомендации по его проведению: «На некоторые занятия можно было привести детей, чтобы они послушали». Кто-то оценил его без особой критики: «Все понравилось, ничего не меняла бы», «Все отлично, побольше бы таких встреч, после которых настроение поднимается». Они также отметили, что испытали положительные эмоции при общении с такими же, как они, мамами, поделились друг с другом своими переживаниями, опытом и, конечно, узнали много нового: «Я поняла, что не умею услышать своего ребенка», «Узнала о необычных для меня формах проявления материнской любви», «Открыла для себя новые способы борьбы с негативными эмоциями», «Впервые услышала о таком разнообразии стилей воспитания».

Эмоциональные реакции участников также оценивались с помощью упражнения «Коллаж», в ходе которого они самостоятельно вспоминали весь тренинг, тем самым закрепляя полученные знания, вырабатывая к ним осознанное отношение, понимая их практическую значимость. Коллажи составлялись по трем темам: «Что я узнала и чему научилась», «Это очень важно для моих взаимоотношений с ребенком», «Этого я никогда не забуду». Анализ выпол-

ненных работ показал, что участниками отмечается несомненная значимость и полезность проведенной тренинговой работы. Во всех высказываниях прослеживается положительный эмоциональный эффект и удовлетворенность проделанной работой.

*Оценка усвоения и применения* полученных навыков на практике осуществлялась посредством тестирования детей подросткового возраста и родителей детей младшего школьного возраста с помощью методики «Взаимодействие родитель – ребенок» И.М. Марковской до и после проведения программы «Счастье материнства». Полученные результаты оценивались с помощью t-критерия Вилкоксона [55] (таблица 19).

Цифровые данные свидетельствуют о том, что существенные изменения претерпели показатели «эмоциональная дистанция – эмоциональная близость ребенка к родителю», «отвержение – принятие ребенка родителем», «отсутствие сотрудничества – сотрудничество», «удовлетворенность отношениями ребенка с родителем». Это говорит о том, что матери после занятий стараются принять ребенка как личность со всеми его индивидуальными особенностями, поведенческими проявлениями и выстроить систему отношений на принципах равенства и партнерства. Это, в свою очередь, вызывает желание ребенка делиться с матерью самым сокровенными мыслями и чувствами, что естественным образом сказывается на повышении степени удовлетворенности отношениями ребенка и родителя.

**Таблица 19 – Параметры оценка результативности программы**

<b>Параметр оценки</b>	<b>Значение t-критерия Вилкоксона <math>p \leq 0,01</math></b>
Нетребовательность – требовательность родителя	74
Мягкость – строгость родителя	98
Автономность – контроль по отношению к ребенку	71
Эмоциональная дистанция – эмоциональная близость ребенка к родителю	68*
Отвержение – принятие ребенка родителем	68*
Отсутствие сотрудничества – сотрудничество	66*
Несогласие – согласие между ребенком и родителем	110
Непоследовательность – последовательность родителя	76
Авторитетность родителя	98
Удовлетворенность отношениями ребенка с родителем	67*

*Примечание:* \*- отмечена значимость изменения показателя

Меньшим изменениям подверглись показатели шкал «нетребовательность – требовательность родителя», «автономность – контроль по отношению к ребенку», «непоследовательность – последовательность родителя», поскольку достаточно тяжело за короткий промежуток времени изменить значения перечисленных параметров в поведении родителей, тем более воспитывающих ребенка подросткового возраста, нуждающегося, по мнению многих родителей, в требовательности и усиленном контроле.

Параметры «мягкость – строгость родителя», «авторитетность родителя», «несогласие – согласие между ребенком и родителем» не подверглись изменениям. Полученные данные вполне объяснимы, поскольку авторитетность родителя формируется на протяжении многих лет и не может измениться в глазах ребенка за несколько месяцев. Степень согласия в решении жизненных проблем между ребенком и родителем вне зависимости от доверительности и теплоты отношений всегда была и будет одной из острых и актуальных проблем, называемых в обществе проблемой «отцов и детей», разрешить которую обеим сторонам удастся с большим трудом.

Еще одним критерием оценки эффективности программы является анализ *выраженности показателей* материнства в неполной семье до и после занятий.

До начала проведения программы «Счастье материнства» и через полгода после этого участницам предлагалось ответить на вопросы методик, уже описанных нами выше, шкалы которых и стали показателями для оценки эффективности разработанной программы.

При помощи t-критерия Вилкоксона были сопоставлены показатели, рассчитанные до и после проведения программы в экспериментальной группе (таблица 20).

Данные таблицы 20 позволяют сделать вывод о том, что из 36 параметров 16 подверглись изменениям. Эти изменения обусловлены расширением представлений участниц о себе как о матери, возрастанием уровня эмоционально-положительного отношения к себе, к ребенку, основанного на его безусловном принятии, а не обусловленные только его достоинствами.

**Таблица 20 – Достоверность различий показателей структуры неполного материнства до и после проведения программы психологического сопровождения**

Показатели	Значение среднего балла				Значение t-критерия Вилкоксона $p \leq 0,01$
	Экспериментальная группа		Контрольная группа		
	До проведения программы	После проведения программы	До проведения программы	После проведения программы	
<i><b>Когнитивный компонент</b></i>					
Осознанность семейных ценностей	21,8	22	21,32	21,5	164

Продолжение таблицы 20

Осознанность родительского (материнского) отношения	25	25,67	25,75	25,52	164
Когнитивный образ реальной матери	18,85	19,79	15	15,66	209
Эмоциональный образ реальной матери	17,88	15,83	15,83	16	210
Поведенческий образ реальной матери	15,86	19	10,54	10,23	<b>10*</b>
Когнитивный образ идеальной матери	14,37	14,51	17	17,3	195
Эмоциональный образ идеальной матери	15	15,58	16,84	17	110
Поведенческий образ идеальной матери	16,8	17,33	16,69	16,83	209
<b>Итого</b>	194	191,71	190	180,84	7
<i><b>Эмоциональный компонент</b></i>					
Позитивное отношение к себе	20,25	21,42	19,56	19	<b>3*</b>
Позитивное отношение к родительству	22,3	22,79	22,32	22,32	101,5
Позитивное отношение к ребенку, обусловленное его достоинствами	20,25	19,83	20	19,86	195
Позитивное отношение к ребенку, основанное на безусловном принятии	20,69	22,50	20,48	20,23	<b>10*</b>

Продолжение таблицы 20

Позитивное отношение к супругу как к родителю	15,68	16	18,76	18,96	<b>70**</b>
Материнская Любовь	19,69	20,83	19,89	20	222
Любовь	33,5	33,67	35	35	64
Симпатия	31,4	31,75	31,62	31,62	164
Эмоциональный компонент материнской любви	4,6	5,25	4,79	4,89	222
Когнитивный компонент материнской любви	3,6	4,33	3,59	3,69	<b>17*</b>
Поведенческий компонент материнской любви	4,33	5,83	4,48	4,52	<b>10*</b>
<b>Итого</b>	222	206,54	227	204,43	<b>4*</b>
<i><b>Поведенческий компонент</b></i>					
Осознанность родительской (материнской) ответственности	25	25,83	25,63	25,65	222
Осознанность стиля воспитания	21,6	25,92	23,52	23,42	<b>3*</b>
Устойчивость родительской (материнской) роли	0,94	0,87	0,89	0,89	129
Присвоение примера родителей	0,48	0,52	0,49	0,44	164
Культурный аспект родительской (материнской) идентичности	0,9	0,9	0,68	0,68	0
Осознанность родительских (материнских) позиций	21,7	24	22,8	23	<b>10*</b>



Продолжение таблицы 20

Осознанность родительских (материнских) установок	17	18	18	17,8	222
Гиперпротекция	2,91	4,08	2,4	2,6	<b>15*</b>
Гипопротекция	3,6	3	5,58	5,55	<b>10*</b>
Потворствование	1,58	3,41	1,08	1,16	<b>3*</b>
Игнорирование потребностей ребенка	1,66	2,25	1,3	1,33	<b>58*</b>
Чрезмерность требований - обязанностей	1,5	1,33	2	2	<b>21*</b>
Недостаточ- ность требова- ний- обязанностей	1,4	1,33	1,33	1,38	133,5
Чрезмерность требований- запретов	2,1	1,91	2	1,98	<b>39*</b>
Недостаточ- ность требова- ний-запретов	1,41	1,25	2	2	<b>25*</b>
Чрезмерность санкций	1,3	2,3	3,4	3,2	<b>36*</b>
Минимальность санкций	2,16	2,58	2,58	2,56	93
<b>Итого</b>	<b>51</b>	<b>55,6</b>	<b>53</b>	<b>52,65</b>	<b>6*</b>

*Примечание:* \*- обозначена значимость изменения показателя;

\*\* - значения, попавшие в область неопределенности.

Также расширились представления о материнской любви, способах и формах ее проявления и возможностях применения в повседневной жизни.

Изменение отношения к отцу ребенка определить достаточно тяжело, поскольку полученные значения вошли в зону неопределенности. Возможно, предположить, что женщины находятся в процессе изменения своего негативного отношения, и им необходимо больше времени для работы со своим состоянием.

После программы психологического сопровождения у женщин повысилась осознанность по отношению к родительским позициям и стилю воспитания. Особенности произошедших изменений можно наблюдать благодаря полученным результатам опросника «Анализ нарушений семейного воспитания»

(АСВ). Одиноким матери стали уделять своему ребенку больше времени и внимания. Они стараются удовлетворять основные потребности, желания ребенка, но и не слишком баловать его. Предъявляют к нему требования в соответствии с его способностями, индивидуальными особенностями характера. Матери стараются не ограничивать свободу и самостоятельность ребенка, но и не освобождать его полностью от запретов, создавая правила того, что можно, и того, что нельзя. В качестве наказаний стараются не использовать строгие меры (или используют их крайне редко), а отдают предпочтение поощрению.

В целом из трех компонентов неполного материнства два – эмоциональный и поведенческий – подверглись изменениям в ходе проведения программы психологического сопровождения.

В контрольной группе при помощи t-критерия Вилкоксона также были сопоставлены средние значения двух измерений по вышеперечисленным параметрам, однако никаких изменений не произошло, поскольку различия оказались недостоверными.

Оценка результативности программы психологического сопровождения показала, что:

- в течение лекционных занятий были получены и усвоены знания, умения по проблеме родительства и материнства;
- произошли изменения в степени выраженности показателей компонентов материнства в неполной семье;
- участникам программы частично удалось перенести полученные знания в повседневную жизнь во взаимодействии со своим ребенком;
- на протяжении проведения программы у участников преобладал положительный эмоциональный настрой, способствующий эффективному усвоению информации и развитию содержания компонентов неполного материнства.

### **Выводы по третьей главе**

1 Развитие трех структурно-содержательных компонентов неполного материнства обеспечивается через реализацию программы психологического сопровождения, состоящей из четырех этапов: диагностического, информационного, консультативного, тренингового.

2 Проверка результативности разработанной программы психологического сопровождения «Счастье материнства» осуществлялась на каждом этапе по трем направлениям:

- анализ выполнения итогового теста по результатам информационного этапа (критерии: уровень знаний; ориентировка в педагогической ситуации, достоверность различий показателей до и после проведения занятий);
- анализ результатов индивидуальных консультаций (критерии: эмоциональное состояние клиента после консультации; удовлетворенность клиента результатами консультации);
- анализ результатов психологического тренинга (критерии: эмоциональные реакции участников во время и после проведения тренинга; усвоение и

применение полученных навыков на практике; степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий).

3 В ходе прохождения информационного этапа программы улучшился уровень полученных теоретических знаний по вопросам родительства и материнства. О достоверности изменений до и после проведения информационного этапа говорят следующие показатели:

- процент выполнения входного теста – 54;
- процент качества входного теста – 12,5;
- процент выполнения итогового теста – 100;
- процент качества итогового теста – 84;
- t-критерий Вилкоксона –  $t=3$  ( $p \leq 0,01$ ).

4 Результативность проведения психологических консультаций также оказалась высокой: 82% участников после их проведения были в отличном настроении и высоко оценили работу консультанта по решению их проблем.

5 Анализ самоотчетов участников психологического тренинга показал несомненную значимость, полезность проделанной работы и удовлетворенность от ее проведения.

Оценка усвоения и применения полученных навыков на практике показала, что из 10 показателей эффективности 4 претерпели существенные изменения, 3 – незначительные, что свидетельствует о достаточно высокой эффективности проведения психологического тренинга.

Сравнительный анализ значений t-критерия Вилкоксона ( $p \leq 0,01$ ) контрольной и экспериментальной группы после проведения эксперимента показал, что произошли статистически значимые изменения по 16 показателям компонентов неполного материнства: осознанность родительских (материнских) позиций ( $t=10$ ), поведенческий образ реальной матери ( $t=10$ ), позитивное отношение к себе ( $t=3$ ), позитивное отношение к ребенку, основанное на безусловном принятии ( $t=10$ ), позитивное отношение к супругу как к родителю ( $t=70$ ), когнитивный компонент материнской любви ( $t=17$ ), поведенческий компонент материнской любви ( $t=10$ ), осознанность стиля воспитания ( $t=3$ ), гиперпротекция ( $t=15$ ), гипопротекция ( $t=10$ ), потворствование ( $t=3$ ), игнорирование потребностей ребенка ( $t=58$ ), чрезмерность требований – обязанностей ( $t=21$ ), чрезмерность требований – запретов ( $t=39$ ), недостаточность требований-запретов ( $t=25$ ), чрезмерность санкций ( $t=36$ ).

## Глава 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

### 4.1 Пакет опросных психодиагностических методик «Осознанное родительство»

Представленный пакет психодиагностических методик отражает авторский подход Р.В. Овчаровой к пониманию сущности родительства как психологического феномена и разработан в ее научной школе\*.

**Родительство** – интегральное психологическое образование личности отца и матери, включающее совокупность ценностных ориентаций, установок и позиций родителя, родительских отношений и чувств, основанное на осознание духовного единства с брачным партнером по отношению к своим или приемным детям, разделении родительской ответственности, которое выражает себя в определенном стиле семейного воспитания.

Родительство является динамическим личностным образованием, включающим основные этапы формирования: становление на субъективно-личностном уровне (материнство и отцовство) и на надындивидуальном уровне (родительство).

Каждый компонент родительства как интегрального образования личности отца (матери) содержит эмоциональную, когнитивную и поведенческую составляющие.

Таким образом, *объектом* психодиагностического исследования в данном случае является родительство как интегральное и динамическое образование личности (отца и/или матери), а *предметом* – его различные компоненты, то есть субъективно-психологические проявления.

#### **Пакет содержит 6 методик:**\*

**опросник «Сознательное родительство»** для изучения осознанности всех компонентов родительства как интегрального образования личности (родительские позиции, родительские чувства, родительская ответственность, родительские установки и ожидания, семейные ценности, стиль семейного воспитания, родительское отношение);

**методика «Представления об идеальном (реальном) родителе»** для изучения представления об идеальном родителе и соотнесении с реальным родителем, включающая эмоциональный, когнитивный и поведенческий аспекты родительства;

---

\* Авторская концепция изложена в монографии Р.В. Овчаровой «Психология родительства».

\* Пакет методик разработан, валидизирован и апробирован в научной школе доктора психологических наук, профессора Р.В. Овчаровой «Методология психологического сопровождения родительства» в 2000-2007 гг.

**методика исследования принятия и исполнения родительской роли**, дающая информацию о степени и уровне принятия родительской роли и характере родительской идентичности;

**методика «Позитивные родительские чувства» (ПРЧ)**, позволяющая выяснить уровень развития позитивных родительских чувств, их компоненты.

**опросник родительской любви и симпатии** для выявления уровня их психологических составляющих;

**диагностический опросник «Родительские победы и поражения»** по диагностике потребностей родителей в психолого-педагогической подготовке.

Все предлагаемые методики разработаны, а также прошли апробацию и валидизацию под руководством автора.

## **ОПРОСНИК «СОЗНАТЕЛЬНОЕ РОДИТЕЛЬСТВО»\***

Опросник реализует системный, диагностико-развивающий подход к оценке себя как родителя, родительских установок и ожиданий, отношения, чувств, позиций, ответственности, стиля семейного воспитания; оценке источников знаний и представлений о родительстве. Предлагаемый опросник выполняет три функции: 1) диагностическая, 2) рефлексивная, 3) стимулирующая.

Его можно использовать при индивидуальной диагностике родителя, для констатации *осознанности родительства*, а также при работе с супружеской парой для *оценки согласованности позиций обоих родителей* по различным компонентам субъективного аспекта родительства. Благодаря сравнительному анализу ответов супругов можно обнаружить конфликтные позиции, а также позиции супружеского несоответствия в компонентах родительства. Опросник имеет две формы – для отцов и матерей.

### **ВАРИАНТ ДЛЯ ЖЕНЩИН**

**Инструкция:** отвечая на вопросы, поставьте галочку рядом с тем вариантом ответа.

1 Стремитесь ли Вы к согласованию своих планов с планами других членов семьи:

- крайне редко
- редко
- иногда

---

\* Разработан под нашим руководством М.О. Ермихиной (2003).

не всегда

часто

2 Думаю, что в дальнейшем наш ребенок не будет причинять значительного беспокойства:

не согласна

скорее не согласна

не уверена

скорее согласна

согласна

3 Я смогу все простить своему ребенку:

не согласна

скорее не согласна

не уверена

почти согласна

согласна

4 Понимаете ли Вы свою роль в укреплении семьи:

не задумывалась

не уверена, что могу что-то изменить

от меня зависит не больше, чем от моего мужа

понимаю

очень многое в моих силах

5 Какую Вам роль лучше удастся реализовать в семье (подчеркните 5 позиций): жены, матери, женщины, взрослого, семейного менеджера, хозяйки, боевой подруги, главы семьи, домашнего доктора, кормилицы, эмоционального лидера, наставника, советника?

6 Как Вы считаете, какую роль лучше удастся реализовать Вашему супругу (подчеркните 5 позиций): мужа, отца, взрослого, добытчика, хозяина, мужчины, наставника, заступника, друга, организатора, труженика, квартиранта, эмоционального лидера?

7 Сможете ли Вы поступиться своими будущими планами ради интересов семьи?

мне это сложно

скорее, не смогу

в определенных ситуациях это возможно

скорее смогу

смогу, для меня семья важнее всего

8 Нужно обсуждать возникающие противоречия в семье, чтобы выявить их причину и избежать конфликтов в дальнейшем:

не согласна

скорее не согласна

не уверена

почти согласна

согласна

9 Дети были бы более счастливы и лучше бы себя вели, если бы родители проявляли интерес к их делам:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

10 Считаете ли Вы, что на Ваше слово можно всегда положиться?

- да
- нет

11 Принимая какое-либо решение, родителям следует всерьез считаться с мнением своего ребенка:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

12 Всегда ли контакты с мужем и ребенком/детьми оставляют у Вас приятные переживания:

- редко
- чаще нет
- иногда
- чаще да
- почти всегда

13 Я уверена в себе как родитель, в своих силах и возможностях:

- нет, это неверно для меня
- скорее не согласна
- 50/50
- почти согласна
- да, это верно

14 Вы проводите свой досуг вместе со своей семьей:

- крайне редко
- нечасто
- иногда
- часто
- практически всегда

15 Дети, с которыми у родителей установлены неформальные отношения, чаще всего бывают счастливы:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

16 Я чересчур снисходительна к домашним:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

17 В определенных пределах родители должны обращаться с ребенком как с равным:

- нет, это неверно
- скорее не согласна
- не уверена
- скорее, да
- да, это так

18 Умеете ли Вы понимать чувства членов своей семьи?

- мне это очень сложно
- далеко не всегда
- иногда
- довольно часто
- умею

19 Вы опаздывали когда-нибудь на занятия или свидание?

- да
- нет

20 Несправедливо, если женщина вынуждена нести одна все бремя воспитания ребенка:

- почему бы и нет: мать лучше чувствует своего ребенка
- скорее, это справедливо
- не уверена
- почти согласна
- согласна: воспитывать ребенка должны оба родителя

21 Вы хотели бы иметь: ни одного, 1, 2, 3, 4 и более детей (подчеркните)

22 Я готова отдать свое счастье ради счастья своего ребенка:

- готова
- скорее да
- не уверена
- скорее нет
- не готова

23 Иногда необходимо, чтобы родители сломали волю ребенка:

- согласна
- скорее согласна
- не уверена
- скорее не согласна
- не согласна

24 Я искренна с супругом и ребенком/детьми:



- редко
- иногда
- не всегда
- довольно часто
- часто

25 Я общаюсь со своей семьей чаще с позиции сотрудничества:

- нет
- скорее нет
- не знаю
- скорее да
- да

26 Может ли ребенок вызывать у родителей негативные чувства?

- нет
- скорее нет
- не уверена
- скорее да
- может

27 Считаю себя отзывчивой к призывам о помощи в своей семье:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

28 У Вас возникает иногда желание побыть в одиночестве?

- да
- нет

29 Вам нравится проводить время в кругу семьи?

- очень редко
- чаще нет
- иногда
- чаще да
- нравится

30 Ребенок имеет право на собственную точку зрения, и ему должно быть позволено ее высказывать:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

31 Считаю себя компетентным родителем:

- не согласна
- скорее не согласна

- не уверена
- почти согласна
- согласна

32 Я способна признать свою неправоту в отношениях в семье:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

33 Я как родитель умею настоять на своем:

- почти всегда
- часто
- иногда
- редко
- нет, это мне не свойственно

34 Я терпима к недостаткам членов моей семьи:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

35 Всей семье будет лучше, если всю ответственность и заботу о ней возьмет на себя мать:

- согласна
- скорее согласна
- не уверена
- скорее не согласна
- не согласна

36 Согласны ли Вы, что даже если муж и жена любят друг друга, то все равно они могут раздражать друг друга и ссориться:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

37 Любите ли Вы иногда прихвастнуть?

- да
- нет

38 В семейной жизни для меня важно опираться лишь на собственные взгляды, даже если они противоречат общественному мнению:

- не согласна
- скорее не согласна
- не уверена

почти согласна

согласна

39 Мой муж и я обычно согласовываем требования к ребенку и оказываем друг другу поддержку в вопросах воспитания:

не согласна

скорее не согласна

не уверена

почти согласна

согласна

40 Можете ли Вы иногда веселиться в компании, не сдерживая себя?

да

нет

41 По своей натуре я доброжелательна:

не согласна

скорее не согласна

не уверена

почти согласна

согласна

42 Родитель должен пользоваться уважением в семье:

не обязательно

редко

иногда

часто

всегда

43 Люблю опекать:

не согласна

скорее не согласна

не уверена

почти согласна

согласна

44 Иногда Вы ведете себя несдержанно?

да

нет

45 Планировать домашнее хозяйство должна мать, так как она одна знает, что делается в доме:

согласна

скорее согласна

не уверена

скорее не согласна

не согласна

46 Согласны ли Вы, что если смеяться и шутить вместе с детьми, то это многое облегчает в семье:

не согласна

- скорее не согласна
- не уверена
- почти согласна
- согласна

47 Благополучие в семье важнее, чем хорошее состояние дел на работе:

- нет, работа не менее важна, чем семья
- не уверена
- 50/50
- скорее, да
- полностью согласна

48 В нашей семье уделяется мало внимания обсуждению проблем воспитания детей:

- согласна
- скорее согласна
- не уверена
- скорее не согласна
- не согласна

#### ВАРИАНТ ДЛЯ МУЖЧИН

**Инструкция:** отвечая на вопросы, поставьте галочку рядом с тем вариантом ответа, который Вам подходит более всего.

1 Стремитесь ли Вы к согласованию своих планов с планами других членов семьи?

- крайне редко
- редко
- иногда
- не всегда
- часто

2 Думаю, что в дальнейшем наш ребенок не будет причинять значительного беспокойства:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- скорее согласен
- согласен

3 Я смогу все простить своему ребенку:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

4 Понимаете ли Вы свою роль в укреплении семьи?

- не задумывался

- не уверен, что могу что-то изменить
- от меня зависит не больше, чем от моей жены
- понимаю
- очень многое в моих силах

5 Какую Вам роль лучше удастся реализовать в семье (подчеркните 5 позиций): мужа, отца, взрослого, добытчика, хозяина, мужчины, наставника, заступника, друга, организатора, труженика, квартиранта, эмоционального лидера?

6 Как Вы считаете, какую роль лучше удастся реализовать Вашей супруге (подчеркните 5 позиций): жены, матери, женщины, взрослого, семейного менеджера, хозяйки, боевой подруги, главы семьи, домашнего доктора, кормилицы, эмоционального лидера, наставника, советника?

7 Сможете ли Вы поступиться своими будущими планами ради интересов семьи?

- мне это сложно
- скорее, не смогу
- в определенных ситуациях это возможно
- скорее смогу
- смогу, для меня семья важнее всего

8 Нужно обсуждать возникающие противоречия в семье, чтобы выявить их причину и избежать конфликтов в дальнейшем:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

9 Дети были бы более счастливы и лучше бы себя вели, если бы родители проявляли интерес к их делам:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

10 Считаете ли Вы, что на Ваше слово можно всегда положиться?

- да
- нет

11 Принимая какое-либо решение, родителям следует всерьез считаться с мнением своего ребенка:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

12 Всегда ли контакты с женой и ребенком/детьми оставляют у Вас приятные переживания?

- редко
- чаще нет
- иногда
- чаще да
- почти всегда

13 Я уверен в себе как родитель, в своих силах и возможностях:

- нет, это неверно для меня
- скорее не согласен
- 50/50
- почти согласен
- да, это верно

14 Вы проводите свой досуг вместе со своей семьей:

- крайне редко
- нечасто
- иногда
- часто
- практически всегда

15 Дети, с которыми у родителей установлены неформальные отношения, чаще всего бывают счастливы:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

16 Я чересчур снисходителен к домашним:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

17 В определенных пределах родители должны обращаться с ребенком как с равным:

- нет, это неверно
- скорее не согласен
- не уверен
- скорее, да
- да, это так

18 Умеете ли Вы понимать чувства членов своей семьи?

- мне это очень сложно
- далеко не всегда
- иногда

довольно часто

умею

19 Вы опаздывали когда-нибудь на занятия или свидание?

да

нет

20 Несправедливо, если женщина вынуждена нести одна все бремя воспитания ребенка:

почему бы и нет: мать лучше чувствует своего ребенка

скорее, это справедливо

не уверен

почти согласен

согласен: воспитывать ребенка должны оба родителя

21 Вы хотели бы иметь: ни одного, 1, 2, 3, 4 и более детей (подчеркните).

22 Я готов отдать свое счастье ради счастья своего ребенка:

готов

скорее да

не уверен

скорее нет

не готов

23 Иногда необходимо, чтобы родители сломали волю ребенка:

согласен

скорее согласен

не уверен

скорее не согласен

не согласен

24 Я искренен с супругой и ребенком/детьми:

редко

иногда

не всегда

довольно часто

часто

25 Я общаюсь со своей семьей чаще с позиции сотрудничества:

нет

скорее нет

не знаю

скорее да

да

26 Может ли ребенок вызывать у родителей негативные чувства?

нет

скорее нет

не уверен

скорее да

может

- 27 Считаю себя отзывчивым к призывам о помощи в своей семье:
- не согласен
  - скорее не согласен
  - не уверен
  - почти согласен
  - согласен
- 28 Вас возникает иногда желание побыть в одиночестве?
- да
  - нет
- 29 Вам нравится проводить время в кругу семьи?
- очень редко
  - чаще нет
  - иногда
  - чаще да
  - нравится
- 30 Ребенок имеет право на собственную точку зрения, и ему должно быть позволено ее высказывать:
- не согласен
  - скорее не согласен
  - не уверен
  - почти согласен
  - согласен
- 31 Считаю себя компетентным родителем:
- не согласен
  - скорее не согласен
  - не уверен
  - почти согласен
  - согласен
- 32 Я способен признать свою неправоту в отношениях в семье:
- не согласен
  - скорее не согласен
  - не уверен
  - почти согласен
  - согласен
- 33 Я как родитель умею настоять на своем:
- почти всегда
  - часто
  - иногда
  - редко
  - нет, это мне не свойственно
- 34 Я терпим к недостаткам членов моей семьи:
- не согласен
  - скорее не согласен



- не уверен
- почти согласен
- согласен

35 Всей семье будет лучше, если всю ответственность и заботу о ней возьмет на себя мать:

- согласен
- скорее согласен
- не уверен
- скорее не согласен
- не согласен

36 Согласны ли Вы, что даже если муж и жена любят друг друга, то все равно они могут раздражать друг друга и ссориться:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

37 Любите ли Вы иногда прихвастнуть?

- да
- нет

38 В семейной жизни для меня важно опираться лишь на собственные взгляды, даже если они противоречат общественному мнению:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

39 Моя жена и я обычно согласовываем требования к ребенку и оказываем друг другу поддержку в вопросах воспитания:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

40 Можете ли Вы иногда веселиться в компании, не сдерживая себя?

- да
- нет

41 По своей натуре я доброжелателен:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

42 Родитель должен пользоваться уважением в семье:

- не обязательно
- редко
- иногда
- часто
- всегда

43 Люблю опекать:

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

44 Иногда Вы ведете себя несдержанно?

- да
- нет

45 Планировать домашнее хозяйство должна мать, так как она одна знает, что делается в доме:

- согласен
- скорее согласен
- не уверен
- скорее не согласен
- не согласен

46 Согласны ли Вы, что если смеяться и шутить вместе с детьми, то это многое облегчает в семье?

- не согласен
- скорее не согласен
- не уверен
- почти согласен
- согласен

47 Благополучие в семье важнее, чем хорошее состояние дел на работе:

- нет, работа не менее важна, чем семья
- не уверен
- 50/50
- скорее, да
- полностью согласен

48 В нашей семье уделяется мало внимания обсуждению проблем воспитания детей:

- согласен
- скорее согласен
- не уверен
- скорее не согласен
- не согласен

## ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОПРОСНИКА «СОЗНАТЕЛЬНОЕ РОДИТЕЛЬСТВО»

1 Начать обработку лучше с подсчета баллов по шкале лжи в соответствии с ключом:

ответы «нет» на вопросы 19, 28, 37, 40, 44

ответ «да» на вопрос 10.

При сумме баллов более 5 ответы опросника имеет смысл считать недо-  
стоверными.

2 Каждому перечню ответов соответствует прямая шкала перевода вер-  
бальных оценок в балльные, то есть выбор первой позиции среди вариантов от-  
ветов присуждается 1 балл, второй – 2 балла, третьей – 3 балла, четвертой – 4  
балла, пятой – 5 баллов. Исключение составляют вопросы 4, 5, 18.

3 Сумма баллов подсчитывается отдельно по каждой шкале, соответствен-  
но ключу:

*Родительские позиции* – 2, 11, 17, 25, 33, 42.

*Родительские чувства* – 3, 12, 18, 26, 34, 43.

*Родительская ответственность* – 4, 13, 20, 27, 35, 45.

*Родительские установки и ожидания* – 5, 6, 21, 29, 36, 46.

*Семейные ценности* – 7, 14, 22, 30, 38, 47.

*Стиль семейного воспитания* – 8, 15, 23, 31, 39, 48.

*Родительское отношение* – 1, 9, 16, 24, 32, 41.

4 Вопросы 5, 6 – оценивается совпадение выбранных позиций обоих парт-  
неров, где каждое совпадение оценивается 1 баллом. Соответственно, сумма  
баллов по этим вопросам будет совпадать в семейной паре.

5 В вопросе 21 совпадение выбранной позиции с партнером, оценивается 5  
баллами, любое другое несовпадение – 1 балл.

Чем больше количество баллов, тем выше уровень осознанности родитель-  
ства. Соответственно, чем выше оценка по конкретной шкале, тем выше уровень  
осознанности конкретного компонента родительства.

### ДАННЫЕ О ВАЛИДНОСТИ МЕТОДИКИ

На нормативной выборке (в нее вошли отцы и матери из полных одно-  
детных и двухдетных семей) М.О. Ермихиной (2003) проведен компьютерный  
анализ пунктов опросника по величине корреляции с суммарным баллом каж-  
дой шкалы. Подтверждена на высоком уровне статистической значимости  
внутренняя валидность большинства вопросов. Уровень надежности-  
согласованности можно признать удовлетворительным. Альфа-коэффициент  
Кронбаха по 7 шкалам равен соответственно: 0,82; 0,81; 0,80; 0,85; 0,79, 0,76.

Внешняя валидность опросника подтверждена высоким уровнем корреляции показателей опросника с известными методиками от (0, 87 до 0,75 при  $P < 0,01$ ): методика диагностики межличностных отношений Т. Лири, адаптированный Л.Н. Собчик (1990), опросник терминальных ценностей (ОтеЦ), разработанный И.Г. Сениным (1991); методика PARI (parental attitude research instrument) Е.С. Шеффера и Р.К. Белла, адаптированная Т.В. Нещерет, в модификации Т.В. Архиреевой (1990); опросник удовлетворенности браком, разработанный В.В. Столиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко (1984).

## **МЕТОДИКА «ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ОБ ИДЕАЛЬНОМ (РЕАЛЬНОМ) РОДИТЕЛЕ»**

Методика представляет собой разновидность семантического дифференциала. Она состоит из 48 полярных пар качеств, характеризующих реального (идеального) родителя. Для оценки пар качеств используется семибалльная шкала (3, 2, 1, 0, 1, 2, 3) в зависимости от выраженности качества. Методика проводится дважды с небольшим интервалом времени. Сначала выявляются представления об идеальном родителе, то есть о родительстве в целом, затем представления о себе как реальном родителе. После двух тестирований оба параметра сравниваются между собой. Сравнительный анализ помогает установить зону ближайшего развития родителя.

### **СТРУКТУРА МЕТОДИКИ**

При отборе качеств использовались данные контент-анализа родительских сочинений, которые дополнялись собственными идеями.

1 Все заложенные в методику качества дифференцированы по трем компонентам: когнитивный, эмоциональный, поведенческий; на каждый аспект приходится по 16 пар качеств.

2 При составлении методики все качества (внутри компонентов) подбирались по следующим антиномиям:

- положительное – отрицательное (робкий – смелый, сильный – слабый);
- должное – необязательное (должен быть справедливым – может быть несправедливым, должен все знать – может чего-то не знать);
- теплое – холодное (доверяющий детям – не доверяющий детям, сотрудничающий с детьми – соперничающий с детьми);
- предлагаемое – отвергаемое (бескорыстный – расчетливый, альтруист – эгоист);
- достижимое – неосуществимое (всегда терпелив – не всегда терпелив, всегда понимает – не всегда понимает);
- простое – сложное (решающий за детей – не решающий за детей, компетентный – некомпетентный).

3 Методика приведена в том порядке, в котором она создавалась; в таблице приведены номера вопросов в соответствии с компонентами (когнитивный, эмоциональный, поведенческий) и антиномиями. Мы полагаем, что ее можно

использовать в неизменном виде, так как испытуемых не видна внутренняя логика построения, например, трудно угадать социально желаемые ответы.

4 Все качества, расположенные в опроснике справа, мы считаем более предпочтительными, чем те, которые расположены слева.

Мы предполагаем в большей степени качественную, чем количественную обработку методики. *Количественная обработка* заключается в подсчете баллов испытуемого по каждому аспекту (когнитивный – первые 18 пар, эмоциональный – вторые 18 пар с 19 по 36, поведенческий – последние 18 пар с 37 по 54), в итоге получаем три показателя.

#### ПОКАЗАТЕЛИ:

1 *Когнитивный показатель* представлений о реальном (идеальном) родителе.

2 *Эмоциональный показатель* представлений о реальном (идеальном) родителе,

3 *Поведенческий показатель* представлений о реальном (идеальном) родителе.

Испытуемый может набрать от -54 до +54 по каждому из них (3 компонента, 18 пар качеств в каждом, максимальная оценка каждого качества 3 балла). Баллы, относящиеся к качествам справа, «положительным», берутся со знаком «плюс», а баллы, относящиеся к качествам слева, «отрицательным», берутся со знаком «минус».

При подсчете когнитивного аспекта (обе пары качеств относятся к нему) мы получим: +2 (так как «сильный» находится в правой части) и -1 (так как «неблагоразумный» находится в левой части). Итого: 2-1=1 и так далее.

#### СТРУКТУРА МЕТОДИКИ «ИДЕАЛЬНЫЙ РОДИТЕЛЬ»

Антиномии	Когнитивный аспект (№ вопросов)	Эмоциональный аспект (№ вопросов)	Поведенческий аспект (№ вопросов)
Положительное – отрицательное	1-3	19-21	37-39
Должное – необязательное	4-6	22-24	40-42
Теплое – холодное	7-9	25-27	43-45
Предлагаемое – отвергаемое	10-12	28-30	46-48
Достижимое – неосуществимое	13-15	31-33	49-51
Простое – сложное	16-18	34-36	52-54

*Качественная обработка* заключается в анализе отдельных ответов испытуемого и полученных показателей (когнитивный, эмоциональный, поведенческий).

## ОПРОСНЫЙ ЛИСТ

1	слабый	3	2	1	0	1	2	3	сильный
2	неблагоразумный	3	2	1	0	1	2	3	благоразумный
3	непрактичный	3	2	1	0	1	2	3	практичный
4	должен быть справедливым	3	2	1	0	1	2	3	может быть не справедливым
5	должен все знать	3	2	1	0	1	2	3	может чего-то не знать
6	должен ставить детей на 1 место	3	2	1	0	1	2	3	может не ставить детей на первое место
7	не доверяющий детям	3	2	1	0	1	2	3	доверяющий детям
8	соперничающий с детьми	3	2	1	0	1	2	3	сотрудничающий с детьми
9	злопамятный	3	2	1	0	1	2	3	прощающий
10	расчетливый	3	2	1	0	1	2	3	бескорыстный
11	эгоист	3	2	1	0	1	2	3	альтруист
12	безответственный	3	2	1	0	1	2	3	ответственный
13	всегда терпелив	3	2	1	0	1	2	3	не всегда терпелив
14	всегда понимает	3	2	1	0	1	2	3	не всегда понимает
15	всегда прав	3	2	1	0	1	2	3	не всегда прав
16	решающий за детей	3	2	1	0	1	2	3	не решающий за детей
17	не уважающий детей	3	2	1	0	1	2	3	уважающий детей
18	требовательный	3	2	1	0	1	2	3	снисходительный
19	несчастный	3	2	1	0	1	2	3	счастливый
20	грустный	3	2	1	0	1	2	3	радостный
21	злой	3	2	1	0	1	2	3	добрый
22	должен интересоваться детьми	3	2	1	0	1	2	3	может не интересоваться детьми
23	должен быть спокойным	3	2	1	0	1	2	3	может быть раздраженным
24	должен гордиться детьми	3	2	1	0	1	2	3	может не гордиться детьми
25	строгий	3	2	1	0	1	2	3	мягкий
26	жестокий	3	2	1	0	1	2	3	ласковый
27	холодный	3	2	1	0	1	2	3	теплый
28	не одобряющий	3	2	1	0	1	2	3	одобряющий ребенка
29	безжалостный	3	2	1	0	1	2	3	жалеющий
30	не любящий	3	2	1	0	1	2	3	любящий
31	всегда довольный детьми	3	2	1	0	1	2	3	не всегда довольный детьми
32	никогда не кричащий на ребенка	3	2	1	0	1	2	3	иногда кричащий на ребенка
33	не обижающийся на детей	3	2	1	0	1	2	3	обижающийся на детей
34	стыдящийся за ребенка	3	2	1	0	1	2	3	не стыдящийся за ребенка
35	не готовый к родительству	3	2	1	0	1	2	3	готовый к родительству

36	боящийся извиниться перед ребенком	3	2	1	0	1	2	3	не боящийся извиниться перед ребенком
37	не воспитывающий	3	2	1	0	1	2	3	воспитывающий
38	усталый	3	2	1	0	1	2	3	отдохнувший
39	не обучающий ребенка	3	2	1	0	1	2	3	обучающий ребенка
40	должен быть опытным родителем	3	2	1	0	1	2	3	может быть неопытным родителем
41	должен жить для ребенка	3	2	1	0	1	2	3	может жить для себя
42	должен проводить с ребенком много времени	3	2	1	0	1	2	3	может проводить с ребенком мало времени
43	не хвалящий	3	2	1	0	1	2	3	хвалящий
44	не балующий ребенка	3	2	1	0	1	2	3	балующий ребенка
45	не опекающий	3	2	1	0	1	2	3	опекающий
46	не слушающий ребенка	3	2	1	0	1	2	3	слушающий ребенка
47	не помогающий	3	2	1	0	1	2	3	помогающий
48	приказывающий	3	2	1	0	1	2	3	просящий
49	всегда может повлиять на ребенка	3	2	1	0	1	2	3	не всегда может повлиять на ребенка
50	никогда не командующий	3	2	1	0	1	2	3	иногда командующий
51	всегда выполняющий капризы ребенка	3	2	1	0	1	2	3	не всегда выполняющий капризы ребенка
52	вмешивающийся в жизнь ребенка	3	2	1	0	1	2	3	не вмешивающийся в жизнь ребенка
53	ограничивающий свободу ребенка	3	2	1	0	1	2	3	не ограничивающий свободу ребенка
54	критикующий ребенка	3	2	1	0	1	2	3	не критикующий ребенка

## ДАнные О ВАЛИДНОСТИ МЕТОДИКИ

На основе проверки устойчивости оценочных параметров во времени, проведенной на выборке 50 человек с промежутком в три месяца, сделан вывод о ретестовой надежности методики. Наиболее устойчивыми во времени оказались параметры оценки когнитивного и поведенческого компонентов родительства ( $r=0,68$  и  $0,69$  при  $p>0,001$ ).

## МЕТОДИКА «ИССЛЕДОВАНИЕ ПРИНЯТИЯ И ИСПОЛНЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКОЙ РОЛИ»\*

Родительская роль является устойчивым комплексом форм поведения, соответствующим выполнению семьей воспитательной функции. Выполнение этой роли определяется как основными социальными нормами и требованиями, традиционно в ней заложенными, так и индивидуальными чертами конкретного человека (в частности, мерой освоения им определенных знаний и умений, а также субъективными представлениями о характере данной роли).

Анализ самой родительской роли свидетельствует о том, что она является необычайно сложной. Можно выделить ряд причин, по которым эта роль отличается от других социальных ролей:

- 1) освоение роли родителя происходит с первых лет жизни человека;
- 2) решающее влияние на ее усвоение оказывает пример собственных родителей;
- 3) характеризуется необычайной устойчивостью (при принятии этой роли от нее трудно и даже невозможно отказаться);
- 4) она высокостереотипна как в плане рождения, так и воспитания детей;
- 5) переход к исполнению роли происходит достаточно внезапно.

Структура существующих в семье ролей является социально-психологической формой организации ее жизнедеятельности. Данная анкета позволяет не только определить степень адекватности исполнения родительской роли другим социальным ролям, выполняемым индивидом в семье, но и выявить характер внутриличностной согласованности национально-этнической идентичности личности и родительства как интегрального образования личности.

Анкета состоит из 31 вопроса, на которые родители и ребенок должны отвечать индивидуально.

### АНКЕТА

**Инструкция:** «Уважаемые родители! Предлагаем Вам принять участие в исследовании социально-психологических и национальных особенностей связанных с исполнением родительской роли, и поделиться своими мыслями, чувствами и опытом, накопленным в воспитании собственных детей.

Наше с Вами сотрудничество будет тем плодотворнее, чем более искренними Вы будете в своих ответах – очень важно, чтобы ни один из вопросов анкеты не был пропущен!» Дайте однозначный ответ на следующие вопросы.

---

\* Анкета разработана под нашим научным руководством Н.П. Мальтениковой (2003).



№ п/п	Вопрос	Да	Нет
1	Как Вы считаете, является ли материнство обязательным условием полноценно прожитой жизни?		
2	Как Вы считаете, является ли отцовство обязательным условием полноценно прожитой жизни?		
3	Сколько детей, по Вашему мнению, должно быть в настоящей семье?		
4	Было ли рождение Вашего ребенка (детей) <u>строго</u> запланированным?		
5	Согласны ли Вы с тем, что подготовку к родительству молодых людей нужно осуществлять в рамках специальных учебно-воспитательных программ?		
6	Как Вы считаете, до какого возраста ребенка родители несут за него полную ответственность?	До... лет	
7	Каков, по Вашему мнению, оптимальный возраст для того, чтобы стать родителем и быть психологически готовым к этому?		
8	Какое количество детей в семье Ваших родителей вместе с Вами (включая всех родных братьев и сестер)?		
9	Знает ли Ваш ребенок (дети) свой фамильный род?		
10	Знаете ли Вы происхождение своих предков и их род занятий?		

Выразите свое согласие («да») или несогласие («нет») со следующими утверждениями.

№ п/п	Утверждения	Да	Нет
11	Если бы я знала заранее, как тяжело быть родителем, то ни за что не стала бы иметь детей		
12	В детстве мне приходили мысли о том, как я буду относиться к своим детям		
13	Мои дети учатся быть родителями, прежде всего, глядя на меня		
14	Очень важно прививать детям любовь к своей Родине и к своей культуре		
15	Сейчас я не представляю своей жизни без моего ребенка (детей)		

16	Родители просто обязаны научить ребенка всему тому, что сами умеют		
17	Очень важно, чтобы ребенок с детства чувствовал свою национальную принадлежность и гордился ею		

В следующих вопросах выберите только один из предлагаемых вариантов ответа.

18	<p>Как Вы думаете, почему человек стремится к рождению и воспитанию детей? Это, <u>прежде всего</u>:</p> <p>1) настоятельная потребность, биологический инстинкт;</p> <p>2) способ укрепления взаимоотношений в семье;</p> <p>3) нет никакого стремления – просто так случается;</p>	
19	<p>На что Вы опираетесь, прежде всего, в воспитании собственных детей?</p> <p>1) в основном на то, как меня воспитывали мои родители;</p> <p>2) в основном на принятые в обществе нормы и требования;</p> <p>3) на собственное мнение в каждой конкретной ситуации.</p>	
20	<p>Как, по Вашему мнению, Ваши родители воспитывали Вас?</p> <p>1) в основном так же, как воспитывали их;</p> <p>2) в основном так, как того требовало общество в то время;</p> <p>3) думаю, что чаще всего Я САМ себя воспитывал.</p>	
21	<p>К какой группе людей вы бы себя причислили?</p> <p>1) русские;</p> <p>2) татары (башкиры, казахи и т. п.);</p> <p>3) татароговорящие русские (башкироговорящие, и т. п.);</p> <p>4) русскоязычные татары (башкиры, казахи и т. п.);</p> <p>5) обрусевшие татары (башкиры, казахи и т. п.);</p> <p>6) россияне.</p>	
22	<p>Как Вы считаете, до какого времени родители должны материально обеспечивать своего ребенка?</p> <p>1) до определенного возраста;</p> <p>2) до момента получения профессии;</p> <p>3) до момента обретения материальной независимости;</p> <p>4) до момента вступления в брак.</p>	

23	Как Вы думаете, для чего человек живет? 1) чтобы наслаждаться каждой минутой жизни; 2) чтобы получить от жизни все, что только возможно; 3) чтобы сделать счастливыми тех немногих людей, находящихся рядом; 4) чтобы внести свой вклад в историю человечества, оставить свой след.	
----	---	--

Укажите, пожалуйста:

24	Вашу национальность по документам	
25	Кем Вы сами себя считаете по национальности?	
26	На каком языке Вы разговариваете в своей семье?	
27	На каком языке Вы разговариваете со своими соседями?	
28	На каком языке Вы думаете?	
29	Сколько Вам было лет, когда Вы стали родителем?	

Дайте однозначный ответ на следующие вопросы:

№ п/п	Вопрос	Да	Нет
30	Ваши родители принимают участие в делах Вашей семьи?		
31	Ваши родители принимают (или принимали) участие в воспитании Вашего ребенка (детей)?		

Обработка полученных данных проводится в следующем порядке:

1 Перекодировать логические значения ответов в соответствии с ключом.

№ вопроса	ответ		Логическое выражение		
	да	нет	Условие, которое должно быть выполнено	Условие соблюдено	Условие не соблюдено
1	1	0			
2	1	0			
3			Совпадение значения с ответом на вопрос № 8	1	0
4	0	1			
5	1	0			
6			Указанное значение должно быть больше 0	1	0
7			Указанное значение должно быть больше 18	1	0

8					
9	1	0			
10	1	0			
11	0	1			
12	1	0			
13	1	0			
14	1	0			
15	1	0			
16	1	0			
17	1	0			
18			Выбор одного из варианта ответов		
			1	1	0
			2	1	0
			3	1	0
19			Выбор одного из варианта ответов		
			1	1	0
			2	1	0
			3	1	0
20			Выбор одного из варианта ответов		
			1	1	0
			2	1	0
			3	1	0
21			Выбор варианта ответа № 6	1	0
22			Выбор одного из варианта ответов		
			1	1	0
			2	1	0
			3	1	0
			4	1	0
23			Выбор одного из варианта ответов		
			1	1	0
			2	1	0
			3	1	0

			4	1	0
24			Совпадение значения с ответом на вопрос № 25	1	0
25			Совпадение значения с ответом на вопрос № 28	1	0
26			Совпадение значения с ответом на вопрос № 27	1	0
27			Совпадение значения с ответом на вопрос № 28	1	0
28					
29			Совпадение значения с ответом № 7	1	0
30	1	0			
31	1	0			

2 Подсчитать сумму баллов по каждой из характеристик родительской роли и аспектов этнической идентичности в соответствии с таблицами.

#### ХАРАКТЕРИСТИКИ РОДИТЕЛЬСКОЙ РОЛИ

Исследуемый параметр		Сумма баллов в ответах
СТЕРЕОТИПНОСТЬ	Ст	1
		2
		18 – вариант ответа 2
УСТОЙЧИВОСТЬ	Уст	11
		15
		30
		31
ПРИСВОЕНИЕ ПРИМЕРА РОДИТЕЛЕЙ	Прр	3 – соблюдение условия
		19 – вариант ответа 1
		20 – вариант ответа 1
		30
ВНЕЗАПНОСТЬ ПЕРЕХОДА К РОДИТЕЛЬСКОЙ РОЛИ	Вн	4
		5
		18 – вариант ответа 3
РАННЕЕ УСВОЕНИЕ	Ру	12
		13
ПРИНЯТИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ	Отв	6 – соблюдение условия
		7 – соблюдение условия
		19 – вариант ответа 3
		22 – вариант ответа 3
		29 – соблюдение условия

## ЭТНИЧЕСКАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ

Исследуемый параметр		Сумма баллов в ответах
КУЛЬТУРНЫЙ АСПЕКТ	ИДк	9
		10
		14
		17
		23 – вариант ответа 4
СОЦИАЛЬНЫЙ АСПЕКТ	ИДс	19 – вариант ответа 2,
		20 – вариант ответа 2,
		23 – вариант ответа 3,
		21 – вариант ответа 6,
		26 – соблюдение условия
ЛИЧНОСТНЫЙ АСПЕКТ	ИДл	20 – вариант ответа 3
		23 – вариант ответа 2
		24 – соблюдение условия
		25 – соблюдение условия

низкая	средняя	высокая	очень высокая
0 – 2,99	3,0 – 3,99	4,0 – 5,0	5,1 и выше

- 3 Сделать заключение о степени выраженности каждого из национально-этнических компонентов родительской роли в соответствии с таблицей.

Компоненты родительской роли	сумма баллов по шкалам	Степень выраженности		
		низкая	средняя	высокая
Культурно-этнический	ИДк + Ст + Ру	0 – 5	6 – 8	9 – 10
Социально-этнический	ИДс + Ппр + Отв	0 – 7	8 – 10	11 – 16
Индивидуально-этнический	ИДл + Уст + Вп	0 – 5	6 – 8	9 – 11

- 4 Определить социально-ролевую адекватность исполнения родительской роли по формуле и сделать заключение.

$$\text{ИДк} + \text{ИДс} - \text{ИДл} + \text{Ст} + \text{Уст} - \text{Ппр} -$$

## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

Заключение об особенностях исполнения родительской роли делается на основе сравнительного анализа степени выраженности параметров родительской роли и компонентов родительской идентичности.

Параметры родительской роли отражают:

- уровень *стереотипизации* в выполнении родительских функций – склонность родителя разделять упрощенное, схематичное, характерное для обыденного сознания представление о выполнении родительских функций, сложившееся как результат обобщения личного опыта индивида и предвзятых установок, характерных для данного общества;
- уровень *устойчивости* родительской роли – приоритетность данной роли над другими социальными ролями, склонность к лидерству и доминированию в детско-родительских отношениях;
- степень *присвоения примера родителей* – обращение к опыту собственных родителей в воспитании детей, использование родительских поведенческих моделей, усвоенных в собственном детстве;
- *внезапность перехода* к исполнению родительской роли – плановость родительства в системе жизненных целей.

Степень выраженности *культурного аспекта* родительской идентичности свидетельствует о том, насколько человек в выполнении своих родительских функций ориентируется на принятые в его культуре нормы и предписания. Преобладание данного компонента в структуре идентичности указывает на то, что родитель готов тратить много сил и времени на воспитание детей, прививая им любовь к своей национальной истории, передавая из поколения в поколение культурные и семейные традиции.

Степень выраженности *социального аспекта* родительской идентичности свидетельствует об ориентации родителя на фундаментальные жизненные интересы, связанные с обеспечением собственного будущего и будущего своего потомства. При преобладании данного компонента для родителя важнейшей ценностью является развитие ребенка, даже если это происходит в ущерб его идентификации со своим этносом. Сам родитель при этом также испытывает потребность в достижениях, стремится к сохранению и развитию собственной индивидуальности, в построении своего родительского поведения готов к активному обсуждению возникающих проблем в социальных контактах.

Степень выраженности *личностного аспекта* родительской идентичности соответствует заинтересованности родителя в собственной индивидуальной жизни и мотивация родительства, воспринимаемого как способ самореализации личности, позволяющий занять определенную позицию в системе общественных и межличностных отношений.

Степень выраженности	Низкая	Средняя	Высокая	Очень высокая
Культурно-этнический компонент родительской роли				
Социально-этнический компонент родительской роли				
Индивидуально-этнический компонент родительской роли				
Социально-ролевая адекватность исполнения родительской роли				

Предметно анализируются показатели, отклоняющиеся от средних, а также разнонаправленные позиции родителей.

### ПОРЯДОК ОБРАБОТКИ ДАННЫХ АНКЕТЫ

*На стереотипность* выполнения родительской роли указывают утвердительные ответы на 1 и 2 вопросы, а в 18 вопросе – вариант ответа № 2.

*Об устойчивости родительской роли* при ее принятии свидетельствуют утвердительные ответы на 15, 38, 39 вопросы и отрицательный ответ на 11.

*На присвоение примера родителей* в выполнении данной роли указывает совпадение ответов на 3 и 8 вопросы, выбор в 19 и 20 вопросах варианта ответа № 1 и утвердительный ответ на 38 вопрос.

*О внезапности перехода к родительской роли* можно судить при отрицательном ответе на 4 вопрос, утвердительном – на 5 и при выборе варианта ответа №3 в 18.

*О раннем усвоении родительской роли* – при утвердительных ответах на 12 и 13 вопрос.

*О мере принятия ответственности за родительскую роль* – ответы на 7, 33 вопросы, утвердительный ответ на 16 и выбор в 19 и 22 вопросах варианта ответа № 3.

### РОДИТЕЛЬСКАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ:

а) культурная – утвердительные ответы на 9, 10, 14, 17 вопросы и выбор в 23 варианта ответа № 4;

б) социальная – выбор в 19 и 20 вопросах варианта ответа № 2, в 23 – варианта ответа № 3, в 21 – варианта ответа № 6 и совпадение ответов на 26, 27 и 28 вопросы;

в) личностная – выбор в 20 вопросе варианта ответа № 3 при условии, что ответы на 21, 24, 25 и 28 вопросы совпадают (приложения Е, Ж).



## ДАННЫЕ О ВАЛИДНОСТИ МЕТОДИКИ

Значение коэффициента корреляции с валидными методиками не менее 0,17 ( $p=0,05$ ) и не менее 0,23 ( $p=0,01$ ). Ретестовая надежность от 0,611 до 0,671 ( $p=0,01$ ).

### МЕТОДИКА «ПОЗИТИВНЫЕ РОДИТЕЛЬСКИЕ ЧУВСТВА» (ПРЧ)\*

Методика «Позитивные родительские чувства» включает в себя 6 шкал, объединенных в 4 блока. Шкалы методики соответствуют 6 факторам, характеризующим систему позитивных родительских чувств, которые были выделены в рамках экспертного опроса. Каждая шкала содержит по 6 утверждений, подобранных так, чтобы отразить психологическую сущность изучаемых чувств, их компонентный состав (по два утверждения на когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты чувства).

*1 блок – позитивные чувства к себе как родителю (одноименная шкала №1)* – данный блок/шкала отражает эмоциональное отношение родителя к себе, проявляющееся в наличии чувства уверенности в себе как родителе, чувства собственного достоинства, чувства уважения себя как родителя;

*2 блок – позитивные чувства к родительству (одноименная шкала №2)* – данный блок/шкала отражает позитивные чувства родителя к родительству, проявляющиеся в удовольствии от родительства, в удовлетворении своей родительской ролью, в чувствовании себя счастливым родителем.

*3 блок – позитивные чувства к ребенку (шкала №3, шкала №4, шкала №5)* – данный блок отражает позитивное эмоциональное отношение родителя к ребенку.

*шкала №3 – позитивные чувства к ребенку, обусловленные его достоинствами и достижениями* – данная шкала отражает позитивное эмоциональное отношение родителя к ребенку, обусловленное его достоинствами и достижениями и проявляющееся в чувстве родительской гордости, чувстве благодарности (признательности) родителя ребенку.

*шкала №4 – позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии* – данная шкала характеризует позитивную эмоциональную связь родителя с ребенком, в основе которой лежит признание его индивидуальности и самооценности.

*шкала №5 – родительская любовь* – данная шкала характеризует очень высокую степень эмоционально-положительного отношения к ребенку, характеризующуюся помещением его в центр жизненных потребностей и интересов родителя, наделением его исключительностью, а также убежденностью в его искренности, честности и добросовестности.

*4 блок – позитивные чувства к супругу(е) как родителю (одноименная шкала №6)* – данный блок/шкала отражает позитивное эмоциональное отношение родителя к другому родителю, проявляющееся в чувстве товарищества при воспитании ребенка, в чувстве семейной безопасности.

---

\* Методика разработана и апробирована под нашим руководством Е.А. Падуриной, 2006.

## ТЕКСТ ОПРОСНИКА

**Инструкция:** «Уважаемый родитель! Оцените, используя четырехбальную шкалу, справедливы ли для Вас приведенные ниже утверждения. Помните, “правильных” или “неправильных” ответов не существует, так как данные утверждения лишь отражают особенности присущие Вашим взаимоотношениям с ребенком. Старайтесь отвечать как можно более точно и правдиво».

4 – Да, это так

3 – Вероятно, это так

2 – Вряд ли, это так

1 – Нет, это совсем не так

## СПИСОК УТВЕРЖДЕНИЙ

- 1 Считаю, что в целом правильно воспитываю своего ребенка.
- 2 Я чувствую, что мой ребенок меня любит.
- 3 Когда я не прав(а), я всегда извиняюсь перед моим ребенком.
- 4 Я пользуюсь авторитетом среди других родителей.
- 5 Я чувствую себя уверенно в роли родителя.
- 6 Я делаю все, чтобы мой ребенок был счастлив.
- 7 Считаю, что рождение ребенка открыло новые возможности для моей самореализации и для развития семьи.
- 8 Я испытываю радость, когда нахожусь рядом с моим ребенком.
- 9 Я с удовольствием провожу с ребенком свое свободное время.
- 10 Считаю, что ребенок – самая большая радость в жизни человека.
- 11 Мне нравится быть матерью (отцом).
- 12 Я с удовольствием выполняю свои родительские обязанности.
- 13 Мой ребенок часто вызывает симпатию у окружающих.
- 14 Я благодарна(ен) ребенку за его старания и достижения.
- 15 Я часто хвалю моего ребенка.
- 16 Благодаря своим способностям мой ребенок многого достигнет в жизни.
- 17 Я часто чувствую гордость за моего ребенка.
- 18 Я часто говорю моему ребенку, что высоко ценю его достоинства и достижения.
- 19 Что бы ни сделал мой ребенок, я буду его любить.
- 20 Мой ребенок мне приятен.
- 21 В большинстве случаев мой ребенок рассказывает мне обо всем, что с ним происходит.
- 22 Я знаю достоинства и недостатки моего ребенка и не стараюсь изменить его.
- 23 Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.
- 24 Я часто прощаю моего ребенка, признавая за ним право на ошибку, слабость и несовершенство.
- 25 Ради моего ребенка я готов(а) на любые жертвы.
- 26 Я восхищаюсь моим ребенком.

- 27 Я стремлюсь больше отдавать своей любви ребенку, чем получать от него.  
 28 На моего ребенка можно положиться в серьезном деле.  
 29 Я люблю моего ребенка, даже если он ведет себя нехорошо.  
 30 Я многое прощаю моему ребенку из-за любви к нему.  
 31 В любой ситуации, касающейся ребенка, я могу положиться на супруга(у).  
 32 Я чувствую поддержку супруга(и) при воспитании ребенка.  
 33 Я доверяю супругу(е) заниматься воспитанием ребенка.  
 34 Считаю, что наши с супругом(ой) взгляды на воспитание ребенка совпадают.  
 35 Мне нравится мой(я) супруг(а) в роли родителя.  
 36 Мой(я) супруг(а) делает все, чтобы нам с ребенком было спокойно и комфортно.

### БЛАНК ДЛЯ ОТВЕТОВ

№	Баллы	№	Баллы	№	Баллы	№	Баллы	№	Баллы	№	Баллы
1		7		13		19		25		31	
2		8		14		20		26		32	
3		9		15		21		27		33	
4		10		16		22		28		34	
5		11		17		23		29		35	
6		12		18		24		30		36	

### ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ

Обработка результатов опросника «ПРЧ» осуществляется суммированием баллов по каждой шкале.

Шкала №1 – позитивные чувства к себе как родителю (1, 2, 3, 4, 5, 6);

Шкала №2 – позитивные чувства к родительству в целом (7, 8, 9, 10, 11, 12);

Шкала №3 – позитивные чувства к ребенку, обусловленные его достоинствами и достижениями (13, 14, 15, 16, 17, 18);

Шкала №4 – позитивные чувства к ребенку, основанные на безусловном принятии (19, 20, 21, 22, 23, 24);

Шкала №5 – родительская любовь (25, 26, 27, 28, 29, 30);

Шкала №6 – позитивные чувства к супругу как родителю (31, 32, 33, 34, 35, 36).

Если исследователя интересуют более обобщенные данные, то можно интерпретировать результаты с помощью блоков:

1 Блок – позитивные чувства к себе как родителю (шкала №1);

2 Блок – позитивные чувства к родительству (шкала №2);

3 Блок – позитивные чувства к ребенку ((шкала №3 + шкала №4 + шкала №5)/3);

4 Блок – позитивные чувства к супругу(е) как родителю (шкала №6).

В результате указанных вычислений можно измерить степень выраженности каждой характеристики в интервале от 13 до 24 баллов:

- 13-16 баллов – низкий уровень развития позитивных родительских чувств;
- 17-20 баллов – средний уровень развития позитивных родительских чувств;
- 21-24 баллов – высокий уровень развития позитивных родительских чувств.

Если сумма баллов по шкале / блоку меньше 13, то это свидетельствует о неразвитости данных позитивных родительских чувств.

## ДАННЫЕ О ВАЛИДНОСТИ МЕТОДИКИ

Эмпирическая валидность измерялась с помощью статистического коррелирования результатов опросника «ПРЧ» с результатами методик, валидность которых известна. В нашем случае для оценки эмпирической валидности опросника «ПРЧ» были использованы: опросник для исследования эмоциональной стороны детско-родительского взаимодействия Е.И. Захаровой, опросник «Взаимодействие родитель-ребенок» И.М. Марковской, методика «Диагностика родительской любви» Е.В. Милюковой. Для корреляционного анализа было принято значение  $r \geq 0,256$  при  $n=100$ ,  $p \leq 0,01$ .

## ОПРОСНИК РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ И СИМПАТИИ\*

### ЧАСТЬ I

**Цель этой части методики:** выявить преобладающее у родителя чувство по отношению к ребенку (симпатия или любовь).

**Инструкция:** «Ниже даны двадцать утверждений. К каждому утверждению подберите вариант ответа, который, по Вашему мнению, соответствует сложившимся отношениям с Вашим ребенком. Помните, “неправильных” или “плохих” ответов не существует».

Варианты ответа:

- 4 – да, это так
- 3 – вероятно это так
- 2 – вряд ли это так
- 1 – нет, это совсем не так

### СПИСОК УТВЕРЖДЕНИЙ

- 1 Я считаю, что я и мой ребенок можем абсолютно доверять друг другу.
- 2 Когда мы вместе, у нас схожее настроение.

---

\* Разработан и валидизирован под нашим руководством Е.В. Милюковой (2003).

- 3 Я считаю, что знаю достоинства и недостатки моего ребенка и принимаю его таким, каков он есть.
- 4 Мой ребенок очень умный.
- 5 Ради моего ребенка я готов(а) на любые жертвы.
- 6 В большинстве случаев мой ребенок нравится людям сразу же после знакомства.
- 7 Я испытываю радость, когда нахожусь рядом с моим ребенком.
- 8 Я думаю, что мы с ребенком во многом похожи.
- 9 Я чувствую ответственность за то, чтобы ребенку было хорошо и комфортно со мной.
- 10 Мне хотелось бы, чтобы мой ребенок был похож на меня.
- 11 Я часто прощаю моего ребенка, признавая за ним право на ошибку, слабость и несовершенство.
- 12 Мой ребенок самый лучший из всех известных мне детей.
- 13 Мне будет очень тяжело, если придется жить без моего ребенка.
- 14 Я уверен(а), что мой ребенок хорошо ко мне относится.
- 15 Между мной и ребенком существует эмоциональная близость.
- 16 Я принимаю активное участие в жизни моего ребенка: во всем помогаю, контролирую, регулирую.
- 17 Я стремлюсь больше отдавать своей любви ребенку, чем получать от него.
- 18 Мне нравится быть с моим ребенком потому, что мне хорошо с ним.
- 19 Каждый из нас (и я, и мой ребенок) обладаем независимостью друг от друга.
- 20 От ребенка я жду любви столько же, сколько даю ему я.

## ОБРАБОТКА

Складываем полученные баллы.

Шкала любви: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19.

Шкала симпатии: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20.

В зависимости от того, какая сумма баллов выше, можно судить о том, какое чувство в отношениях с ребенком преобладает. Каждая сумма должна превышать 20 баллов. Лишь в этом случае можно говорить о том, что в отношениях родителя и ребенка преобладает любовь или симпатия.

## ЧАСТЬ II

**Цель этой части опросника:** определение компонентного состава и типологии родительской любви.

**Инструкция:** «Прочтите каждое из утверждений. Выберите какое из них, по Вашему мнению, наиболее характерно для Вас (отметьте знаком “+”). Помните, неправильных ответов не существует».

## СПИСОК УТВЕРЖДЕНИЙ

- I. 1 Когда в моей семье появился ребенок, у меня возникло ощущение сопричастности и желание быть с ребенком.
- II. 2 Я испытываю удовольствие от общения с моим ребенком.
- III. 3 Я полагаю, что знаю, какими способами выражается родительская любовь.
- IV. 4 Я принимаю активное участие в жизни моего ребенка, помогаю, даю советы, при этом каждый из нас обладает относительной свободой и автономностью.
- I. 5 Я испытал(а) чувство облегчения, удовлетворения и радости когда завершились роды.
- II. 6 Я переживаю о душевном покое моего ребенка.
- III. 7 Я считаю, что достаточно хорошо и отчетливо представляю образ «любящего отца» и «любящей матери».
- IV. 8 Я проявляю нежность и ласку по отношению к моему ребенку посредством поцелуев, «теплого» объятия, ласкового взгляда.
- Допишите свой вариант...
- I. 9 Когда я впервые увидел (а) ребенка, у меня пробудилось чувство жалости к нему, сочувствие и желание помочь.
- II. 10 Я доволен(а) своей ролью родителя.
- III. 11 Я достаточно хорошо знаю личностные особенности моего ребенка.
- IV. 12 Я считаю, что создаю благоприятную семейную атмосферу для ребенка: он знает, что я всегда рядом, чувствует психологическую поддержку и защищенность с моей стороны.
- I. 13 Мне было приятно чувствовать:
- А) для матери: как шевелится плод во время моей беременности.
- Б) для отца: как шевелится плод во время беременности моей жены.
- II. 14 Я испытываю чувство радости, когда нахожусь рядом с моим ребенком.
- III. 15 Я могу предвидеть реакции и поступки моего ребенка.
- IV. 16 Считаю, что мои взаимоотношения с ребенком можно назвать открытыми, искренними и доверительными.
- I. 17 Считаю, что между мной и ребенком, с момента рождения существует тесная взаимосвязь, которую порой я не могу объяснить словами.
- II. 18 Я испытываю потребность быть рядом с моим ребенком.
- III. 19 Я думаю, что знаю интересы моего ребенка.
- IV. 20 Я принимаю моего ребенка таким, каков он есть, признаю и уважаю его индивидуальность.
- I. 21 Во время беременности:
- А) для матери: я чувствовала нежность к будущему ребенку.
- Б) для отца: моей жены я чувствовал нежность к будущему ребенку.
- II. 22 Мне грустно во время разлуки с моим ребенком.
- III. 23 Думаю, что я знаю потребности и желания моего ребенка.
- IV. 24 Я «жертвую собой» ради моего ребенка, стараясь отдавать ему все физические и душевные силы.
- I. 25 Беременность моей жены (для отца), моя (для матери) была желанной и запланированной.

II. 26 Я испытываю гордость за моего ребенка.

III. 27 Я думаю, что знаю, каким образом я могу контролировать проявление своей родительской любви.

IV. 28 Я часто прощаю моего ребенка, признавая за ним право на ошибку, слабость и несовершенство.

## ОБРАБОТКА

Наибольшая сумма баллов («+» – 1 балл), набранная человеком при выборе наиболее близких ему утверждений, укажет на доминирующий компонент в родительской любви, а вместе с этим и на ее тип. Если равным количеством баллов будут отмечены два и более компонента, следует говорить о смешанной типологической принадлежности. Если наряду с доминирующим компонентом какой-либо другой компонент наберет достаточно высокий балл, также следует говорить о смешанной типологической принадлежности, хотя не столь явно выраженной, как в предыдущем случае. Информативно и отсутствие баллов по тому или иному компоненту.

Компоненты родительской любви входят в структуру составляющих родительской любви. В целом глубокий анализ результатов данного исследования дает возможность выявить фундаментальные установочные ориентации родительской любви и впоследствии корректировать и развивать другие компоненты родительской любви (компоненты, набравшие незначительное количество баллов).

### 1 Биологическая составляющая

*I Биологический компонент.* Это физиологическая взаимосвязь между родителем и ребенком, наличие биологических потребностей в продолжении рода.

### 2 Психологическая составляющая

*II Эмоционально-чувственный компонент.* Это сфера глубоких личностных, субъективно-психологических переживаний родителя по отношению к ребенку, которые характеризуются удовольствием-неудовольствием, комфортом-дискомфортом, стеничностью-астеничностью; сфера воспоминаний, предчувствий родителя по поводу ситуаций взаимоотношений с ребенком. Данный компонент включает аффективные состояния (переживания, предчувствия); эмоции (восторг, радость, страх, гнев и др.); чувства, отличающиеся отчетливостью и осознанностью (наслаждение, симпатия и др.). Он обеспечивает налаживание эмоциональных взаимоотношений между родителями и ребенком, а также способов ориентировки в его переживаниях; включает переживание или осознаваемое «ощущение родительской любви», процессы, происходящие в нервной, эндокринной, сердечно-сосудистой, дыхательной системах организма, а также поддающиеся наблюдению комплексы эмоций. Благодаря эмоционально-чувственному компоненту происходит аффективная (эмоциональная) преднастройка к активному контакту родителя с ребенком, еще до начала взаимо-

действия с ним (до рождения ребенка). Кроме этого, у родителей происходит выработка аффективных стереотипов сенсорного контакта с ребенком

*III Когнитивный компонент (рациональный).* Включает в себя представления (когнитивные репрезентации) о том, что есть родительская любовь, каковы ее проявления – способы выражения, контроля, регулирования. Кроме этого, он включает знание интересов ребенка, его желаний, потребностей, особенностей поведения и, в целом, личности ребенка.

### **3 Социальная составляющая**

*IV Поведенческий компонент.* Проявление родительской любви (как субъективного отношения) в реакциях, действиях и поступках родителя. При этом родительская любовь обнаруживает свою объективность, индивидуально-психологическое родителя становится социально-психологическим.

## **ДАННЫЕ О ВАЛИДНОСТИ МЕТОДИКИ**

На нормативной выборке (в нее вошли отцы и матери из полных однодетных и двухдетных семей) Е.В. Милуковой (2003) проведен компьютерный анализ пунктов опросника по величине корреляции с суммарным баллом каждой шкалы. Подтверждена на высоком уровне статистической значимости внутренняя валидность большинства вопросов. Уровень надежности-согласованности можно признать удовлетворительным. Альфа-коэффициент Кронбаха по 2 шкалам равен соответственно: 0,85; 0,79.

Внешняя валидность опросника подтверждена высоким уровнем корреляции показателей опросника с известными методиками от (0,87 до 0,75 при  $P < 0,01$ ): методика PARI (parental attitude research instrument) Е.С. Шеффера и Р.К. Белла, адаптированная Т.В. Нещерет, в модификации Т.В. Архиреевой; методика В.И. Гарбузова «Доминирующий инстинкт (тип)»; Опросник для исследования эмоциональной стороны детско-родительского взаимодействия Е.И. Захаровой.

## **ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ОПРОСНИК «РОДИТЕЛЬСКИЕ ПОБЕДЫ И ПОРАЖЕНИЯ»**

Целевая установка:

- выяснить, какие имеются достижения в семейном воспитании;
- выяснить, в какой помощи нуждаются родители.

## **АНКЕТА РОДИТЕЛЯ**

**1 Что в характере Вашего ребенка Вас радует, вызывает удовлетворенность? Чем бы Вы могли поделиться с другими родителями? (выбрать соответствующее):**

- А. 1 – хорошие способности к учению
- 2 – хорошая работоспособность на уроке
- 3 – хорошая память, внимание



- Б. 4 – сильная воля, уверенность в себе
- 5 – дисциплинированность, вежливость, послушание
- 6 – умение всегда быть в хорошем настроении
- 7 – доброта, чуткость, внимание к людям
- 8 – умение находить общий язык с учителями, родителями, сверстниками
- В. 9 – умение вести себя в обществе
- 10 – отсутствие мстительности, злопамятности
- 11 – умение трудиться, трудолюбие
- 12 – скромность, застенчивость

**2 Что в характере вашего ребенка вас огорчает? В чем ему необходима помощь? В чем вы затрудняетесь ему помочь? (выбрать соответствующее):**

- А. 1 – слабые способности к учению
- 2 – низкая работоспособность на уроке
- 3 – плохая память, внимание
- Б. 4 – недисциплинированность, грубость, непослушание
- 5 – слабая воля, неуверенность в себе
- 6 – неумение держать хорошее настроение
- 7 – озлобленность, жестокость, невнимание к людям
- 8 – неумение находить общий язык с учителями, родителями, сверстниками
- В. 9 – неумение вести себя в обществе
- 10 – злопамятность, мстительность
- 11 – неумение трудиться
- 12 – излишняя скромность, застенчивость

На основе анализа результатов первой части опросника (**победы и достижения родителей**) есть возможность привлечь помощников из числа самих родителей в качестве волонтеров, оказывающих помощь другим семьям. Эти родители указали на имеющийся позитивный опыт семейного воспитания. Его анализ можно провести по аналогии с расшифровкой проблем и поражений (то, что не удается и рекомендуется, переводится в ранг достигнутого и имеющегося).

Приведенные в диагностической карте **ключевые проблемы (поражения) родителя** свидетельствуют о том, в чем затрудняются родители, и какие проблемы испытывают их дети. На основе запросов родителей, сформулированных в виде проблем во второй части опросника, можно планировать групповую и индивидуальную работу с семьей.

Данные ответов фиксируются в диагностической карте.

## ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА РОДИТЕЛЕЙ

№ п/п	ФИО	Номер блока												Главные до- стижения (победы) родителя
		БЛОК «А»			БЛОК «Б»					БЛОК «В»				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
		Номер блока												Ключевые проблемы (поражения) родителя
		БЛОК «А»			Блок «Б»					БЛОК «В»				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	

### Расшифровка проблем

**А.** Вам как родителю следует обратить внимание на развитие познавательных процессов ребенка (память, внимание, мышление); вам следует больше общаться со своим ребенком, развивать его любознательность, тренировать его память, приучать мыслить, не перегружать его внимание лишней информацией, встречами, праздниками, предметами; следить за тем, чтобы ребенок выполнял начатое дело до конца; необходимо оказывать ребенку помощь в организации домашнего учебного труда; следить за режимом сна и отдыха ребенка; проконсультироваться у специалистов о причинах повышенной утомляемости ребенка и жестко следовать их рекомендациям.

**Б.** Вам как родителю надо пересмотреть отношение к ребенку, уважать его права и постепенно передавать ответственность за свое поведение; больше поддерживать его в глазах окружающих, позитивно стимулировать его малейшие результаты, организовывать его успех; не следует быть слишком жестким и жестоким по отношению к ребенку, проявлять к нему грубость и агрессию; не следует понижать авторитет учителя в глазах ребенка; в воспитании вам необходимы терпение, мера, требовательность при уважении личности ребенка.

**В.** Вам как родителю следует обратить внимание на характер общения в семье и отношение к ребенку. Вам надо больше доверять друг другу, быть терпимее, больше организовывать в семье совместных дел, постепенно включая ребенка в домашний труд, прививая ему трудолюбие и конкретные умения и навыки; может быть, ваша чрезмерная критичность снижает самооценку ребен-

ка и его оценку окружающими; наказывая ребенка, всегда давайте ему понять, что он делает неправильно, при этом демонстрируйте к нему позитивное отношение и не будьте злопамятны и мстительны.

## АНКЕТА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К МАТЕРИНСТВУ\*

*1 Возраст:*

- а) 19 лет;
- б) 20 лет;
- в) 21 год;

*2 Семейное положение:*

- а) замужем;
- б) гражданский брак;
- в) живу с родителями;
- г) живу самостоятельно.

*3 Есть ли у Вас дети?*

- а) да;
- б) нет.

*4 Сколько детей Вы хотели бы иметь?*

- а) одного;
- б) двух;
- в) трех;
- г) более трех;
- д) нисколько.

*5 В какой семье Вы росли?*

- а) полная;
- б) не полная;

*6 Какой Вы хотели бы видеть свою будущую семью?*

- а) патриархальная;
- б) нуклеарная;
- в) гражданский брак;
- г) однородительская семья;
- д) замуж не собираюсь, хочу жить для себя.

*7 Есть ли у Вас опыт заботы о детях, воспитания младших в семье?*

- а) да;
- б) нет.

---

\* Анкеты разработаны Г.И. Григорьян (2012).

8 *Что нужно знать для подготовки к будущему родительству?*

- а) мне пока рано об этом думать;
- б) я обо всем узнаю в период беременности;
- в) у меня есть опыт общения с младшими детьми в семье;
- г) нужно знать традиции воспитания предыдущих поколений, национальные.

9 *В чем проявляется чувство материнства?*

- а) уметь любить детей, заботиться о них;
- б) уметь прощать;
- в) жертвовать собой ради близких, ради детей и мужа;
- г) воспитывать и образовывать растущего человека;
- д) служить продолжению человеческого рода;
- е) материнство для меня – ценность и смысл жизни.

10 *Мое отношение к материнству:*

- а) в целом представление о материнстве имею, но к роли матери пока не готова;
- б) это слишком большая ответственность. У меня нет материальных условий;
- в) выйти замуж, создать семью хочу, но детей заводить рано;
- г) материнство – большая общечеловеческая ценность;
- д) особого интереса к этой теме у меня пока нет;
- е) в мои годы лучше думать о карьере, достойной зарплате, о престижном месте работы;
- ж) придет время – будет и семья, и дети;
- з) очень хочу выйти замуж и создать крепкую семью, родить двух, трех детей: карьера не главное в моей жизни.

11 *Дайте характеристику Ваших отношений с собственной матерью:*

- а) любовь, дружба, доверие;
- б) любовь, недостаточное доверие;
- в) дружба, доверие, но частые ссоры;
- г) сложные, неоднозначные ссоры.

12 *Дайте характеристику Ваших отношений с сиблингами (брат, сестра):*

- а) отличные;
- б) хорошие, иногда ссоры;
- в) плохие, отстраненные;
- г) я единственный ребенок.

13 *При общении с ровесниками заходит ли у Вас разговор о материнстве?*

- а) да;

б) нет.

*14 Какой оптимальный возраст для рождения ребенка?*

- а) 18-20;
- б) 20-25;
- в) 25-30.

*15 Как Вы относитесь к ранней беременности?*

- а) одобряю;
- б) не одобряю.

*16 Как Вы оцениваете свое здоровье?*

- а) отличное;
- б) хорошее;
- в) удовлетворительное.

*17 Есть ли у Вас вредные привычки?*

- а) да;
- б) нет.

*18 Как Вы оцениваете подготовку к будущему материнству в семье?*

- а) отлично;
- б) хорошо;
- в) удовлетворительно.

*19 Как Вы оцениваете подготовку к будущему материнству в учебном заведении?*

- а) отлично;
- б) хорошо;
- в) удовлетворительно.

*20 Назовите Ваши первые источники информации об интимных отношениях мужчины и женщины:*

- а) СМИ;
- б) семья;
- в) друзья.

### **АНКЕТА «ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ МАМ»**

Уважаемые будущие мамы, приглашаем вас принять участие в исследовании того, какие знания и умения окажутся полезными в воспитании и обучении ваших детей в будущем.

*1 В какой степени Вы испытываете потребность в знаниях из перечисленных ниже областей?*

Отметьте пожалуйста не более 5 позиций.

- 1 Опыт народной педагогики, традиции моей семьи;
- 2 Об общих закономерностях развития и воспитания детей;
- 3 О психологических особенностях определенного возрастного периода, возрастных кризисах;
- 4 О методах, формах, средствах взаимодействия с детьми, имеющими отклонения в развитии и поведении;
- 5 О статусе, условиях семьи и их влиянии на развитие ребенка;
- 6 О конкретных направлениях, формах, методах, приемах семейного воспитания (например, о закаливании детей, помощи в обучении, развивающих играх);
- 7 Об индивидуальных, физических, психологических особенностях своего ребенка;
- 8 О собственных индивидуально-психологических особенностях, регуляции своего психоэмоционального состояния.

*II Если бы Вам пришлось составлять для себя образовательную программу, какие вопросы вызвали бы у Вас наибольший интерес?*

Номера интересующих Вас позиций обведите, пожалуйста кружком.

- 1 Как вести здоровый образ жизни?
- 2 Какими лечебными средствами безопаснее пользоваться – медикаментозными или народными?
- 3 Как привить ребенку здоровые привычки?
- 4 Как предотвратить болезни ребенка?
- 5 Как приучить ребенка к ответственности?
- 6 Как научить ребенка быть добрым?
- 7 Как научить ребенка быть честным?
- 8 Как научить ребенка усидчивости?
- 9 Как наладить общение с ребенком?
- 10 Как вести себя в конфликтных ситуациях?
- 11 Как научить общаться со сверстниками?
- 12 Как сделать так, чтобы ребенок тебе доверял?
- 13 Как сделать так, чтобы ребенок был чем-то увлечен?
- 14 Как привить ребенку эстетический вкус?
- 15 Как выявить способности ребенка в той или иной деятельности?
- 16 Как сделать выбор, если ребенок талантлив во многих видах деятельности (музыка, танцы, спорт, иностранные языки, изобразительное искусство)?

*III Каким образом Вы хотели бы получить интересующую Вас информацию?*

Отметьте номера соответствующих позиций.

- 1 Самостоятельно;
- 2 Беседую с друзьями, знакомыми;
- 3 У специалиста, консультанта;

- 4 На родительских собраниях в школе;
- 5 Читая газеты, слушая радио;
- 6 Просматривая телевизионные программы;
- 7 В родительских группах по интересам.

*IV Какие из перечисленных форм занятий Вы предпочитаете?*

Номер соответствующей позиции обведите, пожалуйста, кружком.

- 1 Лекции.
- 2 Семинары.
- 3 Практические занятия.
- 4 Тренинг.
- 5 Дискуссия.
- 6 Конференция.
- 7 Индивидуальные консультации.

### **АНКЕТА «ФАКТОРЫ, АССОЦИИРУЮЩИЕСЯ С РОЖДЕНИЕМ РЕБЕНКА»**

**Инструкция:** «Внимательно прочитайте каждое высказывание, и отметьте те, которые в большей степени ассоциируются у вас с рождением ребенка».

#### **ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ**

- 1 Рождение ребенка – это благотворная встряска, новые впечатления.
- 2 Радость в доме.
- 3 Возможность проявить свою нежность, заботу.
- 4 Ребенок – это детская ласка, привязанность к отцу, матери.
- 5 Ребенок – помощник в семье, опора в старости.
- 6 Возможность вырастить образованного, интересного человека.
- 7 Ребенок – наследник всего хорошего во мне.
- 8 Ребенок – надежда и будущее родителей.
- 9 Ребенок – это возможность проявить свои воспитательские способности.
- 10 Ребенок укрепляет семью, чувства между супругами.
- 11 Возможность вырастить доброго, отзывчивого человека.
- 12 Радость материнства, отцовства.
- 13 Ребенок – самый благодарный объект вложения наших сил.
- 14 Ребенок придает смысл жизни.
- 15 Это самый близкий человек в горе и радости.
- 16 Дети – это гордость родителей.
- 17 Дети – это веселые игры, содержательный отдых.

#### **ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ**

- 18 Риск для здоровья.
- 19 Большая физическая нагрузка.
- 20 Трудности воспитания, обучения.
- 21 Разлад, напряжение в семье.

- 22 Материальные затруднения.
- 23 Необходимость оставить работу, коллектив.
- 24 Бессонные ночи.
- 25 Возня с пеленками, кашками.
- 26 Ребенок – преемник моих недостатков.
- 27 Ребенок – проблема жилья.
- 28 Родить ребенка – значит столкнуться с трудностями устройства в ясли, сад.
- 29 Завести ребенка – значит привязать себя к дому.
- 30 Дети отнимают лучшую часть нашей жизни.
- 31 Это волнение за их судьбу, будущее.
- 32 Сложность дать хорошее образование, профессию.
- 33 Зависимость от бабушек и дедушек.

#### **4.2 Проективные методы диагностики психологической готовности к материнству**

##### **МЕТОД РИСУНОЧНОГО ТЕСТА «Я И МОЙ РЕБЁНОК» \***

Рисуночные методы широко применяются в психологических исследованиях, они хорошо зарекомендовали себя в диагностическом, прогностическом и терапевтическом аспектах. Однако систематических исследований по особенностям рисуночных тестов и их динамики относительно содержания и развития материнской сферы женщины в настоящее время в литературе не встречается. Многолетние исследования автора позволили предложить в качестве наиболее информативного метода рисунок на тему **«Я и мой ребёнок»**. Использование этой методики позволяет предположить большую диагностическую и прогностическую её ценность, особенно в сочетании с другими методиками (наблюдение, личностно-ориентированные методики, в том числе графические, самооценки, ЦТО, интервью, исследование материнско-детского взаимодействия и др.).

На основе анализа данных, полученных в течение десяти лет при обследовании беременных и матерей с детьми дошкольного возраста (всего более 200 человек), выделены следующие показатели оценки содержания материнской сферы, с помощью которых можно продемонстрировать диагностические и прогностические возможности рисуночного теста «Я и мой ребёнок».

##### ***I Стиль переживания беременности***

Стиль переживания беременности включает физическое и эмоциональное переживание момента идентификации беременности, переживание симптоматики беременности, динамика переживания симптоматики по триместрам бере-

---

\* Разработан, апробирован и описан Г.Г. Филипповой (2000).



менности, преимущественный фон настроения по триместрам беременности, переживание первого шевеления, переживание шевелений в течение всей второй половины беременности, содержание активности женщины в третий триместр беременности. Наиболее характерным является переживание шевеления. Полученные данные позволили описать шесть вариантов стилей переживания беременности.

### **1 Адекватный**

Идентификация беременности без сильных и длительных отрицательных эмоций; живот нормальных размеров; соматические ощущения отличны от состояний небеременности, интенсивность средняя, хорошо выражена; в первом триместре возможно общее снижение настроения без депрессивных эпизодов, во втором триместре благополучное эмоциональное состояние, в третьем триместре повышение тревожности со снижением к последней неделе; активность в третьем триместре ориентирована на подготовку к послеродовому периоду; первое шевеление ребёнка ощущается в 16-20 недель, переживается положительно, приятно по соматическому ощущению; последующие шевеления чётко отличны от других ощущений, не характеризуются отрицательными соматическими и эмоциональными переживаниями.

### **2 Тревожный**

Идентификация беременности тревожная, со страхом, беспокойством, которые периодически возобновляются; живот слишком больших или слишком маленьких по сроку беременности размеров; соматический компонент сильно выражен по типу болезненного состояния; эмоциональное состояние в первый триместр повышено-тревожное или депрессивное, во втором триместре не наблюдается стабилизации, повторяются депрессивные или тревожные эпизоды, в третьем триместре это усиливается; активность в третьем триместре связана со страхами за исход беременности, родов, послеродовой период; первое шевеление ощущается рано, сопровождается длительными сомнениями или, напротив, чёткими воспоминаниями о дате, часе, условиях, переживается с тревогой, испугом, возможны болезненные ощущения; дальнейшие шевеления часто связаны с тревожными ощущениями, тревогой по поводу здоровья ребёнка и себя, характерна направленность на получение дополнительных сведений, патронаж.

### **3 Эйфорический**

Все характеристики носят неадекватную эйфорическую окраску, отмечается не критическое отношение к возможным проблемам беременности и материнства, нет дифференцированного отношения к характеру шевеления ребёнка. Обычно к концу беременности появляются осложнения. Проективные методы показывают неблагополучие в ожиданиях послеродового периода.

### **4 Игнорирующий**

Идентификация беременности слишком поздняя, сопровождается чувством досады или неприятного удивления; живот слишком маленький; соматический компонент либо не выражен совсем, либо состояние даже лучше, чем до беременности; динамики эмоционального состояния по триместрам либо не наблюдается, либо отмечается повышение активности и общего эмоционально-

го тонуса; первое шевеление отмечается очень поздно; последующие шевеления носят характер физиологических переживаний, к концу беременности характеризуются как доставляющие физическое неудобство; активность в третьем триместре повышается и направлена на содержания, не связанные с ребёнком.

### **5 Амбивалентный**

Общая симптоматика сходна с тревожным типом, особенностью являются резко противоположные по физическим и эмоциональным ощущениям переживания шевеления, характерно возникновение болевых ощущений; интерпретация своих отрицательных эмоций преимущественно выражена как страх за ребёнка или исход беременности, родов; характерны ссылки на внешние обстоятельства, мешающие благополучному переживанию беременности.

### **6 Отвергающий**

Идентификация беременности сопровождается резкими отрицательными эмоциями; вся симптоматика резко выражена и негативно физически и эмоционально окрашена; переживание всей беременности как кары, помехи и т.п.; шевеление окрашено неприятными физиологическими ощущениями, сопровождается неудобством, брезгливостью; к концу беременности возможны всплески депрессивных или аффективных состояний.

Прогностические возможности стиля переживания шевеления (и беременности в целом) подтверждены данными, полученными при консультационной работе с матерями с детьми дошкольного возраста. Стиль переживания шевеления сочетается с типом материнского отношения (по данным А.Д. Кошелевой) и уровнем эмоционального благополучия ребёнка (высокий, средний, низкий), а также со стилем эмоционального сопровождения матерью процесса взаимодействия с ребёнком (Г.Г. Филиппова). Таким образом, переживание женщиной шевеления ребёнка характеризует стиль переживания беременности и может служить диагностическим показателем для выявления отклонений от адекватной модели материнства и проектирования индивидуально-ориентированного психологического вмешательства.

### ***II Данные интервью о своём состоянии в беременности***

Включены данные о восприятии своих изменений по самочувствию, внешнему виду, эмоциональному состоянию, интересам, отношений к этим изменениям. По этому показателю выделены группы:

- состояние изменено адекватно и переживается как должное;
- состояние изменено и переживается дискомфортно;
- состояние не изменено;
- состояние изменено и переживается эйфорично.

### ***III Данные об онтогенезе материнской сферы***

Основаны на выделенных Г.Г. Филипповой в предыдущих исследованиях онтогенетических этапах развития материнской сферы. Краткое описание онтогенетических этапов:

#### **1 Этап взаимодействия с собственной матерью в раннем онтогенезе**

У антропоидов и человека этот этап включает пренатальный период и продолжается на всех онтогенетических этапах развития при взаимодействии с собственной матерью (или её дублёрами — носителями материнских функций).

У человека — это практически вся жизнь субъекта. Наиболее важным является возрастной период до трёх лет. На этом этапе происходит освоение эмоционального значения ситуации материнско-детского взаимодействия, а также возникновение эмоциональной реакции на некоторые ключевые стимулы первого компонента гештальта младенчества и некоторые элементы операционального состава материнской сферы (baby talk, мимические реакции, эмоциональная окраска движений при взаимодействии с объектом, носителем гештальта младенчества).

## **2 Игровой этап и взаимодействие со сверстниками**

На этом этапе на дочеловеческой стадии развития формируются и развиваются неспецифические для материнской сферы мотивационные основы. Специфическим отличием этого этапа у человека является формирование и развитие в процессе сюжетно-ролевой игры с куклами, в дочки-матери, в семью основных компонентов материнской сферы.

## **3 Этап нянчания**

На этом этапе происходит формирование и развитие значения детёныша (ребёнка) как объекта деятельности и потребности в его охране и заботе о нем, а также закладываются основы третьей потребности — «потребности в материнстве» как потребности иметь для себя специфические переживания, получаемые в процессе удовлетворения первых двух потребностей. Эта потребность требует рефлексии своих субъективных состояний и соотнесения с условиями и способами их получения. В полноценном виде она представлена только у человека. Однако некоторые элементы в форме антиципации своих состояний в условиях определённого контекста деятельности появляются уже у высших млекопитающих. Этап нянчания имеет хорошо выраженные возрастные границы (с 5-6 лет до начала полового созревания). Он включает опыт собственного взаимодействия с объектом, носителем гештальта младенчества, наблюдение за взаимодействием взрослых с ребёнком, восприятие и рефлексии отношения других людей и общества в целом к взрослым, выполняющим материнские функции. Это оказывает влияние на формирование всех компонентов материнской сферы и делает данный этап одним из ведущих (наравне с первым) в её развитии как на предчеловеческой, так и на человеческой стадиях развития.

## **4 Этап дифференциации мотивационных основ половой и родительской (в данном случае — материнской) сферы поведения**

В субъективном опыте существует взаимное «перекрытие» некоторых ключевых стимулов (ольфакторных, визуальных, слуховых, тактильных) в обеспечении мотивационных основ половой и материнской сфер поведения. Для материнской сферы у человека особое значение имеет объединение компонентов гештальта младенчества на ребёнке — как объекте деятельности — до начала полового созревания. Это обеспечивает адекватное мотивационное значение ситуации взаимодействия с ребёнком после родов. Присутствие объекта деятельности материнской сферы в этом случае становится медиатором, обеспечивающим возникновение ситуативных эмоций, включающихся в опредмечивание постнатальной стимуляции при взаимодействии с ребёнком (контакт кожа-кожа, субъективные состояния матери при акте сосания и т.п.). Этот этап

онтогенеза имеет существенные видовые различия на предчеловеческой стадии развития и самостоятельную специфику на человеческой стадии, связанную с осознанием связи половой и материнской сфер и конкретно-культурными моделями полового и материнского поведения.

### **5 Этап конкретизации онтогенетического развития материнской сферы в реальном взаимодействии с ребёнком**

Этот этап включает несколько самостоятельных периодов: беременность, роды, послеродовой период, младенческий возраст ребёнка и период перехода к следующему, 6-му этапу развития материнской сферы, основанный на динамике третьего компонента гештальта младенчества.

Наблюдение за взаимодействием матери с младенцем, исследование совместной деятельности матери с ребёнком раннего и дошкольного возрастов и другие данные, полученные в ходе экспериментальной и практической работы, позволили выделить три компонента эмоционального сопровождения матерью процесса взаимодействия с ребёнком:

- эмоциональная реакция матери на выражение ребёнком отрицательных эмоций, отражающих его дискомфортное состояние;
- эмоциональное поведение матери при устранении отрицательного эмоционального состояния ребёнка;
- реакция матери на выражение положительных эмоций ребёнком.

Это отражает динамику эмоционального поведения матери в процессе удовлетворения потребностей ребёнка. Именно этот процесс (и главным образом роль в нём эмоций матери) рассматривается как «субстрат» развития базовых личностных образований у ребёнка в основных теоретических подходах (Э. Эриксон, Д. Винникотт, теории социального научения, психоанализ — в зарубежной психологии; М.И. Лисиной и её последователями, в исследованиях разных форм нарушения материнско-детского взаимодействия — в отечественной психологии).

Каждый из описанных выше компонентов эмоционального сопровождения матерью процесса взаимодействия с ребёнком может быть выражен по-разному.

#### **Выделены четыре основных типа реагирования матери:**

##### *1) адекватная реакция матери:*

- на отрицательную эмоцию ребёнка возникает чувство тревоги и жалости, которое быстро переходит в фазу «делового сосредоточения и уверенности»;
- положительные эмоции матери по интенсивности адекватны контексту взаимодействия; в процессе устранения отрицательных состояний ребёнка мать восстанавливает с ним контакт, использует успокаивающие, ободряющие и обещающие интонации и высказывания, демонстрирует стимулы, «продвигающие» к моменту удовлетворения потребности ребёнка;

2) *усиление эмоций ребёнка* (как отрицательных, так и положительных). При отрицательных эмоциях ребёнка у матери возникает чувство тревоги, страха, растерянности, паники. Усиление положительных эмоций ребёнка носит ха-

рактер эйфорического переживания, неадекватного контексту взаимодействия. При удовлетворении потребностей ребёнка мать синтонирует его состояние;

3) *игнорирование эмоций ребёнка*. Выражается в поведении по типу «формального общения», может сопровождать как отрицательные, так и положительные эмоциональные реакции ребёнка и процесс взаимодействия;

4) *осуждение эмоций ребёнка*. Выражается в соответствующих эмоциях матери от осуждения до агрессии, может сопровождать как отрицательные, так и положительные эмоции ребёнка и процесс взаимодействия.

Описанные типы эмоционального реагирования матери могут сочетаться в разных соотношениях, давая в результате индивидуальный стиль эмоционального сопровождения, присущий матери. Генезис этого стиля зависит от истории развития материнской сферы женщины, причём одной из основных составляющих этого развития является реакция матери на компоненты гештальта младенчества. Возрастные изменения гештальта младенчества обеспечивают динамику развития материнского стиля эмоционального сопровождения. Эта динамика также может быть разной, что зависит как от истории развития материнской сферы женщины, так и от конкретных условий актуального материнства, в том числе и от особенностей ребёнка.

**Описано три основных типа динамики эмоционального сопровождения матери:**

- 1) развивающий;
- 2) «следования за гештальтом младенчества»;
- 3) неадекватный.

Описанные стили эмоционального сопровождения матерью процесса взаимодействия с ребёнком и типы его модификации позволяют оценить особенности эмоционального отношения матери к ребёнку, вычленив его функциональные компоненты и дифференцированно отнести к способам психологического вмешательства.

Стиль переживания шевеления ребёнка во время беременности сочетается с типом материнского отношения и уровнем эмоционального благополучия ребёнка, выделенными при исследовании материнско-детских отношений в дошкольном возрасте, а также со стилем эмоционального сопровождения матерью процесса взаимодействия с ребёнком. Таким образом, переживание женщиной шевеления ребёнка характеризует стиль переживания беременности и может служить диагностическим показателем для выявления отклонений от адекватной модели материнства и проектирования индивидуально-ориентированного психологического вмешательства.

### **6 Завершающий этап развития материнской сферы**

Последний, шестой этап развития материнской сферы в онтогенезе характеризуется образованием у матери эмоциональной привязанности к ребёнку, личностного принятия и личностного интереса к внутреннему субъективному миру ребёнка и к его развитию и изменению. Это происходит на основе динамики эмоционального реагирования матери на онтогенетическое изменение третьего компонента гештальта младенчества. В результате образуется устойчивая детско-родительская связь после выхода ребёнка из возраста с характерными

стиками гештальта младенчества, и происходит пролонгация потребности в заботе и модификация содержания потребности в материнстве у матери. Этот этап полноценно представлен у человека, но имеет некоторую predisposition у приматов, особенно у высших: существование пожизненных эмоциональных связей и внутрисемейных самковых линий, обеспечивающих взаимопомощь и удовлетворение потребности в эмоциональном контакте.

По этому показателю выделены следующие группы развития материнства: все периоды заполнены адекватно; выпадение некоторые периоды выпадают; ценность ребёнка извращена в каком-либо периоде.

### **Результаты рисуночного теста «Я и мой ребенок»**

По данному тесту учитывается наличие на рисунке матери и ребёнка, содержание образа ребёнка и его возраст, наличие совместной деятельности матери с ребёнком, психологическая дистанция, а также характеристика общего состояния (благополучное состояние, неуверенность в себе, тревожность, признаки конфликтности и враждебности, относящиеся к теме рисунка) по формальным признакам рисунка, принятым в психодиагностике (качество линии, расположение на листе, детали рисунков и т.д.).

По этому показателю выделены группы: благоприятная ситуация; незначительные симптомы тревоги, неуверенности, конфликтности; тревога и неуверенность в себе; конфликт с беременностью.

Неудовлетворительное отношение к изменениям, связанным с беременностью, устойчиво сочетается с неблагоприятной ситуацией по рисуночному тесту.

Показателями неблагоприятной ситуации по рисуночному тесту служат:

- выраженная тревога,
- неуверенность в себе,
- конфликт с беременностью.

Эти показатели по всем группам испытуемых устойчиво сочетаются с:

- отклонением от адекватного стиля переживания беременности;
- неблагоприятной семейной ситуацией;
- отрицательным отношением к своим изменениям, связанным с беременностью;
- нарушением онтогенетических периодов развития материнской сферы;
- изменением ценности ребёнка в онтогенетические периоды;
- отклонением от адекватной ценности ребёнка.

Полученные данные позволяют заключить, что для первого триместра беременности в рисуночном тесте нормальными являются незначительные симптомы тревожности, неуверенности в себе, конфликтности. Выраженные проявления этих качеств отражают неблагополучие в отношении к беременности и материнству.

*Наиболее диагностически значимыми являются следующие особенности рисунка:*

- отсутствие на рисунке себя;
- отсутствие на рисунке ребёнка;

- замена образа себя и/или ребёнка на символ, растение, животное;
- ребёнок «спрятан» в коляске, кроватке, животе матери;
- изоляция ребёнка;
- пространственная дистанция матери с ребёнком.

Полученные данные позволяют предположить, что во время беременности возможно прогнозирование снижения ценности ребенка и сдвига интерференции ценностей в сторону внедряющихся, конфронтирующих с ценностью ребенка и материнства, а также выявление положительной динамики интерференции ценностей.

По рисуночному тесту учитывается:

- наличие на рисунке матери и ребёнка,
- содержание образа ребёнка и его возраст,
- наличие совместной деятельности матери с ребёнком,
- психологическая дистанция,
- характеристика общего состояния (благополучное состояние, неуверенность в себе, тревожность, признаки конфликтности и враждебности, относящиеся к теме рисунка) по формальным признакам рисунка, принятым в психодиагностике (качество линии, расположение на листе, детали рисунков и т.д.).

По этому показателю выделены типы рисунков, соответствующие следующим особенностям переживания беременности и ситуации материнства: благоприятная ситуация – 1; незначительные симптомы тревоги, неуверенности, конфликтности – 2; тревога и неуверенность в себе — 3; конфликт с беременностью или с ситуацией материнства — 4.

### **Описание симптомокомплексов, характеризующих выделенные типы рисунков**

#### **Благоприятная ситуация**

*Формальные признаки:*

- хорошее качество линии;
- расположение рисунка в центральной части листа;
- размеры рисунка соответствуют принятым в психодиагностике (отражают нормальное состояние без признаков тревоги и неуверенности в себе);
- при наличии развёрнутого сюжета (с дополнительными, кроме фигур матери и ребёнка, деталями: обстановка комнаты, дом, деревья и др.) рисунок занимает большую часть листа;
- отсутствие стираний, зачёркиваний, перерисовок, рисования на обратной стороне листа;
- отсутствие длительных обсуждений (как и что рисовать) или отговорок (я не умею и т.п.), а также пауз в процессе рисования больше 15 секунд;
- положительные эмоции разной степени выраженности в процессе рисования.

### *Содержательные признаки:*

- наличие на рисунке себя и ребёнка;
- отсутствие замен образов себя и ребёнка на растения, животных, неживые объекты, символы;
- соразмерность фигур матери и ребёнка;
- отсутствие других людей;
- дополнительные предметы и детали одежды не составляют главную часть рисунка, их количество, степень прорисовки, размеры не давят над фигурами матери и ребёнка;
- наличие совместной деятельности матери и ребёнка;
- наличие телесного контакта (мать держит ребёнка на руках или за руку);
- ребёнок не спрятан (в кроватке, коляске, пелёнках или животе матери) и не изолирован (ребёнок, завернутый в пелёнки, с прорисованным лицом, которого мать держит на руках — нормальный признак);
- прорисовка лица ребёнка;
- все фигуры нарисованы лицом к зрителю;
- возраст ребёнка приближается к младенческому прогрессивно с первого к третьему триместру, после родов — ребёнок в настоящем возрасте.

### **Незначительные симптомы тревоги, неуверенности, конфликтности**

#### *Формальные признаки:*

- наличие незначительных признаков тревоги и неуверенности в себе по качеству линии;
- недостаточно крупный рисунок; расположение в нижней части листа или ближе к одному из углов;
- наличие линии основания;
- небольшое наличие штриховки.

#### *Содержательные признаки:*

- наличие на рисунке себя и ребёнка без замены образов;
- фигура ребёнка слишком большая или маленькая;
- наличие мужа, других детей;
- большое количество дополнительных предметов, их большие по сравнению с фигурами матери и ребёнка размеры;
- ребёнок в коляске или другом подвижном объекте (на санках, в кресле-качалке, на игрушке-качалке и т.п.), при этом мать держит ребёнка за руку или за деталь объекта, в котором расположен ребёнок, фигура и лицо ребёнка прорисованы; все фигуры лицом к зрителю или в профиль; совместная деятельность может отсутствовать;
- возраст ребёнка в беременности в пределах раннего, к концу беременности приближается к младенческому, после родов — в настоящем возрасте.

### **Тревога и неуверенность в себе**

#### *Формальные признаки:*

- плохое качество линии;
- рисунок очень мелкий, расположен внизу листа или в углу;



- наличие линии основания,
- штриховки в большом количестве.

*Содержательные признаки:*

- наличие на рисунке себя и ребёнка без замены образов;
- фигура ребёнка слишком большая или слишком маленькая;
- большое количество дополнительных объектов, тщательная прорисовка деталей одежды; недостаточная прорисовка фигур и лиц себя и ребёнка, схематизация;
- отсутствие совместной деятельности; контакт с ребёнком может быть по типу 1 и 2, или рядом с ребёнком без контакта (при этом ребёнок не изолирован), возможно протянутые друг к другу руки без прямого контакта; наличие на рисунке нескольких членов семьи, своей матери;
- большое количество дополнительных предметов, их большие по сравнению с фигурами матери и ребёнка размеры, они покрывают практически весь лист;
- возраст ребёнка в беременности в пределах дошкольного, к концу беременности приближается к раннему или младенческому, после родов — в настоящем возрасте.

### **Конфликт с беременностью или ситуацией материнства**

*Формальные признаки:*

- отказ от рисования;
- переворачивание, сгибание листа;
- наличие стираний, перерисовок, зачёркиваний;
- большие пятна чёрного цвета;
- неадекватное использование размеров листа (слишком мелко или «не уместаются» важные части рисунка, в первую очередь, фигура матери и ребёнка).

*Содержательные признаки:*

- отсутствие на рисунке себя и/или ребёнка;
- замена образа ребёнка и/или себя на растение, животное, символ;
- отсутствие совместной деятельности и контакта с ребёнком;
- ребёнок спрятан (в пелёнках, коляске, кроватке, животе матери);
- ребёнок изолирован при помощи предметов, отделяющих его от матери или полностью изолирован без контакта с матерью (к кроватке, коляске, на коврик, на качелях и т.п.);
- большая пространственная дистанция между фигурами матери и ребёнка;
- фигуры, нарисованные спиной;
- отсутствие у фигур лица, реже – тела;
- большое количество дополнительных предметов, их большие по сравнению с фигурами матери и ребёнка размеры, они покрывают практически весь лист;
- возраст ребёнка дошкольный, реже – ранний, к концу беременности не снижается или даже увеличивается, после родов – ребёнок более старшего, редко – более младшего возраста, чем в настоящем.

## ПРОЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА «РОДИТЕЛЬСКОЕ СОЧИНЕНИЕ»\*

Методика представляет одну из наиболее информативных и достаточно надежных техник, позволяющих продиагностировать особенности родительской позиции, выявить особенности восприятия и переживания матерью характера отношений и взаимодействия с ребёнком. Кроме того, методика «Родительское сочинение» позволяет выявить личностные особенности самого родителя (матери).

Базовой темой родительского сочинения являлась тема открытого типа «Я и мой ребёнок». Тема сочинения задавалась в открытой форме, без конкретизации того содержания, которое должно быть представлено. Матерям предлагалось написать всё, что они хотят, считают важным и нужным. Время написания сочинения не ограничивается.

### Основные параметры анализа сочинения

Значимыми для интерпретации сочинения и информативными являются особенности принятия задания, объём сочинения, язык и стиль повествования, подчеркивания в тексте, рисунки в тексте.

**Особенности принятия задания.** Категорический отказ выполнить задание может быть расценен как проявление психологической защиты и барьеров на пути осознания своих взаимоотношений с ребёнком. Настойчивые вопросы о содержании сочинения, актуализируемые и после повторения исследователем инструкции, свидетельствуют о высокой социальной тревожности и личностной неготовности родителя.

**Объём сочинения.** Малый объём может быть интерпретирован как неприятие задачи, пассивный отказ от её выполнения или чисто формальное выполнение задания. Чрезмерно большое по объёму сочинение отражает высокую эмоциональную включённость автора.

**Форма повествования, стиль и язык сочинения.** Могут быть выделены следующие формы повествования: **канцелярская** (напоминает автобиографически-канцелярскую характеристику, формальную по содержанию) может расцениваться как показатель значительной дальности дистанции во взаимодействии с ребёнком, трудностей в общении с ним; чисто **описательная** форма, которая, как правило, не содержит информации о проблемах и жалобах родителя; **проблемная** форма характеризуется минимальным описанием свойств и качеств ребёнка вплоть до того, что из содержания сочинения трудно определить возраст ребёнка, и устойчивой фиксацией на проблемах, волнующих автора; **описательно-проблемная** форма предполагает разумное соотношение информационно-событийного описания и постановки проблем воспитания и развития ребёнка.

---

\* Разработана, апробирована и описана Г.Г. Филипповой (2000).

**Подчёркивания в тексте.** Позволяют автору расставить акценты и выделить основные смысловые моменты. Иногда подчёркивание отражает стремление автора возложить ответственность за возникшую коллизию на себя, на другого члена семьи или ребёнка.

**Рисунки в тексте.** Могут представлять собой либо наброски по типу каракуль, либо тематический рисунок. В первом случае рисунки свидетельствуют о наличии внутренних барьеров и защит, во втором – об эмоциональной вовлечённости в родительско-детские отношения.

**Структурирование пространства листа** даёт информацию об индивидуально-личностных особенностях автора сочинения. Здесь указываются полнота заполнения пространства листа, использование полей, линеек для расположения строчек, использование абзаца и «красной строки». Сплошной неструктурированный текст является индикатором эмоциональной захваченности проблемой, импульсивности автора и потери контроля. Поля и линейки – показатель гиперсоциализированности автора, его ориентации на «закон и порядок», приоритетность социальных норм и правил.

Наиболее важны для интерпретации материнских сочинений **содержательные показатели**. К ним относятся: соответствие сочинения заданной теме; соотношение трёх планов сочинения; использование в сочинении имени ребёнка; описание истории развития ребёнка, его индивидуально-личностных качеств и предпочтений, особенности взаимоотношений ребёнка с автором сочинения и другими членами семьи; оценка ребёнка; отношение автора к ребёнку; описание системы воспитания, реализуемой родителем, и оценка её эффективности.

**Соответствие сочинения заданной теме** – важный показатель принятия задачи. Уход и отступление от темы сочинения могут свидетельствовать о скрытом отвержении ребёнка и актуализации защитных механизмов.

**Соотношение трёх планов сочинения.** Материнское сочинение задаёт три основных плана описания – план «Ребёнок», план «Родитель (мать)» и план «Наши отношения». Тема «Я и мой ребёнок» требует от матери сосредоточения на всех трёх планах. Информативным о характере родительской позиции матери будет баланс этих планов.

Можно выделить четыре варианта соотношения планов родительского сочинения:

- 1) преобладание плана «Ребёнок» или плана «Родитель», адекватные теме сочинения. В этом случае можно говорить об адекватной центрации автора сочинения на проблемах развития ребёнка или на проблемах воспитания и родительства;
- 2) доминирование плана «Ребёнок» или плана «Родитель», неадекватное теме сочинения. В подобной центрации проявляются ограниченность родительской позиции. В первом случае это фиксация родителя на ребёнке и его проблемах без должного осознания собственных воспитательных методов воздействия и своей роли в генезисе проблем развития ребёнка, а часто и стремление родителя полностью переложить вину и ответственность за них на плечи самого ребёнка. Во втором случае быстрый отход от проблем ребёнка к обсуждению родителем

своих собственных качеств, особенностей поведения, чувств и переживаний, выходящих за пределы детско-родительских отношений, является свидетельством неразрешённых личностных проблем самой матери, её воспитательной неуверенности;

3) развёрнутое позитивное описание плана «Наши отношения». Более или менее развёрнутое обсуждение взаимоотношений матери с ребёнком является показателем осознания матерью двухстороннего, диалогического характера процесса воспитания. Степень развёрнутости плана «Наши отношения» выступает индикатором меры сенситивности матери к всестороннему конструктивному анализу проблем и развития ребёнка;

4) доминирование плана «Наши отношения» при фактически полной редукции планов «Ребёнок» и «Родитель». Может расцениваться либо как показатель высокого уровня конфликтности отношений и беспомощности матери в попытках их разрешения. Описание отношений носит негативный характер, изобилует примерами конфликтов, ссор, непослушания ребёнка, либо – как показатель высокой эмоциональной зависимости матери от ребёнка по типу симбиотической привязанности.

**Имя ребёнка, используемое в сочинении**, включает важную диагностическую информацию об особенностях эмоционального принятия ребёнка матерью, избранной ею позиции во взаимодействии с ним, степени близости-дальности матери и ребёнка. Так, уменьшительная форма имени ребёнка может иметь ласкательный или пренебрежительный оттенок, что позволяет судить об особенностях эмоционального отношения матери к ребёнку. Ласкательные прозвища могут расцениваться как свидетельство эмоциональной значимости ребёнка для матери. Избегание имени ребенка в сочинении говорит о недостаточном принятии самооценности ребёнка матерью. Излишне частая замена имени ребёнка местоимением «он» («она») в сочинении может являться фактом эмоционального отражения ребёнка матерью.

**Сведения об истории развития ребёнка.** Негативное эмоциональное отношение к прошлому может быть интерпретировано как свидетельство неразрешённого конфликта, хронической фрустрации, психологической травмы. Пессимизм в восприятии настоящего – проявление стресса, депрессии, фрустрированности родителя, тревожность в отношении будущего – как проявление воспитательной неуверенности матери.

**Описание качеств и предпочтений ребёнка.** Избирательность матери в выделении определённого сочетания качеств, характеризующих ребёнка (физические особенности и внешность ребёнка, формально-биографические сведения, описание знаний, умений, навыков ребёнка, его достижений, особенности поведения, общения, выполнения требований родителей, описание интеллектуальных, морально-волевых и эмоционально-волевых качеств, особенности полоролевой идентичности), во многом отражает значимость этих свойств для самой матери и позволяет судить о разделяемых ею ценностях воспитания.

**Оценка ребёнка в сочинении** может присутствовать как в прямой, так и в косвенной форме. Оценка может быть позитивной, негативной, амбивалентной, с большей или с меньшей степенью дифференцированности. Баланс положи-

тельных и отрицательных оценок позволяет судить об интегральной оценке ребёнка. «Наклеивание ярлыков», однозначно-негативная, уничижительная оценка указывает на неуважение личности ребёнка матерью, его отвержение ею.

*Описание особенностей типа материнского воспитания* может включать открытое декларирование ценностей и приоритетности целей воспитания. Следует обратить внимание на методы поощрения и наказания ребёнка. Следует также обратить внимание на высказывание матери о сходстве или различиях системы воспитания, реализуемой по отношению к своему ребёнку, и тех методов, которые применялись по отношению к матери, когда она была ребёнком, в её прародительской семье.

### 4.3 Диагностика материнства глазами ребенка

#### ТЕСТ «РИСУНОК СЕМЬИ»\*

Для тех, кто сталкивается с детскими проблемами, очевидно, что ребёнок не может рассматриваться отдельно от семьи. Не имеет значения, будет это биологическая, заменяющая, или искусственная, или придуманная семья. Для ребёнка это реальность, которая глубоко влияет на представление о себе и на взаимодействие с окружающими людьми и предметами. Семья осуществляет раннее и наиболее устойчивое влияние на жизнь ребёнка. Джон Дилео считал: большинство психиатров согласятся, что семья – это то самое место, где нужно искать причины расстройств и поведения. По мере взросления интересы и чувства ребёнка начинают охватывать людей вне семейного круга. Внешние факторы оказывают всё большее влияние на формирование взглядов и поведения, но семья или её отсутствие остаются основным, важным фактором, потому что только там ребёнок должен научиться и ли научился, как быть со своими чувствами и чувствами других людей.

#### НАЗНАЧЕНИЕ ТЕСТА

Тест предназначен для выявления особенностей внутрисемейных отношений. Он поможет прояснить отношения ребёнка к членам своей семьи, то, как он воспринимает их и свою роль в семье, а также те характеристики отношений, которые вызывают в нем тревожные и конфликтные чувства.

#### ОПИСАНИЕ ТЕСТА

Семейную ситуацию, которую родители оценивают со всех сторон положительно, ребёнок может воспринимать совершенно иначе. Узнав, каким он видит окружающий мир, семью, родителей, себя, можно понять причины возникновения многих проблем ребёнка и эффективно помочь ему при их разрешении.

---

\* Модификация педагога-психолога С. Губановой (2013).

## ИНСТРУКЦИЯ К ТЕСТУ

Ребёнку дают простой карандаш средней мягкости и стандартный чистый лист бумаги формата А4. Использование каких-либо дополнительных инструментов исключается.

**Инструкция:** «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Не следует давать какие-то указания или уточнения. На возникающие у ребёнка вопросы, такие как «Кого надо рисовать, а кого не надо?», «Надо нарисовать всех?», «А дедушку рисовать надо?» и т.д., отвечать следует уклончиво, например: «Рисуй так, как тебе хочется».

Пока ребёнок рисует, вы должны ненавязчиво производить наблюдение за ним, отмечая такие моменты, как:

- порядок заполнения свободного пространства;
- порядок появления персонажей рисунка;
- время начала и окончания работы;
- возникновение трудностей при изображении того или иного персонажа или элементов рисунка (чрезмерная сосредоточенность, паузы, заметная медлительность и т.д.);
- время, затраченное на выполнение отдельных персонажей;
- эмоциональный настрой ребёнка во время изображения того или иного персонажа рисунка.

По окончании работы над рисунком попросите ребёнка подписать или назвать всех изображённых персонажей рисунка.

После того как рисунок будет завершён, наступает второй этап исследования – беседа. Она должна носить лёгкий, непринуждённый характер, не вызывая у ребёнка чувства сопротивления и отчуждения.

### **Вопросы, которые следует задать:**

- 1) чья семья изображена на рисунке (семья ребёнка, его друга или вымышленного лица)?
- 2) где эта семья находится и чем заняты её члены в настоящее время?
- 3) как ребёнок описывает каждого из персонажей, какую роль отводит каждому в семье?
- 4) кто в семье самый хороший и почему?
- 5) кто самый счастливый и почему?
- 6) кто самый грустный и почему?
- 7) кто больше всех нравится ребёнку и почему?
- 8) как в этой семье наказывают детей за плохое поведение?
- 9) кого одного оставят дома, когда поедут на прогулку?

## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Полученное изображение, как правило, отражает отношение ребёнка к членам его семьи, то, какими он их видит и какую роль в семейной конфигурации отводит каждому.

### 1 Оценка общей структуры

Что мы видим на рисунке? Действительно ли, семью, члены которой изображены вместе, близко стоящими или занятыми выполнением какого-то общего дела или это просто несколько изолированных фигур, никак не контактирующих друг с другом? Следует иметь в виду, что то или иное изображение семейной ситуации может быть связано с реальным положением в семье, а может противоречить ему.

Если, например, члены семьи изображены держащимися за руки, то это может соответствовать реальной ситуации в семье, а может быть отражением желаемого.

Если два человека изображены близко друг к другу, то, возможно, это отражение того, как ребёнок воспринимает их взаимоотношения, но при этом оно не отвечает действительности.

Если какой-то персонаж отдалён от других фигур, это может говорить о «дистанции», которую ребёнок замечает в жизни и выделяет её.

Помещая одного из членов семьи выше остальных, ребёнок тем самым придаёт ему исключительный статус. Этот персонаж, по мнению ребёнка, обладает наибольшей властью в семье, даже если он рисует его самым маленьким по сравнению с размерами остальных.

Ниже остальных ребёнок склонен помещать того, чьё влияние в семье минимально.

Если ребёнок выше всех помещает своего младшего брата, то, по его мнению, он именно тот, кто управляет всеми остальными.

### 2 Определение наиболее привлекательного персонажа

Его можно выявить по следующим признакам:

- он изображается первым и помещается на переднем плане;
- он выше и крупнее остальных персонажей;
- выполнен с большей любовью и тщательностью;
- остальные персонажи сгруппированы вокруг, повернуты в его сторону, смотрят на него.

Ребёнок может выделить одного из членов семьи тем, что изображает его в какой-то особенной одежде, наделяет его какими-то деталями и также изображает собственную фигуру, отождествляя таким образом себя с этим персонажем.

Размер того или иного члена семьи говорит о том значении, которое имеет этот персонаж для ребёнка. Например, если бабушка нарисована большего

размера, чем отец с матерью, то скорее всего в настоящее время отношения с родителями стоят для ребёнка на втором плане. Наоборот, наименее значимый персонаж на рисунке изображается самым маленьким, рисуется в последнюю очередь и помещается в стороне от остальных. С таким персонажем ребёнок может обойтись более категорично: перечеркнуть несколькими штрихами или стереть резинкой.

Сильная штриховка или сильный нажим карандаша при изображении той или иной фигуры выдают чувство тревоги, которое испытывает ребёнок по отношению к этому персонажу. И напротив, именно такая фигура может быть изображена с помощью слабой, тонкой линии.

Предпочтение того или иного родителя выражается в том, ближе к кому из родителей нарисовал себя ребёнок, какое выражение лица прочитывается в фигурах родителей.

Дистанция между членами семьи – один из основных факторов, отражающих предпочтения ребёнка. Расстояния на рисунке являются отражением психологической дистанции. Таким образом, наиболее близкие люди изображаются на рисунке ближе к фигуре ребёнка. Это же касается и других персонажей: те, кого ребёнок помешает на рисунке рядом, близки, по его мнению, и в жизни.

### **3 Ребёнок о себе**

Если ребёнок больше всех выделяет на рисунке свою фигуру, рисует себя более тщательно, прорисовывая все детали, изображая более ярко, так что бросается в глаза, а остальные фигуры составляют просто фон, то тем самым он выражает важность собственной личности. Он считает себя основным персонажем, вокруг которого вращается жизнь в семье, самым значимым, уникальным. Подобное ощущение возникает на основе родительского отношения к ребёнку. Стремясь воплотить в ребёнке все то, чего не смогли добиться сами, дать ему все, чего были лишены, родители признают его приоритет, первостепенность его желаний и интересов и свою вспомогательную, второстепенную роль.

Маленькая, слабая фигурка, изображённая в окружении родителей, в которой ребёнок признает себя, может выражать чувство беспомощности и требование заботы и ухода. Такое положение может быть связано с тем, что ребёнок привык к атмосфере постоянной и чрезмерной опеки, которая окружает его в семье (часто наблюдается в семьях с единственным ребёнком), поэтому чувствует себя слабым и даже может злоупотреблять этим, манипулируя родителями и постоянно требуя от них помощи и внимания.

Ребёнок может нарисовать себя вблизи родителей, оттеснив остальных членов семьи. Таким образом, он подчёркивает свой исключительный статус среди других детей.

Если ребёнок рисует себя рядом с отцом и при этом преувеличивает размеры собственной фигуры, то, вероятно, это указывает на сильное чувство соперничества и желание ребёнка занять такое же прочное и авторитетное место в семье, как и отец.



#### **4 Дополнительные персонажи**

Рисую семью, ребёнок может добавить людей, не относящихся к семейному кругу, или животных. Такое поведение трактуется как попытка заполнить пустоты, возместить нехватку близких, тёплых отношений, компенсировать недостаточность эмоциональных связей и т.д.

Так, например, мальчик, будучи единственным ребёнком в семье, может включить в свой рисунок двоюродных сестёр или братьев, самых дальних родственников и разных животных – кошек, собак и прочих, – выражая тем самым недостаток близкого общения с другими детьми и потребность иметь постоянного спутника в играх, с которым можно было бы общаться на равных.

На рисунке могут присутствовать и вымышленные персонажи, которые также символизируют неудовлетворённые потребности ребёнка. Не получив их удовлетворения в реальной жизни, ребёнок удовлетворяет эти потребности в своей фантазии, в воображаемых отношениях. В таком случае вам следует попросить ребёнка рассказать побольше об этом персонаже. В его ответах вы найдёте то, чего ему не хватает в действительности.

Ребёнок может изобразить вблизи одного из членов семьи домашнее животное, в действительности отсутствующее. Это может говорить о потребности ребёнка в любви, которую он хотел бы получить от этого человека.

#### **5 Родительская пара**

Обычно родители изображаются вместе, отец выше и крупнее помещается слева, мать пониже справа, за ними следуют другие фигуры в порядке значимости. Как уже отмечено, следует учитывать, что рисунок не всегда отражает действительность, иногда это лишь изображение желаемого.

Ребёнок, который воспитывается одним из родителей, может тем не менее изобразить их обоих, выражая тем самым своё желание того, чтобы их союз восстановился.

Если же ребёнок рисует одного родителя, с которым живёт, это означает принятие им реально существующей ситуации, к которой ребёнок более или менее адаптировался.

Один из родителей может оказаться на рисунке в изолированном положении. Если фигура родителя одного с ребёнком пола изображена в стороне от остальных, то это можно интерпретировать как желание ребёнка находиться с родителем противоположного пола. Ревность, вызванная эдиповым комплексом, является вполне нормальным явлением для ребёнка до достижения им полового созревания (в среднем 12 лет).

Тот случай, когда фигура ребёнка и родителя противоположного пола удалены друг от друга, может, по-видимому, рассматриваться как незначительное нарушение естественного порядка взаимоотношений с родителем другого пола.

Если на рисунке родители контактируют друг с другом, например, держатся за руки, то, значит, в жизни между ними наблюдается тесный психологи-

ческий контакт. Если контакта на рисунке нет, то скорее всего его нет и в реальности.

Иногда ребёнок, игнорируя реальную ситуацию, изображает одного из родителей неестественно большого размера, часто это касается материнской фигуры. Это говорит о том, что в его глазах этот родитель воспринимается как подавляющая фигура, пресекающая любое проявление самостоятельности и инициативы. Если у ребёнка сложился образ одного из родителей как доминирующего, подавляющего, враждебного, пугающего человека, то он склонен придать его фигуре большие размеры по сравнению с фигурами других членов семьи, не учитывая их реальных физических размеров. Такая фигура может изображаться с большими руками, демонстрируя своей позой властное, диктаторское отношение.

Противоположным образом родитель, которого ребёнок не воспринимает всерьёз, игнорирует, не уважает, изображается небольшим по размерам, с маленькими руками или вообще без них.

## **6 Идентификация**

В рисунке семьи имеет место и такой показательный фактор, как идентификация. Ребёнок легко отождествляет себя с тем или иным персонажем своего рисунка. Он может отождествлять себя с отцом, матерью, сиблингом.

Идентификация с родителем своего пола соответствует нормальному положению вещей. Она отражает желание иметь предпочтительные отношения с родителем противоположного пола.

Идентификация со старшим сиблингом, независимо от пола, также является нормальным явлением, особенно если есть ощутимая разница в возрасте.

Иногда ребёнок может отождествлять себя и с дополнительными персонажами, не входящими в состав семьи. В чем выражается идентификация? Фигура, с которой идентифицирует себя ребёнок, изображается наиболее привлекательной, законченной; ей уделяется больше времени. Кроме того, предоставлено информации об этом обычно дают результаты беседы. В беседе, на которую следует полагаться более всего, часто открываются совершенно противоположные вещи. Оказывается, что ребёнок может идентифицировать себя с самым невзрачным персонажем на рисунке, который имеет нечёткие очертания, помещается в стороне от всех остальных и т.д. Такой случай говорит о том, что ребёнок испытывает большие затруднения и напряжённость во взаимоотношениях с семьёй и самим собой.

## **7 Отказ от изображения того или иного члена семьи**

Если ребёнок рисует себя в отдалении от остальных членов семьи, то, вероятно, он испытывает чувство одиночества и изолированности.

Если же ребёнок вообще отсутствует на рисунке, то речь может идти о том же самом, но в гораздо более сильном проявлении. Такие переживания, как чувство неполноценности или ощущение отсутствия общности, отчуждённость,

также заставляют ребёнка исключать себя из рисунка семьи. Подобные примеры часто можно наблюдать в рисунках семьи, выполненных приёмными детьми. Родительское недовольство, чрезмерная критичность, сравнения с братьями или сёстрами в невыгодном для него свете, способствуют формированию заниженного самоуважения и подавлению в ребёнке мотивации к достижениям. В более мягкой форме это проявляется, когда ребёнок рисует себя в последнюю очередь.

Частое явление в детских рисунках – отказ рисовать младшего сиблинга. Такие объяснения, как «Брата я забыл нарисовать» или «Для младшего брата места не хватило», не должны вводить вас в заблуждение. Ничего случайного в рисунке семьи нет. Все имеет своё значение, выражает те или иные чувства и переживания ребёнка по отношению к близким ему людям.

Довольно распространена ситуация, когда ребёнок постарше ревнует родителей к младшему ребёнку, поскольку тому достаётся большая часть любви и внимания. Поскольку в реальности он сдерживает проявление чувства недовольства и агрессии, в рисунке семьи они находят свой выход. Младший сиблинг просто не изображается на рисунке. Отрицая его существование, ребёнок снимает существующую проблему.

Может иметь место и другая реакция: ребёнок может изобразить на рисунке младшего сиблинга, но исключить самого себя из состава семьи, таким образом идентифицируя себя с соперником, пользующимся вниманием и любовью родителей. Отсутствие на рисунке взрослого может свидетельствовать о негативном отношении ребёнка к этому человеку, отсутствии какой-либо эмоциональной связи с ним.

#### **4.4 Диагностика семейного взаимодействия**

### **ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РОДИТЕЛЯ С РЕБЕНКОМ (ВРР)\***

#### **ОПИСАНИЕ**

Методика предназначена для диагностики особенностей взаимодействия родителей и детей. Опросник позволяет выяснить не только оценку одной стороны – родителей, но и видение взаимодействия с другой стороны – с позиции детей. Опросник «Взаимодействие родитель – ребенок» является «зеркальным» и содержит две параллельных формы: для родителей и для детей. Кроме того, имеется два варианта опросника:

- 1) вариант для подростков и их родителей;
- 2) вариант для родителей дошкольников и младших школьников.

Таким образом, опросник имеет три формы: одну детскую и две взрослые, по 60 вопросов в каждой. Текст опросника включает 10 шкал-критериев для оценки взаимодействия родителей с детьми. На каждую шкалу варианта опросника для подростков приходится равное количество вопросов, кроме

---

\* Разработан, апробирован и описан И.М. Марковской (1999).

двух, которые выделяет большинство исследователей и которые могут считаться базовыми в родительско-детских отношениях. Это шкалы «автономия – контроль» и «отвержение – принятие». В них вошло по 10 утверждений, а в остальные шкалы — по 5 утверждений.

Взрослый вариант опросника для родителей подростков тоже включает 60 вопросов и имеет аналогичную детскому варианту структуру. Опросник прошел проверку на валидность и надежность.

При заполнении опросника родителям и детям предлагается оценить степень согласия с каждым утверждением по 5-балльной системе:

5 — несомненно, да (очень сильное согласие);

4 — в общем, да;

3 — и да, и нет;

2 — скорее нет, чем да;

1 — нет (абсолютное несогласие)

М — оценка матери

О — оценка отца

### Регистрационный бланк

	М	О		М	О		М	О		М	О		М	О
			13			25			37			49		
			14			26			38			50		
			15			27			39			51		
			16			28			40			52		
			17			29			41			53		
			18			30			42			54		
			19			31			43			55		
			20			32			44			56		
			21			33			445			57		
			22			34			46			58		
			23			35			47			59		
			24			36			48			60		

## ОБРАБОТКА

Все три формы опросника (детская и взрослые) обрабатываются по сходной схеме. Подсчитывается общее количество баллов по каждой шкале, при этом учитывается, прямые это или обратные утверждения. Обратные утверждения переводятся в баллы следующим образом:

Ответы	1	2	3	4	5
Баллы	5	4	3	2	1

В бланке-ключе обратные вопросы обозначены звездочкой «\*». Поскольку шкалы 3 и 5 содержат по 10 утверждений, а не по пять, как в остальных, то арифметическая сумма баллов по этим шкалам делится на два. Суммарная оценка проставляется в последнем столбце регистрационного бланка. Каждая строка бланка для ответов принадлежит одной шкале (см. ключ). Например, к 1-й шкале относятся утверждения: 1, 13, 25, 37, 49; к 10-й шкале: 12, 24, 36, 48, 60; к 3-й шкале: 3, 4, 15, 16, 27, 28, 39, 40, 51, 52 и т.д.

### Шкалы

- 1 Нетребовательность — требовательность
- 2 Мягкость — строгость
- 3 Автономность — контроль
- 4 Эмоциональная дистанция — близость
- 5 Отвержение — принятие
- 6 Отсутствие сотрудничества — сотрудничество
- 7 Несогласие — согласие
- 8 Непоследовательность — последовательность
- 9 Авторитетность родителя
- 10 Удовлетворенность отношениями с ребенком (с родителем)

Для интерпретации данных опросника можно пользоваться результатами процентильной стандартизации, представленными в таблицах 21, 22, 23.

**Таблица 21 – Процентильная стандартизация на выборке старшекласников (100 чел.)**

Процентили	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10	7	5	10	10	11	9	7	9	9	7
20	10	6	11	11	19	11	10	11	11	11
30	11	8	13	12	14	12	11	11	12	13
40	12	9	14	12	15	13	12	12	13	15
50	13	10	15	14	16	14	13	13	15	17
60	14	12	15,5	16	18	15	14	14	16	17
70	16	13	16,5	17	19	16	15	15	18	18
80	17	14	18	19	20	18	17	16	19	20
90	18	15	19	20	21	19	18	17	22	21
100	22	18	22	24	21	24	24	21	24	25

**Таблица 22 – Процентильная стандартизация на выборке родителей дошкольников и младших школьников (280 чел.)**

Процентили	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10	11	7	10,5	14	12	15	11	10	5	13
20	12	9	12,5	16	14	17	13	12	6	15
30	13	10	13	18	15	17	15	15	8	16
40	14	11	14	19	16	18	16	16	9	7
50	14	12	14,5	20	16,5	20	18	17	9	18
60	15	13	15,5	20	17,5	20	19	19	10	19
70	16	14	16	21	18	21	20	20	12	20
80	17	15	17	22	19	22	21	21	14	21
90	18	17	18	23	19,5	23	23	22	17	22
100	23	25	21	25	21,5	25	25	25	25	25

**Таблица 23 – Процентильная стандартизация на выборке родителей старшеклассников (70 чел.)**

Процентили	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10	11	5	12,5	15	12,5	13	12	12	13	14
20	13	7	14	16	13,5	14	13	14	14	17
30	14	8	14,5	16	14	16	13	15	15	18
40	15	8	15,5	18	14,5	18	14	16	15	19
50	15	10	16,5	19	15	19	15	17	16	20
60	16	12	17	20	15,5	20	16	19	17	21
70	16	12	18	20	16	20	16	19	18	22
80	17	14	18	21	17	21	17	20	19	23
90	18	15	20	22	18	22	19	22	20	24
100	19	18	22,5	24	19,5	23	25	24	23	25

### ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

В опроснике «Взаимодействие родитель – ребенок» (ВРР) для подростков и их родителей представлены следующие 10 шкал.

*1 шкала: нетребовательность – требовательность родителя.* Данные этой шкалы показывают тот уровень требовательности родителя, который проявляется во взаимодействии родителя с ребенком. Чем выше показания по этой шкале, тем более требователен родитель, тем больше ожидает он высокого уровня ответственности от ребенка.

*2 шкала: мягкость – строгость родителя.* По результатам этой шкалы можно судить о суровости, строгости мер, применяемых к ребенку, о жесткости

правил, устанавливаемых во взаимоотношениях между родителями и детьми, о степени принуждения детей к чему-либо.

*3 шкала: автономность – контроль по отношению к ребенку.* Чем выше показатели по этой шкале, тем более выражено контролирующее поведение по отношению к ребенку. Высокий контроль может проявляться в мелочной опеке, навязчивости, ограничительности; низкий контроль может приводить к полной автономии ребенка, к вседозволенности, которая может быть следствием либо безразличного отношения к ребенку, либо любования. Возможно также, что низкий контроль связан с проявлением доверия к ребенку или стремлением родителя привить ему самостоятельность.

*4 шкала: эмоциональная дистанция – эмоциональная близость ребенка к родителю.* Следует обратить специальное внимание, что эта шкала отражает представление родителя о близости к нему ребенка. Такая трактовка этой шкалы вызвана зеркальной формой опросника, по которой дети оценивают свою близость к родителям, свое желание делиться самым сокровенным и важным с родителем. Сравнивая данные родителя и данные ребенка, можно судить о точности представлений родителей, о переоценке или недооценке близости к нему ребенка.

*5 шкала: отвержение – принятие ребенка родителем.* Эта шкала отражает базовое отношение родителя к ребенку, его принятие или отвержение личностных качеств и поведенческих проявлений ребенка. Принятие ребенка как личности является важным условием благоприятного развития ребенка, его самооценки. Поведение родителей может восприниматься ребенком как принимающее или отвергающее.

*6 шкала: отсутствие сотрудничества – сотрудничество.* Наличие сотрудничества между родителями и детьми как нельзя лучше отражает характер взаимодействия. Сотрудничество является следствием включенности ребенка во взаимодействие, признания его прав и достоинств. Оно отражает равенство и партнерство в отношениях родителей и детей. Отсутствие такового может быть результатом нарушенных отношений, авторитарного, безразличного или попустительского стиля воспитания.

*7 шкала: несогласие – согласие между ребенком и родителем.* Эта шкала тоже описывает характер взаимодействия между родителем и ребенком и отражает частоту и степень согласия между ними в различных жизненных ситуациях. Используя две формы опросника: детскую и взрослую, можно оценить степень согласия не только по этой шкале, но и по всем остальным шкалам, так как расхождения между ними тоже позволяют судить о различиях во взглядах ребенка и родителя на воспитательную ситуацию в семье.

*8 шкала: непоследовательность – последовательность родителя.* Последовательность родителя является важным параметром взаимодействия, в этой шкале отражается, насколько последователен и постоянен родитель в своих требованиях, в своем отношении к ребенку, в применении наказаний и поощрений и т.д. Непоследовательность родителя может быть следствием эмоциональной неуравновешенности, воспитательной неуверенности, отвергающего отношения к ребенку и т.п.

*9 шкала: авторитетность родителя.* Результаты этой шкалы отражают самооценку родителя в сфере его влияния на ребенка, насколько его мнения, поступки, действия являются авторитетными для ребенка, какова их сила влияния. Сравнение с данными ребенка позволяют судить о степени расхождения оценок родительского авторитета. Когда дети дают высокую оценку авторитетности родителя, то чаще всего это означает выраженное положительное отношение к родителю в Целом, поэтому показатели по этой шкале очень важны для диагностики позитивности – негативности отношений ребенка к родителю, как и показатели по следующей – 10-й шкале.

*10 шкала: удовлетворенность отношениями ребенка с родителем.* По данным десятой шкалы можно судить об общей степени удовлетворенности отношениями между родителями и детьми, – как с той, так и с другой стороны. Низкая степень удовлетворенности может свидетельствовать о нарушениях в структуре родительско-детских отношений, возможных конфликтах или об обеспокоенности сложившейся семейной ситуацией.

В варианте опросника для родителей дошкольников и младших школьников были изменены некоторые вопросы, которые оказались неадекватными для детей этого возраста и заменены две шкалы опросника. Вместо шкал «несогласие — согласие» и «авторитетность родителя» (7 и 9 шкалы) были введены две новых шкалы:

*7 шкала: тревожность за ребенка;*

*9 шкала: воспитательная конфронтация в семье.*

Многие авторы обращают внимание на родительскую тревожность за ребенка как на важный фактор для понимания возникновения невротических реакций у детей. А.И. Захаров выделяет также в качестве черты патогенного типа воспитания низкую сплоченность и разногласия членов семьи по вопросам воспитания, что может приводить к воспитательной конфронтации внутри семьи. Кроме того, замена 7-й и 9-й шкал вызвана отсутствием параллельной формы для детей, так как в этом возрасте детям достаточно трудно отвечать на вопросы, связанные с их отношениями с родителями, и без сравнения с детскими данными шкалы согласия и авторитетности утрачивают свою диагностическую ценность.

**ИНСТРУКЦИЯ:** «Отметьте степень согласия со следующими утверждениями по 5-балльной системе. Оцените утверждения отдельно для каждого родителя в бланке ответов: под буквой М – для матери, под буквой О – для отца». Оцените утверждения отдельно для каждого ребенка в бланке ответов.

4 – несомненно, да (очень сильное согласие);

4 – в общем, да;

3 – и да, и нет;

2 – скорее нет, чем да;

1 – нет (абсолютное несогласие).



## ТЕКСТ ОПРОСНИКА

### Вариант для родителей подростков

- 1 Если уж я чего-то требую от него (нее), то обязательно добьюсь этого.
- 2 Я всегда наказываю его (ее) за плохие уступки.
- 3 Он(а) редко говорит мне, куда идет и когда вернется.
- 4 Я считаю его (ее) вполне самостоятельным человеком.
- 5 Сын (дочь) может рассказать мне обо всем, что с ним (ней) происходит.
- 6 Думаю, что он(а) ничего не добьется в жизни.
- 7 Я говорю ему (ей) чаще о его(ее) недостатках, чем достоинствах.
- 8 Часто поручаю ему (ей) важные и трудные дела.
- 9 Нам трудно достичь взаимного согласия.
- 10 Бывает, что разрешаю ему (ей) то, что еще вчера запрещал(а).
- 11 Сын (дочь) всегда учитывает мою точку зрения.
- 12 Я бы хотел(а), чтобы он(а) относился к своим детям так же, как я к нему (к ней).
- 13 Он(а) редко делает с первого раза то, о чем я прошу.
- 14 Я его (ее) очень редко ругаю.
- 15 Я стараюсь контролировать все его действия и поступки.
- 16 Считаю, что для него главное — это слушаться меня.
- 17 Если у него (нее) случается несчастье, в первую очередь он(а) делится со мной.
- 18 Я не разделяю его увлечений.
- 19 Я не считаю его (ее) таким умным и способным, как мне хотелось бы.
- 20 Могу признать свою неправоту и извиниться перед ним (ней).
- 21 Я часто иду у него (нее) на поводу.
- 22 Мне трудно бывает предсказать свое поведение по отношению к нему (ней).
- 23 Думаю, что я для него (нее) авторитетный человек.
- 24 Мне нравятся наши с ней (с ним) отношения.
- 25 Дома у него больше обязанностей, чем у большинства его друзей.
- 26 Приходится применять к нему (к ней) физические наказания.
- 27 Ему(ей) приходится поступать так, как я говорю, даже если он(а) не хочет.
- 28 Думаю, я лучше знаю, что ему (ей) нужно.
- 29 Я всегда сочувствую своему ребенку.
- 30 Мне кажется, я его (ее) понимаю.
- 31 Я хотел (а) бы в нем (ней) многое изменить.
- 32 При принятии семейных решений всегда учитываю его (ее) мнение.
- 33 Я всегда соглашаюсь с его (ее) идеями и предложениями.
- 34 Мое поведение часто бывает для него (нее) неожиданным.
- 35 Я являюсь для него (нее) эталоном и примером во всем.
- 36 Считаю, что в целом правильно воспитываю своего сына (дочь).
- 37 Я предъявляю к нему (к ней) много требований.
- 38 По характеру я мягкий человек.
- 39 Я позволяю ему (ей) возвращаться домой, когда он (а) хочет.

- 40 Я стремлюсь оградить его (ее) от трудностей и неприятностей жизни
- 41 Я не допускаю, чтобы он (а) подмечал (а) мои слабости и недостатки.
- 42 Мне нравится его (ее) характер.
- 43 Я часто критикую его по мелочам.
- 44 Всегда с готовностью его (ее) выслушиваю.
- 45 Мы расходимся с ним (с ней) по очень многим вопросам.
- 46 Я наказываю его за такие поступки, которые совершаю сама.
- 47 Он(а) разделяет большинство моих взглядов.
- 48 Я устаю от повседневного общения с ней (с ним).
- 49 Мне приходится заставлять его (ее) делать то, что он (она) не хочет
- 50 Я прощаю ему (ей) то, за что другие наказали бы.
- 51 Мне бы хотелось знать о нем все; о чем он(а) думает, как относится к своим друзьям и т.д.
- 52 Он(а) не советуется со мной с кем ему (ей) дружить.
- 53 Думаю, что для него (нее) я самый близкий человек.
- 54 Я приветствую его (ее) повеление.
- 55 Я часто высказываю свое недовольство им.
- 56 Принимаю участие в делах, которые придумывает он(а).
- 57 Мы по-разному представляем с ним (с ней) его (ее) будущую жизнь.
- 58 Бывает, что упрекаю и хвалю его (ее), в сущности, за одно и то же.
- 59 Думаю, ему (ей) хотелось бы походить на меня.
- 60 Я хочу, чтобы он(а) всегда относился(лась) ко мне так же, как сейчас.

#### **Вариант для родителей дошкольников и младших школьников**

- 1 Если уж я чего-то требую от него (нее), то обязательно добьюсь этого.
- 2 Я всегда наказываю его (ее) за плохие поступки.
- 3 Он (а) сам (а) обычно решает, какую одежду надеть.
- 4 Моего ребенка смело можно оставить без присмотра.
- 5 Сын (дочь) может рассказать мне обо всем, что с ним (с ней) происходит.
- 6 Думаю, что он (а) ничего не добьется в жизни.
- 7 Я чаще говорю ему (ей) о том, что мне в нем не нравится, чем нравится.
- 8 Часто мы совместно справляемся с домашней работой.
- 9 Я постоянно беспокоюсь за здоровье ребенка.
- 10 Я чувствую, что непоследователен(льна) в своих требованиях.
- 11 В нашей семье часто бывают конфликты.
- 12 Я бы хотел(а), чтобы он(а) воспитывал(а) своих детей так же, как я его (ее).
- 13 Он (а) редко делает с первого раза то, о чем я прошу.
- 14 Я его (ее) очень редко ругаю.
- 15 Я стараюсь контролировать все его действия и поступки
- 16 Считаю, что для него главное — это слушаться меня.
- 17 Если у него (нее) случается несчастье, в первую очередь он(а) делится со мной.
- 18 Я не разделяю его (ее) увлечений.
- 19 Я не считаю его (ее) таким умным и способным, как мне хотелось бы.

- 20 Могу признать свою неправоту и извиниться перед ним.
- 21 Я часто думаю, что с моим ребенком может случиться что-то ужасное.
- 22 Мне трудно бывает предсказать свое поведение по отношению к нему (ней).
- 23 Воспитание моего ребенка было бы гораздо лучше, если бы другие члены семьи не мешали.
- 24 Мне нравятся наши с ней (с ним) отношения.
- 25 Дома у него (у нее) больше обязанностей, чем у большинства его друзей.
- 26 Приходится применять к нему (к ней) физические наказания.
- 27 Ему (ей) приходится поступать так, как я говорю, даже если он(а) не хочет.
- 28 Думаю, я лучше его (ее) знаю, что ему (ей) нужно.
- 29 Я всегда сочувствую своему ребенку.
- 30 Мне кажется, я его (ее) понимаю.
- 31 Я бы хотел(а) в нем (ней) многое изменить
- 32 При принятии семейных решений всегда учитываю его (ее) мнение.
- 33 Думаю, что я тревожная мама (тревожный папа).
- 34 Мое поведение часто бывает для него (нее) неожиданным.
- 35 Бывает, что когда я наказываю ребенка, мой муж (жена, бабушка и т.п.) начинают упрекать меня в излишней строгости.
- 36 Считаю, что в целом, правильно воспитываю своего сына (дочь).
- 37 Я предъявляю к нему много требований.
- 38 По характеру я мягкий человек.
- 39 Я позволяю ему (ей) гулять одному (одной) во дворе дома.
- 40 Я стремлюсь оградить его (ее) от трудностей и неприятностей жизни.
- 41 Я не допускаю, чтобы он (она) подмечал(а) мои слабости и недостатки.
- 42 Мне нравится его (ее) характер.
- 43 Я часто критикую его (ее) по мелочам.
- 44 Всегда с готовностью его (ее) выслушиваю.
- 45 Считаю, что мой долг оградить его (ее) от всяких опасностей.
- 46 Я наказываю его (ее) за такие поступки, которые совершаю сама.
- 47 Бывает, я невольно настраиваю ребенка против других членов семьи.
- 48 Я устаю от повседневного общения с ним (с ней).
- 49 Мне приходится заставлять его (ее) делать то, что он (она) не хочет.
- 50 Я прощаю ему (ей) то, за что другие наказали бы.
- 51 Мне бы хотелось знать о нем (о ней) все: о чем он(а) думает, как относится к своим друзьям и т.д.
- 52 Он (а) сам (а) выбирает, чем заниматься дома в свободное время.
- 53 Думаю, что для него (нее) я самый близкий человек.
- 54 Я приветствую его (ее) поведение.
- 55 Я часто высказываю свое недовольство им (ей).
- 56 Принимаю участие в делах, которые придумывает он(а).
- 57 Я часто думаю, что кто-то может обидеть его (ее).
- 58 Бывает, что упрекаю и хвалю его (ее), в сущности, за одно и то же.
- 59 Случается, что если я говорю ему (ей) одно, то муж (жена, бабушка, и т.п.) специально говорит наоборот.

60 Мне кажется, мои отношения с ребенком лучше, чем в семьях большинства моих знакомых.

## ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОПРОСНИКА ВРР

Все три формы опросника (детская и взрослые) обрабатываются по сходной схеме. Подсчитывается общее количество баллов по каждой шкале, при этом учитывается — прямые это или обратные утверждения. Обратные утверждения переводятся в баллы следующим образом:

ответы 1 2 3 4 5

баллы 5 4 3 2 1

В бланках-ключах обратные вопросы обозначены звездочками. Поскольку шкалы 3 и 5 содержат по 10 утверждений, а не по пять, как в остальных, то арифметическая сумма баллов по этим шкалам делится на два. Суммарная оценка проставляется в последнем столбце регистрационного бланка. Каждая строка бланка для ответов принадлежит одной шкале (см. ключ). Например, к 1-й шкале относятся утверждения: 1, 13, 25, 37, 49; к 10-й шкале: 12, 24, 36, 48, 60; к 3-й шкале: 3, 4, 15, 16, 27, 28, 39, 40, 51, 52 и т.д.

### Ключ к опроснику ВРР для подростков и их родителей

№	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Сумма по шкале номер...
1		13	***	25		37		49		1.
2		14	***	26		38	***	50	***	2.
3	***	15		27		39	***	51		3. /2
4	***	16		28		40		52	***	
5		17		29		41	***	53		4.
6	***	18	***	30		42		54	***	5. /2
7	***	19	***	31	***	43	***	55		
8		20		32		44		56		6.
9	***	21		33		45		57	***	7.
10	***	22	***	34	***	46	***	58	***	8.
11		23		35		47		59		9.
12		24		36		48	***	60		10.

## Ключ к опроснику ВРР для родителей и младших школьников

№	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Балл	Сумма по шкале номер...
1		13	***	25		37		49		1.
2		14	***	26		38	***	50	***	2.
3	***	15		27		39	***	51		3. /2
4	***	16		28		40		52	***	
5		17		29		41	***	53		4.
6	***	18	***	30		42		54	***	5. /2
7	***	19	***	31	***	43	***	55		
8		20		32		44		56		6.
9		21		33		45		57		7.
10	***	22	***	34	***	46	***	58	***	8.
11		23		35		47		59		9.
12		24		36		48	***	60		10.

### Шкалы опросника ВРР для подростков и их родителей

- 1 Нетребовательность – требовательность
- 2 Мягкость – строгость
- 3 Автономность – контроль
- 4 Эмоциональная дистанция – близость
- 5 Отвержение – принятие
- 6 Отсутствие сотрудничества – сотрудничество
- 7 Несогласие – согласие
- 8 Непоследовательность – последовательность
- 9 Авторитетность родителя
- 10 Удовлетворенность отношениями с ребенком (с родителем)

### Шкалы опросника ВРР для родителей дошкольников и младших школьников

- 1 Нетребовательность – требовательность
- 2 Мягкость – строгость
- 3 Автономность – контроль
- 4 Эмоциональная дистанция – близость
- 5 Отвержение – принятие
- 6 Отсутствие сотрудничества – сотрудничество
- 7 Тревожность за ребенка
- 8 Непоследовательность – последовательность
- 9 Воспитательная конфронтация в семье
- 10 Удовлетворенность отношениями с ребенком

## Выводы по четвертой главе

*Родительство* – интегральное психологическое образование личности отца или матери. Оно является динамическим личностным образованием, включающим основные этапы формирования: становление на субъективно-личностном уровне (материнство и отцовство) и на надындивидуальном уровне (родительство). Каждый компонент родительства как интегрального образования личности отца (матери) содержит эмоциональную, когнитивную и поведенческую составляющие.

Таким образом, *объектом* психодиагностического исследования в данном случае является родительство как интегральное и динамическое образование личности (отца и/или матери), а *предметом* – его различные компоненты, то есть субъективно-психологические проявления.

Организуя диагностический процесс, психолог исходит, прежде всего, из принципа разумной достаточности. Не следует расширять диагностику, если к тому нет необходимых показаний. Новое исследование может быть предпринято только на основе анализа предыдущей диагностической информации. Из всей массы методик, приведенных в этой главе, следует начинать с первичной диагностики – жалоб родителей на ребенка, а далее, изучив обоснованность этих жалоб, смотреть на причины указанных нарушений.

Ряд специалистов считает, что в основе стратегии диагностики семьи и семейного воспитания лежат два положения (А.А. Бодаев, В.В. Столин, 1989):

- *первое (теоретическое)* – причины нарушений в поведении и развитии ребенка могут лежать либо в особенностях отношений родителей к ребенку и стиле их воспитания, либо в искажениях внутренней логики и саморазвития ребенка, либо в неправильно протекающих процессах отношений между детьми и родителями, либо в комбинации этих факторов;
- *второе (практическое)* – заключается в построении структуры диагностики по принципу ветвящегося дерева: всякий последующий диагностический шаг делается лишь в том случае, если получен соответствующий результат на предыдущем.

В ходе первичной диагностики, которая является непродолжительной, психолог выявляет объекты и субъекты помощи. Для этого он должен ответить на четыре вопроса. Может ли он сам оказать помощь семье? Если нет, то к каким специалистам необходимо направить родителей или ребенка? Кто в семье нуждается в его помощи? Каков характер этой помощи?

Далее он должен разобраться в характере жалобы родителей, которая может быть обоснованной, частично обоснованной или необоснованной. От этого зависит характер диагностических процедур (изучить личность ребенка или родителей, исследовать отношения к ребенку или межличностные отношения родителей и т.д.).

## Глава 5. ТЕХНОЛОГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ МАТЕРИНСТВА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

### 5.1 Технология тренинга ролевой идентификации и актуализации для будущих мам «Симптом нового Я»\*

В этом тренинге проводится работа с такими новообразованиями синдрома беременности, как рефлексивное принятие нового собственного образа: «Я – в положении». Этот этап Н.В. Боровикова называет *симптомом нового «Я»*, который характеризуется признанием физиологических изменений в своем организме. С момента осознания и внутреннего принятия себя беременной у женщины обнаруживается *симптом противоречивого отношения к беременности*. С одной стороны, гордость за свою полноценность, возможность самореализации, приобретения женственности, переживания идентичности собственному полу, с другой – страх и беспокойство, порожденные фантазиями и социально навязанными установками.

Далее возникает характерная для беременности психическая перестройка самосознания женщины с постепенным включением в него образа ребенка. В этот момент будущей матерью переживается *симптом принятия новой жизни в себе*. Амбивалентность переживаний сохраняется на высоком уровне. Принятие своего нового образа, статуса, роли проникнуто основным чувством: «у меня будет ребенок», смешанным с опасением успешности будущего материнства. Симптом, названный нами как *симптом принятия новой жизни в себе*, можно условно разделить на два качественно различных этапа. Вначале женщина осознает, что будет иметь ребенка; она как бы говорит себе: «Я не одна, я ношу в себе что-то». На следующем этапе происходит перенос доминанты с себя на будущего ребенка, появляется чувство гордости и единства с тем, кого она носит под сердцем. Для самой будущей матери вместе с ребенком вынашивается готовность к выполнению миссии материнства. Описанный симптом представляет собой акмеологическую вершину синдрома беременности, являясь своеобразным индикатором восприятия, переработки и оценки женщиной опыта этого психофизиологического состояния.

#### Занятие 1

##### *Знакомство и первоначальная формулировка проблемы*

Цели для ведущего: познакомиться с участниками группы.

Цели для участников: научиться ценить каждый момент жизни, принимать себя таким, какой ты сейчас и управлять эмоциями.

#### **I Ритуал создания группы**

Принятие правил работы в группе

Ведущий зачитывает правила и группа обсуждает каждое – 2-3 мин.

Если группа собралась в прежнем составе, то правила просто перечисляются, и участники берутся за руки в знак согласия и желания их выполнять.

---

\* Разработана, апробирована и описана Н.В. Боровиковой (1998).

Единственная поправка может распространяться на именную карточку: каждый может избрать себе новое имя и прокомментировать, почему он его избрал, что изменилось со времени последней встречи.

## **II Упражнение на групповое сплочение**

**Упражнение «Ромашка» – 5 мин**

Цель: помочь участникам самим оценить свои знания процесса беременности, родов, развития ребенка.

**Инструкция.** Ведущий условно обрисовывает несколько кругов. В центр должны встать все участники группы, которые знают, что беременность есть в их жизни, но как быть дальше не вполне представляют, в круг побольше становятся те, кто имеет представление о процессе беременности (например о физиологии, профилактике осложнений), в следующий круг – те, кто имеет знание психологии беременности и родовой деятельности, в следующий круг – те, кто понимает, как формируется и развивается ребенок до рождения, и самый большой круг – для тех, кто умеет быть хорошей матерью и отцом.

После выполнения упражнения группа обсуждает его по схеме:

– почему я выбрал этот круг для себя?

– какие круги остались не отражены, но я имею о них представление?

Особое внимание следует уделить вопросу занимает ли тренинговая пара один и тот же круг.

## **III Упражнение на понимание и принятие себя**

**Упражнение «Три плана» – 10-15 мин**

Научиться акцентировать внимание на своих чувствах, отделять их от мыслей и внешнего мира. Это упражнение хорошо работает на принятие «нового Я» беременной женщиной.

**Инструкция.** Упражнение выполняется в парах. Члены пары садятся напротив друг друга и закрывают глаза на одну минуту. Задача участников упражнения – как можно полнее почувствовать внешние воздействия: слуховые, зрительные, обонятельные, тактильные. Затем партнеры рассказывают друг другу о своем опыте, начиная со слов: «Во внешнем плане Я ощущала...».

Партнеры опять закрывают глаза и в течение минуты обращают внимание только на ощущения, идущие от своего тела, стараясь как можно полнее почувствовать и осознать свои мышечные зажимы, болевые ощущения, напряжение и т.д. (беременные женщины могут почувствовать спорадические спазмы Брэкстона-Хикса или шевеление плода). Через минуту они рассказывают об этом друг другу, начиная словами: «Во внутреннем плане я ощущала...».

После этого они рассказывают о тех мыслях, которые сопровождали вышеописанные ощущения, начиная со слов: «В это время я думала о...».

Упражнение обсуждается в кругу по схеме:

– что было легче формулировать – чувства, мысли?

– было ли формулирование ощущений во внешнем и внутреннем плане высказыванием чувств или, может быть, это было высказыванием мыслей?

## **IV Телесно-ориентированные упражнения и аутотренинг**

В середине срока беременности (от 16 до 24 недель) женщинам следует изменить режим в сторону большей активности. Этот период наиболее опасен



возникновением урологических осложнений беременности, связанных с нарушением оттока мочи из почек. Постельный режим с горизонтальным положением на спине неблагоприятно сказывается на оттоке мочи по мочеточникам – на них давит матка. Поэтому в тот период беременности следует больше находиться в вертикальном положении, увеличить длительность прогулок.

**Упражнение «Печка» – 10 мин**

Цель: закрепить навык преднамеренного усиления ощущения тепла.

**Инструкция.** Предлагается следующая формула самоприказа для вызова ощущения тепла в животе: «Я очень хочу, чтобы мой живот прогрелся приятным глубинным светом. Хочу, чтобы мой живот прогрелся приятным глубинным светом. Живот прогрелся приятным теплом. Живот прогрелся».

Требуется не простое повторение формулы, а эмоциональное переживание ее. Это занятие фактически подготавливает беременную к органотренировке, т.е. выполнение приказа адресовано органам брюшной полости.

**V Обсуждение итогов работы – 10-15 мин**

Цель: получить обратную связь от участников группы, дать им возможность выразить чувства, возникшие в ходе занятия, и создать у них ощущение, что их мнения и впечатления важны для каждого.

### **Домашнее задание**

1 Это домашнее задание выдается паре в заклеенном конверте, надпись на котором гласит: «Откройте и выполните упражнение “Заброшенный сад” только в том случае, когда вы оба будете готовы».

В конверт вложен следующий текст: «(Имя с именной карточки беременной женщины), закройте глаза, сядьте поудобнее, и пусть Ваш (имя с именной карточки партнера) прочитает Вам задание.

Представьте себе: Вы совершаете прогулку по территории большого замка. Вы видите высокую каменную стену, увитую плющом, в которой находится деревянная дверь. Откройте ее и войдите. Вы оказываетесь в старом заброшенном саду. Когда-то это был прекрасный сад, однако уже давно за ним никто не ухаживает. Растения так разрослись и все настолько заросло травами, что не видно земли и трудно различить тропинки. Вообразите, как Вы, начав с любой части сада, пропалываете сорняки, выкашиваете траву, пересаживаете деревья, окапываете их, поливаете, то есть делаете все, чтобы вернуть саду прежний вид... Через некоторое время остановитесь и сравните ту часть сада, где Вы уже поработали, с той, которую Вы еще не трогали».

2 Беременные женщины в любую свободную минуту выполняют упражнение «Печка».

## **Занятие 2**

### **I Упражнение на групповое сплочение**

**Упражнение «Мой мир» – 20 мин**

Цель: научиться формулировать проблемы, уметь донести их до других участников группы и услышать их позицию.

**Инструкция.** Ведущий предлагает участникам группы самостоятельно создать таблицу (схему) возможных страхов и опасений беременной женщины

и ориентировочные пути их устранения. Допускается и «мозговой штурм», и работа в тройках-четверках с последующим обсуждением результатов в группе.

Можно разделить группу на подгруппы и дать задание каждой подгруппе составить таблицу по какому-то определенному конструкту «мира беременной женщины». Можно рассмотреть конструкты: *Я* и значимое окружение, *Я* и отец будущего ребенка, *Я* и моя идеальная самость, *Я* и *Я* – мне ненавистное, *Я* и будущий ребенок, *Я* и профессиональная среда и т. п. Ведущий должен следить за тем, чтобы в подгруппах не было участников из одной тренинговой диады. После выполнения задания вся группа обсуждает результаты работы подгрупп.

## **II Телелесно-ориентированные упражнения**

**Упражнение «Сердце, тебе не хочется покоя...»** – 10 мин

Цель: научиться саморегуляции сердечной деятельности.

**Инструкция.** Тренировку начинают с повторения предыдущих упражнений. Сосредоточив внимание на левой руке, надо представить ее свисающей и опускающейся в ванну с теплой водой. Уровень воды от кончиков пальцев постепенно прогревается от чуть теплой до приятно горячей. Теплая волна поднимается от руки вверх и появляется ощущение тепла в левой половине грудной клетки. Ощущение тепла в левой руке сопровождается расширением коронарных сосудов сердца, что улучшает питание сердечной мышцы.

## **III Анализ видеоматериалов** – 15 мин

Цель: утолить информационный голод и позволить участникам группы выступить в качестве экспертов.

На этом этапе лучше использовать фильмы о внутриутробном развитии ребенка. Если таких фильмов нет, то ведущий может показывать картинки (слайды), отображающие формирование малыша и рассказывать о недельных изменениях характеристик плода. Перед просмотром видеоматериалов или прослушиванием ведущий предлагает сесть поудобнее, парам обняться и рефлексировать все, происходящее «во внешнем» и «во внутреннем плане», мысленно поддерживая друг друга и своего ребенка.

Так, например, звучит описание и рекомендации к 20 неделе: «Вы прошли срединную отметку Вашей беременности! Примите поздравления и приобретите у супруга подарок – Вы его, несомненно, заслужили! Ваш ребенок (нельзя, обращаясь к матери, употреблять термин «плод», говоря о будущем ребенке) еще перемещается внутри матки как ему вздумается. Это значит, что сегодня он может бодрствовать вниз головой, завтра утром – спать параллельно поверхности пола, а к ужину – подпереть своей головой дно матки. Ваши ощущения при этом несколько не волнуют самозабвенно кувыркающегося потомка. Обычно малыш останавливается в каком-то из этих положений (акушеры называют их предлежанием) в конце этого триместра беременности. Хотя некоторые дети позволяют себе свободные перемещения до гораздо более позднего времени. (В этом месте ведущий предлагает, если это не произошло произвольно, погладить малыша и почувствовать, как именно он располагается).

Сейчас Ваш малыш весит около 290 граммов, а длина – примерно 25 см. У малыша уже сформировался пол, и с помощью УЗИ можно его спрогнозировать. Начиная с этой недели устраивайте “концерты по заявкам слушателей”.

Привлекайте папу, потому что дети гораздо лучше различают низкие звуки, в то время как голос мамы ассоциируют со своим. Совсем не обязательно, обращаясь к малышу говорить: «Я твой папа», т.к. эти слова пока не несут смысловой нагрузки, можно просто напевать, декламировать стихи или разговаривать с ребенком, пытаясь донести основное – Вашу любовь».

#### **IV Анализ домашнего задания и обсуждение итогов работы – 15 мин**

Цель анализа домашнего задания: дать возможность участникам группы поделится опытом видения и чувствования жизни, поддержать друг друга и увидеть пути дальнейшего психологического роста. Обсуждение проходит по схеме:

- Почему тебе захотелось поделиться своими переживаниями с группой?
- Что ты чувствовала, когда выполняла это упражнение? и т.п.

Обсуждение итогов работы – важная часть каждой встречи. Имеет смысл выслушать всех членов группы. Основой для обсуждения являются вопросы типа: «Что нового о себе и для себя Вы узнали сегодня?», «Что Вы получили от занятия?».

#### **Домашнее задание**

1 К следующему занятию пара должна нарисовать совместный портрет «будущего ребенка» в полный рост.

2 Беременные женщины в любую свободную минуту выполняют упражнение «Тепло, которое я могу дать» и «Сердце, тебе не хочется покоя...».

### **Занятие 3**

#### **I Упражнение на групповое сплочение**

##### **Упражнение «Нить Ариадны» – 15 мин**

Цель: помочь участникам выразить свои чувства и научить делиться ими с другими людьми.

**Инструкция.** Упражнение выполняется в парах. Один член тренинговой пары завязывает (закрывает) глаза, другой (желательно беременная женщина) получает следующую инструкцию: «Представьте себе, что Вы общаетесь с незрячим человеком. Вы имеете возможность в течение 3-5 минут ознакомить его с окружающим миром через тактильные, слуховые, световые ощущения. Попробуйте сделать это, заново открыв мир». Упражнение выполняется молча. В паре партнеры выполняют обе роли. В кругу участники упражнения должны выразить свои чувства и переживания.

После выполнения упражнения, обсуждение проходит по схеме:

- На чем акцентируют свое внимание беременные женщины?
- На что обращают внимание мужчины?
- Что было необыкновенного в той и другой роли?

**Рефлексивный анализ работы группы.** Одним из первых стимулов для ознакомления с окружающим миром беременные предлагают своим партнерам исследовать свой живот.

## II Упражнение на принятие себя

### Упражнение «Геркулес» – 5 мин

Цель: показать участникам группы, что страхи, сомнения, нетерпение, беспокойство, раздражительность можно преодолеть благодаря позитивным образам самовнушения.

**Инструкция.** Ведущий объясняет группе, что суть самовнушения заключается в умении сознательно направлять и контролировать свои мысли, чувства, действия, соотнося их со своими желаниями. Каждый человек смотрит на себя и окружающий мир сквозь призму собственных убеждений, помыслов и отношений. Чаще всего мы внушаем себе то, во что мы сознательно или бессознательно верим – без веры невозможно самовнушение. Самовнушение осуществляется с помощью слов, оказывающих на человека определенное внушающее воздействие.

Участники группы могут повторять фразы самовнушения вслух или про себя.

Каждый день я становлюсь все лучше и лучше.

Меня ждет большой-большой успех.

Я чувствую себя уверенным, счастливым, полным радости и оптимизма.

Я чувствую себя спокойным и расслабленным.

Я здоров и силен как духовно, так и физически.

Я способен добиться всего, чего только захочу.

Я обладаю прекрасной памятью.

Я нравлюсь людям, люди любят меня.

Я прощаю себя.

Я осуществляю свою мечту.

Я полностью контролирую свои мысли, чувства и действия.

Радость, радость, радость.

## III Телесно-ориентированные упражнения

### Упражнение «Лебединое озеро» – 10-15 мин

Хотя занятия танцами по методике Асидоры Дункан во время тренинга требуют дополнительного времени, но они развивают не только гибкость и пластичность тела, но и помогают беременной женщине принять изменения своего «телесного Я» (что является необходимым условием построения гармоничной Я-концепции беременной женщины), раскрывают женскую самовыразительность и материнскую интуицию. Поэтому упражнения по телесно-ориентированной терапии и аутотренингу можно предложить в качестве домашнего задания, а во время тренинга освоить основные правила и приемы танцетерапии.

## IV Анализ видеоматериалов – 15 мин

Часть времени, отведенного для просмотра видеофильма, ведущий может использовать для ответов на вопросы, возникающие у участников группы. В нашей группе мы взяли за правило до начала тренинга складывать вопросы в «сундучок доверия». Наиболее часто встречающиеся вопросы, которые участники группы желают вынести на обсуждение:

- Следует ли рассказывать врачу-гинекологу о перенесенных ранее абортах и венерических заболеваниях, тем более, если они имели место до замужества?
- Врач настаивает на необходимости лечь в больницу на сохранение, но я чувствую, что со мной и моим малышом все в порядке. Что делать?
- Все мои подружки курили и выпивали в период беременности, и у них родились совершенно здоровые дети. Почему тогда все настаивают на том, чтобы я бросила курить? Что мне делать, если другие курят в моем присутствии?
- Моя работа очень стрессовая. Я в положении, хотя этого и не планировала. Должна ли я перестать работать?
- Мне все время кажется, что мой ребенок может родиться больным...
- Я все забываю...
- Сейчас, когда я беременна, все дают мне советы. Я не могу этого вынести.

Наибольшие сомнения вызывает вопрос о сексе в период беременности. Здесь можно выделить следующие страхи:

- страх, что введение члена во влагалище повредит или инфицирует плод;
- беспокойство, что оргазм может быть причиной выкидыша или преждевременных родов;
- страх, что плод «осознает», видит, «что делается».

Следующие психосоматические изменения и само их восприятие оказывают (по мнению пары) влияние на половое влечение:

- тошнота и рвота;
- полнокровие и отек половых сосудов (органов);
- вытекание молозива (колострум);
- болезненность груди;
- изменение выделений из влагалища;
- кровотечение, вызванное ростом чувствительности матки;
- усталость.

Психические преобразования, происходящие с обоими партнерами, неизменно накладывают отпечаток на половые отношения. Здесь обычно выделяют:

- прогнозирование изменения отношений между женой и мужем;
- изменение характера половых отношений, т.к. пара не ограничена страхом перед беременностью;
- возбуждение, вызванное предстоящими родами;
- подсознательное нежелание.

На последнем чувстве необходимо остановиться поподробнее. Со стороны будущего отца оно может проявляться, если он ревниво относится к тому, что теперь будущая мать находится в центре внимания. Со стороны матери подсознательное нежелание нарастает, если она считает, что это именно она терпит все ради ребенка (особенно если беременность проходит с осложнениями), которого оба ждут. Эти проблемы должны быть выяснены во время разговора, а не в период любовных ласк.

#### **V Анализ домашнего задания и обсуждение итогов работы – 15 мин**

Каждая пара демонстрирует портрет «будущего ребенка», и ведущий интерпретирует полученные результаты. По нашему мнению, изображение буду-

шего ребенка может выступать в качестве диагностического критерия готовности к отцовству и материнству.

### Домашнее задание

- 1 Придумайте для себя простые, четкие фразы с позитивным и жизнеутверждающим смыслом, запишите их в «Дневник беременности» и повторяйте их с уверенностью и улыбкой при необходимости.
- 2 Беременные женщины должны продолжать выполнять заниматься аутотренингом и танцевальной терапией.
- 3 На следующее занятие принести цветные карандаши.

## Занятие 4

### I Упражнение на групповое сплочение и принятие себя

#### Упражнение «Цветик семицветик» – 25 мин

Одна из целей самонаблюдения – почувствовать центр, сущность собственного Я, усилить его, чтобы оно было способно разрешать конфликты между субличностью.

**Инструкция.** Перечислите свои желания. Записывайте все, что приходит в голову. Убедитесь, что Вы включили и то, что уже имеете, и то, что хотели бы иметь в дальнейшем (речь здесь идет, разумеется, не о вещах или подарках).

**Рефлексивный анализ работы группы.** Наиболее часто встречающиеся желания:

- быть хорошими родителями;
- не болеть и чтобы не болел никто из значимых людей;
- иметь достаточно денег, чтобы обеспечить будущее детей;
- любить;
- быть любимым.

Потом участники группы зачитывают по кругу свои списки.

Теперь сосредоточьтесь на том, что Вы чувствовали, когда читали список. Есть у Вас субличность, осуждающая людей, имеющих желания, которых нет у Вас или которые для Вас являются несущественными?

Посмотрите список и выберите 5-6 самых существенных, на ваш взгляд, желаний. Может, теперь, после того, как Вы прослушали списки других участников группы, Вы захотели что-то изменить в своем? А теперь выберите Ваши самые важные желания и не включайте те, которым может отдать предпочтение Ваша субличность «Что Подумают Люди?»

На листе бумаги нарисуйте круг. Внутри него – круг поменьше. Получилось кольцо, центральная часть которого – Ваше Я. А в самом кольце расположите 5-6 субличностей, которые являются выразителями Ваших основных желаний.

Нарисуйте (желательно цветными карандашами или красками) символы, отражающие Ваши желания. Когда закончите рисовать, дайте каждой субличности свое имя. Некоторые из них могут походить на клички: Авантюристка, Бизнес-леди, Благоразумный, Герой-любовник, настоящий полковник. Другие будут более романтичны: Добропорядочная жена, Мать-Земля, Мисс Божество.

Важно придумать свои собственные, имеющие для Вас смысл названия. Теперь раскрасьте свое Я.

## **II Телесно-ориентированные упражнения**

**Упражнение** «Разве сердцу не прикажешь ... ?» – 10 мин

Цель: научиться саморегуляции сердечной деятельности.

**Инструкция.** Нужно представить, что в левой руке – теннисный мяч. По команде начинается мысленное сжатие его в ритме дыхания. При вдохе мяч мысленно сжимается, при выдохе – отжимается. Темп движения кисти ускоряют, а ритм дыхания прежний. Движения продолжаются 1,5-2 мин. Обычно после упражнений появляется ощущение легкой мышечной усталости в левой руке и выраженного тепла с распространением на левую половину грудной клетки.

**Упражнение** «Лебединое озеро»– 10 мин (по методике А. Дункан)

**Инструкция.** Здесь необходимо подчеркнуть, что если в первом упражнении музыка рассчитана на релаксацию, то в этом – она должна быть эмоционально насыщенной, адресованной будущему ребенку. О том, какую музыку лучше использовать, желательно проконсультироваться у участников группы.

Танец как культурная форма самовыражения несет в себе целую терапевтическую программу:

1 Содержит магический – суггестивный момент, человек «экстатически теряется в танце».

2 Демонстрирует в символах типичные коллективные человеческие ситуации с «эмоционально-витальными акцентами».

## **III Анализ домашнего задания и обсуждение итогов работы – 15 мин**

Проводится по схеме, описанной выше.

### **Домашнее задание**

1 Продолжать заниматься в паре упражнениями и аутотренингом.

2 В «Дневнике беременности» записать вопросы, которые Вы хотели бы обсудить со своим гинекологом, но до сих пор не решались.

## **Занятие 5**

### **I Упражнение на групповое сплочение**

**Упражнение** «Мозаика»– 5-7 мин

Цель: помочь участникам группы выразить свое отношение друг к другу и увидеть себя глазами других.

**Инструкция.** Каждая пара после 2-3-минутного обсуждения «дарит» другим парам то, что им не хватает для полной гармонии и зрелого отцовствования и материнства.

Например: «Наташа и Сережа, мы хотим вам подарить веру в завтрашний день и способность ценить друг друга. Как только Вы перестанете сомневаться в себе, вы будете самой гармоничной парой». Свое послание тренинговая диада должна каждый раз заканчивать словами: «Ваш малыш будет самым счастливым, потому что его ждут замечательные родители».

## **II Упражнение на понимание и принятие других**

### **Упражнение «Дульсинея» – 15 мин**

Цель: научить участников занимать личностную партнерскую позицию по отношению к другим.

**Инструкция.** Сядьте удобнее. Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Представьте себе одного за другим всех значимых для Вас людей – родителей, супруга, будущего ребенка и детей, которые есть, друзей... Всех, кто Вам дорог. Скажите каждому из них: «Я люблю тебя безусловно. Я принимаю тебя таким, какой ты есть».

Найдите среди значимых Вам людей тех, которым Вы не можете сказать этого! Вспомните людей, которые, по Вашему мнению, недостойны Вашей поддержки, у которых Вы не видите сильных сторон, которых Вы не можете принять и любить безусловно! Постарайтесь понять, что именно мешает Вам, какие требования Вы предъявляете ему, при каких условиях Вы могли бы сказать ему: «Я принимаю тебя таким, какой ты есть».

Теперь попробуйте поставить себя на место этого человека. Попробуйте понять, почему он критикует Вас или плохо к Вам относится? Что происходит в жизни этого человека, когда он общается с Вами? Понимает ли он те условия и требования, которые Вы ему предъявляете? Что происходит в жизни этого человека, когда он общается с Вами? Понимает ли он те условия и требования, которые Вы ему предъявляете?

Теперь станьте самим собой (вернитесь на свое место) и попробуйте честно сказать: «Я прощаю тебя за... и снимаю условие, которое мешает моей безусловной любви. Теперь я люблю тебя безусловно и принимаю тебя таким, какой ты есть».

Обсуждение результатов упражнения проходит по схеме:

- Как Вы реагировали на это упражнение?
- Много ли Вы обнаружили людей, которых не можете любить безусловно?
- Есть ли у Вас чувство протеста против самого принципа безусловной любви?
- Что мешает оказывать поддержку каждому человеку?

## **III Повторение всех телесно-ориентированных упражнений, аутотренинга и танцетерапии – 20 мин**

Беременные женщины показывают собственный танец с элементами творческой импровизации (можно использовать куски ткани различного цвета, пуговицы разложенные на полу, свою музыку и т.п.).

## **IV Обсуждение результатов тренинга – 20 мин**

Участники группы обмениваются мнениями.

### **Домашнее задание**

1 В перерыве между тренингами пара продолжает выполнять телесно-ориентированные упражнения и заниматься аутотренингом.

2 Пара должна вести записи в «Дневнике беременности» и отражать там самые яркие впечатления периода беременности, это помогает познанию себя, оживлению в себе творческих движений через личностное отражение происходящего.



3 К следующему тренингу предлагается сделать 15-минутный видеофильм или фотообзор на тему «В ожидании ребенка» с целью выразить и познать, обозначить в этом свою личностную особенность, характер.

## 5.2 Тренинг психологической поддержки одиноких матерей «Счастье материнства»\*

Развитие общества сопровождается большими изменениями в области политической, экономической, социальной жизни, но наряду с этим всегда остаются общечеловеческие ценности, которые сохраняются на протяжении всего существования человечества. Одной из таких ценностей является семья, которая несмотря на свою «неприкосновенность», терпит серьезные изменения. Усилилась тенденция роста числа неполных материнских семей, где одиночество для женщины становится нормальным явлением. Одиночество, которое она разделяет только со своим ребенком, справляясь самостоятельно со всеми навалившимися на нее трудностями материального и психологического характера, что не может не сказаться на процессе половой идентификации ребенка, его интеллектуальном развитии, успешности обучения в школе, выборе профессии и многих других жизненно важных сфер жизни. Именно поэтому проблема неполного материнства является одной из актуальных на сегодняшний день, требующих внимания со стороны ученых многих отраслей знаний, в том числе психологии, направленной, прежде всего, на оказание помощи одиноким матерям. Одним из видов такой помощи является психологический тренинг, целью которого является развитие когнитивного, эмоционального, поведенческого компонентов материнства в неполной семье.

В ходе реализации тренинга решаются следующие задачи:

- 1 Расширить представления о материнстве в целом и о себе как о родителе в частности.
- 2 Увеличить степень осознанности материнских установок и ожиданий.
- 3 Расширить основные составляющие материнской любви по отношению к своему ребенку.
- 4 Придать эмоциональному отношению к отцу ребенка положительную окраску.
- 5 Изменить формы поведения одинокой матери в воспитании детей, прежде всего, в выборе стиля воспитания и степени ответственности за совершаемые поступки.
- 6 Уменьшить степень устойчивости материнской роли.
- 7 Развить навыки рефлексии, самоанализа, формирование мотивации на внутреннее изменение.

Тренинг включает в себя 3 блока, каждый из которых ориентирован на работу с одним из компонентов структуры неполного материнства.

---

\* Разработан и апробирован под нашим руководством М.А. Мягковой (2012).

*Первый блок* – занятия, направленные на развитие когнитивного компонента с целью увеличения степени осознанности материнских установок и позиций, расширения и систематизации представлений о себе как о родителе.

*Второй блок* – занятия, направленные на развитие эмоционального компонента, которые ставят своей главной задачей развитие основных составляющих материнской любви, необходимой для полноценного развития ребенка.

*Третий блок* – занятия, направленные на развитие поведенческого компонента, которые способствуют расширению поведенческого репертуара матери.

Кроме этих блоков разработано вводное занятие «Знакомство» и итоговое «Заключительное».

Каждое занятие имеет определенную структуру, включающую в себя следующие разделы: ритуал приветствия, основное содержание, рефлексия, ритуал прощания (приложение И).

В содержание программы включены разнообразные **методы и приемы**, среди которых можно назвать информирование, анкетирование, ролевые игры, упражнения-дискуссии, мозговой штурм, анализ ситуаций, домашнее задание, элементы арттерапии, психогимнастические упражнения, упражнения - разминки на групповое сплочение, активизацию участников, упражнения завершающие занятия.

Программа тренинга рассчитана на 28 часов, распределенных на 12 занятий, которые проводятся 1 раз в неделю.

Программа составлена на основе:

- психологических упражнений и методик И. Вагина, П. Рипинской, А. Грецова, О.В. Евтихова, Н.В. Ключевой, З.Г. Радеевой, Л.В. Александровой, О.В. Ворошиной, Н. Григори, Д.Грея, К. Фоппея, Л. Штейнхарда;
- собственных авторских упражнений.

Проверка результативности разработанной программы психологического сопровождения «Счастье материнства» осуществлялась по трем направлениям:

1 Анализ выполнения итогового теста по результатам информационного этапа (критерии: уровень знаний; ориентировка в педагогической ситуации, достоверность различий показателей до и после проведения занятий).

2 Анализ результатов индивидуальных консультаций (критерии: эмоциональное состояние клиента после консультации; удовлетворенность клиента результатами консультации).

3 Анализ результатов психологического тренинга (критерии: эмоциональные реакции участников во время и после проведения тренинга; усвоение и применение полученных навыков на практике; степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий).

Для оценки эффективности проведения информационного этапа программы был проведен входной и итоговый тест.

Также участникам предлагались проблемные ситуации, из которых необходимо было найти выход с использованием полученных знаний. Определение уровня развития первых двух критериев осуществлялось с помощью оценивания по пятибалльной шкале.

Достоверность различий показателей до и после проведения лекционных занятий определялась с помощью t-критерия Вилкоксона.

В рамках данной программы в основу *оценки* психологического *консультирования* матерей-одиночек были взяты два критерия: эмоциональное состояние клиента, степень удовлетворенности консультацией. Выбор данных критериев обусловлен тем, что их оценка производится клиентами и в совокупности представляет собой общую картину оказанной психологической помощи, а не оценку консультанта, которая является субъективной и не может в полной мере отразить и без того сложный процесс психологической консультации.

Каждый участник после посещения консультации оценивал степень удовлетворенности ею в решении собственных проблем, свое эмоциональное состояние по десятибалльной шкале.

Для оценки эффективности разработанного тренинга были использованы следующие критерии:

- эмоциональные реакции участников непосредственно во время и после проведения тренинга с помощью анкетирования и упражнения «Коллаж»;

- усвоение и применение полученных навыков на практике оценивались по результатам диагностики детей и сопоставлением показателей до и после проведенных занятий;

- степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий рассчитывалась с помощью t-критерия Вилкоксона по выделенным параметрам методик, использованных в качестве тестирования в начале и через полгода после прохождения программы.

Таким образом, анализ эффективности программы психологического сопровождения «Счастье материнства» проходил в три этапа, на каждом из которых были выделены критерии оценки полученных результатов. На информационном этапе оценивались уровень знаний, ориентировка в педагогической ситуации, достоверность различий показателей до и после проведения занятий. На консультативном этапе – эмоциональное состояние клиента после консультации и удовлетворенность клиента результатами консультации. После прохождения тренинга анализировались эмоциональные реакции участников во время и после проведения тренинга; усвоение и применение полученных навыков на практике; степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### ТЕМА 1. Знакомство

#### Занятие 1. «Знакомство»

Ведущая тренинга начинает занятие с рассказа притчи «Мама», таким образом подводя участниц к теме занятий.

**Притча:** За день до своего рождения ребенок спросил у Бога:

- Говорят, завтра меня посылают на Землю. Как же я буду там жить, ведь я так мал и беззащитен?

Бог ответил:

- Я подарю тебе ангела, который будет ждать тебя и заботиться о тебе.

Ребенок задумался, затем сказал снова:

- Здесь на Небесах я лишь пою и смеюсь, этого достаточно мне для счастья.

Бог ответил:

- Твой ангел будет петь и улыбаться для тебя, ты почувствуешь его любовь и будешь счастлив.

- О! Но как я пойму его, ведь я не знаю его языка? – спросил ребенок, пристально глядя на Бога. – А что мне делать, если я захочу обратиться к тебе?

Бог мягко прикоснулся к детской головке и сказал:

- Твой ангел сложит твои руки вместе и научит тебя молиться.

Затем ребенок спросил:

- Я слышал, что на Земле есть зло. Кто защитит меня?

- Твой ангел защитит тебя, даже рискуя собственной жизнью.

- Мне будет грустно, так как я не смогу больше видеть тебя...

- Твой ангел расскажет тебе обо мне все и покажет путь, как вернуться ко мне.

Так что я всегда буду рядом с тобой.

В этот момент с Земли стали доноситься голоса; и ребенок в спешке спросил:

- Боже, скажи же мне, как зовут моего ангела?

- Его имя не имеет значения. Ты будешь просто называть его Мама.

После прочтения ведущая знакомит участниц с целями и задачами тренинга, условиями, режимом работы, основными правилами тренинговых занятий и нормами поведения в группе. Данные правила можно сформулировать следующим образом:

1 *Постоянство* – каждый участник работает в течение всего тренинга, не пропускает и не опаздывает ни на одно занятие.

2 *Конфиденциальность* – информация о происходящем в группе не должна выноситься за ее пределы.

Данный принцип облегчает включение участников в группу, способствует самораскрытию без страха того, что содержание всего процесса общения станет известным многим людям.

3 *Активность* – каждый член группы постарается быть активным участником тренинга и принимать участие во всем происходящем.

4 *Искренность в общении и право сказать «НЕТ»* предполагает открытое выражение своих мыслей, чувств, но с возможностью не говорить о чем-то, изначально искренне в этом признаться.

5 *«Здесь и теперь»* – на занятиях можно пользоваться только той информацией об участнике, которую он представляет о себе сам за время занятий, главными остаются чувства и переживания, испытываемые человеком в данный момент.

6 *«Я-высказывания»* – каждый человек должен говорить от себя лично, используя, например, такие конструкции: «Я считаю, что...», «Я думаю...», отражающие мнение каждого.

7 *Обращение по имени* – в группе необходимо назвать участников по имени и не говорить о присутствующих в третьем лице.

8 *Недопустимость непосредственных оценок человека* – при обсуждении следует оценивать не личность участников группы, а их поступки и действия во время тренинга.

После оглашения правил возможны обсуждения, вопросы, предложения, замечания по поводу правил группы. Окончательно согласованные и принятые правила будут являться дальнейшей основой для работы тренинговой группы.

Обязательным условием является обсуждение ожидания участниц от тренинга, которые они сформулируют в своих рабочих тетрадях, выданных ведущей тренинга.

#### **«Я и мое имя» [5]**

*Цель:* знакомство участников тренинга, получение первичной информации друг о друге, обучение самопрезентации.

*Время проведения:* 15 минут.

*Необходимые материалы:* ручки, бейджик.

*Инструкция:* «Любая встреча начинается со знакомства, исключением не будет и наш тренинг, и начнем мы его с представления участников по имени. Сейчас каждый из Вас напишет на бейджике свое имя, затем, называя его вслух, расскажет о своем отношении к нему. Это может быть все, что угодно: его значение, влияние на Вашу судьбу, нравится ли оно Вам, почему родители назвали Вас именно так, а возможно, вспомните какую-нибудь историю из Вашей жизни, связанную непосредственно с ним.

Кроме того, у Вас есть уникальная возможность придумать себе псевдоним или имя, о котором Вы всегда мечтали по тем или иным причинам, которые Вы можете озвучить внутри круга».

#### **«Имя группы» [5]**

*Цель:* формирование сотрудничества и сплочение группы.

*Время проведения:* 10 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* «У каждого из нас есть имя. Давайте назовем нашу группу, имя которой объединяло бы всех нас и соответствовало тематике наших встреч. Не стоит говорить о том, что на свете существует множество различных способов приветствия, поэтому я Вам предлагаю придумать свой собственный, не-

обыкновенный способ приветствия для сегодняшнего и последующих наших занятий».

В процессе обсуждения выбирается имя группы и вариант приветствия.

**«Скалолаз» [3]**

*Цель:* повышение взаимного доверия участников, создание атмосферы единства в группе, развитие навыков координации совместных действий.

*Время поведения:* 10-15 минут.

*Инструкция:* участники встают в плотную шеренгу, создавая «скалу», на которой торчат выступы, образованные выставленными ногами и руками. Задача водящего – пройти вдоль этой «скалы», не упав в «пропасть», т.е. не поставив свою ногу за пределы линии, образованной ступнями остальных участников. В процессе перемещения каждый из участников сообщает интересный факт о себе, а после завершения упражнения другие должны их вспомнить.

*Обсуждение:*

- Довольны ли Вы тем, как выполнили упражнение, кто вам помогал?
- Что Вы испытали, выполняя задания?

**«Мой плакат»**

*Цель:* знакомство, узнать больше информации друг о друге.

*Время проведения:* 1,5 часа.

*Необходимые материалы:* ватман по количеству участников, фломастеры, цветные карандаши, клей, ножницы, цветные журналы.

*Инструкция:* «Сейчас для дальнейшего нашего знакомства Вам необходимо создать “Мой плакат”. Его Вы будете делать из предоставленного Вам ватмана, вырезанных картинок из цветных журналов. Этот плакат должен быть отражением Вашей личности, индивидуальности, но обязательно отвечать на следующие вопросы:

- мое хобби;
- так я выгляжу, когда счастлива;
- моя семья;
- моя работа;
- если бы у меня было одно желание, я бы загадала ...»

После окончания работы каждая участница делает презентацию своего плаката, ведется обсуждение мыслей, чувств во время выполнения данной работы.

**Ритуал «Прощание»**

*Цель:* сплочение группы, создание атмосферы единства.

*Время проведения:* 5 минут.

*Необходимые материалы:* фотоаппарат.

*Инструкция:* «Мы очень часто радостные события нашей жизни запечатлеваем на фотоаппарат, чтобы возвратиться к ним, пересматривая когда-то сделанные нами фотографии. Я очень надеюсь, что наши встречи принесут Вам много положительных эмоций, поэтому предлагаю каждое наше занятие сопровождать фотографированием, а особенно в конце, используя его в качестве прощания друг с другом».

## **ТЕМА 2. Развитие когнитивного компонента материнства в неполной семье**

### **Занятие 2. «Путешествие во времени»**

#### **Ритуал «Приветствие»**

#### **Групповая дискуссия «Образ женщины в истории человечества»**

*Цель:* помочь участницам тренинга в осознании влияния общества на становление женщины, имеющего многовековые традиции и приписывающего ей определенные социальные роли, прежде всего роли матери.

*Время проведения:* 50 минут.

*Необходимые материалы:* слайд-шоу.

*Инструкция:* участницам тренинга предлагается вступить в дискуссию на тему: «Образ женщины-матери в истории человечества». Перед тем, как каждая выскажет свое мнение, ведущая предоставляет вниманию участниц слайд-шоу на заданную тематику для удобства обсуждения.

Основные вопросы для обсуждения:

- 1 Каков образ современной женщины-матери?
- 2 Чем он отличается от того, какой существовал много лет назад?
- 3 Какие факторы повлияли на эти изменения?
- 4 Носят ли они положительный или отрицательный характер для самой женщины, ребенка, общества в целом?

После обсуждения участницам также в режиме слайд-шоу предоставляются данные статистического опроса «Образ современной женщины» и видеофрагмент на тему «Современная женщина – кто она?» с участием мужчин разного возраста. Затем сравниваются представления, полученные в ходе обсуждения и представленные ведущей.

#### **«Картинная галерея» [13]**

*Цель:* провести идентификацию участниц с образами женщин разных поколений.

*Время проведения:* 50 минут.

*Необходимые материалы:* репродукции портретов (приложение Д), спокойная музыка, магнитофон.

*Инструкция:* на свободном пространстве помещения, в котором проводятся занятия, ведущая выкладывает репродукции портретов, фотографии женщин. «Пройдитесь по нашей картинной галерее, всмотритесь в лица каждой из этих женщин и выберите картину, в которой Вы чувствуете сходство с собой, своим внутренним миром, эмоциональным состоянием, или просто ту, которая первая “бросилась” Вам в глаза. После того как Вы сделаете свой выбор, вернитесь на свое место». Во время выбора картин звучит спокойная музыка. После того как все расселись по своим местам, проводится обсуждение, почему была выбрана та или иная картина, какие черты характера показались схожими или наоборот различными.

#### **«Передай мячи» [12]**

*Цель:* эмоциональное, мышечное расслабление, повышение сплоченности группы.

*Время проведения:* 5 минут.

*Необходимые материалы:* мячик.

*Инструкция:* «Стоя постарайтесь как можно быстрее передать друг другу мячик, не уронив его. Задание выполняется 4 раза с ускорением темпа».

### **«Портрет»**

*Цель:* выявить или уточнить существующие у участниц представления о себе как о женщине и о матери.

*Время проведения:* 50 минут

*Необходимые материалы:* бумага, фломастеры, цветные карандаши

*Инструкция:* «Перед Вами два листа. На одном схематически изобразите Ваше представление о себе "настоящей", т.е. такой, какой Вы представляете себя в настоящее время, на втором – "будущее Я" – т.е. такой, какой Вы видите себя через 10-15 лет».

После выполнения упражнения проводится обсуждения рисунков.

**Домашнее задание:** «Дорогие участницы, это домашнее задание Вы можете выполнять вплоть до последнего занятия нашего тренинга. Суть его заключается в написании писем друг другу (каждой из девяти участниц) по теме любого занятия. В нем Вы можете помочь своим советом в решении той или иной проблемы, раскрывающейся в ходе тренинга, делиться своим опытом. На последней встрече каждая из Вас получит девять писем».

### **Ритуал «Прощание»**

## **Занятие 3. « Могу быть мамой»**

### **«Приветствие»**

### **Техника «Sic Volo» [15]**

*Цель:* осознание родительских установок, ожиданий, отношение к материнству.

*Время проведения:* 1 час.

*Необходимые материалы:* листок для каждой участницы, ручка.

*Инструкция:* «Положите перед собой лист формата А4, расположите его горизонтально. У левого края напишите вопрос: "Почему (как) я стала матерью? " Справа поставьте обратную стрелочку (<-- ) и напишите причины. Писать можно все, что угодно. Теперь у Вас имеется список причин. Но у каждой этой причины тоже может быть причина. Вы получите новый ряд причин. Постарайтесь у этих причин тоже найти свои причины. Одним словом, ищите у причин причины, пока это можно. Конечно, этот процесс не может продолжаться вечно, и рано или поздно Вы остановитесь на первопричинах своих дел и поступков. У Вас может где-то получиться замкнутый круг. И вот Вы закончили рисовать схему... Нашли все первопричины... При этом все первопричины совершенно объективны, и у Вас даже имеется некоторое чувство удовлетворения от того, что вы ловко разложили все по полочкам. Но хорошо ли это?

Предположим, что Вы – филателист. Для Вас самое важное в жизни – марки. Что вы напишете в конце? Что это потребность организма? Таков долг? Привычка? Вышло случайно? Если Вы не знаете, что указать в качестве первопричины, то напишите просто: "Я так хочу". Или даже лучше по-латински, что-



бы придать вес, фундаментальность вашим словам: "Sic volo". Да, потом это может привести к каким-то негативным последствиям. Да, потом это может привести к чему-то прекрасному. Вам и только Вам отвечать за этот поступок. Но при этом Вам и только Вам получать потом слова благодарности за то, что Вы когда-то имели смелость сказать: "Sic volo"».

Затем проводится совместное обсуждение выполненного упражнения.

#### **«Стаканчик» [7]**

*Цель:* снятие напряжения и тревоги.

*Время проведения:* 10 минут.

*Необходимые материалы:* одноразовый стаканчик.

*Инструкция:* первому игроку дается пластиковый стаканчик. «Необходимо передать стаканчик по кругу таким образом, чтобы способ передачи его от игрока к игроку ни разу не повторился. Для тех, кто не может придумать оригинальный, еще не использованный способ передачи, команда придумывает смешные штрафные санкции, которые отрабатываются в конце игры».

#### **«Мои качества»**

*Цель:* актуализировать представление женщины о себе как о матери.

*Время проведения:* 50 минут.

*Необходимые материалы:* тетради.

*Инструкция:* «Теперь давайте попробуем подумать о том, какими личностными качествами как мать Вы обладаете, какие из них Вам помогают, а какие мешают в воспитании детей в одиночку?» После этого с помощью ведущей создается образ идеальной матери.

**Домашнее задание:** каждой участнице необходимо будет написать свою биографию. В ней нас будет интересовать не столько перечень внешних событий, сколько внутренняя история жизни, исследования тех условий, событий и людей, которые повлияли на нее, конечно, материнство, ситуация неполноты семьи, желательно анализировать конкретные жизненные обстоятельства.

#### **Ритуал «Прощание»**

### **Занятие 4. «Материнские позиции и установки»**

#### **«Приветствие»**

**Обсуждение домашнего задания «Автобиография».** Каждая из участниц вкратце (не зачитывая свое сочинение) должна ответить на вопрос: «Что повлияло на ее отношение к материнству и на особенности воспитания детей». Впоследствии будем называть это отношение материнскими позициями и установками.

#### **«Цветные руки»**

*Цель:* осознать положительные и отрицательные стороны материнских установок.

*Время проведения:* 2 часа.

*Необходимые материалы:* ватман, краски, кисточки, ножницы, салфетки.

*Инструкция:* «Мы уже поговорили о том, какие у каждой из Вас существуют установки. Сейчас попытаемся их коротко сформулировать и изобразить в виде цветных рук. Перед Вами лежат ватман, краски и кисточки. Вы

должны будете с помощью красок раскрасить ладони обеих рук, являющихся отражением Ваших материнских установок. Одна из них является эффективной в воспитании, другая же является полной противоположностью. После этого все вместе на счет три оставляем свои отпечатки на ватмане, под изображением Вы подписываете коротко сформулированные Вами установки, которые впоследствии будут Вами вырезаны». По окончании данного задания все возвращаются в круг и по очереди передают друг другу свои вырезанные бумажные руки, на обратной стороне которых все участники должны будут написать свои пожелания, мнения или поделиться собственным опытом.

Затем все читают свои пожелания и обмениваются впечатлениями.

#### **«Карандаши» [3]**

*Цель:* снятие эмоционального напряжения, сплочение группы.

*Время проведения:* 5 минут.

*Необходимые материалы:* карандаши.

*Инструкция:* группа встает в круг, карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Все участники, не отпуская карандаши, синхронно выполняет задания:

- поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение;
- сделать шаг вперед, два шага назад;
- наклониться вперед, назад, присесть, встать; и др.

Задание можно выполнять под медленную музыку, составляя целый танец.

#### **Ритуал «Прощание»**

### **ТЕМА 3. Развитие эмоционального компонента материнства в неполной семье**

#### **Занятие 5. «Материнская любовь»**

##### **«Приветствие»**

##### **«Любовь и ярость» [12]**

*Цель:* актуализация эмоционального состояния по отношению к своему ребенку.

*Время проведения:* 20 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* «Вам необходимо разбиться на пары и встать напротив друг друга, выберите, кто из Вас первым будет выполнять задание. Закройте глаза и в течение одной минуты представляйте себе объект Вашей любви (в данном случае сына или дочь). Полностью сконцентрируйтесь на этом чувстве, какого оно цвета, температуры, на ощупь. Теперь откройте глаза и выслушайте рассказ своего партнера о том, что он видел на Вашем лице – какие эмоции Вы испытывали. Затем Вам необходимо поменяться ролями».

##### **«Что такое любовь?»**

*Цель:* актуализировать понятие «материнская любовь».

*Время проведения:* 1,5 часа.

*Необходимые материалы:* афоризмы о любви, видео с интервью у детей

*Инструкция:* «Понятие "Любовь" очень личное, каждый вкладывает в него свой смысл, который мы не всегда можем выразить словами. Давайте все-таки попробуем это сделать, а для того, чтобы нам было легче, предлагаю обратить внимание на высказывания знаменитых людей, представленных Вашему вниманию. Теперь попытайтесь представить объект Вашей любви (ребенка). Какие чувства Вы испытываете, что они значат лично для Вас, для него. Попробуйте кратко сформулировать испытанные эмоции».

Затем каждая участница озвучивает свое понятие "материнской любви", а ведущая по очереди записывает на доску, в результате создается общее понятие для группы.

«Готовясь к сегодняшнему занятию, я записала интервью с участием детей, которые пытались ответить на тот же вопрос, что и Вы. Давайте посмотрим» (просмотр видеофрагмента).

«Теперь давайте обсудим, насколько совпали наши представления о материнской любви, в чем сходство и отличие во взгляде взрослых и детей».

### **Согласны ли вы с авторами следующих афоризмов?**

1 «Всему, что было во мне хорошего, я научился у моей матери. А все плохое – это то, чему я не смог у нее научиться». (*М. Таривердиев*)

2 «Дети – якоря, которые удерживают мать в жизни». (*Софокл*)

3 «Дайте нам лучших матерей, и мы будем лучшими людьми». (*Ж.-П. Рихтер*)

4 «Материнство, конечно, дает невыразимое счастье, но это счастье в любви или браке надо выкупать такой ценой, что я бы никому этого не посоветовала». (*Ж. Санд*)

5 «Мать – всегда против смерти». (*М. Горький*)

6 «Рука, качающая колыбель, управляет миром». (*У. Валлас*)

7 «Будущее нации – в руках матерей». (*О. Бальзак*)

8 «Отцы лгут, уверяя, будто делают карьеру ради своих сыновей. Им стыдно признаться, что они ее делают для своих мам». (*Б. Пашковский*)

9 «Ни в коем случае нельзя быть матерью-неудачницей, нет ничего хуже для детей». (*Г. Щербакова*)

10 «Никто не может понять ребенка так неправильно, как его мать». (*Н. Дуглас*)

11 «Все прекрасное в человеке – от лучей солнца и от молока матери». (*М. Горький*)

12 «Сердце матери – это бездна, в глубине которой всегда найдется прощение». (*О. Бальзак*)

13 «Сердце матери – неиссякаемый источник чудес». (*П. Беранже*)

14 «Самая превосходная мать та, которая может заменить детям отца, когда его не станет». (*И. Гете*)

15 «Мать – единственное на земле божество, не знающее атеистов». (*Э. Легуве*)

16 «Одна хорошая мать стоит сотни учителей». (*Д. Герберт*)

17 «Мать – это имя Бога на устах и в сердцах маленьких детей». (*У. Теккерей*)

18 «Нет ничего святее и бескорыстнее любви матери». (*В. Белинский*)

19 «Мы будем вечно прославлять ту женщину, чье имя – Мать». (*М. Джалиль*)

- 20 «Нам всегда кажется, что нас любят за то, что мы хороши. А не догадываемся, что любят нас от того, что хороши те, кто нас любят». (*Л.Н. Толстой*)
- 21 «Любовь – единственная страсть, не признающая ни прошлого, ни будущего». (*О. Бальзак*)
- 22 «Любить кого-нибудь означает желать этому человеку только добра». (*Ф. Аквинский*)
- 23 «Любовь – восхитительный цветок, но требуется отвага, чтобы подойти к краю пропасти и сорвать его». (*Стендаль*)
- 24 «В присутствии предмета любви немеют самые смелые уста, и остается невысказанными именно то, что так хотелось бы сказать». (*М. Сервантес*)
- 25 «Любить – это находить в счастье другого свое собственное счастье». (*Г. Лейбниц*)
- 26 «Любовь – как дерево; она вырастает сама собой, пускает глубоко корни во все наше существо и нередко продолжает зеленеть и цвести даже на развалинах нашего сердца». (*В. Гюго*)
- 27 «Любовь не знает гордости». (*Э.М. Ремарк*)
- 28 «Радость и счастье – это дети любви, но сама любовь, как сила, – это терпение и жалость». (*М.М. Пришвин*)
- 29 «Любовь – это все равно сто цветов, который в какое-то мгновение можно отдать только кому-нибудь одному». (*Р. Олдингтон*)
- 30 «Любовь, подобно огню, не знает покоя: она перестает жить, как только перестает надеяться или бояться». (*П. Бомарше*)

### **«Сердце любви»**

*Цель:* актуализировать в сознании участниц основные способы выражения материнских чувств.

*Время проведения:* 20 минут.

*Необходимые материалы:* плакат-сердце, стикеры в виде сердец.

*Инструкция:* «Мы с Вами поговорили о том, что такое родительская любовь, но вот как лучше ее выразить, чтобы она дошла до сердец наших детей, на этот вопрос мы еще не дали ответа.

Сейчас я предлагаю Вам на розданных Вам сердцах-стикерах написать способы выражения любви, которые Вы знаете или используете по отношению к своему ребенку. Затем мы соберем их и все вместе, наклеим на наше общее "Сердце любви". После этого обсудим написанное».

Если будет необходимо, ведущий дополнит недостающие способы выражения любви.

В конце каждой участнице выдается памятка «О формах проявления родительской любви».

## Памятка «Формы проявления материнской любви»

*Материнская любовь к ребенку – любовь,  
которая ничего не желает для себя*

*Э. Фромм [8, 488]*

1 Говорите о своей любви ребенку, в каком бы возрасте он ни находился.

2 Проявляйте положительные эмоции по отношению к ребенку бурно, а негативные – сухо, коротко, тихо.

3 Не скупитесь на повалу, но обязательно конкретизируйте ее, тогда она будет восприниматься искренне.

4 Самое подходящее время для положительной оценки поведения ребенка, когда ребенок ведет себя хорошо.

5 Используйте позитивное общение с ребенком, не обусловленное характером его поведения: улыбнитесь, потрепите по щеке, расскажите о своих чувствах.

6 Вкладывайте свои чувства в каждодневную заботу о ребенке.

7 Проводите как можно больше времени вместе, старайтесь выслушать ребенка наедине столько времени, сколько ему нужно.

8 Дарите небольшие подарки, не связанные ни с каким событием или поступком ребенка, с целью сделать приятное.

9 Постепенно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела ребенка и передавайте ответственность ему.

### **«Передай»**

*Цель:* снятие эмоционального напряжения.

*Время проведения:* 5 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* всем участникам необходимо разделиться на две равные команды. По сигналу ведущего первый участник передает второму участнику поцелуй, рукопожатие и объятие, второй третьему и так до конца цепочки. Выигрывает та команда, которая выполнит упражнение первой. Упражнение повторяется три раза.

### **Ритуал «Прощание»**

## **Занятие 6. «Как выразить свои чувства»**

### **«Приветствие»**

### **«Я-высказывания» [13]**

*Цель:* научить методике «Я-высказывание» для более эффективного выражения материнских чувств.

*Время проведения:* 1 час.

*Необходимые материалы:* ситуации для разбора.

*Инструкция:* «Сейчас мы с Вами рассмотрим один из способов выражать свои чувства, в том числе негативные, в необидной для ребенка форме, что дает возможность ближе узнать родителей.

Схема "Я-высказывания" включает в себя (участники записывают в тетради):

- конкретное описание того, что вызвало чувство («когда я вчера увидела, какая ты грязная ...»);
- название чувства в тот момент («я почувствовала беспокойство»);
- название причин («наверное, это произошло потому, что...»).

Давайте попробуем разобрать несколько ситуаций вместе, основываясь на этой формуле».

#### *Ситуация 1.*

Вы зовете дочь обедать. Она отвечает: «Сейчас» – и продолжает заниматься своими делами, например сидеть в интернете.

Ваши ответы (выберите правильный)\*:

- а) «Да сколько же тебе раз надо говорить?»
- б) «Я начинаю сердиться, когда приходится повторять одно и то же»;**
- в) «Меня сердит, когда ты не слушаешь».

#### *Ситуация 2.*

У Вас важный разговор по телефону. Ребенок то и дело его прерывает.

Ваши ответы:

- а) «Мне трудно разговаривать, когда меня постоянно прерывают»**
- б) «Не мешай».
- в) «Ты не можешь заняться чем-то другим?»

#### *Ситуация 3.*

Вы приходите домой усталая, а у сына (дочери) громкая музыка, веселье. Вы испытываете чувство раздражения и обиды одновременно.

Ваши ответы:

- а) «Тебе не пришло в голову, что я могу быть усталой?»
- б) «Уберите за собой посуду!»
- в) «Меня обижает и сердит, когда я устала и вижу дома беспорядок».**

«Теперь придумайте ситуацию или вспомните из своего опыта общения с детьми, попытаемся разыграть ее. Для этого нам понадобятся два актера – взрослый и ребенок, все остальные будут зрителями».

В конце проводится обсуждение

#### **«Только вместе» [3]**

*Цель:* снятие эмоционального напряжения, умение понимать намерения другого, развитие навыка действовать сообща.

*Время проведения:* 20 минут.

*Необходимый материал:* веселая музыка.

*Инструкция:* группа делится на пары, они встают спина к спине, крепко взявшись за руки. Пары должны выполнять команды ведущего под веселую музыку, не разомкнув рук. Например, пройти заданное расстояние, вставая и приседая на корточки, танцуя танго и т.д.

Переговариваться и договариваться о совместных действиях нельзя.

---

\* Жирным шрифтом обозначены правильные ответы.

Затем проводится обсуждение: «Тяжело Вам было или легко, сколько времени понадобилось на выполнение задания, что мешало или помогало его выполнению?»

#### **«Продолжи искренне» [4]**

*Цель:* развитие навыков слушания, распознавания искренности высказываний собеседника.

*Время проведения:* 20 минут.

*Необходимые материалы:* карточки с текстом.

*Инструкция:* ведущий подходит к каждому участнику и просит вытащить карточку, текст которой он читает вслух и, не раздумывая, продолжить мысль, начатую в тексте, максимально искренне. Остальные решают, насколько искренен он был. Когда человек закончит говорить, те, кто посчитали его речь искренней, молча должны поднять руку. Если большинство проголосовали «за», то говорившему разрешается на один шаг сместить свой стул вглубь круга. Тому, чье высказывание не признали искренним, дается еще одна попытка. Обмен мнениями, реплики во время упражнения запрещены!

*Текст карточек:*

- Я знаю за собой хорошие черты ...
- Мне знакомо острое чувство одиночества. Помню ...
- Я чувствую, что мой ребенок ...
- Мой бывший муж просто ...
- У меня есть недостатки ...
- Чего мне по-настоящему хочется, так это ...
- Однажды мне было больно и обидно, когда мои родители ...
- Когда я в первый раз влюбилась ...
- В обществе лиц противоположного пола я ...
- Однажды я совершила большую ошибку ...
- Никогда не забуду тот момент в жизни, когда ...
- Обычно, я так не поступаю, но это было исключение ...
- Я часто задумываюсь о смысле жизни ...

#### **Анкета «Умеете ли Вы слушать?» [3]**

*Цель:* продемонстрировать основные признаки плохого слушателя.

*Время проведения:* 15 минут.

*Необходимые материалы:* анкеты для каждого участника.

*Инструкция:* «Перед Вами 12 вопросов. Постарайтесь, не особенно задумываясь, искренне ответить на вопросы “да” или “нет”».

- 1 Часто ли Вы с нетерпением ждёте, когда другой закончит говорить и даст возможность высказаться Вам?
- 2 Бывает ли, что Вы спешите принять решение до того, как поймёте суть проблемы?
- 3 Правда ли, что Вы порой слушаете лишь то, что Вам нравится?
- 4 Не мешают ли Вам эмоции слушать собеседника?
- 5 Часто ли Вы отвлекаетесь, когда Ваш собеседник излагает свои мысли?
- 6 Не запоминаете ли Вы вместо основных моментов беседы какие-либо несущественные?

- 7 Бывает ли так, что слушать другого человека Вам мешают собственные предубеждения?
- 8 Прекращаете ли Вы слушать собеседника, когда появляются трудности в понимании сказанного?
- 9 Занимаете ли Вы негативную позицию к говорящему?
- 10 Перебиваете ли Вы собеседника?
- 11 Избегаете ли Вы взгляда собеседника в разговоре?
- 12 Возникает ли у Вас острое желание прервать собеседника и вставить своё слово за него, опередив его собственные выводы?

*Обработка и интерпретация результатов.* Подсчитайте количество ответов «нет».

**10-12 баллов:** Вы умеете достаточно хорошо слушать собеседника. Не руководствуясь предупреждениями по отношению к нему, стараетесь выделить в его словах главное. Ваши собственные эмоции не мешают вам слушать даже то, что Вам не особенно нравится. Поэтому многие любят общаться с Вами.

**8-10 баллов:** нередко Вы проявляете умение слушать партнёра. Даже если Вы чем-то недовольны, всё равно стараетесь дослушать партнёра до конца. Если же партнёр Вам надоел, пытаетесь тактично прервать общение с ним. Иногда Вы всё же позволяете себе перебить собеседника для того, чтобы вставить своё «веское слово».

**Менее 8 баллов:** к сожалению, Вы ещё не научились слушать своих партнёров по общению. Вы перебиваете их, не даёте высказаться до конца. Если Вам не нравится то, что человек говорит, перестаёте слушать его.

Главная задача анкеты – продемонстрировать 12 признаков плохого слушателя.

Ведь известно, что отрицательные примеры, «вредные советы» запоминаются лучше положительных.

### **«Рисование по инструкции» [3]**

*Цель:* развитие умения четко излагать информацию, внимательно слушать собеседника.

*Время проведения:* 20 минут.

*Необходимые материалы:* карточки с картинками, ручки, листы бумаги А4 (приложение К).

*Инструкция:* участники разбиваются на пары и садятся спиной друг к другу. Один участник в каждой паре получает карточку с изображением. Его задача – инструктировать второго участника таким образом, чтобы тот, не видя карточки, смог бы воспроизвести ее изображение. Рисующий не может задавать уточняющих вопросов. Затем производится сравнение результатов, полученных в первом и во втором случае.

При обсуждении упражнения участники выделяют условия, которые необходимы для того, чтобы смысл передаваемых сообщений одинаково понимался говорящим и слушающим.

### **Ритуал «Прощание»**



## **Занятие 7. «Наши обиды»**

### **«Приветствие»**

В жизни каждого из нас были и, может быть, есть обиды. Обиды бывают разными – маленькими и большими, детскими и взрослыми, теми, что уже давно нами забыты, которые мы смогли простить, и такими, что, на наш взгляд, прощению не подлежат никогда, т.е. не имеют срока давности. Наши обиды...такие разные...и всегда наши, всегда про нас, про то, что в нас.

Для чего нам нужна обида – такое неприятное тягостное чувство? Зачем мы с ней живем долгие годы, помним и, может быть, даже специально стараемся не забыть ее?

Прежде чем разобраться с этими вопросами, давайте посмотрим, как образовалось само слово «обида». Этимологически оно произошло от старославянского «от-вида», т.е. не увидеть, обнести, не заметить, обделить. И поэтому обида тесно связана с такой ценностью, как справедливость. Часто мы обижаемся тогда, когда, как нам кажется, к нам относятся несправедливо, оскорбительно. И эту несправедливость мы можем заметить не только в отношениях между людьми, но и в отношениях человека со своей жизнью и судьбой.

Любая обида – сложное чувство, которое одновременно направлено в две противоположные стороны:

1 Во вне – и тогда оно переживается как гнев по отношению к обидчику.

2 Внутри себя – переживается как жалость к самому себе, как некая внутренняя боль за себя.

Обида, как и любая другая эмоция, как любое чувство, дана человеку неспроста! Это очень важная эмоция, которая дает нам знать о том, что:

1) в нас затронуты некие болевые точки – «ключи обиды», за которыми стоят наши ценности;

2) у нас возникло желание обидеться, т.к. появляется вторичная выгода от этого чувства, может быть это хорошо отработанный нами способ взаимодействия с окружающим нас миром.

У каждого человека есть свои болевые точки. Они формируются в детстве и могут сопровождать человека всю его жизнь.

И чем ближе человек находится к нам, тем лучше он нас знает, чем теснее наши отношения, чем чаще происходят откровенные разговоры, возникает душевная близость с ним, тем он лучше осведомлен о наших «болевых точках». Именно поэтому мы сильнее и чаще всего обижаемся на дорогих и близких нам людей, т.к. их замечания и поступки попадают точно в цель – в цель нашей обиды.

В любом случае, когда мы обижаемся, мы не совсем корректно оцениваем и соотносим между собой три составляющие этого процесса:

1 Самого себя.

2 Окружающих людей или человека (обидчика).

3 Контекст самой ситуации, в которой произошла обида.

В общении, в отношениях с другими, особенно самыми близкими людьми, мы часто забываем о том, что люди могут нас не понять, они могут не соответствовать нашим ожиданиям, более того, мы сами можем не соответствовать

собственным ожиданиям! Ведь именно разочарования служат хорошей почвой для прорастания обид. Иногда очень тяжело признать в себе какую-то черту характера, принять свои мысли и желания. Тяжело допустить то, что люди такие, какие они есть, а не такие, какими я хочу их видеть. Человек, застрявший в своей обиде, не способен понять себя, другого и свою жизненную ситуацию.

Необходимо знать и помнить, что любая длительная и непроработанная обида деструктивна. Она дестабилизирует внутренний мир человека, т.к. на ее переживание, на взаимодействие с ней человек тратит много душевных и физических сил, свое время. Затянувшаяся обида или постоянные обиды в жизни могут так вымотать человека, что это состояние будет отражаться уже на его здоровье.

Давайте, с помощью теста определим, **«Насколько Вы обидчивы»**.

*Цель:* определить степень обидчивости.

*Необходимые материалы:* бланки с тестом.

*Время проведения:* 15 минут.

*Инструкция:* «Отвечайте на вопросы “да” или “нет”, в случае, если Вы сомневаетесь, “не знаю”».

- 1 Легко ли Вам испортить настроение?
- 2 Долго ли Вы помните обиду и обидчика?
- 3 Долго ли Вы переживаете мелкие неприятности (чей-то недоброжелательный взгляд, едкое замечание, испачканный рукав пальто)?
- 4 Долго ли Вы можете находиться в таком состоянии, когда ни с кем не хочется разговаривать?
- 5 Легко ли Вы отвлекаетесь на посторонние разговоры и шумы?
- 6 Способны ли Вы длительное время анализировать свои переживания, чувства, поступки?
- 7 Часто ли Вы действуете под влиянием минутного настроения?
- 8 Часто ли Вам снятся кошмары?
- 9 Беспокоит ли Вас мысль, что Вы чем-то хуже других?
- 10 Часто ли у Вас происходят подъемы и спады настроения?
- 11 Бывает ли так, что во время спора у Вас заметно меняется тембр голоса и появляются обычно не свойственные вам низкие или высокие тона?
- 12 Легко ли Вас вывести из себя?
- 13 Даже вкусная еда неспособна исправить Ваше испорченное настроение?
- 14 Часто ли Вы испытываете раздражение, когда Вас не понимают?

А теперь подсчитайте набранные вами баллы. За ответ “да” начисляется 0 баллов, “не знаю” – 1 балл, за ответ “нет” – 2 балла.

Если Вы набрали *от 23 до 28 баллов*, Вас трудно назвать обидчивым. Ваше душевное состояние устойчиво и редко изменяется в зависимости от ситуации. Кое-кто считает Вас "непробиваемым", "твердолобым". Ваши внутренние ценности в надежной защите. Вы уверенно можете идти к своим целям. Иногда Вам завидуют, иногда осуждают — но Вы умеете на это не обращать внимания.

*От 17 до 22 баллов* – Вы слегка обидчивы. Эта черта характера иногда доставляет Вам немало горьких минут. Вы легко можете вспылить и наговорить грубостей обидчику. Из-за этого у Вас нередко случаются конфликты дома и на работе (в школе). Спустя какое-то время Вы сожалеете о своих словах и поступках, потому что в голову приходят иные способы вашего взаимодействия в данной ситуации. Всегда помните поговорку: "В реке обиды брода нет".

*От 0 до 16 баллов* – Вы очень обидчивы и может быть даже мстительны, легко меняете свое настроение, болезненно реагируете на отношение к вам окружающих. Такое восприятие мира делает вашу жизнь очень тяжелой, а вас неудовлетворенным. Поэтому работать с чувством обиды Вам необходимо, и, чем меньше у вас количество набранных баллов, тем скорее к этому следует приступить!» [14]

#### **«История игрушки» [14]**

*Цель:* вербализовать внутреннее состояние обиды.

*Необходимые материалы:* игрушки.

*Время проведения:* 30 минут.

*Инструкция:* «Рассмотрите предметы, расположенные на столе. Выберите тот, который по каким-либо причинам кажется вам близким, похожим на Вас. Придумайте небольшую историю предмета — от его рождения (создания) до сегодняшнего момента. Расскажите эту историю от первого лица так, как будто этот предмет говорит Вашими устами. Главное ответить на вопрос: "На что или на кого Вам приходилось в жизни обижаться? "»

#### **«Копилка»**

*Цель:* способствовать осознанию собственных стратегий поведения в ситуации переживания обиды, развитию возможностей за счет расширения поведенческого репертуара, снятию эмоционального напряжения.

*Необходимые материалы:* на каждого участника по 3-4 листа, коробка (копилка).

*Время проведения:* 30 минут.

*Инструкция:* «Дорогие участницы, вспомните и напишите одну из своих обид.

А теперь запишите три способа, которые помогли Вам в ее преодолении».

После этого все способы записываются на отдельных листочках и складываются в одну коробку (копилку).

«А теперь запишите еще не преодоленную внутри Вас обиду».

Затем «копилка» пускается по кругу. При этом каждый участник называет свою обиду и по очереди достает и зачитывает способы преодоления.

Проводится обсуждение:

- Какие способы избавления от обиды Вы применяете в жизни?

- Какие новые способы по работе со своей проблемой Вы узнали из этого упражнения?

#### **Ритуал «Прощание»**

## **Занятие 8. «Наши обиды»**

### **«Приветствие»**

### **«Встреча на мосту» [14]**

*Цель:* способствовать отпусканию прошлых обид, разрыванию эмоциональной связи с прошлым.

*Время проведения:* 15 минут.

*Необходимые материалы:* спокойная музыка.

*Инструкция:* «Прекрасный солнечный день. Ты идешь по берегу реки. Это широкая, полноводная и спокойная река. Тебе легко и спокойно. Свежий ветерок обдувает твоё лицо. Слышен шелест листвы, негромкий плеск воды. Ты вдыхаешь полной грудью воздух и зажмуриваешься от удовольствия.

Но неожиданно темнеет – туча наползает на солнце и сразу становится прохладно. Твоё внимание привлекает движение на противоположном берегу. Там идет человек. Это мужчина. Он тоже идет вдоль берега и тоже смотрит в твою сторону. Ты с трудом различаешь его лицо, но что-то подсказывает тебе, что вы знакомы. Ты продолжаешь свой путь, ускоряя шаг. То же самое делает он. И тут ты догадываешься, что это за человек.

С этим мужчиной тебя многое связывает, раньше, возможно очень давно, вы были знакомы, может быть, даже близки. И неприятное чувство охватывает тебя: когда-то этот мужчина причинил тебе боль. Воспоминания всплывают в твоей памяти, ты видишь эпизоды вашей жизни, ты заново переживаешь горечь и обиду. Между тем ты подходишь к мосту.

Он соединяет два берега реки. И ты решаешься ступить на мост. То же самое делает мужчина. Вы медленно идёте навстречу друг другу... Вот уже хорошо различима его фигура... уже можно рассмотреть, во что он одет... уже видно выражение его лица. И тут внезапно яркий солнечный луч пронзает тучу. Он освещает, словно прожектор, середину моста, по которому вы идёте. Вступаете в это солнечное пятно и подходите друг к другу.

Это неожиданная встреча с прошлым, и у вас есть возможность сказать друг другу важные, не сказанные в своё время слова. А может быть, слов много и не надо, достаточно посмотреть друг другу в глаза. Вы встретились, чтобы попрощаться, чтобы простить друг другу обиды, чтобы сбросить груз боли. Скажи то, что тебе хочется сказать... Сделай то, что хочется сделать... Выслушай ответ мужчины. Пришло время расставаться. На прощание он дарит тебе небольшую вещь. Может быть, она напомнит тебе о прошлом.

О том, что кроме обид были другие чувства и переживания. Ты благодаришь его за подарок. Ты благодаришь его за урок. За то, что ты стала сильнее и мудрее, за то, что научилась ценить любовь. Вы поворачиваетесь и уходите в противоположные стороны.

Ты идёшь на свой берег, он – на свой. Ты идёшь, убыстряя шаг, и замечаешь, что туча рассеялась и вновь светит солнце. И вновь твою душу наполняет радость. Но в твоём сердце появилась мудрость, и у тебя в руках находится подарок как символ того, что ты прошла и этот урок. Ты оборачиваешься назад и не видишь никакого моста. Ты смотришь на другой берег – он пуст. Ты идёшь вперед. Идёшь, не оглядываясь...»

При желании можно задать вопрос: «Кто хочет поделиться своими чувствами?»

### **«Письмо любви» [2]**

*Цель:* конструктивное выражение и уменьшение интенсивности гнева, страха, печали, вины и любви по отношению к отцу ребенка.

*Время проведения:* 40 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* «Сейчас Вам необходимо будет написать любовное послание, адресованное отцу ребенка. В нескольких предложениях выразите свой гнев, печаль, страх, вину, любовь по отношению к этому человеку. Затем сообщите о своих потребностях и ожидаемых действиях партнера. После этого самостоятельно ответьте на это письмо. В ответе должно содержаться:

- Спасибо за ...
- Я понимаю ...
- Мне жаль ...
- Ты заслуживаешь ...
- Мне хочется ...
- Я люблю ...»

После проводится обсуждение написанного каждой участницей тренинга.

### **«Мусорная скульптура» [14]**

*Цель:* формирование позитивного отношения к будущему, ритуал избавления от неприятностей-препятствий: испорченных отношений, негативных переживаний, неудач. Способствовать формированию восприятия неприятностей и преград как уроков, умению видеть во всем позитивный смысл.

*Время проведения:* 50 минут.

*Необходимые материалы:* мелкий, бытовой мусор (коробочки, пластиковые упаковки, баночки из-под лекарств, старые бумаги, что-то ломанное и ненужное), скотч, пластилин, ножницы, клей, мусорные пакеты по количеству участников, вырезанные из блестящей, клейкой бумаги звездочки или другие украшения.

*Инструкция:* всем участникам предлагается сделать свою мусорную скульптуру. Каждый её элемент должен символизировать то, от чего хочется избавиться. Скульптуры делаются на полу, для скрепления используется клей, пластилин, скотч. Во время работы звучит музыка, и участники не разговаривают.

После того как скульптуры будут готовы, ведущий предлагает посмотреть и подумать, какой смысл, какой урок скрыт в каждом переживании: «Посмотрите и подумайте – зачем мне это было дано? Что я получил в итоге? Как я изменился? Куда меня ведет жизнь? Чему я сопротивляюсь?»

Затем проводится обсуждение:

- Что я выбрасываю и почему?
- Что я поняла из этого упражнения?
- Какие чувства оно у меня вызвало?

После общего обсуждения все скульптуры упаковываются в мусорные мешки, которые торжественно выбрасываются или сжигаются.

### **«Комок проблем»**

*Цель:* способствовать формированию желаний и возможностей избавиться от негативных переживаний.

*Время проведения:* 15 мин.

*Необходимые материалы:* листы бумаги, мусорная корзина.

*Инструкция:* участникам предлагается сформулировать и записать на отдельных листочках названия тех проблем, обид, которые их мучают. Необходимо записать чувства, которые они вызывают. Все записки надо скомкать. У каждого участника должно быть несколько бумажных комков. В середину круга ставится открытая мусорная корзина. Каждый желающий может выбросить в неё свои «проблемы», предварительно еще раз озвучив их.

**Ритуал «Прощание».**

## **ТЕМА 4. Развитие поведенческого компонента материнства в неполной семье**

### **Занятие 9. «Путешествие в детство»**

#### **«Приветствие»**

#### **«Песочница» [9]**

*Цель:* обратить участниц к воспоминаниям событий детства, особенностям взаимодействия с родителями, вспомнить, как их воспитывали.

*Время проведения:* 1,5 часа.

*Необходимые материалы:* пластилин.

*Инструкция:* «Дорогие участницы, вспомните, пожалуйста, Ваше детство, родителей, своих друзей, любимые игрушки, события, которые запомнились Вам на всю жизнь, свои эмоции, чувства. Сконцентрируйтесь на них и попытайтесь изобразить Ваше детство, Ваши воспоминания о нем с помощью пластилина».

Затем каждая участница представляет свою работу и делится своими впечатлениями о проделанной работе.

#### **«Футбол для осьминога» [3]**

*Цель:* раскрепощение, снятие мышечного напряжения, повышение степени доверия, сплочения участников, тренировка умения действовать согласованно с командой.

*Время проведения:* 5-10 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* две команды по 5-6 человек становятся в тесные кружки, отводят руки за спину и берутся сзади за руки стоящих рядом участников таким образом, чтобы команда могла перемещаться как единое целое. Получается, что они изображают осьминогов, играющих в футбол. Задача каждой из команд за 5 минут забить как можно больше голов в ворота соперника. Команды должны на протяжении всей игры перемещаться как единое целое, расцепляться участникам нельзя.

## **Дискуссия «Работа в группах»**

*Цель:* способствовать осознанию стереотипности и устойчивости при построении воспитания.

*Время проведения:* 30 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* участницам необходимоделиться на две группы. Каждая попытается ответить на вопрос: «Как Ваши родители повлияли на выбор форм, методов воспитания? Какие ошибки Вы повторяете по отношению к своим детям? Что можно сделать, чтобы избежать их?»

Каждая группа высказывается, подводятся итоги.

## **Ритуал «Прощание»**

## **Занятие 10. «Маски, которые мы носим, и роли, которые мы играем» «Приветствие»**

### **«Знакомство с собой» [1]**

*Цель:* анализ внутренних переживаний, ценностей по отношению к себе, собственной жизни.

*Время проведения:* 40 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* «Закройте глаза, расслабьтесь. Представьте себе, что Вы оказались в своем личном "месте комфорта". Им может стать все что угодно: берег моря, зеленая лужайка, открытая степь, горная долина. Главное, что раньше Вы именно в этом месте чувствовали себя уютно и комфортно.

Очувтившись там, Вы плавно погружаетесь в дремоту. Что Вы обычно чувствуете при засыпании? Тепло во всем теле? Воскресите эти ощущения. Припомните мысли и чувства, возникающие, когда Вы засыпаете. Итак, Вы плавно погружаетесь в этот сон, а просыпаетесь глубоко в собственном сновидении! Вы повторно засыпаете ...внутри своего сна. И открываете глаза на поле. Что это за поле? Как оно выглядит? Какое сейчас время года? Что растет на этом бескрайнем поле? Быть может, поле вспахано или уже засеяно? Вы одиноки или рядом находится кто-то еще? Кто это?

Вы идете по полю и видите перед собой лес. Какой он? Хвойный, лиственный, смешанный? Лес пуст, порос бурьяном или на деревьях висят плоды? Какое там царит время года? Этот лес пронизан светом или же он мрачный, пугающий? Прислушайтесь к своим чувствам, что Вы испытываете, прежде чем войти под свод деревьев: страх, интерес, любопытство?

В лесу перед Вами разворачивается три дороги. Прямое как стрела, асфальтированное шоссе. Симпатичная извилистая тропинка. Наконец Вы можете пойти сквозь лес напролом, продираясь сквозь чащу в выбранном направлении. Что Вы станете делать?

Но вот избранную дорогу преграждает стена. Ее необходимо преодолеть. Как Вы это сделаете? Повернете в сторону? Сделаете подкоп? Перелетите стену или будете ее штурмовать? А может, просто остановитесь в нерешительности?

Стена позади, Вы оказались на берегу реки. Что это за река? Широкая или узкая? Глубокая или медленная? Как выглядят ее берега? А какое течение?

Быстрое или медленное? Откуда река берет начало и куда она впадает? Что находится выше и ниже по течению? В конце концов Вы решаетесь перебраться на другой берег. Как Вы это будете делать?

Вы на другом берегу. Там стоит дом. Какой он? Старый или новый? Опишите его внешний вид, архитектуру. Что перед Вами замок или избушка? Из чего построен этот дом?

Подойдя ближе, Вы обнаруживаете, что на дверях висит бронзовая табличка, на которой выгравировано Ваше имя. Запомните те чувства, которые вызвала у Вас эта табличка. Вы открываете дверь, заходите внутрь... В коридоре Вас встречает зеркало. Кто отражается в нем? Вы или не Вы? Может быть, Ваш облик в зеркале непривычен? Вы моложе или старше, чем в жизни? А как Вы одеты?

Теперь пора спуститься в подвал дома. Что Вы там видите? Подвал темный, грязный, противный? Или, напротив, светлый и ухоженный? Подвал пуст или чем-то наполнен?

После подвала Вы отправляетесь на чердак. Как он выглядит, что Вы видите? Он просторный, пустой или завален сундуками, коробками, бочками? Не забудьте в эти сундуки заглянуть и запомнить, что ВЫ там обнаружили?

Выгляните в чердачное окошко. Вдалеке видны горы. Что они из себя представляют? Это высокие заснеженные вершины или пологие зеленые холмы? Посмотрите, ведет ли дорога от вашего дома к этим горам? Она прямая и ровная, или путь преграждают реки, овраги, буреломы и прочие препятствия?

Из окна видно море. Какое оно? Что Вы видите: шторм, штиль, легкую зыбь?

Вновь спустившись вниз, побродите по дому в свое удовольствие. Какие комнаты Вы обнаружили? А у кого еще, кроме Вас, есть ключи от этого дома? Пройдите в спальню, уютно устройтесь на кровати и усните.

Вот Вы уже внутри своего сна. Вы стоите на сцене, принимаете участие в спектакле. Что это за спектакль? А какую роль Вы играете? Что за люди играют с Вами вместе? И кто смотрит из зрительного зала?

Вы продолжаете стоять на сцене и вспоминаете любимую сказку своего детства. Кем из героев Вы всегда себя представляли, когда мама читала Вам на ночь книжку? Плавно перенеситесь в прошлое, представьте, что Вы и в самом деле участвуете в сказке. Какое бы продолжение Вы придумали для любимой истории?

Медленно-медленно Вы просыпаетесь и вновь оказываетесь в спальне своего дома. На этот раз Вы выходите во двор, оглядываетесь по сторонам. Что растет вокруг Вашего дома? Естественный лес, трава, кустарник? Фруктовые деревья и овощи на грядках? Прекрасные цветы?

Снова зайдите в дом. Там есть особая потайная дверь. Вы открываете ее, плавно спускаетесь все ниже и ниже, лифт увозит Вас далеко вниз ... Там, в комнатке, сидит мудрец, самый главный наставник в Вашей жизни. В руках его – большая книга. И теперь Вы можете подойти и посмотреть в нее, прочесть, что там написано о Вашем будущем, о Вашем предназначении. Можно даже задать прямой вопрос мудрецу, и он с радостью ответит.



Вам остается лишь чуть-чуть подождать, и рядом Вы увидите комнату, где находятся самые умные люди из тех, кого Вы знали или знаете. Поговорите с ними и оставьте в комнате собственного двойника. Пусть он спросит их о том, как Вам найти выход, решить свои проблемы. А Вы тем временем подниметесь наверх и проснетесь... Через некоторое время Вы вновь получите шанс спуститься в волшебное подземелье, чтобы узнать, какие советы получил Ваш двойник.

После того как Вы попытались найти ответы на все вопросы, наступило время перейти к расшифровке ответов».

Затем ведущий расшифровывает каждый образ, которые видели участницы во время упражнения.

#### **«Маски»**

*Цель:* осознание стереотипности, навязанной со стороны общества при воспитании детей.

*Время проведения:* 1,5 часа.

*Необходимые материалы:* заготовки бумажных масок, краска, кисточки, зеркало, музыкальное сопровождение.

*Инструкция:* «Сейчас мы погрузились в мир Ваших переживаний по отношению к себе, своей жизни в целом и по отношению к ней. Я предлагаю Вам изготовить маску, которую Вы, часто сами того не осознавая, надеваете на себя каждый день. Как она сказывается на отношениях в Вашей семье, прежде всего с ребенком. После того как Ваша маска будет готова, Вы должны будете разбиться на пары и поменяться своими творениями с партнером. Его задача вжиться в роль изображенной Вами маски и показать вопринятый образ с помощью жестов и мимики».

Весь процесс сопровождается музыкой. Маски должны отражать ответ на вопрос: «Какие роли я играю, какие маски одеваю при воспитании детей?»

Обсуждение:

- Что Вы чувствовали, думали, когда изображали надетую на Вас маску?
- Трудно ли было вжиться в роль изображенной маски?
- Носите ли Вы их сами?
- Хочется ли Вам заглянуть за маску и увидеть человека настоящего?

**Ритуал «Прощание»**

### **Занятие 11. «Стиль воспитания»**

#### **«Приветствие»**

#### **«Презентация ребенка»**

*Цель:* развитие умения адекватно оценивать своего ребенка.

*Время проведения:* 1 час.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* «Сейчас Вам необходимо будет сконцентрировать все свои мысли на своем ребенке, вспомнить, что он любит, какой у него характер, успехи, поступки, которыми можно гордиться или, наоборот, из-за которых следует расстраиваться. В общем все, что Вы считаете нужным для того, чтобы кратко охарактеризовать любимых сына или дочь и рассказать здесь в нашем кругу».

После рассказов участницы делятся впечатлениями, обсуждают, что общего было в их историях, чем они отличались.

### «Угадай стиль»

*Цель:* ознакомить присутствующих со стилями семейного воспитания, осознать наличие их в личной системе воспитания.

*Время проведения:* 1 час.

*Необходимые материалы:* карточки с описанием стиля воспитания, пластилин, краски, бумага, ножницы.

### Карточки к упражнению «Угадай стиль»

*1 Гипопротекция:* недостаток опеки и контроля за поведением, доходящий иногда до полной безнадзорности; чаще проявляется как недостаток внимания и заботы к физическому и духовному благополучию ребенка, делам, интересам, тревогам. Скрытая гипопротекция наблюдается при формально присутствующем контроле, реальном недостатке тепла и заботы, невключенности в жизнь ребенка.

*2 Потворствующая гиперпротекция:* воспитание по типу «кумир семьи», потакание всем желаниям ребенка, чрезмерное покровительство и обожание, результирующие непомерно высокий уровень притязаний ребенка, безудержное стремление к лидерству и превосходству, сочетающееся с недостаточным упорством и опорой на собственные ресурсы.

*3 Доминирующая гиперпротекция:* ребенок находится в центре внимания родителей, которые отдают ему много сил и времени, но лишают его самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты, которые усиливают несамостоятельность, безынициативность, нерешительность, неумение постоять за себя.

*4 Эмоциональное отвержение:* игнорирование потребностей ребенка, нередко жестокое обращение с ним. Скрываемое эмоциональное отвержение проявляется в глобальном недовольстве ребенком, постоянном ощущении родителей, что он не «тот», не «такой». Иногда оно маскируется преувеличенной заботой и вниманием, но выдает себя раздражением, недостатком искренности в общении, бессознательным стремлением избежать тесных контактов, а при случае освободиться как-нибудь от обузы. Ребенок ощущает себя помехой в жизни родителей, устанавливающих в отношениях с ним большую дистанцию.

*5 Повышенная моральная ответственность:* не соответствующие возрасту и реальным возможностям ребенка требования бескомпромиссной честности, чувства долга, порядочности, возложение на ребенка ответственности за жизнь и благополучие близких, настойчивые ожидания больших успехов в жизни — все это естественно сочетается с игнорированием реальных потребностей ребенка, его собственных интересов, недостаточным вниманием к его психофизическим особенностям.

*6 Жестокое обращение:* при жестоком обращении родителей с детьми на первый план выходит эмоциональное отвержение, проявляющееся в наказаниях, лишениях удовольствия, неудовлетворении потребностей ребенка.

*Инструкция:* каждой участнице выдается карточка с кратким описанием того или иного стиля воспитания. Задача каждой – ознакомиться с текстом и презентовать данный стиль любым удобным для нее способом (нарисовать, станцевать, разыграть в виде сценки, слепить из пластилина), отражая основные его характеристики. Затем каждая пытается определить, к какому же стилю принадлежит она и соотнести индивидуальные особенности ребенка, которые были озвучены в предыдущем упражнении, с продуктивностью и целесообразностью применяемого стиля воспитания.

**«Ежик»** [4]

*Цель:* снятие эмоционального напряжения, установление доверительных отношений.

*Время проведения:* 20 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* упражнение проводится в парах. Один из пары сворачивается клубочком как ежик и сохраняет так свое положение. Задача второго – развернуть его, найти подход, создать условия, при которых ежик захочет сам раскрутиться. Запрещаются силовые приемы, щекотка, уговаривание словами.

После проведения ведется обсуждение:

- Как Вы себя чувствовали?
- Где можно использовать такие приемы в воспитании детей?
- Как Вам понравилось играть роль ежика?

**«Разбираем ситуации»**

*Цель:* выработать осознанность при выборе стиля воспитания ребенка.

*Время проведения:* 30 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* родителям предлагается разбиться на группы и предложить варианты выхода из ситуаций с позиции того или иного стиля воспитания, которые впоследствии обсуждаются совместно.

*Ситуации:*

1 Вам необходима помощь ребенка, а он занят каким-то интересным делом. Как Вы поступите?

2 Ребенок плохо ведет себя на улице или в гостях, т.е. когда на Вас устремлены взоры других людей. Как Вы поступите в такой ситуации?

3 В доме собрались друзья Вашего ребенка. Как можно их организовать, чем занять?

4 Ребенок сообщает Вам, что не успевает по некоторым предметам, Вас вызывают в школу. Что Вы скажете своему ребенку?

**Ритуал «Прощание»**

## **ТЕМА 5. Заключительное занятие**

### **Занятие 12. «Заключительное»**

**«Приветствие».**

**«Презентация»**

*Цель:* завершение работы в группе, подведение итогов.

*Время проведения:* 15 минут.

*Необходимые материалы:* презентация «Счастье материнства».

*Инструкция:* «Дорогие участницы тренинга! Сегодня последнее наше занятие, на котором хотелось бы подвести итоги, сделать выводы, конечно, получить от Вас обратную связь. Прежде чем мы это сделаем, давайте вернемся к первому дню нашего знакомства с помощью презентации, составленной из фотографий, сопровождающих каждую нашу встречу».

Ведущая показывает презентацию «Счастье материнства», которую получает каждая из участниц вместе с фотографиями, сделанными в течение всего тренинга.

#### **«Коллаж»**

*Цель:* получение обратной связи от участниц тренинга.

*Время проведения:* 50 минут.

*Необходимые материалы:* фотографии с тренинга, ватманы (3 штуки), журналы, ножницы, клей.

*Инструкция:* «За время проведения тренинга у нас накопилось достаточно фотографий, на которых запечатлены самые яркие моменты наших занятий. Ваша задача вспомнить все, что происходило на этих встречах, все, что нового Вы узнали, чувствовали, и изготовить коллаж из предоставленных Вам фотографий с использованием журналов и фломастеров по трем темам. Для этого необходимо будет разбиться на три группы, каждая из которых получит свою тему для общего обсуждения: «Что я узнал и чему научился», «Этого я никогда не забуду», «Это очень важно для моих взаимоотношений с ребенком». После завершения работы группы меняются коллажами и комментируют полученные материалы.

#### **«Откровенный разговор»**

*Цель:* создание доверительной атмосферы, положительного эмоционального настроя.

*Время проведения:* 30 минут.

*Необходимые материалы:* листочки для участниц.

*Инструкция:* «Во время тренинга мы очень долго общались, узнали друг о друге многое, но возможно остались еще вопросы, которые Вы боялись или стеснялись задать друг другу. Сейчас у Вас есть такая возможность. Каждая из Вас на листочке записывает вопрос соседке справа (и дополнительный, по Вашему желанию, любой участнице в группе и шуточное задание, которое она должна выполнить)».

Затем эти листочки собираются ведущей, раздаются адресатам, которые в свою очередь должны ответить на них искренне и правдиво.

#### **«Ваше мнение» [11]**

*Цель:* получение обратной связи от участниц тренинга.

*Время проведения:* 20 минут.

*Необходимые материалы:* анкета с вопросами.

*Инструкция:* «Дорогие участницы! Ваше мнение о прошедшем тренинге очень важно, поскольку оно поможет сделать эту работу более эффективной. Пожалуйста, ответьте на вопросы анкеты, оценив первые 11 по десятибалльной шкале, а на последние два напишите ответ в произвольной форме».

### Содержание анкеты:

- 1 Мое настроение до тренинга.
- 2 Мое настроение после тренинга.
- 3 Насколько мне было все ясно и понятно?
- 4 Насколько мне было интересно?
- 5 Насколько нужен и полезен мне предложенный материал?
- 6 Насколько комфортным для меня был темп занятий?
- 7 Сколько личных усилий, эмоций, опыта я вложил в группу?
- 8 Как много я получил от группы?
- 9 Узнали ли Вы что-нибудь новое для себя?
- 10 Сможете ли Вы применить полученные знания на практике?
- 11 Насколько Вы удовлетворены работой тренера?
- 12 Что бы Вы посоветовали изменить в тренинге?
- 13 Что Вам особенно понравилось в тренинге?

После заполнения анкеты сдаются ведущей, каждая участница по желанию может высказать свое мнение.

#### «**Пожелания**»

*Время проведения:* 15 минут.

*Необходимые материалы:* нет.

*Инструкция:* «Сейчас в конце нашего последнего занятия я предлагаю обмениваться письмами, которые мы писали с нашей первой встречи и произнести друг другу теплые слова и пожелания».

#### **Ритуал «Прощание»**

### **5.3 Программа формирования родительской любви и симпатии «Лики любви»<sup>\*</sup>**

Являясь системообразующим компонентом родительства, родительская любовь является мощным катализатором всех его проявлений. Именно через родительскую любовь прорываются и обнаруживают себя узы кровного родства. Люди, которые занимаются общественным воспитанием, также любят детей. Но родительская любовь – это совершенно особое состояние, чувство, отношение, переживание, наполненное особым смыслом, которое обладает поистине чудодейственной силой воздействия на ребенка. Это влияние может быть не только позитивным. Многие родители просто не знают, как любить ребенка.

Понятием «родительская любовь» обозначается *сложная и многогранная психологическая реальность*, принимающая различные формы и проявляющаяся в различных психологических эффектах.

Мы рассматриваем **родительскую любовь** как чувство родителя к своему ребенку, данное родителю в переживании кровного родства, продолжения себя в ребенке, ответственности за его судьбу, транслируемое через отношение

---

<sup>\*</sup> Разработана и апробирована под нашим руководством Е.В. Милюковой (2004).

к ребенку и подверженное динамическим изменениям в процессе родительства.

Субъективная сторона родительской любви дана родителю посредством эмоционально-чувственного переживания, связанного с отражением образа ребенка, а объективная выражается в отношении любви родителя к ребенку.

Как показало проведенное исследование (Е.В. Милукова, 2004), психологическую структуру родительской любви составляют четыре компонента.

*Психофизиологический компонент* обнаруживает себя в притяжении, стимулирующем тенденцию к объединению родителя и ребенка; стремлении родителя к пространственной близости с ребенком, увеличению частоты, длительности и интенсивности взаимодействия с ним; чувственности родителя по отношению к ребенку.

*Эмоционально-чувственный компонент* – это эмоциональная сфера сознания родителя, сфера его глубоких личностных переживаний по отношению к ребенку, доминирующий эмоциональный фон, сопровождающий взаимодействие родителя и ребенка, оценки образа ребенка и себя как родителя.

*Когнитивный компонент* включает определенные знания: о том, что такое родительская любовь, каковы ее проявления, способы выражения; знание личностных особенностей и интересов ребенка, учет индивидуального своеобразия ребенка.

*Поведенческий компонент* выражается в проявлении родительской любви в конкретных действиях, реакциях и поступках родителя: уход за ребенком, особенности семейного стиля общения, средства коммуникации, их содержание, дисциплинарные воздействия.

Выявленные компоненты взаимосвязаны и образуют интегральную психологическую структуру родительской любви, в которой в чистом виде может доминировать один компонент, остальные выражены слабее, либо могут быть выражены два, три или все четыре компонента (смешанный компонентный состав), либо все компоненты структуры родительской любви оказываются невыраженными.

*Родительская любовь имеет гендерную специфику.* Для материнской любви характерны тенденции к безусловному принятию ребенка; к большей очевидности в проявлении любви по отношению к ребенку; к предоставлению ребенку возможности высказывать свое мнение; к общению с ребенком «на равных»; участию в его делах; разделению и поощрению интересов ребенка; к большей жертвенности, по сравнению с любовью отца.

Для любви отца характерны тенденции к условному принятию ребенка; к отказу от демократичности и равенства при общении с ним.

Матерей характеризует тенденция лучше приспособляться к изменяющейся ситуации детско-родительского взаимодействия и к более адекватному выражению, по сравнению с отцами, своей любви по отношению к ребенку в соответствии с его возрастными особенностями.

*Типологию родительской любви* (материнской и отцовской) определяют пол родителя, выраженность компонентов психологической структуры родительской любви, преобладающее чувство в отношении родителя к ребенку (лю-

бовь или симпатия). Основными типами материнской любви являются: отстраненная любовь, любовь-симпатия, любовь-внутреннее переживание, любовь-знание, действенная любовь, гармоничная любовь. Отцовская любовь проявляется в идентичных типах, за исключением типа любовь-знание, наполненных специфическим содержанием. В процессе развития ребенка под воздействием изменений социальной ситуации изменяется и отношение родителя к ребенку, приобретая при этом черты того или иного типа родительской любви или их сочетания.

Родительская любовь как динамический процесс обладает способностью к *развитию*, которое включает три самостоятельных процесса: становление, формирование и преобразование.

Родительскую любовь можно развивать при помощи психолого-педагогической программы через формирование ее когнитивного, эмоционально-чувственного и поведенческого компонентов. Это обуславливает развитие родительской любви, как целостного феномена.

В большинстве случаев семейная психокоррекция и семейное консультирование направлены на семьи, относящиеся к категории неблагополучных (семьи, имеющие выраженные нарушения в различных сферах семейного взаимодействия). Однако благополучные семьи также нуждаются в психологической помощи и в получении психологических знаний в области родительской любви и семейного взаимодействия в целом, так как и в благополучных семьях возникают затруднения в сфере родительской любви (отсутствие знаний о том, какими способами можно выразить родительскую любовь по отношению к ребенку, затруднения в поведенческом выражении родительской любви и другие). В различных исследованиях утверждается возможность укрепления семьи путем воспитания родителей. Однако вопрос о развитии родительской любви практически не разработан.

Для доказательства положения о том, что родительскую любовь можно развивать через формирование ее психологических компонентов, разработана *психолого-педагогическая программа «Четыре лика любви»*.

С нашей точки зрения, наиболее эффективным будет подход, охватывающий формирование всех выявленных нами компонентов родительской любви (психофизиологический, когнитивный, эмоциональный, поведенческий) в их взаимосвязи друг с другом. Однако формирование психофизиологического компонента требует, помимо психологических средств, иные способы воздействия на родителя. Поэтому в программе был сделан акцент на формировании трех компонентов (при условии выраженности психофизиологического компонента родительской любви). Программа ориентирована на диадную работу с родителями (работа с семейными парами).

*Организационной формой* реализации психолого-педагогической программы является *тренинг* формирования психологических компонентов родительской любви.

Тренинг основан на *принципе личностно-ориентированной направленности*, сформулированном и разработанном А. Маслоу, К. Роджерсом и другими представителями гуманистической психологии, которые признают уникаль-

ность и самооценку человеческой личности. Главным является принятие ответственности за совершенные поступки.

Программа использует *принципы социально-психологического тренинга*, которые в отечественной психологии рассмотрены в работах Г.М. Андреевой (1980), Н.Н. Богомоловой (1977), А.А. Бодалева (1988), А.И. Донцова (1987), Ю.Н. Емельянова (1985), Л.А. Петровской (1989), С.В. Петрушина (2002) и других, а также принципы *деятельностно-личностного тренинга* (Н.Р. Битянова, 1995; А.Г. Лидерс, 2001).

Кроме того, тренинг включает элементы тренингов личностного роста (А.Г. Лидерс, 1996; Н.И. Козлов и другие), психологические упражнения, используемые в тренинговых программах (Н.Р. Битянова, 1995; Н.В. Ключева, 2000; С.В. Кривцов, 2000; Г.И. Марасанов, 2001; С.В. Петрушин, 2002; А.С. Прутченков, 2000; К. Фопель, 2001; Г.А. Цукерман, 1997).

При разработке тренинга принимались во внимание работы, рассматривающие теоретические и практические аспекты групповой и индивидуальной работы с семьей (Э. Берн, А.Я. Варга, Д.В. Винникот, К. Витакер, А.А. Кроник, Е.А. Кроник, Л.А. Петровская, К. Рудестам, В. Сатир, А.С. Спиваковская, Э.Г. Эйдемиллер).

Основной *целью* реализации предложенной программы является формирование психологических компонентов родительской любви.

Осуществление данной цели возможно параллельно с развитием личностных качеств родителя, так как проблема родительской любви, согласно позиции Э. Фромма (2002), – это проблема способности, а не проблема объекта любви.

Необходимо создать условия, при которых родители – участники тренинговой группы – будут самостоятельно раскрывать и развивать собственные ресурсы. Гуманистический подход, на принципах которого основан тренинг, дает возможность участникам для саморазвития (творческое отношение родителя к себе и своей родительской любви, создание им самого себя в процессе активного воздействия на внешний и внутренний мир (Н.Р. Битянова, 1995) и самораскрытия (актуализация внутренних ресурсов родителя).

Способность к стабильной родительской любви проявляют родители, имеющие ярко выраженные личностные особенности. Формирование у родительской пары определенных качеств личности, соответствующих в целом синдромам самоактуализации или психического здоровья, делает их способными к установлению стабильных эмоциональных отношений с ребенком. Нестабильность эмоциональных отношений обусловлена не столько их неадекватной организацией, сколько личностными проблемами родителей. На развитие родительской любви оказывают влияние следующие качества родителя: положительное отношение к себе, способность к эмпатии, отзывчивость, способность к уважению другого человека, чувство внутреннего контроля, экстраверсия (общительность, импульсивность, способность к спонтанному выражению чувств), самораскрытие, искренность, оптимизм. Негативное влияние на формирование родительской любви оказывают ощущение родителем собственного бессилия,



неполноценности, несовершенства, травмирующие чувство собственного достоинства.

*Процессуальные характеристики тренинга.* Программа тренинга рассчитана на 20 часов, распределенных на 9 занятий. Полноценная работа группы зависит от обязательного выполнения всех разделов тренинга: от упражнений на групповое сплочение до обсуждения итогов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Перерыв между встречами дает возможность родителю осмыслить полученные знания, умения и применить их в жизненных ситуациях взаимодействия с ребенком.

Большое значение имеют *правила работы группы*, обсуждаемые на первом занятии. Ведущий должен объяснить участникам, что работа в группе подчинена жестким правилам, соблюдение которых обязательно.

*Характеристика экспериментальной группы.* Оптимальной для проведения тренинга является группа из 14 человек (7 семейных пар). Нами были сформированы две тренинговые группы (составляющие экспериментальную группу исследования), в состав которых вошли по 14 человек (по 7 семейных пар) среднего (зрелого) возраста. Испытуемые прошли предварительную диагностику на предмет исследования структуры их родительской любви. Условия формирования тренинговых групп: наличие одного ребенка, полной семьи, выраженность в структуре родительской любви психофизиологического компонента. Контрольную группу составили 14 семейных пар (28 человек), отобранные по идентичным признакам из общего числа испытуемых.

Программа тренинга включает 3 группы занятий:

1 группа – занятия, направленные на формирование когнитивного компонента;

2 группа – занятия, направленные на формирование эмоционально-чувственного компонента;

3 группа – занятия, направленные на формирование поведенческого компонента.

Содержание *когнитивного компонента родительской любви* включает осознание родителем того, что такое родительская любовь, какими должны быть любящие родители (какими должны быть их реакции и мотивы родительского поведения), каковы способы выражения любви. Упражнения первой группы занятий направлены на осознание родителем сущности и многообразия проявлений родительской любви.

Опираясь на позицию К. Роджерса (1994) в понимании психотерапии, мы ориентируемся на то, что в процессе осознания особая роль принадлежит вербализации, в процессе которой происходит дифференциация личностных смыслов опыта родителя. Благодаря внутренней коммуникации родитель осуществляет направленное на себя осознание, субъективное проживание течения жизни.

Родитель чувствует ответственность за свою жизнь во всех ее аспектах. Согласно взглядам Е.А. Мухаматулиной (1997), осознание родителем своей роли и места в семье (вместе с этим и роли любящего родителя) способствует повышению его психологической компетентности.

Содержанием *эмоционального компонента родительской любви* является сфера глубоких личностных переживаний родителя по отношению к ребенку, доминирующий эмоциональный фон взаимодействия родителя и ребенка, эмоциональная оценка образа ребенка и себя как родителя.

Упражнения, составляющие вторую группу занятий программы тренинга, помогают участникам получить эмоциональную поддержку со стороны группы и ведущего, в результате чего человек начинает испытывать собственную ценность, открытость, активность и спонтанность. Тренинговые упражнения создают такие эмоциональные ситуации взаимодействия с ребенком, которые были у родителя в действительности и с которыми он не мог справиться. Участники группы начинают более точно понимать и вербализовать свои чувства и эмоциональные состояния. Тренинговые упражнения раскрывают проблемы участников с соответствующими им переживаниями, зачастую искаженными и ранее скрытыми; помогают модифицировать способы переживаний, эмоционального реагирования, восприятия себя и своих отношений с ребенком. Участники группы учатся более позитивному отношению к ребенку и себе.

Упражнения, составляющие третью группу занятий, направлены на формирование *поведенческого компонента родительской любви*, они помогают участникам увидеть собственные неадекватные поведенческие стереотипы по отношению к ребенку, приобрести навыки более свободного проявления любви по отношению к нему (родитель учится искренности в отношении к себе и ребенку, учится быть более свободным в выражении собственных чувств), помогают закрепить новые формы поведения, которые способствуют большей гармонизации отношений с ребенком.

В качестве основных методических приемов использованы упражнения-дискуссии, психотехнические упражнения, психогимнастические упражнения, упражнения-игры.

*Упражнения-дискуссии* используются в форме анализа конкретных ситуаций, а также в форме группового самоанализа. Данные упражнения стимулируют участников высказывать свою точку зрения, спорить и обсуждать («Ассоциации», «Самовыражение», «Сильные стороны»).

При выполнении *психогимнастических упражнений* участники проявляют себя и общаются без слов. Данные упражнения являются эффективным средством оптимизации социально-перцептивной сферы личности, так как позволяют обратить внимание на «язык тела» (А.А. Осипова, 2000) («Прояви любовь», «Передай чувство», «Общение без слов»).

*Психотехнические упражнения* снимают психическую напряженность, помогают развить внутренние психические силы участников. Выполнение данных упражнений помогает участникам правильно ориентироваться в собственных психических состояниях, адекватно оценивать и эффективно управлять собой («Зона осознания»).

*Упражнения-игры* – обучающие игры, включающие элемент инструментального обучения, направленные на отработку навыков поведения в различных ситуациях взаимодействия с ребенком, требующих от родителя проявления

любви («Я люблю тебя это значит...»). Ролевые упражнения-игры используются при исполнении ролей «родитель», «ребенок».

*Упражнения, направленные на групповое сплочение, эмоциональный разогрев и активизацию участников,* создают эмоциональный настрой на работу группы. Данные упражнения дают возможность участникам разрушить стереотипы поведения, ослабить психологические защиты, пережить определенные эмоции, в результате чего участники готовы воспринимать чувства других людей и выражать свои собственные чувства («Неожиданный предмет», «Слепой и поводырь», «Я хочу подарить тебе...»).

*Упражнения, завершающие занятия,* способствуют выражению дружеских чувств и благодарности друг другу, позволяют поставить эмоционально-позитивную «точку» в завершении встречи, а также закрепляют полученные знания и умения («Клубок», «Чемодан»). Проводимое обсуждение итогов работы дает возможность получить обратную связь от участников группы, вербализовать опыт работы в группе, а также позволяет участникам оценить изменения в своей личности и приобретения от тренинга, а ведущему – эффективность своей деятельности.

Эффективность программы анализировалась с помощью следующих критериев:

*1 Преобладание безусловного характера родительской любви над условным:*

- *высокий уровень сформированности:* родительская любовь является безусловной (значимыми для родителя являются социально-психологические характеристики ребенка; наличие доверия в отношениях с ребенком; родитель воспринимает ребенка как самостоятельную личность; глубоко заинтересован жизнью ребенка; испытывает потребность постоянно быть рядом; для него характерна дифференциация личности ребенка и его поведения, то есть отрицательная оценка конкретных поступков ребенка не влечет за собой отрицания его эмоциональной значимости и снижения его самооценности для родителя);

- *низкий уровень сформированности:* родительская любовь является условной (для родителя являются значимыми внешние данные ребенка, родительская любовь обусловлена достижениями ребенка, его достоинствами и поведением).

*2 Сформированность когнитивного компонента родительской любви:*

- *высокий уровень сформированности:* родитель имеет достаточно четкие знания о том, что такое родительская любовь, каким образом он может выразить любовь по отношению к ребенку в соответствии с его возрастными особенностями; родитель хорошо знает личностные особенности и интересы своего ребенка, может указать на причины, вызвавшие то или иное состояние ребенка, может предвидеть его действия, реакции и поступки;

- *низкий уровень сформированности:* родитель с трудом ориентируется в личностных особенностях и интересах ребенка, в способах выражения родительской любви; не имеет четких знаний о том, какими должны быть любящие родители; часто не может понять причины, вызвавшие то или иное состояние ребенка, предвидеть его реакции, действия и поступки.

### *3 Сформированность эмоционального компонента родительской любви:*

- *высокий уровень сформированности:* для родителя характерен широкий спектр эмоциональных переживаний по отношению к ребенку; преобладающий эмоциональный фон взаимодействия родителя и ребенка является благоприятным; родитель дает эмоционально-положительные оценки образу ребенка и себе как родителю; родитель способен понять переживания ребенка, преломив их через призму собственного богатого эмоционального опыта;

- *низкий уровень сформированности:* для родителя характерна эмоциональная ригидность; довольно часто эмоциональный фон взаимодействия родителя и ребенка, а также оценка образа ребенка и себя как родителя носят негативный оттенок; нередко родитель испытывает затруднения в понимании переживаний ребенка, так как собственный эмоциональный опыт родителя является ограниченным.

### *4 Сформированность поведенческого компонента родительской любви:*

- *высокий уровень сформированности:* родитель активно выражает родительскую любовь в конкретных действиях, реакциях и поступках в соответствии с возрастными особенностями ребенка; для родительской любви характерна высокая степень жертвенности, безусловности принятия ребенка, эмоциональной поддержки; демократичность в отношении к ребенку (равенство родителя и ребенка, товарищеские отношения между ними, отсутствие подавления воли ребенка); выполнение роли родителя не вызывает у него раздражения и чувства обременительности;

- *низкий уровень сформированности:* родитель испытывает затруднения в выражении родительской любви в соответствии с возрастными особенностями ребенка; принятие ребенка носит обусловленный характер, что сопровождается раздражительностью и чувством обременительности ролью родителя; в большинстве ситуаций взаимодействия с ребенком родитель занимает доминирующую позицию; нередко родитель избегает общения с ребенком.

## СОДЕРЖАНИЕ ТРЕНИНГА

*1 группа занятий – упражнения, направленные на формирование когнитивного компонента родительской любви.*

### **Занятие 1**

#### **Задачи:**

- ориентация в особенностях тренинга, знакомство участников, принятие правил работы тренинговой группы;
- разминка, активизация участников группы;
- диагностика ожиданий участников;
- создание в группе атмосферы, способствующей самопознанию, самоактуализации и самосовершенствованию родителей;
- осознание содержания понятия «родительская любовь», согласование представлений о родительской любви отдельного родителя и других участников группы;

- выделение проблемных областей в сфере родительской любви участниками тренинга;
- рефлексия опыта родительской любви.

**Упражнение «Знакомство»** – 15 минут

*Цель:* знакомство участников друг с другом, с правилами работы тренинговой группы, снятие напряжения и обращение внимания участников на свои ощущения и чувства.

*Инструкция:* каждый участник представляется и рассказывает о своем эмоциональном состоянии. Ведущий также представляется, рассказывает о себе и правилах работы группы.

**Упражнение «Рукопожатие»** – 5 минут

*Цель:* разминка, введение участников группы в тренинговую атмосферу.

*Инструкция:* группа делится на две команды. Ведущий встает во главе одной из них и объясняет упражнение. Его команда подходит к команде «соперников» и здоровается с каждым из них за руку. Ведущий начинает это приветствие-рукопожатие. Возможно использование следующих вариантов усложнения: поздороваться левой рукой, похлопать соперника по плечу, одновременно с похлопыванием сказать ободряющие слова, соответствующие ситуации. Упражнение заканчивается тогда, когда каждый «поприветствовал» всех соперников.

**Упражнение «Три моих Я»** – 15 минут

*Цель:* диагностика ожиданий участников от занятий тренингом, обращение внимания участников на собственные чувства.

*Инструкция:* каждый участник группы повествует о себе как о родителе и о своей родительской любви в форме рассказа «Я в прошлом, я в настоящем, я в будущем».

**Упражнение «Ассоциации – “родительская любовь”»** – 40 минут

*Цель:* осознание содержания понятия «родительская любовь», согласование представлений о родительской любви каждого родителя с представлениями других участников группы.

*Инструкция:* каждый участник в течение 3 минут пишет ассоциации к словосочетанию «родительская любовь», затем происходит обсуждение ассоциаций в группе. Содержание понятия «родительская любовь» обсуждается по схеме:

- является ли родительская любовь врожденным качеством, присущим каждому родителю, или родительская любовь формируется в процессе жизни родителя;
- какие факторы влияют на формирование родительской любви;
- в каких вопросах, касающихся родительской любви, возникают затруднения (затруднения в выражении любви по отношению к ребенку, ограниченность объема знаний о родительской любви и так далее).

**Упражнение «Самовыражение»** – 40 минут

*Цель:* помощь участникам группы в осознании и формулировании личностных затруднений в сфере родительской любви, создании у каждого родите-

ля уверенности в том, что он не одинок в своих переживаниях, что подобные проблемы также существуют у других родителей.

*Инструкция:* участникам дается задание поделить лист бумаги на две части и закончить предложения в первой части: «мои успехи, связанные с родительской любовью...», во второй части «мои затруднения, связанные с родительской любовью...».

Групповое обсуждение строится по схеме:

- какие проблемы я выделяю;
- какая роль в возникновении этих проблем принадлежит мне;
- изменятся ли отношения с моим ребенком, если проблема будет решена, если да, то каким образом;
- какие затруднения существуют у моих партнеров по группе и отсутствуют у меня;
- как бы я мог решить их проблемы;
- чего больше приносит родительская любовь – позитивного или негативного;
- в чем сильные стороны моей родительской любви.

**Упражнение «Воспоминания о моих родителях»** – 40 минут

*Цель:* рефлексия опыта родительской любви, сравнение особенностей собственной родительской любви участников тренинга с особенностями родительской любви их родителей.

*Инструкция:* каждый участник вспоминает, а затем рассказывает, какой была любовь его родителей по отношению к нему.

Обсуждение происходит по схеме:

- что присутствует в моей родительской любви от родительской любви моих родителей;
- чего нет в моей любви, но я хотел бы, чтобы это было;
- что меня огорчало в любви родителей по отношению ко мне, и я не хотел бы чтобы это присутствовало в моей любви по отношению к моему ребенку.

**Упражнение «Клубок 1»** – 10 минут

*Цель:* завершение занятия, групповое сплочение, настрой на позитив и фиксация основных достижений тренингового занятия.

*Инструкция:* Каждый участник, по очереди передавая клубок и одновременно разматывая его, говорит о том, что понравилось, запомнилось, что было неожиданным, выражает свои чувства. Ведущий выступает последним, подводит итоги, настраивает на позитив.

## **Занятие 2**

### **Задачи:**

- работа над групповым сплочением;
- развитие чувства безопасности, доверия и эмоционального принятия друг друга;
- осознание собственной самооценности;
- обучение технике эмпатического слушания, развитие эмпатии;
- обучение оказанию психологической поддержки;

- анализ жизненных ситуаций взаимодействия с ребенком без осуждения и критики;
- научение осознанию невысказанных желаний другого человека по его поведению.

**Упражнение «Психоанализ I»** – 10 минут\*

*Цель:* настрой на работу, снятие напряжения.

*Инструкция:* каждый участник делится впечатлениями от прошедшего занятия и говорит об изменениях, которые произошли со времени его проведения.

**Упражнение «Неожиданный предмет»** – 10 минут

*Цель:* снятие напряжения, активизация участников группы, групповое сплочение.

*Инструкция:* участники садятся в круг, ведущий дает одному из них мяч, называя его словами (утюг, коробка, горячая картошка и так далее). Участник должен обходиться с мячом как с обозначенным предметом. Затем участник передает предмет следующему члену группы по кругу.

**Упражнение «Сохрани и передай чувство»** – 10 минут

*Цель:* развитие сотрудничества и взаимопомощи, чувства безопасности, доверия и эмоционального принятия друг друга.

*Инструкция:* участники садятся в круг и закрывают глаза. Один из участников группы передает какое-то чувство своему соседу с помощью прикосновения. А тот, в свою очередь, должен передать это чувство дальше, своему соседу, сохранив его содержание, но выразив его с помощью собственных средств. Таким образом, одно и то же чувство, выраженное с помощью различных движений, прикосновений, обходит весь круг.

**Упражнение «Качества, которые мы ценим»** – 45 минут

*Цель:* осознание участниками группы своей самооценки и значимости, получение обратной связи.

*Инструкция:* участники разбиваются на пары. Первый участник пары говорит партнеру о том, какое качество он ценит в нем. Партнер благодарит и говорит о том, какое качество он ценит сам в себе. Затем партнеры меняются ролями. После чего участники образуют новые пары. Упражнение повторяется до тех пор, пока каждый участник группы не побывает в паре со всеми ее членами.

Обсуждение происходит по схеме:

- какие чувства я испытал, когда мой партнер говорил о моих качествах;
- легко ли мне находить позитивные качества в людях;
- если сравнивать мою реакцию на похвалу с реакцией других членов группы, то можно сказать, что...

**Упражнение «Умение слушать»** – 20 минут

*Цель:* обучение участников группы технике эмпатического слушания.

*Инструкция:* каждый из участников в течение 2-3 минут рассказывает о сложностях, которые возникают у него во взаимоотношениях с ребенком. Сле-

---

\* Упражнения «Психоанализ» и «Клубок» повторяются на каждом занятии.

дующий член группы в 2-3 предложениях излагает содержание того, о чем говорил предыдущий выступающий, затем рассказывает о своих трудностях и так далее, по кругу.

**Упражнение «Эмоциональная поддержка»** – 20 минут

*Цель:* обучение участников оказанию психологической поддержки.

*Инструкция:* каждый участник группы играет роль человека, испытывающего радость (родился ребенок). Остальные молча, невербально должны поздравить его. Анализируется, кто больше всего прочувствовал ситуацию.

**Упражнение «Сильные стороны»** – 30 минут

*Цель:* демонстрация участникам группы возможности анализа любой ситуации без осуждения и критики, с поиском в ней сильных сторон.

*Инструкция:* участники делятся на пары: первый член пары в течение 1-2 минут рассказывает партнеру о своем затруднении или проблеме. Второй, выслушав, должен проанализировать ситуацию таким образом, чтобы найти сильные стороны в поведении партнера и рассказать об этом подробно. Потом роли меняются.

Обсуждение проводится по схеме:

- все ли смогли найти сильные **стороны** в поведении партнера;
- кому было трудно это сделать;
- кто не мог удержаться от осуждения и почему.

**Упражнение «Клубок 2»** – 10 минут

### **Занятие 3**

#### **Задачи:**

- работа над сплочением группы;
- развитие чувства эмпатии;
- развитие самооценности;
- обучение навыкам самоанализа;
- получение обратной связи.

**Упражнение «Психоанализ 2»** – 10 минут

**Упражнение «Слепой и поводырь»** – 10 минут

*Цель:* разогрев участников группы, настрой на работу.

*Инструкция:* участники делятся на пары, в каждой паре распределяются роли «ведущего» и «ведомого». «Ведомому» плотно завязывают глаза повязкой. «Ведущий» берет ведомого под руку и становится его поводырем. На ближайшие десять минут «ведущий» становится единственным способом связи «ведомого» с миром. Он может вести «ведомого» куда угодно, чтобы ему открылся новый мир, чтобы ему не было скучно. Запрещено говорить что-либо друг другу. Затем проводится обсуждение.

**Упражнение «Подарки»** – 30 минут

*Цель:* консолидация группы и формирование в ней эмоционально позитивной атмосферы.

*Инструкция:* каждому участнику раздается по 2-3 чистых листочка бумаги. На каждом листке они записывают качество, которое они больше всего ценят в людях. Затем ведущий складывает листки в мешок. Участники садятся в круг



около мешка. Один человек из группы достает листок из мешка, читает качество и дарит «подарок-качество» тому человеку, который по его мнению, им обладает. Получивший «подарок» благодарит подарившего, затем сам тянет листок и также дарит «подарок» другому человеку. Затем проводится обсуждение и подсчет «подарков».

**Упражнение «Пойми другого»** – 15 минут

*Цель:* развитие эмпатии.

*Инструкция:* каждый участник должен в течение 2-3 минут описать настроение кого-либо в группе. Представить себе, почувствовать человека, его состояние, эмоции и переживания и все это изложить на бумаге. Затем все описания зачитываются вслух, и подтверждается их достоверность.

**Упражнение «Достоинства»** – 10 минут

*Цель:* развитие позитивного самосознания.

*Инструкция:* упражнение выполняется по кругу, по часовой стрелке. Каждый участник называет свои достоинства, а затем повторяет достоинства других в том порядке, в котором они назывались.

**Упражнение «Покажи пальцем»** – 10 минут

*Цель:* получение обратной связи.

*Инструкция:* участники садятся в круг. Ведущий просит каждого поднять вверх любую руку с вытянутым пальцем. Затем он предлагает показывать пальцем на того, кто с точки зрения каждого обладает определенным, названным ранее свойством (самый активный, самый веселый и так далее). Каждый раз ведущий делает паузу, чтобы желающие могли увидеть результаты оценки.

**Упражнение «Самокритика»** – 30 минут

*Цель:* проведение самоанализа участников и получение обратной связи.

*Инструкция:* у каждого родителя есть свое собственное представление о том, что делает родительскую любовь уникальной и неповторимой, чем его любовь отличается от любви других, известных ему родителей. При этом возникает вопрос: разделяет ли ребенок и окружающие люди его мнение о родительской любви. Участники берут листы бумаги, подписывают их, разделяют на три полосы по вертикали.

1-я графа: «Какая моя родительская любовь?»

2-я графа: «Как на этот вопрос ответил бы мой ребенок?»

3-я графа: «Как на этот вопрос ответили бы мои близкие, знакомые и родители?»

Ответы записываются быстро, точно, в той формулировке, в какой они приходят в голову.

Затем каждый участник сравнивает ответы, выделяет в чем сходство и различие характеристик. Можно выделить доминирующую линию – она повторяется во всех характеристиках. Подсчитывается количество совпадений. После этого группа по очереди отвечает на вопрос: «Какая родительская любовь у каждого участника?» Таким образом, группа выражает свои представления о родительской любви каждого из участников группы. Ответы в графах можно сравнить с реальными ответами на данные вопросы ребенка и близких людей.

### **Упражнение «Клубок 3» – 10 минут**

*2 группа занятий – упражнения, направленные на формирование эмоционально-чувственного компонента родительской любви.*

#### **Занятие 4**

##### **Задачи:**

- работа над групповым сплочением;
- развитие чувства доверия участников группы друг к другу;
- развитие эмоционального восприятия;
- развитие способности вызывать эмоциональное состояние;
- формирование эмоционально-положительного отношения к детям.

### **Упражнение «Психоанализ 3» – 10 минут**

#### **Упражнение «Волшебное слово» – 10 минут**

*Цель:* сплочение группы, снятие напряжения среди участников.

*Инструкция:* руководитель напоминает о важности некоторых волшебных слов и выражений типа «спасибо», «будьте любезны» и т.д. «Какие еще волшебные слова вам известны?» Участники, свободно передвигаясь по комнате, должны приветствовать друг друга, используя те волшебные слова, которые они вспомнили во время обсуждения. Желательно подойти к максимальному числу участников.

#### **Упражнение «Общение без слов» – 10 минут.**

*Цель:* получение участниками нового опыта общения, обращение внимания на чувства, возникающие в результате прикосновений, физического контакта с партнером, развитие доверия к людям, участвующим в тренинге.

*Инструкция:* участники группы встают в два концентрических круга лицом друг к другу. Внешний и внутренний круги начинают двигаться в противоположные стороны и останавливаются по команде ведущего. Оказавшиеся друг напротив друга люди образуют пару. Ведущий просит их закрыть глаза и поздороваться с помощью рук. Открыть глаза и двигаться дальше. Вновь по команде образуются пары, которые получают задание: «Положите руки на плечи друг другу и посмотрите в течение минуты в глаза партнеру, улыбнитесь, опустите руки и начинайте двигаться дальше». Следующие инструкции образующимся парам могут быть такими: поборитесь руками, помиритесь руками, выразите поддержку с помощью рук, попрощайтесь и т.п.

#### **Упражнение «Обопрись на мое плечо» – 10 минут**

*Цель:* развитие доверия к людям.

*Инструкция:* упражнение проводится в парах. Оба участника стоят друг напротив друга, вытягивают руки, поднимают их на уровень плеч и ладонями как бы опираются на ладони партнера, чуть переплетая пальцы. Из этого положения каждый из них делает небольшой шагок назад. Затем, медленно сгибая руки в локтях, но оставаясь прямыми, участники медленно приближаются друг к другу, насколько смогут. При этом партнеры оказывают друг другу поддержку и заботу. Затем выпрямляются.

### **Упражнение «Вызов эмоции» – 10 минут**

*Цель:* развитие способности вызывать различные эмоциональные состояния, связанные с общением с ребенком.

*Инструкция:* участникам дается задание вспомнить и описать самые чудесные переживания их жизни, связанные с ситуациями взаимодействия с ребенком, самые счастливые мгновения – восторга, радости, счастья. «Представьте себе, что эта ситуация повторилась и вы сейчас находитесь в этом состоянии. Вообразите себе, какие образы – зрительные, слуховые, кинестетические – сопровождали это состояние. Сделайте такое же лицо: та же улыбка, тот же блеск в глазах, тот же румянец, тот же учащенный пульс и т.д. Почувствуйте это состояние всем телом, осанкой, походкой, позой, жестами и т.д. Постарайтесь удержать и запомнить эти физические проявления радости и счастья, чтобы потом воспроизвести их по собственному желанию».

Обсуждение проводится по схеме:

- какие образы удастся воссоздать легче всего;
- что помогает, а что мешает воссозданию образов.

### **Упражнение «Встреча» – 20 минут**

*Цель:* активизация детских воспоминаний участников, развитие эмоционального восприятия, формирование «комплекса детскости» (способность взрослого почувствовать себя ребенком).

*Инструкция:* ведущий словесно описывает картины и действия, участники их представляют. «Представьте, что сейчас Вы находитесь у себя дома. Сидите там, где Вы обычно отдыхаете, где Вам особенно хорошо и удобно. Вы готовитесь к важной для Вас встрече. Вы сосредоточены и внимательны к себе. Вы мысленно встаете и идете к выходу. Открываете дверь и медленно спускаетесь по ступеням лестницы. Выходите из подъезда на улицу в светлое пространство солнечного дня. На улице Вам навстречу идет ребенок. Приглядитесь, этот ребенок – Вы сами. Посмотрите, как одет этот ребенок, какое у него выражение лица, настроение. Постарайтесь как можно более подробно его рассмотреть. Задайте ему важный для Вас вопрос и постарайтесь услышать от него ответ. После этого медленно, не спеша возвращайтесь обратно».

Обсуждение проводится по схеме:

- опишите образ себя, каким Вы были в детстве, и образ, который возник сейчас;
- какой Вы задали вопрос и какой получили ответ;
- опишите Ваши впечатления от упражнения.

### **Упражнение «Ребенок» – 30 минут**

*Цель:* формирование эмоционально-положительного отношения к детям.

*Инструкция:* участники рассказываются по кругу и по очереди каждый дает определение понятия «ребенок». Начало первого предложения у всех одно: «Ребенок – это...». Каждый заканчивает предложение так, как посчитает нужным. Внимание акцентируется на позитивных определениях

### **Упражнение «Письмо новорожденному» – 20 минут**

*Цель:* формирование эмоционально-положительного отношения к детям.

*Инструкция:* Участникам дается задание написать письмо новорожденному ребенку. Участники в письме могут рассказать о своей любви к нему, о трудностях, которые его ожидают, о своих пожеланиях ребенку, о людях, которые его ждут. Это может быть родной ребенок либо ребенок вообще.

**Упражнение «Клубок 4»** – 10 минут.

## **Занятие 5**

### **Задачи**

- активизация членов группы;
- развитие умения понимать друг друга;
- приобретение навыков свободного восприятия и анализа внешнего и внутреннего мира;
- развитие эмпатии к эмоциональному состоянию другого человека.

**Упражнение «Психоанализ 4»** – 10 минут

**Упражнение «Я хочу тебе подарить...»** – 10 минут

*Цель:* разминка, вхождение в контакт.

*Инструкция:* ведущий: «Сегодня, приветствуя друг друга и обмениваясь любезностями, каждый будет дарить друг другу подарок, но не реальный, а гипотетический. Самое главное – от души. После вручения получивший подарок должен высказать свое отношение к нему: если понравился, то чем, если нет, то почему и что в действительности он хотел бы получить».

Работу можно вести в режиме большого круга. Участники по очереди обращаются к партнеру, сидящему справа и дарят ему свой подарок.

**Упражнение «Дилемма узника»** – 30 минут

*Цель:* развитие умения понимать друг друга и организовывать совместную деятельность.

*Инструкция:* участники сидят попарно спиной друг к другу. Ведущий объясняет правила игры. «Вас подозревают в совместном преступлении. Вы находитесь в отдельных камерах, у каждого есть возможность сообщить о преступлении другого или промолчать. Ваш выбор: молчать или рассказывать. Выбор вашего партнера: молчать или рассказывать. При решении этого вопроса можно руководствоваться матрицей с баллами, которую получит каждый из участников в случае того или иного сочетания рассказа и молчания. Чем большее положительное число баллов, тем мягче будет наказание, и наоборот. Выбор: молчать – +1 балл; рассказывать – 1 балл. Выбор нужно сделать, не общаясь друг с другом. Свое решение нужно написать на бумаге и сдать ведущему, который учитывает очки в ходе туров. При этом внешний круг участников движется вокруг внутреннего. Проводится  $n \times 2$  туров, где  $n$  – число участников в группе. После того как сделаны все выборы, подводятся общие итоги.

**Упражнение «Зона осознания»** – 40 минут.

*Цель:* приобретение навыков свободного восприятия и анализа как внешнего, так и внутреннего мира.

*Инструкция:* ведущий говорит участникам тренинга, что их опыт осознания может быть разделен на три зоны: внешний мир, внутренний мир тела и мир мыслей и фантазий. Предлагается разбиться на пары, сесть друг перед дру-

гом, расслабиться и по очереди делиться своим осознанием внешнего мира, начиная предложение словами: «Сейчас я осознаю, что...». При этом описываются только внешние стимулы: шум на улице, свет лампы, скрип пола, запах одеколона и т.д. Интерпретации не допускаются. Затем то же делает партнер.

Далее предлагается обратить внимание на внутренний мир тела, начиная с тех слов, что и в первом случае. При этом необходимо осознавать сухость во рту, зуд в руке, напряжение мышц, неудобную позу, тесные ботинки и т.д.

Наконец, включается средняя зона осознания, в которую входит психическая активность, отличная от текущего опыта: фантазии, воспоминания, планы, подозрения, чувства. Участники начинают со слов: «Я осознаю...», делятся своими чувствами о происходящем, тревогами о несделанной работе. После этой тренировки возможно свободное скольжение по осознанию. При этом необходимо самому контролировать переходы из зоны в зону и следить за партнером. В заключение обсуждаются переживания.

**Упражнение «Эмпатия» – 15 минут**

**Цель:** помочь участникам группы эмпатически почувствовать эмоциональное состояние другого человека.

**Инструкция:** все члены группы в кругу слушают одного из участников, который говорит эмоционально окрашенную фразу. Каждый по очереди называет то чувство или несколько чувств, которые, по его мнению, испытывает говорящий. Группа обсуждает результаты.

**Упражнение «Клубок 5» – 10 минут**

**Занятие 6**

**Задачи**

- работа над групповым сплочением;
- развитие эмпатии;
- развитие чувствительности.

**Упражнение «Психоанализ 5» – 10 минут**

**Упражнение «Паровозик» – 15 минут**

**Цель:** групповое сплочение, обращение внимания участников группы на собственные чувства и ощущения, снятие напряжения.

**Инструкция:** все участники, закрыв глаза, становятся друг за другом в цепочку. Один человек с открытыми глазами в течение 5-7 минут водит всех остальных по помещению. Упражнение выполняется молча. Затем участники обсуждают свои переживания и мысли, возникающие в ходе выполнения упражнения.

**Упражнение «Любящий взгляд» – 20 минут**

**Цель:** развитие эмпатии.

**Инструкция:** один участник выходит за дверь. Его задача – определить, кто из группы будет смотреть на него «любящим взглядом». Ведущий назначает в его отсутствие 2-3 человек. Затем выбирается другой отгадывающий. Количество смотрящих «любящим взглядом» увеличивается.

**Упражнение «Анабиоз» - 20 минут**

**Цель:** развитие чувствительности к невербальным средствам коммуникации.

*Инструкция:* участникам предлагается разделить на пары. В каждой паре участники распределяют роли «замороженного» и «реаниматора». По сигналу «замороженный» застывает в неподвижности – с окаменевшим лицом и пустым взглядом. Задача «реаниматора» – в течение 1 минуты вызволить партнера из анабиотического состояния, оживить его. «Реаниматор» может использовать только взгляд, мимику, жесты и пантомиму. Признаками успешной работы «реаниматора» можно считать произвольные реплики «замороженного»: его смех, улыбку и другие эмоциональные проявления.

**Упражнение «Клубок б»** – 10 минут

*3 группа занятий – упражнения, направленные на формирование поведенческого компонента родительской любви.*

## **Занятие 7**

### **Задачи**

- разогрев участников, вовлечение в тренинговую атмосферу;
- осознание особенностей экспрессии;
- осознание эмоциональных особенностей речи;
- развитие мимической экспрессивности;
- развитие эмоциональной выразительности;
- расширение диапазона невербальных поведенческих паттернов и навыков невербальной коммуникации.

**Упражнение «Психоанализ б»** – 10 минут

**Упражнение «Ловля моли»** – 5 минут

*Цель:* разогрев участников группы, введение их в тренинговую атмосферу.

*Инструкция:* ведущий указывает на одну из участниц игры, представляя ее как хозяйку дома, которая пригласила всех в гости. У нее дома развелось много моли. Мы должны помочь хозяйке избавиться от моли. Далее ведущий предлагает «убить по 10 штук моли» и первый демонстрирует «убивание моли» хлопками в воздухе, хлопаньем по плечам, головам участников, по вещам в помещении и т.п. Он побуждает всех участников игры принять участие в этом действии.

**Упражнение «Слон»** – 15 минут

*Цель:* осознание особенностей экспрессии.

*Инструкция:* участникам дается задание: представьте, что ребенок просит Вас показать, как ходит слон. Каждый невольно воспроизводит свойственный ему режим сигнальной экспрессии. Стереотип навязчив, и если у человека жесткий вариант телодвижений, то ему трудно вести себя иначе, даже если его просят об этом.

Упражнение можно продолжать, попросив тех же исполнителей показать, как ходит другое животное (лиса, кошка). Обладатели мягкой экспрессии легко демонстрируют новый образ, наделяя его характерными чертами. У людей с жесткой экспрессией кошка похожа на слона и наоборот.

**Упражнение «Чувство и интонация» – 30 минут**

*Цель:* осознание эмоциональных особенностей речи, расширение диапазона интонационной выразительности, помощь участникам в обнаружении того, насколько адекватно воспринимается их интонация большинством людей.

*Инструкция:* участники на листочках бумаги пишут название любой эмоции, связанной с проявлением родительской любви, первой пришедшей на ум. Затем листки собираются, перетасовываются и раздаются вновь. Группа решает какую фразу, строчку из стиха или обычное предложение взять за основу действий. После этого участники игры по очереди произносят эту фразу с интонацией, соответствующей тому чувству, которое записано у них на листке бумаги. Произнеся фразу, игрок ждет, пока выскажут свое мнение все остальные, потом сообщает, какое чувство он вкладывал в интонацию.

**Упражнение «Переживание» – 15 минут**

*Цель:* развитие мимической экспрессивности.

*Инструкция:* участникам предлагается создать мимический портрет переживаемого состояния, связанного с проявлением родительской любви. Описание состояния фиксируется на карточке. Получивший карточку садится перед аудиторией и выполняет задание. Аудитория не знает содержание карточки, она угадывает состояние по мимике. Таким образом, это двойное упражнение: в прочтении мимики и управлении мимикой.

**Упражнение «Мимический ответ на вопрос» – 10 минут**

*Цель:* развитие мимической экспрессивности.

*Инструкция:* участники поочередно задают друг другу вопросы, но ответы на эти вопросы даются только мимически.

**Упражнение «Передача чувства» – 10 минут**

*Цель:* развитие мимической экспрессии.

*Инструкция:* участники встают в круг в затылок друг за другом. Последний поворачивает предпоследнего и передает ему чувство, которое они загадали с ведущим (любовь). Предпоследний человек должен передать следующему это же чувство. Затем у первого спрашивают, какое чувство он получил, и сравнивают с тем, какое чувство было послано в начале.

**Упражнение «Отражение эмоционального состояния» – 10 минут**

*Цель:* развитие эмоциональной выразительности.

*Инструкция:* участники разбиваются на пары. Один выполняет роль зеркала, которое должно отразить показанное партнером эмоциональное состояние (связанное с проявлением родительской любви). Упражнение выполняется с помощью мимики и жестов. Каждый выполняет упражнение по три раза (разные эмоциональные состояния, связанные с проявлением родительской любви).

**Упражнение «Сюрприз» – 15 минут**

*Цель:* расширение диапазона невербальных поведенческих паттернов; развитие навыков невербальной коммуникации.

*Инструкция:* каждый из участников по очереди делает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок нужно сделать молча (невербально), но так, чтобы сосед понял, что ему подарили. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить

ничего не надо. Все делается молча. После того как все получают подарки (круг замкнется), ведущий обращается к тому участнику группы, который последним получил подарок, и спрашивает о том, какой подарок он сделал. Если в ответах есть расхождения, нужно выяснить, с чем конкретно связано непонимание. Если участник группы не может сказать, что ему подарили, можно спросить об этом у группы.

**Упражнение «Клубок 7»** – 10 минут

## **Занятие 8**

### **Задачи:**

- активизация членов группы, поощрение их к риску нового поведения и к самовыражению;
- развитие эмпатии;
- развитие способности становиться на точку зрения другого человека и способности понимать его состояния;
- развитие умения вчувствоваться в состояние другого человека и навыков невербальной коммуникации;
- развитие способности к невербальному общению.

**Упражнение «Психоанализ 7»** – 10 минут

**Упражнение «Идти по кругу»** – 30 минут

**Цель:** активизация членов группы, поощрение их к риску нового поведения и свободному самовыражению.

**Инструкция:** каждый участник, по очереди обходит всех и либо что-то говорит им, либо совершает какие-то действия с ними. Участники при этом могут отвечать. Можно предложить начало высказывания с просьбой завершить его, например: «Пожалуйста, подойдите к каждому в группе и завершите следующее высказывание: "Я чувствую себя неудобно потому, что...". Участник может пройти по кругу и обратиться к каждому участнику с волнующим его вопросом, например, выяснить, как его оценивают другие, что о нем думают, или выразить собственные чувства по отношению к членам группы.

**Упражнение «Угадай чувство»** – 20 минут

**Цель:** развитие эмпатии.

**Инструкция:** все участники разбиваются на пары. Первый партнер произносит эмоционально окрашенную фразу. Второй участник сначала повторяет своими словами содержание того, что услышал, а затем пытается определить чувство, которое испытывает партнер в момент произнесения фразы. Партнер оценивает точность обоих отражений. Затем участники меняются ролями.

**Упражнение «Отражение чувств»** – 20 минут

**Цель:** развитие способности становиться на позиции другого человека, понимать его состояние, чувства и переживания; умение анализировать коммуникативные акты и находить выход из затруднительных положений.

**Инструкция:** упражнение проводится в группах из трех человек. Первые два принимают активное участие в совместной беседе или дискуссии, третий наблюдает. Через несколько минут третий прерывает разговор и просит первого занять место второго (второй отходит в сторону) и рассказать о своих мыслях и



чувствах, как будто он второй. То есть он должен описать себя самого так, как его видит второй. После этого все возвращаются на свои места, разговор продолжается. Еще через несколько минут третий вновь прерывает беседу и просит первого занять его место. Теперь его (первого) задача определить, что и каким образом можно изменить в их беседе, чтобы она стала более продуктивной. Также он должен описать себя во время беседы глазами внешнего наблюдателя, в ней не участвовавшего.

**Упражнение «Копия»** – 30 минут

*Цель:* развитие способности к невербальному общению.

*Инструкция:* ведущий предлагает участникам скопировать, изобразить позой и жестами одного из участников тренинговой группы. Все определяют кого. Обсуждается похожесть.

**Упражнение «Подарок»** – 15 минут

*Цель:* осознание невысказанных желаний другого человека по его поведению на основании опыта общения с ним.

*Инструкция:* из группы выбирается доброволец. У него сегодня день рождения. Остальные участники группы должны преподнести ему какой-то подарок, который ему понравится. При этом выбор подарка ничем не ограничен. Главное условие – подарок должен нравиться имениннику. Если подарок не понравился, именинник в праве от него отказаться. Во время обсуждения выясняется, чем именно руководствовался каждый при выборе своего подарка, какой из них больше всего понравился имениннику и почему некоторые из них он не принял. Упражнение повторяется несколько раз с разными именинниками.

**Упражнение «Угадай действие»** – 15 минут

*Цель:* развитие умения вчувствоваться в состояние другого, развитие навыков невербальной коммуникации.

*Инструкция:* каждый из участников группы выполняет невербально какое-либо действие, связанное с проявлением родительской любви, при этом он старается, чтобы все поняли, какое действие он совершает. Кто-то начинает выполнять действие до хлопка ведущего. После хлопка начинает выполнять действие следующий по кругу. Остальные участники повторяют эти действия. После того как упражнение завершено, ведущий спрашивает, обращаясь к группе, какое действие совершал первый участник, какое – второй и так далее. При этом ведущий выясняет у «авторов» правильно ли их поняли.

**Упражнение «Клубок 8»** – 10 минут

## **Занятие 9**

### **Задачи:**

- научение участников тренинга невербальному проявлению родительской любви;
- обучение участников навыкам поведения в ситуациях взаимодействия с ребенком, требующих проявления родительской любви;
- развитие способности участников к безусловному принятию себя и ребенка.

**Упражнение «Психоанализ 8»** – 10 минут

**Упражнение «Бип»** – 10 минут

*Цель:* разогреть участников группы, настроить на работу.

*Инструкция:* вся группа сидит на стульях. Водящий с завязанными глазами ходит внутри круга, периодически садясь к сидящим на колени. Его задача – угадать, к кому он сел. Ощупывать руками не разрешается. Садиться надо спиной к сидящему, как будто садишься на стул. Сидящий должен сказать «бип» желательно «не своим голосом», чтобы его не узнали. Если водящий угадал, на чьих коленях он сидит, то этот член группы начинает водить, а водящий садится на его место.

**Упражнение «Прояви любовь»** – 20 минут

*Цель:* обучение участников проявлению родительской любви, расширение диапазона вербальных и невербальных проявлений родительской любви у каждого участника.

*Инструкция:* участники образуют два круга (внутренний и внешний). Работа ведется в парах (родитель – ребенок). Каждый участник при помощи слов, жестов, мимики демонстрирует проявления любви по отношению к ребенку. Упражнение длится до тех пор, пока круг не завершится.

Обсуждение проводится по схеме:

- какие вербальные и невербальные проявления родительской любви для меня оказались неожиданными;
- какие вербальные и невербальные проявления родительской любви для меня были приятны, а какие нет;
- какие вербальные и невербальные проявления родительской любви были ранее неизвестны мне.

**Упражнение «Я люблю тебя ó это значит...»** – 40 минут

*Цель:* обучение участников навыкам поведения в ситуациях взаимодействия с ребенком, требующих от родителя проявления любви.

*Инструкция:* участники делятся на пары, один исполняет роль «ребенка», другой – роль «родителя». Участники-«родители» продолжают фразу-обращение к своему ребенку: «Я люблю тебя – это значит...» (я целую тебя, я обнимаю тебя, я помогаю тебе и другие). Продолжение фразы должно содержать какое-либо действие – носить действенный характер. Словесные выражения желательно сопровождать действиями. Затем участники меняются ролями. После выполнения упражнения все участники по очереди делятся впечатлениями о том, какие возникали чувства при взаимодействии в парах.

**Упражнение «Безусловное принятие»** – 30 минут

*Цель:* развитие у участников безусловного принятия себя и другого человека (ребенка).

*Инструкция:* участникам предлагается сесть поудобнее, сделать несколько вдохов и выдохов. Представить себе человека, которого они любят и сказать ему: «Я люблю тебя безусловно. Я принимаю тебя таким, какой ты есть». Затем участники вспоминают среди знакомых людей тех, которым они не могут это сказать, и тех людей, которых они не могут любить безусловно. Далее участники должны понять, что именно мешает это сделать, какие требования они

предъявляют этому человеку, при каких условиях они могли бы сказать ему: «Я принимаю тебя таким, какой ты есть». Затем участник ставит себя на место этого человека. Дается задание понять, почему он критикует Вас или плохо к Вам относится? Что происходит в жизни этого человека, когда он общается с Вами? Принимает ли он те условия и требования, которые Вы ему предъявляете? (Этим человеком может оказаться и собственный ребенок). Теперь вернитесь на свое место и попробуйте честно сказать: «Я прощаю тебя за .... и снимаю условие, которое мешает моей безусловной любви, и принимаю тебя таким, какой ты есть...».

Обсуждение по схеме:

- как Вы реагировали на это утверждение;
- много ли Вы обнаружили людей, которых не можете любить безусловно;
- есть ли у Вас чувство протеста против самого принципа безусловной любви к людям.

**Упражнение «Чемодан»** – 30 минут

**Цель:** получение обратной связи, демонстрация достижений и недоработок участников.

**Инструкция:** завершающее упражнение, подводятся итоги занятия.

Участники по одному выходят из помещения, а остальные собирают ему «чемодан», в который кладут те качества, которые помогают или мешают ему выражать свою любовь по отношению к ребенку, положительные характеристики, которые группа в нем ценит особенно. Также группа указывает и отрицательные проявления, над которыми данному участнику необходимо поработать. При этом соблюдаются правила:

- класть в «чемодан» одинаковое количество положительных и отрицательных качеств;
- указывать те качества, которые проявились во время занятий;
- класть только те качества, которые поддаются коррекции.

Руководитель группы в сборе не участвует. Выбранный секретарь фиксирует на листе бумаги указанные качества. Свой «чемодан» должен получить каждый участник.

**Результаты апробации программы.** При помощи Т-критерия Вилкоксона были сопоставлены показатели двух измерений в экспериментальной группе (измерения, сделанные до проведения тренинга и после). Т-критерий Вилкоксона позволил установить направленность и выраженность изменений средних значений по выделенным критериям.

Эффективность программы оценивалась по следующим критериям: преобладание безусловного характера родительской любви над условным; сформированность когнитивного, эмоционального, поведенческого компонентов родительской любви.

В результате проведения тренинговых занятий в экспериментальной группе произошло повышение среднего уровня значений по всем критериям, в контрольной группе изменений не произошло.

Параллельно с экспериментальной группой была исследована контрольная группа, в которой тренинговые занятия не проводились.

В экспериментальной группе из 4 критериев эффективности по 4 критериям произошло повышение среднего уровня значений – различия по Т-критерию Вилкоксона оказались достоверными ( $n=14$ , при  $p \leq 0,01$ ,  $T \geq 15$ ).

Средний уровень значений повысился по критерию *«Преобладание безусловного характера родительской любви над условным»*. Повышение может быть обусловлено увеличением степени вовлеченности родителей в отношения с детьми (максимализацией физического и психологического контакта), возрастанием степени ответственности, жертвенности, душевной близости и бескорыстной самоотдачи родителей. А также усилением активности, инициативности родителей, увеличением степени признания индивидуальности и целостности личности ребенка.

Изменения произошли по критерию *«Сформированность когнитивного компонента родительской любви»*. Увеличение среднего уровня значений может быть обусловлено повышением уровня компетентности родителей в области феноменологии родительской любви (генезис и способы выражения).

Между родителями происходил взаимный обмен имеющимися знаниями. Кроме этого, родители обменивались опытом родительской любви, а также увеличением осознанности родителями ролей «любящего отца» и «любящей матери». Во время проведения тренинговых занятий родители были поставлены в такие условия, которые вынуждали их увеличивать время общения с детьми и объем внимания к ним. В результате каждый родитель мог получить дополнительную информацию о личности своего ребенка к уже имеющемуся объему знаний.

Повышение среднего уровня значений по данному критерию обусловлено изменениями по показателю *«Понимание причин состояния ребенка»* (мужчины до тренинга – 2,7, после – 3,7; женщины до тренинга – 3,3, после – 4,1;  $T=17$  при  $p \leq 0,01$ ). В случае правильного понимания возможных причин, вызвавших какое-либо состояние ребенка, и поведение, и состояние его воспринимаются родителем как адекватные в сложившейся ситуации. Повышение среднего уровня значений обусловлено также изменением уровня эмпатийности родителей.

Позитивная динамика наблюдается по критерию *«Сформированность эмоционального компонента родительской любви»*. Повышение произошло за счет возрастания уровня эмоционально-положительного отношения родителей к детям, степени эмоциональности и открытости родителей, опыта эмоциональных переживаний.

Изменение по данному критерию обусловлено также повышением среднего уровня значений по показателям:

- *«Способность родителя к сопереживанию»*. Понимание эмоционального состояния ребенка может быть достигнуто в процессе преломления его чувств и переживаний через собственный эмоциональный опыт родителя. Родитель может разделить радость ребенка, если сам умеет радоваться, может разделить душевную боль в том случае, если сам ее испытывал. Средний уровень значений по данному показателю увеличился (мужчины до тренинга – 2,7, после – 3,2; женщины до тренинга – 3,3, после – 4,4;  $T=17$  при  $p \leq 0,01$ ) за счет возрастания степени спонтанности, общительности. Условия тренинга способ-

ствовали повышению открытости родителей для получения нового опыта различного рода эмоциональных переживаний, как позитивных, так и негативных.

- *«Преобладающий эмоциональный фон взаимодействия родителя и ребенка»* (мужчины до тренинга – 3,1, после – 3,9; женщины до тренинга – 3,8, после – 4,7;  $T=17$  при  $p \leq 0,01$ ). Повышение среднего уровня значений произошло за счет возрастания самооценности, самоуважения родителей, снижения уровня их отчужденности. Вследствие этого снизилась тревожность, внутреннее беспокойство, раздражительность, уменьшилось ощущение обременительности от выполнения роли матери или отца. В результате родители обретают чувство внутренней гармонии, что проявляется вовне – в отношении к детям.

По критерию *«Сформированность поведенческого компонента родительской любви»* повышение произошло за счет увеличения уровня спонтанности и свободы выражения родителями любви по отношению к своим детям, а также за счет увеличения спектра поведенческих паттернов в сфере проявления родительской любви. Расширение опыта произошло за счет обмена информацией и действиями участников тренинговой группы друг с другом.

Изменение значений по данному критерию обусловлено также повышением среднего уровня значений по показателям:

- *«Безусловное принятие ребенка»* (мужчины до тренинга – 2,9, после – 3,5; женщины до тренинга – 3,8, после – 4,7;  $T=19$  при  $p \leq 0,01$ ). Безусловное принятие является признанием неповторимости, индивидуальности ребенка. Родитель признает за ребенком право быть самим собой. Для родителя отмечается целостное отношение к индивидуальным особенностям личности ребенка, к его мыслям, чувствам, потребностям и способностям. Повышение среднего уровня значений могло произойти за счет увеличения степени понимания родителями личности своих детей, повышения ее ценности для родителей в результате расширения спектра ситуаций взаимодействия родителей и детей без осуждения и критики.

- *«Оказание ребенку эмоциональной поддержки»* (мужчины до тренинга – 2,1, после – 3,4; женщины до тренинга – 3,1, после – 4,0;  $T=16$  при  $p \leq 0,01$ ). Повысился уровень сопричастности родителей к делам, проблемам, интересам детей. При оказании эмоциональной поддержки для родителя главным является демонстрация ребенку того, что он не одинок в любой жизненной ситуации, как в проблемной, так и в ситуации, не вызывающей у ребенка затруднений. Родитель дает понять ребенку: ничто не лишит его родительской любви. Позитивные изменения по данному показателю произошли за счет увеличения степени оптимистичности, открытости, эмоциональности родителей, уровня доверия в отношениях детей и родителей.

- *«Равенство родителя и ребенка»* (мужчины до тренинга – 4,6, после – 5,5; женщины до тренинга – 4,4, после – 6,0;  $T=23$  при  $p \leq 0,01$ ), *«Товарищеские отношения между родителем и ребенком»* (мужчины до тренинга – 4,3, после – 6,0; женщины до тренинга – 5,1, после – 6,4;  $T=19$  при  $p \leq 0,01$ ). Данные показатели можно объединить в фактор «демократичность» в отношениях родителя и ребенка. Родитель предоставляет ребенку возможность высказывать свое

мнение, считается с ним, старается принимать участие в делах ребенка, разделяет и поощряет его интересы. Повышение среднего уровня значений по данным показателям обусловлено увеличением объема знаний родителей о личности своих детей, возрастанием степени уважения родителей к детям, а также снижением степени авторитарности родителей.

Изменение значений по критерию «*Сформированность поведенческого компонента родительской любви*» можно объяснить снижением степени *подавления воли ребенка* (мужчины до тренинга – 7,2, после – 6,2; женщины до тренинга – 5,0, после – 4,4;  $T=18$  при  $p \leq 0,01$ ), авторитарности родителей за счет возрастания значимости личности детей для родителей, признания ее индивидуальности.

Снизился уровень *раздражительности* (мужчины до тренинга – 6,5, после – 5,1; женщины до тренинга – 5,0, после – 3,8;  $T=27$  при  $p \leq 0,01$ ), ощущения *мученичества родителя* (мужчины до тренинга – 5,9, после – 4,5; женщины до тренинга – 6,0, после – 4,4;  $T=27$  при  $p \leq 0,01$ ) за счет возрастания оптимистичности родителей, степени самоуважения, снижения уровня тревожности.

В контрольной группе нами был измерен средний уровень значений критериев эффективности программы до проведения тренинга в экспериментальной группе и после его проведения. При помощи Т-критерия Вилкоксона мы сопоставили средние значения двух измерений по критериям в контрольной группе (до проведения тренинга в экспериментальной группе и после его проведения). Изменений среднего уровня значений по критериям, обозначенным нами как критерии эффективности программы, в контрольной группе не произошло (различия по Т-критерию Вилкоксона оказались недостоверными).

#### 5.4 Технология формирования адекватных родительских позиций «Семейный круг»<sup>\*</sup>

В интегральной системе родительства можно выделить главные компоненты, от изменения которых зависят особенности его проявления. К системообразующим компонентам прежде всего относятся родительские позиции. Это связано не только с тем, что позиция личности обуславливает всю ее жизнедеятельность. **Родительская позиция** представляет собой целостную систему отношений родителя: отношение к родительству, отношение к родительской роли, отношение к себе как родителю, отношение к ребенку и отношение к воспитательной практике. Таким образом, родительская позиция охватывает систему самых важных диспозиций родителя как воспитателя своего ребенка.

Наша точка зрения базируется на концепции отношений В.Н. Мясищева, согласно которой *позиция означает интеграцию доминирующих избирательных отношений человека в каком-либо существенном для него вопросе*. Она определяет характер переживаний личности, особенности восприятия действительности, характер поведенческих реакций на внешние воздействия. Все со-

---

<sup>\*</sup> Технология разработана и апробирована под нашим руководством С.С. Жигалиным (2004).

ставляющие психической организации человека так или иначе связаны с отношениями. Отталкиваясь от данных положений, на основе принципа системного подхода можно трактовать родительскую позицию как систему отношений родителя к особому роду деятельности – воспитанию детей.

*Отношение к родительству* в целом может характеризоваться через призму его восприятия родителями как счастливое, приносящее гордость и радость; тяжелое, приносящее неприятности; требующее усилий по саморазвитию, самоизменению личности отца и матери; способствующее их самореализации.

*Отношение к родительской (отцовской, материнской) роли* проявляется в принятии, отвержении либо амбивалентном отношении как к своей роли, так и к роли другого родителя; адекватном принятии собственной родительской роли (отца или матери). При этом важно принятие не только собственной роли, но и роли партнера. Непринятие родительской роли отцом приводит к изменению родительской позиции матери и наоборот.

*Отношение к себе как родителю* проявляется в дихотомиях: уверенный – неуверенный, уступчивый – доминантный, добросердечный – требовательный, доверчивый – недоверчивый.

*Отношение к ребенку* может быть эмоционально уравновешенным либо с излишней концентрацией внимания на ребенке, отстраненно равнодушным. Возможен вариант противоречивого отношения родителей к своему ребенку, изменчивость которого определяется достижениями или неудачами ребенка, настроением родителей и многими другими факторами.

*Отношение к воспитательной практике* проявляется в ответственности или безответственности родителей; последовательности или непоследовательности их воспитательных воздействий на ребенка; в их воспитательной уверенности или неуверенности.

Как показало проведенное исследование (С.С. Жигалин, 2004), родительские позиции эффективны, если они адекватны социальной ситуации развития подростка, соотносятся с позитивным восприятием воспитательной практики родителями ребенком и воспитательными ролями отца и матери, не носят несформированного характера.

Родители в семьях с высоким воспитательным потенциалом характеризуются большей демократичностью, наличием стиля сотрудничества, стремлением к общению, конструктивному диалогу, товарищеским взаимоотношениям с подростком, позитивными представлениями о родительстве, гармоничным стилем воспитания, то есть наличием адекватных родительских позиций.

«Семейный круг» – психолого-педагогическая технология формирования адекватных родительских позиций в семьях подростков.

*Идентификация технологии.* По уровню применения это локальная психолого-педагогическая технология; по философской основе – гуманистическая; по основному фактору развития – психогенная; по научной концепции усвоения – развивающая; по ориентации на личностные структуры – формирования способов умственных действий и самоуправляющихся механизмов личности; по организационной форме – групповая + дифференцированная; по типу управле-

ния – система малых групп; по подходу к участникам – субъект-субъектная + педагогика сотрудничества; по доминирующему методу – коррекционно-развивающая (тренинговая); по категории обучаемых – семейная группа (родители и их дети-подростки); по направлениям психологической работы предлагаемая технология является комплексной, так как содержит различные взаимосвязанные элементы психотехнологий: психодиагностические, психологического информирования, развивающие психологического консультирования, социально-психологической адаптации, психокоррекционные, психотерапевтические, психологической реабилитации.

*Целью* данной технологии является коррекция воспитательной практики в семьях подростков через формирование адекватных родительских позиций.

Ее основные *задачи*:

- 1) формирование адекватной родительской позиции как системы отношений родителя;
- 2) формирование субъектной позиции подростка в межличностных отношениях с родителями;
- 3) формирование новой практики общения в детско-родительском взаимодействии.

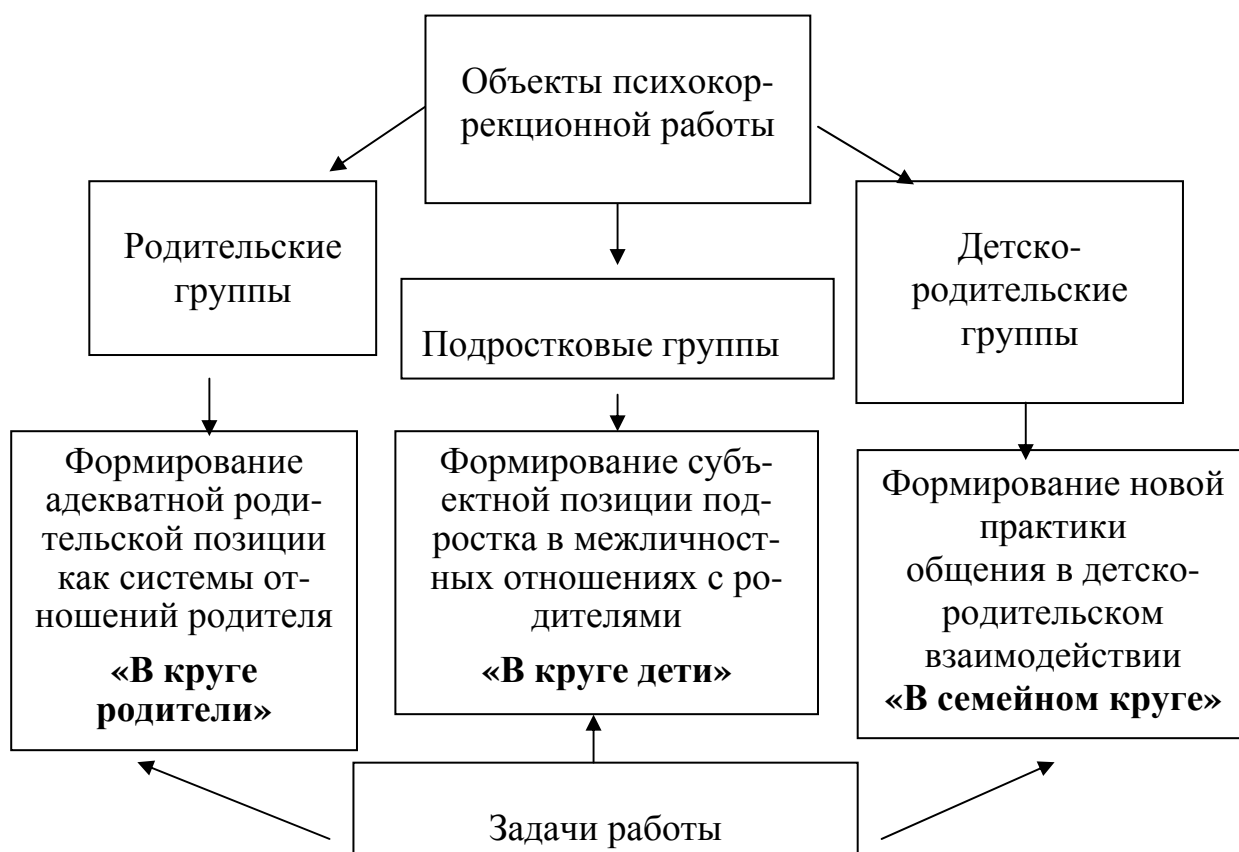
Предположение о том, что адекватность является критерием эффективности родительских позиций, было подтверждено в ходе формирующего эксперимента. В экспериментальную группу вошли 30 семей с различными типами неадекватных родительских позиций, общих для отцов и матерей (директивные – 6 родителей; автономные, неустойчивые, лидерские, потакающие, конформные, отстраненные – по 4 родителя). Тренинг проводился в два потока (по 15 семей).

*Психологическим механизмом* формирования адекватных родительских позиций является изменение отношений родителя к родительству в целом, к себе как родителю, к родительской воспитательной роли, к своему ребенку на основе представлений об особенностях социальной ситуации развития подростков. Каждое из этих отношений представляет собой личностную диспозицию отца или матери. Как известно, диспозиции могут актуализироваться под влиянием определенной ситуации (в данном случае тренинга), а активизация личностных диспозиций ведет к изменению субъективного восприятия ситуации (в данном случае воспитательной практики). Поскольку любое действие человека, в том числе и родительское поведение, является двояко детерминированным (диспозиционно и ситуационно), то изменение родительских позиций (как системы отношений-диспозиций родителя) приводит к изменению воспитательной практики в целом (рисунок 7).

*Особенности содержания технологии.* Исходя из принципа системного подхода, мы рассматриваем семью как семейную систему, в которой все элементы взаимосвязаны и обуславливают друг друга. Поэтому технология формирования адекватных родительских позиций включает всю семью и предполагает следующую последовательность работы:

- родительские группы (супружеские пары);
- подростковые группы (дети из данных семей);
- детско-родительские группы, объединяющие детей и их родителей.





**Рисунок 7 – Процессуальная схема технологии формирования адекватных родительских позиций в семьях подростков**

В ходе тренинга происходит коррекция воспитательной практики семьи. В данном случае под *коррекцией* мы понимаем исправление недостатков воспитательной практики и их причин.

Коррекционная работа в родительских группах включает пять блоков, направленных на реконструкцию родительских позиций как системы отношений родителя: отношение к ребенку, к себе как к родителю; к родительской роли; к родительству; к воспитательной практике.

Коррекционная работа в подростковых группах направлена на личностное развитие подростков, разрешение противоречий возраста и развитие навыков эффективного общения и конструктивного поведения в конфликтных ситуациях с родителями.

Коррекционная работа по оптимизации внутрисемейных отношений в детско-родительских группах решает задачу обучения родителей и подростков взаимопринятию, взаимопониманию, конструктивному взаимодействию.

*Процессуальная характеристика.* Программа тренинга «Семейный круг» рассчитана на 45 часов, распределенных на 15 встреч (приложение Л).

Полноценная работа группы зависит от обязательного осуществления всех разделов тренинга: от упражнений на групповое сплочение до обсуждения итогов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Перерыв между встречами дает возможность осмысления полученных знаний и умений, а также применения их в жизни – возможность почувствовать «вкус» осуществления родительской ро-

ли по-новому. В то же время перерывы между занятиями достаточно малы, чтобы у участников тренинга сохранился настрой на психологическую работу.

Естественная ведущая позиция родителя нередко перерастает в тенденцию воспринимать ребенка как объект манипуляции и не воспринимать его как равноправного партнера, поэтому акценты в психокоррекционной работе должны быть сделаны именно на эти аспекты детско-родительского взаимодействия. Поэтому предлагаемая технология является субъект-субъектной по позиции участников тренинга.

Весьма важным нам представляется подход к работе, ориентированный на семейную группу-триаду: отец – мать – ребенок. Акцент на работе только с родителями или только с одним из супругов не решает проблем воспитательной практики семьи в целом и адекватности ее восприятия глазами подростка.

Большое значение имеют *правила работы группы* (как и для любого тренинга), обсуждаемые на первом занятии. Ритуал принятия правил и их соблюдения требует от ведущего умения вести себя твердо, но доброжелательно.

Работа группы в рамках предлагаемой нами технологии строится в соответствии с *общими принципами групповой работы* (М.Р. Битянова; А.Г. Лидерс; К. Рудестам; А.С. Спиваковская и др.):

- принцип добровольности: участники самостоятельно принимают решение об участии в работе группы;
- принцип информированности: участники группы заранее знают о целях работы и возможных результатах;
- принцип осознанности поведения: предполагает перевод поведения с неосознанно-импульсивного уровня на осознанный, с принятием личной ответственности за собственные действия и поступки;
- принцип постоянной обратной связи: непрерывное получение участником информации от других членов группы о чувствах, которые возникают в результате его действий в ходе тренинга;
- принцип оптимизации развития: в ходе тренинга осуществляется не только констатация определенного психологического состояния отдельных участников и группы в целом, но и активное вмешательство в происходящие события с целью оптимизации условий, необходимых для формирования адекватной родительской позиции;
- принцип активности и свободы выбора и ответственности за него: каждый активен, участник соблюдает правила группы, которые сам принимал, и несет ответственность за свой выбор.

Количественные характеристики группы: оптимальной является группа из 5-15 супружеских пар. Занятия проводятся по блокам: родительские группы, подростковые группы, детско-родительские группы.

Основной единицей тренинга является искусственно созданная или естественная ситуация, в которой участник тренинга побуждается к совершению какого-либо действия, совершает его, затем получает от других участников и/или ведущего обратную связь и высказывает свои ощущения сам (А.Г. Лидерс, 1996).

Каждое тренинговое занятие согласно описанной выше методологии включает *шесть обязательных этапов*: краткое теоретическое введение, аргументацию практического значения; инструктирование по правилам выполнения упражнений; непосредственное выполнение упражнений; обсуждение результатов упражнений тренинга на группе каждым родителем и подростком; рефлексию на основе домашних заданий и проб; закрепление действия в умственном плане. По мнению многих авторов, предпоследний и последний этапы могут происходить также после окончания тренинга.

В тренинге также используются традиционные упражнения на групповое сплочение, эмоциональный разогрев, разминки, психогимнастические и релаксационные упражнения, ролевые игры, дискуссии, обсуждение ситуаций, пробы на совместную деятельность, обсуждение итогов работы группы и домашние задания.

*Методическое обеспечение.* При разработке программы использованы материалы тренингов М.Р. Битяновой (1995) А.В. Булыгиной (2003), Н.С. Курмановой (2000), А.Г. Лидерса (2001), И.Н. Марковской (1996, 2000); Н.Ю. Сиягиной (1998) и др.

Программа тренинга формирования адекватных родительских позиций «Семейный круг» полностью соответствует приведенному выше учебному плану. Однако она допускает модификации, основанные на элементах спонтанности и творчества, исходящих от ведущего или участников группы.

Методические средства, используемые в тренинге:

- диагностические процедуры как средство контроля эффективности тренинга;
- информирование как средство подготовки к выполнению упражнений для раскрытия в доступной форме некоторых психологических понятий;
- психогимнастические упражнения как средство регуляции эмоционального состояния участников, активизации групповой динамики, сплочения группы, развития навыков самопредставления и самопознания;
- анализ ситуаций как средство повышения компетентности участников в плане системы отношений родителя;
- элементы музыкотерапии как музыкальный фон для создания необходимой атмосферы в группе;
- ролевые игры как средство выражения скрытых чувств, отреагирования накопленных переживаний, отработки новых навыков и получения обратной связи;
- упражнения на межгрупповое взаимодействие как средство активизации групповой динамики, формирования чувства доверия друг к другу, более глубокого раскрытия участников.

В качестве *основных методических приемов* нами использованы упражнения-дискуссии, упражнения-игры, психогимнастические упражнения и проективный рисунок.

Специфика тренинга. Эффективность предлагаемой программы во многом зависит от степени принятия участниками группы *четырёх основных принципов*: безусловного принятия личности; уважения прав, готовности к изменению каждого члена семьи; взаимной ответственности родителей и детей; развития семьи как единого целого.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ  
Часть I  
**«В КРУГЕ РОДИТЕЛИ»: КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА  
В РОДИТЕЛЬСКИХ ГРУППАХ**

**Блок I. Формирование субъект-субъектного отношения к ребенку**

Задачи:

- Выработка адекватных представлений о возможностях и потребностях подростков.
- Развитие эмпатии, формирование безусловного принятия и безоценочного отношения к ребенку.
- Расширение знаний родителей о психологии подростка.
- Информирование участников о психологической сущности и типах родительского отношения к ребенку.
- Обучение рефлексии особенностей ребенка и собственных родительских позиций.

**УПРАЖНЕНИЯ**

**«Презентация»**

Цель: знакомство участников, формирование групповой сплоченности.

Материалы: картон, фломастеры.

Методика проведения: каждый участник оформляет визитку, на которой указывает свое тренинговое имя. Затем супруги представляют друг друга всей группе. Их задача – представить своего партнера таким образом, чтобы группа его запомнила.

**«Моя имя»**

Цель: повышение самооценки родителей.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: каждый участник должен записать свое имя в столбик и к каждой букве подобрать позитивную, радостную характеристику. Если в имени несколько одинаковых букв, нужно подобрать на каждую различные слова.

**«Следи за мной»**

Цель: формирование социального доверия.

Методика проведения: группа разбивается на пары. В каждой паре один из партнеров берет на себя роль ведомого, а другой – ведущего. Ведомый завязывает себе глаза. Затем ведущие меняют расположение мебели в комнате. Их задача – познакомить ведомых с особенностями видоизмененного пространства. Они должны провести ведомых по комнате. Затем участники меняются местами.

**«Виртуальный подарок»**

Цель: снятие напряжения, создание положительного эмоционального настроения, сплочение группы.

Методика проведения: каждый участник придумывает подарок для своего соседа. Затем без слов, жестами вручает его так, чтобы все догадались, что это такое.

### ***Психологическая беседа «Родительское отношение к подростку»***

Цель: повышение родительской компетентности.

#### ***«Семейная заповедь»***

Цель: коррекция неадекватного отношения к ребенку-подростку.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: участникам предлагается составить список семейных заповедей (обычаев, правил, запретов и т.д., которых придерживаются все члены семьи). Затем происходит взаимообмен написанным по кругу и обсуждение.

#### ***«Черный ящик»***

Цель: развитие родительской компетентности.

Методика проведения: родители должны представить образ своего ребенка и дать характеристику его личности:

вспыльчивый – сдержанный;

лицемерный – искренний;

пессимист – оптимист;

без цели, «разбросанный» –

целеустремленный;

замкнутый – общительный;

легкомысленный – серьезный;

«выскачка» – скромный;

пассивный – активный;

безвольный – волевой;

глупый – умный;

агрессивный – миролюбивый;

тревожный – спокойный;

самовлюбленный – самокритичный;

уступчивый – принципиальный;

ранимый – невозмутимый;

возбудимый – Уравновешенный.

грубоватый – тактичный;

ленивый – трудолюбивый;

черствый – отзывчивый;

злой – добрый.

#### ***«Я – ребенок»***

Цель: повышение сензитивности к ребенку и его проблемам.

Методика проведения: «Вспомните, какую игру в детстве Вы больше всего любили? Вспомнили? Теперь мысленно подойдите к Вашему ребенку и предложите ему поиграть в эту игру. В процессе игры Вы должны исполнять роль ребенка, держаться с ним на равных. Осуществление равноправных позиций с ребенком связано с реализацией его справедливых требований, признанием его лидерства, вступлением в равноправный диалог по поводу правил, стремление пользоваться детским языком в процессе общения».

#### ***«Список»***

Цель: формирование адекватного представления о детских возможностях и потребностях.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: участники составляют список из десяти поступков ребенка, с которыми родители не согласны. Затем нужно найти в каждом из этих поступков такие стороны, которые могут вызвать у родителей ощущение радости, удовольствия. Затем в состоянии расслабленности и покоя попросить представить, что это не их ребенок, а соседский или любой другой. Ведущий:

тывали и получали удовольствие, наблюдая или общаясь с ним. Почему бы Вам не стать более свободным и, отказавшись от ответственности за решения Вашего ребенка, приблизиться к нему, стать другом, а не надсмотрщиком».

#### **«Маленькому – защита»**

Цель: обучение приемам релаксации, развитие родительской компетентности.

Методика проведения: «Представьте себя маленьким ребенком 5-6 лет. Загляните глубоко в глаза этому малышу. Постарайтесь увидеть его тоску и понять, что это тоска по любви. Протяните руки и обнимите этого малыша, прижмите его к своей груди. Скажите, как сильно Вы его любите, скажите, что Вы восхищаетесь его умом, а если он делает ошибки, то это ничего, ведь все их делают.

Пообещайте ему, что Вы всегда придете ему на помощь, если это будет необходимо. Теперь пусть ребенок сделается маленьким, величиной с горошину. Положите его к себе в сердце. Пусть он поселится там в самом защищенном и уютном уголке. Сделайте это нежно и ласково. Наполните этот уголок голубым светом и запахом цветов. Почувствуйте себя любимым. Всякий раз, заглядывая в свое сердце и видя личико своего ребенка, отдавайте ему всю Вашу, так важную для него любовь.

Говорят, что в человеческом сердце достаточно любви, чтобы вылечить всю нашу планету. Но давайте вылечим сначала самих себя. Почувствуйте тепло, разливающееся по вашему телу, мягкость и нежность. Пусть это дорогое чувство начнет менять вашу жизнь».

#### **Обратная связь «Обязанности родителя – обязанности ребенка»**

Цель: повышение самооценки родителей, развитие уверенности в себе.

Материалы: бумага, ручки

Методика проведения: каждый участник должен представить всех тех людей, о которых он должен заботиться, т.е. тех, за которых он несет ответственность. Обратите внимание, включили ли они себя в данный список, и если да, то каким по счету. Затем нужно записать ответ на следующий вопрос: «В чем состоят мои обязанности по отношению к ребенку?» После этого нужно записать ответ на такой вопрос: «В чем состоят обязанности моего ребенка по отношению ко мне?» После этого проводится групповое обсуждение.

Домашнее задание: прочитать книгу Д. и Р. Байярдов «Ваш беспокойный подросток» и Р. Кэмпбелла «Как на самом деле любить ребенка».

## **Блок II. Формирование позитивного отношения к себе как к родителю**

### **Задачи:**

- Информирование участников о воспитательной и психологической миссии родителя (отца и матери).
- Диагностика и анализ представлений об идеальном и реальном родителе у участников группы.
- Повышение уверенности в себе как родителе (отце, матери).

- Развитие чувства доверия к себе и к партнеру.
- Обучение рефлексии родительской компетентности.

## **УПРАЖНЕНИЯ**

### **«Праздник души»**

Цель: создание доброжелательной обстановки, выявление уровня самооценки и меры принятия себя.

Методика проведения: «Предлагаю устроить праздник души: хвалить себя и говорить себе комплименты в течение 1-2 минут».

Вопросы для обсуждения:

Что вы чувствовали, когда надо было хвалить себя?

Когда другие хвалили себя?

Какие возникали затруднения и с чем они были связаны?

### **Психологическая беседа «Самая великая миссия на земле»**

Цель: повышение родительской компетентности.

### **Психодиагностика «Какой я родитель»**

Цель: саморефлексия.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: каждый участник должен записать не менее 30 характеристик-ответов на вопрос: «Какой я родитель?» Затем группа садится в круг, и родители по очереди высказываются, комментируя свой рассказ о себе и отвечая на вопросы.

### **«Моя семья обо мне»**

Цель: осознание межличностных отношений в семье.

Методика проведения: каждый участник должен представить себя в окружении близких ему людей и сделать предположения: «Мой ребенок считает меня...», «Мой муж (жена) думает, что я...».

### **«Родительское сочинение» (методика О.А. Карabanовой)**

Цель: выявление особенностей формирования родительства.

Материалы: бумага, ручки

Методика проведения: ведущий предлагает участникам написать сочинение на тему «Я – родитель». Время написания не ограничено.

План сочинения

История моего материнства (отцовства).

Я как мать (я как отец).

Что мне нравится в себе как в матери (отце).

Что мне не нравится в себе как в матери (отце).

Время, потраченное на написание рассказа.

### **«Незаконченные предложения о родительстве»**

Цель: выявление восприятия собственного отцовства и материнства.

Методика проведения: доброволец сидит на «горячем стуле», ведущий – напротив. Он предлагает собеседнику закрыть глаза и следовать инструкции: «Сейчас я буду произносить незаконченное предложение. Вы должны повторить его и закончить, т.е. довести до точки. После этого я дам следующее пред-

ложение. Вы поступите так же. Старайтесь по возможности не менять ту часть предложения, которую произношу я. Готовы?»

Родители – это...

Чтобы быть хорошим родителем...

Воспитывать детей – занятие ...

С детьми нужно ...

Быть отцом (матерью) ...

Люблю, когда мой ребенок ...

Мне не нравится, когда мой ребенок ...

Я люблю своего ребенка, но ...

Самое важное для отца (матери) ...

По сравнению с большинством других родителей, я ...

### **«Злость»**

Цель: отреагирование негативных эмоций, изменение представлений о ребенке.

Методика проведения: «Сядьте поудобнее, расслабьтесь, глубоко вдохните и закройте глаза. Представьте, что Вы попали на небольшую выставку. На ней выставлены фотографии людей, среди них и Ваш ребенок, на которого вы обижены. Походите по выставке, постарайтесь вспомнить какую-нибудь конфликтную ситуацию, связанную с Вашим ребенком. Постарайтесь мысленным взором увидеть самого себя в этой ситуации. Представьте, что выражаете чувства своему ребенку, на которого Вы разгневаны. Не сдерживайте свои чувства, не стесняйтесь в выражениях, говорите ему все, что хотите сказать».

### **«Впечатления друг о друге “Врачи – пациенты”»**

Цель: тесная коммуникация, регуляция самооценки.

Методика проведения: участники делятся на две группы, которые образуют внешний и внутренний круги. Каждая пара (стоящие напротив участники) обмениваются впечатлениями друг о друге, глядя прямо в глаза партнеру. Необходимо говорить очень честно, не грубо и не резко. Дискуссии и споры запрещаются. Те, кто слушает, должны иметь настрой пациента перед врачом, которому они доверяют. «Врачи», в свою очередь, должны понимать, что от точности диагноза, вовремя доведенного до пациента, зависит излечение. Можно прикасаться к пациенту. Условие: впечатления должны касаться только личностных качеств партнера. Затем участники меняются ролями.

### **Мини-конференция по домашнему заданию**

Цель: развитие родительской компетентности.

Методика проведения: по прочитанным дома книгам родители дискутируют по двум основным вопросам:

Как на самом деле любить детей?

Как вести себя с беспокойным подростком?

### **«Преодоление сомнений в своей силе»**

Цель: повышение уверенности в себе, формирование установки на будущее.

Материалы: бумага, ручки.



Методика проведения: «Лист бумаги разделите на три колонки, озаглавьте их: мои положительные качества; в чем я могу себя хорошо проявить; чего я достиг?»

Закройте глаза и сосредоточьтесь на первом заголовке в течение 1-2 минут. Что приходит Вам в голову? Откройте глаза и запишите Ваши положительные качества. Прделайте это и для оставшихся заголовков. Затем просмотрите весь список. Читая каждый пункт, создайте мысленную картину того, что Вы обладаете этими качествами, талантом или имеете достижение. В заключение создайте полную картину себя самого с учетом этих качеств, талантов и достижений и заметьте, насколько приятно это осознавать. Попробуйте нарисовать то, что представили. Закончите тем, что представьте себе, будто Вас отмечают за успехи, и мысленно одобрительно похлопайте себя по плечу. Вы действительно великолепны!»

#### ***«Последняя встреча»***

Цель: осознание личностно значимого, достижение атмосферы доверия и сопричастности.

Методика проведения: все участники садятся в круг. «Закройте глаза» и представьте себе, что вы встретились вместе в последний раз. Подумайте, что бы Вы хотели сказать каждому из группы. Откройте глаза и скажите это.

***Домашнее задание:*** прочитать книгу Ю.П. Азарова «Семейная педагогика».

### **Блок III. Формирование адекватного отношения к родительской роли**

#### **Задачи:**

- Информирование группы о сущности отцовской и материнской родительской роли, их взаимосвязи и взаимообусловленности.
- Диагностика и анализ типологии родительских позиций в группе.
- Принятие своей собственной роли родителя и роли партнера.
- Согласование родительских ролей.
- Обучение рефлексии опыта воспитательного полоролевого взаимодействия.

#### **УПРАЖНЕНИЯ**

##### ***«Цветное настроение»***

Цель: развитие способности осознавать и вербализовать свое состояние.

Методика проведения: родители, подумав некоторое время, говорят, какого они цвета. При этом речь идет не о цвете одежды, а об отражении в цвете состояния.

##### ***«Личина или личность?»***

Цель: осознание отношения к самому себе.

Материалы: бумага, карандаши.

Методика проведения: «Возьмите лист бумаги, карандаш. Напишите свое имя и добавьте к нему определение, начинающееся с той же буквы, что и имя. А теперь подумайте и скажите, чего больше в Вашем определении: любви,

нежности, иронии или сарказма. Попросите близкого Вам человека придумать определение, отражающее Вашу сущность, начинающееся с той же буквы, что и Ваше имя. Сравните это определение и свое. Есть ли различия в том, каким Вы видите себя и как Вас воспринимает близкий человек? Задумайтесь о причинах различий».

#### **«Геральдика»**

Цель: концентрация на главных ценностях семьи; осознание целей своей жизни.

Материалы: бумага, фломастеры.

Методика проведения: «В старину был обычай изображать на воротах замка, на щите рыцаря родовой герб и девиз, т.е. краткое изречение, выражающее основную идею или цель деятельности владельца. Каждому из вас необходимо нарисовать свой фамильный герб, который отражает Ваше жизненное кредо, отношение к семье, к миру в целом. На рисунок герба дается 8 минут. Можете рисовать, как умеете, здесь важно выражение основной идеи Вашей личности». Родители рассказывают о своем гербе, желающие задают вопросы. На последнем этапе идет согласование рисунков в семейных парах. После завершения проводится обсуждение.

#### **Психологическая беседа «Семь Я».**

Материалы: нет

Цель: повышение родительской компетентности.

Методика проведения: ведущий проводит беседу и просит подумать, почему она так называется?

#### **Психодиагностика с помощью опросников «РОП» А.Н. Волковой**

Цель: определение ролевых ожиданий и притязаний в браке.

Материалы: банки и опросник.

Методика проведения: проводится тестирование, затем обсуждаются его результаты.

#### **«Просьбы и требования к ребенку»**

Цель: принятие новых способов взаимодействия.

Методика проведения: «Сядьте вместе с Вашим партнером. Попросите его о чем-либо в требовательной форме Что Вы ощущаете, когда требуете? Выясните, что чувствует при этом Ваш партнер. Теперь попросите о чем-нибудь, выражая свои чувства, спрашивая и выслушивая, что чувствует Ваш партнер».

#### **«Дискуссия “Семейные роли”»**

Цель: согласование родительских ролей.

Методика проведения: родители делятся на две команды – команду отцов и команду матерей. Ведущий дает тему для дискуссии: «Семейные роли». Задача группы – как можно полнее раскрыть и обосновать свой вклад в семейную жизнь, воспитание детей. В дискуссию вступают по одному представителю из каждой команды. Их задача – внимательно выслушав аргументы партнера и высказав свои, прийти к общему соглашению относительно семейных ролей и их распределения между родителями.

#### **«Комплимент родителю»**

Цель: установление межличностной обратной связи.

Методика проведения: родители стоят в кругу. Доброволец выходит в центр круга. Остальные участники вспоминают его действия, проявления, то, как он говорит, смотрит, улыбается. Затем все по очереди делают ему комплименты и т.д.

**«На солнечном пляже»**

Цель: обучение приемам релаксации.

Методика проведения: «Устройтесь поудобнее и расслабьтесь. Закройте глаза. Представьте себе, что Вы на пляже. Теплый солнечный день. Вы гуляете, чувствуете между пальцами ног теплый песок. Теплое солнце ласкает вашу кожу. Вы вдыхаете чистый соленый морской воздух. Вы смотрите на небо, на облака, идете по воде. Почувствуйте приятную прохладу воды и дуновение ветерка. Вслушайтесь, как бьются волны о берег. Слушайте шум волн, почувствуйте расслабление, вызванное этой картиной».

**«Откровенно об итогах занятия...»**

Цель: отрагирование негативных эмоций.

Методика проведения: участники заканчивают следующие фразы, высказывая тем самым свое отношение к происходящему. Откровенно говоря:

- во время занятия я понял, что ...
- самым эффективным считаю ...
- мне хотелось бы ...
- на занятии мне не удалось ...
- на месте ведущего я ...

**Домашнее задание:** определить тип родительской позиции отца и матери в семье с помощью опросника «Воспитательная позиция» Г. Пэйна.

## **Блок IV. Формирование позитивного отношения к родительству**

### **Задачи:**

- Информирование о психологической сущности родительства (отцовства и материнства).
- Диагностика и анализ представлений о родительстве у участников группы.
- Формирование принятия родительства как приносящего радость и гордость.
- Развитие стремления родителей к самосовершенствованию и самоизменению
- Рефлексия собственных особенностей родительства (отцовства и материнства).

### **УПРАЖНЕНИЯ**

#### **«Я рад тебя видеть»**

Цель: создание положительного эмоционального настроения и атмосферы безопасности в группе.

Материалы: мяч.

Методика проведения: родители садятся в круг. Ведущий ловит взгляд одного из родителей и кидает ему мяч со словами: «Здравствуй! Я рад тебя видеть». Далее он дает инструкцию: «Выбери любого в группе, кто тебе интересен, поймай его взгляд, перекинь ему мяч и поздоровайся».

#### **«Резюме о себе»**

Цель: развитие стремления к самосовершенствованию, осознанию своих сильных и слабых сторон.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: предоставить текст резюме, в котором нужно указать, прежде всего, свои достоинства. Также в нескольких словах охарактеризовать свой идеал.

#### **Психологическая беседа «Родительство как сфера самореализации личности»**

Цель: формирование представлений о родительстве.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: после беседы идет коллективное обсуждение темы.

#### **Проективный рисунок «Образ счастливого родительства»**

Цель: формирование представлений о родительстве как надындивидуальном целом.

Материалы: бумага, фломастеры.

Методика проведения: родители в парах совместно рисуют образ родительства. Первый рисунок – образ реального родительства. Второй – образ идеального родительства.

#### **Психодиагностика методом незаконченных предложений «Родительство это – ...»**

Цель: рефлексия представлений о родительстве.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: каждый участник должен не менее 10 раз записать окончание предложения «Родительство – это ...» Затем группа садится в круг и участники по очереди высказываются, комментируя свой рассказ и отвечая на вопросы группы. Затем родители делятся на две группы: 1) представляющие родительство позитивно; 2) представляющие родительство негативно. Каждая группа мотивирует свои высказывания.

#### **«Размышления о психологии семейных отношений»**

Цель: расширение знаний родителей о психологии семейных отношений.

Методика проведения: поразмышлять о смысле следующих пословиц:

Умей дитя родить, умей и научить.

Любишь жену, люби и детей кормить.

Дитя не плачет – мать не разумеет.

Дитя хоть криво, да отцу-матери мило.

Чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало.

#### **«Мои идеалы»**

Цель: осознание причин, мотивов своего поведения.

Материалы: бумага, ручка.

Методика проведения: ведущий предлагает участникам группы выделить разные, достаточно большие периоды своей жизни и попытаться вспомнить, кто из ныне живущих или живших в прошлом людей был для них примером, на кого они хотели быть похожими – в чем-то или во всем в подростковом возрасте. Это могут быть не только родные и близкие, знакомые, друзья, но и вымышленные герои – персонажи книг, фильмов, пьес, это могут быть и исторические личности (писатели, художники, политики) и ныне живущие знаменитости.

Вопросы для обсуждения:

Чем они привлекательны?

Помогли они в жизни или, может, помешали в чем-то?

Какие их качества Вы позаимствовали?

Чем они значимы для подростка, чем дороги?

Хотели бы Вы им что-нибудь сказать, будь у Вас такая возможность прямо сейчас?

***Анализ домашних заданий по самодиагностике родительских позиций***

Цель: развитие рефлексивности родительского поведения.

Материалы: результаты самодиагностики.

Методика проведения: участники по очереди представляют свои результаты и высказывают мнения о плюсах и минусах их родительского поведения.

***Микродискуссия «Мать-отец наоборот»***

Цель: формирование представлений об отцовстве и материнстве.

Материалы: бумага, ручка.

Методика проведения: участники делятся на группы – группа отцов и группа матерей. Каждая группа предлагает свои варианты представлений о том, какое участие должны принимать отец и мать в воспитании сына или дочери. Варианты обсуждаются.

***Упражнение «Покой во вселенной»***

Цель: повышение уверенности родителей в возможности достижения позитивных изменений.

Методика проведения: «Устройтесь поудобней, закройте глаза, расслабьтесь. Пройдите мысленно по всем занятиям в группе (пауза до 10 минут). Удерживая ощущение расслабления, постепенно расширяйте состояние покоя и расслабления так, чтобы ваши проблемы с ребенком как бы сжались, стали выглядеть решаемыми. Когда Вы ощущали беспокойство, обиду, возмущение или другие неприятные эмоции, Вы воспринимали это слишком узко, ограничивая Ваши возможности в поисках решения. Оставаясь в очень расслабленном состоянии, сконцентрируйтесь на проблеме с сыном или дочерью, которая еще продолжает Вас волновать. Представьте себя в этой неприятной ситуации. Когда Вы будете четко представлять это, подумайте о Вас обоих и о доме, в котором Вы живете, о тех, кто еще живет с Вами. Теперь включите в эту картину Ваших соседей, затем подумайте о домах, которые находятся по соседству, о людях, которые там живут, так, чтобы в Вашем представлении оказались Вы, Ваш ребенок и все люди, живущие вокруг вас.

Когда эта картина станет достаточно яркой, подумайте о районе, в котором Вы живете, о Вас, о Вашем ребенке и обо всех детях и взрослых, живущих

в этом пространстве. Теперь, расширяя созданное представление, подумайте о всей стране, о миллионах людей и семей. Продолжая эту мысль, представьте всю нашу землю с её материками, океанами и живущих на ней людей. Продвигаясь дальше, подумайте о нашей Солнечной системе – обо всех планетах и их спутниках, вращающихся вокруг Солнца. Вообразите Галактику в огромном количестве звездных систем, находящихся друг от друга на огромных расстояниях. И, наконец, попробуйте представить себе всю Вселенную, размеры которой поражают воображение».

**«Вспомним наши игры»**

Цель: отреагирование негативных эмоций.

Методика проведения: родители сидят лицом в круг и ведущий просит вспомнить все игры – без особого порядка, вразнобой. После этого он предлагает каждому участнику по порядку, по кругу, сказать, какая игра ему понравилась больше всего.

**Домашнее задание:** подготовить три ответа на вопрос «Что такое эффективное родительство (материнство, отцовство)?»

**Блок V. Формирование умений и навыков эффективной воспитательной практики**

**Задачи:**

- Информирование участников группы о сущности и задачах семейного воспитания, воспитательном потенциале семьи и воспитательной практике.
- Обучение навыкам решения конкретных воспитательных ситуаций.
- Формирование воспитательной уверенности родителей.
- Развитие чувства родительской ответственности.
- Обучение навыкам ретроспективного анализа воспитательных ситуаций в родительской и собственной семье.

**УПРАЖНЕНИЯ**

**«Ассоциация – образ другого»**

Цель: социальная адаптация, понимание эмоционального состояния другого.

Методика проведения: родители садятся в круг, чтобы каждый мог видеть остальных. После этого они начинают описывать состояние друг друга, используя различные ассоциации, привлекая художественные образы и метафоры. Описываемый участник может либо согласиться с данным ему описанием, либо выразить свое несогласие, но в любом случае он должен прокомментировать сказанное.

**Ролевая игра «Замкнутый круг»**

Цель: анализ конкретных воспитательных ситуаций.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: разыгрываются и анализируются конкретные воспитательные ситуации в семьях подростков, предложенные самими участниками.

***Психологическая беседа «Воспитательная практика семьи подростка»***

Цель: повышение психолого-педагогической грамотности родителей.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: перед прослушиванием беседы участникам дается задание – назвать особенности воспитания подростков. Затем эти особенности обсуждаются.

***Анализ результатов психодиагностики «Воспитательная практика семьи глазами подростков»***

Цель: рефлексия обратной связи.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: проводится психологическое тестирование и обсуждаются его результаты.

***«Сила языка»***

Цель: развитие чувства ответственности.

Материалы: нет.

Методика проведения: группа делится на пары. Каждый садится напротив партнера и, глядя ему в глаза, говорит три фразы, начиная каждую словами «Я должен». Партнер делает то же самое. Затем нужно вернуться к своим фразам и заменить в них слова «Я должен» на «Я хочу», сохранив неизменными сами фразы. Выслушайте измененные фразы в утверждениях партнера. Поделитесь своими переживаниями. Сделайте то же самое с фразами «Я не могу» / «Я не хочу».

***«Аплодисменты каждому»***

Цель: снятие напряжения.

Материалы: нет.

Методика проведения: участники встают в круг. Доброволец выходит в центр круга, а группа ему аплодирует. После того как он поблагодарит всех, выходит следующий участник.

***«Воспоминание о своем детстве»***

Цель: применение родительских позиций и установок.

Материалы: нет.

Методика проведения: предложить родителям оглянуться на свое прошлое и вспомнить свои наивные и непоследовательные поступки, совершенные в возрасте, в котором находится их ребенок; обратить внимание на наивность поведения в прошлом; подумать, чем оно обусловлено, и попросить привести примеры из воспоминаний детства.

***«Планирование жизни»***

Цель: формирование навыков целеполагания.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: «Сформулируйте 3-5 главных целей Вашей жизни. Напротив каждой кратко напишите, почему она важна для Вас и к какому сроку она должна осуществиться? Укажите факторы, способствующие и препятствующие»

ющие достижению Ваших целей? Каковы наиболее критические пункты в достижении Ваших жизненных целей? Как их преодолеть? Что Вам нужно задействовать для достижения своих жизненных целей (время, деньги, помощь близких, пожертвовать своими интересами и т.д.)? Готовы ли Вы задействовать эти факторы, или нужно изменить свои цели?

Запишите частичные цели и планы деятельности, способствующие достижению Ваших целей».

Для достижения поставленных мною целей – поставить частные задачи	Мероприятия по реализации частных задач	Время	Контроль: - когда - как
В области здоровья			
В области родительства			
На служебном поприще			
Прочее			

### *«Другие обо мне»*

Цель: повышение уверенности родителей в возможности достижения позитивных изменений в поведении ребенка и в отношениях в семье.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: «Возьмите лист бумаги и сделайте список всего того отрицательного, что Вы сами слышали когда-либо о себе от родителей, учителей, друзей. Подумайте минут тридцать, припоминая такие подробности. Что они говорили о Вашем имени, о Вашем теле, об одежде? Что о любви и взаимоотношениях между людьми? О Ваших способностях?»

Так к Вам относились, когда Вы были ребенком, и это очень грустно. И хотя это было очень давно, Вы часто по-прежнему так к себе относитесь, не правда ли? Так Вас “запрограммировали“ в ранние годы, и в этом – одна из причин ваших трудностей в общении с людьми сейчас. Вы, как примерный ребенок, до сих пор с готовностью принимаете то, что «они» говорили тогда. И поэтому думаете, что Вы никогда не будете счастливы. Последнее – неправда. Все теперь в ваших руках».

***Микродискуссия «Кто должен устанавливать правила поведения в семье?»***

Цель: обучение эффективной воспитательной практике.

Материалы: бумага, ручки.

Методика проведения: участники делятся на микрогруппы по 3 человека. Каждая микрогруппа готовит свой вариант ответа на поставленный выше вопрос и аргументирует свой ответ. Затем ведущий делает заключение.

### ***«Мои мысли о занятии ...»***

Цель: отреагирование негативных эмоций.

Материалы: листочки с планом высказываний.

Методика проведения: нужно закончить предложения, высказав тем самым свое отношение к происходящему.



Дата занятия ...  
Мое имя ...  
Во время занятий я понял, что ...  
Самым эффективным считаю ...  
На занятии мне удалось ...  
Будущее кажется мне ...  
Думаю, что я способен ...  
На месте ведущего я ...

**Домашнее задание:** каждому члену семьи индивидуально приготовить рисунок своей семьи через десять лет и обсудить совместно эти рисунки. Родителям подготовить список претензий к своему ребенку.

## **ЧАСТЬ II**

### **В КРУГЕ ДЕТИ: ГРУППОВАЯ РАБОТА С ПОДРОСТКАМИ**

#### **Блок I. Формирование позитивного отношения подростков к себе**

##### **Задачи:**

- Осознание отношения к себе.
- Развитие навыков саморегуляции.
- Повышение уверенности в себе.
- Освоение способов самовыражения.
- Гармонизация образа «Я».

##### *УПРАЖНЕНИЯ*

##### **«Здравствуй, я тебя помню!»**

Цель: настрой на доверительный стиль общения, групповая сплоченность.

Методика проведения: участники по очереди здороваются друг с другом, обязательно подчеркивая индивидуальные особенности того, к кому они обращаются.

##### **«Я плюс»**

Цель: формирование положительного образа «Я».

Материал: бумага, ручки.

Методика проведения: каждый участник в течение 5 минут составляет список, в котором указывает свои сильные стороны. Затем все садятся в круг для обсуждения. На каждое выступление дается 2 минуты. Группа может только уточнять детали или просить разъяснение, но не имеет права высказаться.

##### **«Ливень»**

Цель: снятие скованности и напряжения.

Методика проведения: ведущий находится в центре круга участников. Он делает определенные движения, а группа по кругу повторяет их: он поворачивается к каждому лицом, после этого участник начинает выполнять данное движение. Он выполняет его до тех пор, пока ведущий не повернется по кругу к этому игроку, и не покажет ему новое движение.

Таким образом, одно движение выполняется по нарастающей, а предыдущее – по убывающей, т.к. все меньше участников выполняют предыдущее движение, а все больше – новое упражнение.

Виды движения ведущего:

1 круг – потирание ладоней;

2 круг – щелканье пальцами;

3 круг – похлопывание по бедрам, слегка наклонившись вперед;

4 круг – то же движение, дополненное притопыванием.

И далее – в каждом кругу постепенное возвращение по порядку движений назад, к потиранию ладоней.

**«Я могу предложить...»**

Цель: дальнейшее самопознание личности каждым участником.

Методика проведения: каждый участник продолжает следующую фразу «Мои положительные качества, которые я могу предложить группе, это...».

**«Мой портрет в лучах солнца»**

Цель: развитие позитивной самооценки, развитие адекватной уверенности в себе.

Материалы: бумага, фломастеры.

Методика проведения: ведущий просит ответить на вопрос «Почему я заслуживаю внимания?» следующим образом: «Нарисуй солнце, в центре солнечного круга напиши свое имя или нарисуй свой портрет. Затем вдоль лучей напиши все свои достоинства, все хорошее, что ты о себе знаешь. Постарайся, чтобы было как можно больше лучей».

**«Проективный рисунок себя в настоящем и будущем»**

Цель: формирование стремления к самосовершенствованию, установка на внутренний самоанализ.

Материалы: бумага, фломастеры.

Методика проведения: участники берут по листу бумаги и рисуют две картинки: «Я такой, как есть» и «Я такой, каким хочу быть». Рисунки не подписываются. Ведущий перемешивает их и выбирает один. Группа по очереди рассказывает о том, что видит на рисунке. Все высказываются по кругу, при этом автор не объявляет себя, а высказывается, как и другие, в свою очередь. После прохождения полного круга все пытаются отгадать, кто является автором рисунка. При желании можно признать свое авторство.

**«Ты неповторим!»**

Цель: подчеркивание уникальности личности подростка.

Методика проведения: приветствуя друг друга, Вы должны сделать небольшой прогноз будущего Вашего партнера. Например: «Здравствуй, Коля, я думаю, что через пять лет ты будешь более добродушным и отзывчивым». Вам нужно подойти ко всем членам группы и, вспомнив все, что Вы уже знаете о своем партнере, высказать предположение о его будущем.

**«Прием на работу»**

Цель: осознание своих сильных и слабых сторон.

Методика проведения: участники делятся на две группы. Одна группа – претенденты на замещение вакантной должности, другая – члены приемной ко-

миссии. Комиссия готовит вопросы, через 2-3 минуты после собеседования выносит приговор, брать ли претендента на вакантную должность или нет.

#### **«Аукцион способов саморегуляции»**

Цель: развитие способов саморегуляции.

Методика проведения: по типу аукциона предлагается как можно больше способов, помогающих справиться с плохим настроением. Все способы фиксируются на доске и обсуждаются.

#### **«Подведение итогов занятия»**

Цель: отреагирование эмоций.

Методика проведения: все желающие в свободной форме высказываются о занятиях.

**Домашнее задание:** подготовить три рисунка «Я в прошлом, настоящем и будущем».

## **Блок II. Формирование умений и навыков конструктивного общения**

### **Задачи:**

- Определение зоны психологического комфорта в общении.
- Отработка навыков приема и передачи информации.
- Расширение границ самовыражения подростков.
- Развитие социальной активности подростков.
- Отработка навыков социального взаимодействия.

### **УПРАЖНЕНИЯ**

#### **«Характеристики»**

Цель: создание положительного эмоционального настроя, самооценки участников.

Методика проведения: каждый участник подбирает к своему имени прилагательное, характеризующее его положительно. Прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя (например, милая Марина и т.д.).

#### **«Доброе дело»**

Цель: психический настрой на доверительный стиль общения, формирование нравственных представлений.

Методика проведения: играющие вспоминают, ради кого им приходилось отказываться от собственного удовольствия. Это был близкий родственник, очень хороший друг, а может, это был совсем незнакомый человек? Затем ведущий предлагает вспомнить, при каких обстоятельствах был совершен этот поступок.

#### **«Пойми рисунок»**

Цель: понять законы общения, сложности передачи и приема информации.

Методика проведения: участники становятся в ряд друг за другом. Ведущий шепчет на ухо стоящему в конце ряда подростку слово (солнце, цветы, бабочка и пр.). Задача состоит в том, чтобы нарисовать на спине впереди стояще-

го человека это слово. Тот, у кого «рисуют» (водят пальцем по спине), должен угадать это слово и передать следующему участнику.

### **«Следи за рукой»**

Цель: усилить восприимчивость к общению, почувствовать, что означает вести и быть ведомым.

Методика проведения: группа разбивается на пары. Один из партнеров держит ладонь на уровне лица другого и перемещает ее вправо, влево, вверх, вниз, производит круговые движения и т.д. Второй участник следит взглядом и движется за ладонью, стараясь сохранить расстояние. Темп постепенно нарастает. Затем участники меняются местами.

Рефлексия:

Как я себя чувствую в роли ведущего?

Чувствую ли я ответственность за партнера?

Смог ли я следовать за ведущим?

Понравилось ли мне быть ведомым?

Почему?

### **«Роботы»**

Цель: отработка навыков общения.

Методика проведения: участники изображают из себя роботов. Каждый должен найти свой ритм, свои движения, свой звук. Затем группы по три человека должны работать как одна машина, не теряя при этом своего личного ритма, и найти общий ритм работы.

### **«Растем»**

Цель: снятие мышечных зажимов, расслабление.

Методика проведения: участники находятся в кругу. Исходное положение: сидя на корточках, голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Ведущий предлагает представить: «Вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно распрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти».

Выполнив это упражнение, участники обсуждают его по следующей схеме:

- Отличаются ли ощущения в теле при вдохе от ощущений при выдохе?
- Как осознаются эти отличия?
- Легко ли было выполнять упражнение?
- Какие трудности при этом возникали?
- Открыли ли Вы для себя в своем теле что-либо новое?

### **«Нитка-иголка»**

Цель: демонстрация психологического пространства; определение зоны психологического комфорта.

Методика проведения: исходная позиция группы – кольцо, образованное взявшимися за руки участниками. Группа начинает запутываться любыми совместными и/или одиночными действиями, при этом руки разжимать нельзя. Результат запутывания – тугой узел участников, держащихся за руки, «выжатых» из зон комфорта.

Вопросы для обсуждения:

- Какие переживания Вы испытывали?
- Что Вы наблюдали во время игры?
- Какие у Вас были ощущения?

#### **«Подиум»**

Цель: расширение границ самовыражения.

Методика проведения: любому участнику группы по желанию предлагается представить себя в роли модели. Перед ним ставятся следующие задачи:

Пройти естественной походкой, которая присуща подростку в жизни.

Представить красоту и изящество своего тела.

Показать стиль, манеру движения, неестественные для него.

Продемонстрировать свободу обхождения с вещами (можно использовать одежду, бижутерию, подчеркивающие индивидуальность).

Выбрать один из предлагаемых стилей движения (восточный, испанский, итальянский, русский, американский) и попробовать просуществовать в нем при взаимодействии с партнером.

Вопросы для обсуждения:

- Что Вы получили в ходе этого упражнения?
- Что Вы чувствовали во время его выполнения?
- На каком этапе Вы чувствовали себя наиболее (наименее) комфортно?
- Как Вы ощущаете себя сейчас?
- Помогла ли работа в группе понять Вам что-либо?

#### **Упражнение по домашнему заданию «Я в прошлом, настоящем и будущем»**

Цель: обучение навыкам саморефлексии.

Методика проведения: после заслушивания сочинения предлагается сравнить три характеристики и сделать вывод.

#### **Коммуникативная игра «Планета людей»**

Цель: развитие навыков социального взаимодействия.

Методика проведения: предлагается сюжет игры. Все участники разбиваются на группы, которые отправляются жить на одну из «планет». Каждая группа разрабатывает правила общения и сленг, при помощи которого общаются люди на выбранной планете (например, правила общения и сленг из к/ф «Кин-дза-дза»).

Одновременно с этим существуют общие правила, по которым общаются между собой жители планет на «планете людей», но, посещая соседнюю планету, необходимо руководствоваться правилами общения хозяев. В случае нарушения этих правил на планету, представители которой нарушают эти правила, налагается штраф в условных денежных единицах (например, в «галантах» – от слова галантный).

Основные этапы игры:

Разбивка участников на группы по желанию.

Разработка «языка» планет.

Презентация планет.

Посещение планет.

Подведение итогов.

**«Растопи узоры на стекле».**

Цель: релаксация через дыхание.

Методика выполнения: «Глубоко вдохните, не поднимая плечи. Направьте воздух в живот. При выдохе губы слегка приоткрыты. Ваше дыхание струится, как будто Вы собираетесь растопить узоры на стекле. Вы чувствуете, как Ваше теплое дыхание струится через губы». Упражнение повторить несколько раз.

**Домашнее задание:** каждому участнику подготовить пять правил общения со сверстниками.

### **Блок III. Формирование конструктивных моделей поведения в конфликтных ситуациях**

**Задачи:**

- Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение выразить свое.
- Развитие эмпатии, способности к рефлексии.
- Реконструкция позитивных форм эмоционального реагирования и стереотипов поведения.
- Обучение способам транзактного анализа конфликтных ситуаций.
- Обучение способам разрешения конфликтов.

*УПРАЖНЕНИЯ*

**«Приветствуем каждого»**

Сегодня, приветствуя друг друга, поблагодарите каждого за то, что он был на занятиях группы, помогал Вам лучше понять себя, за то, что думал о Вас, задавая вопросы.

**«Стоп! Подумай! Действуй!»**

Цель: разработка моделей конструктивного поведения.

Методика проведения: участники объединяются в группы. Каждая группа получает разные ситуации, которые могут встретиться в жизни школьника (старшие ребята требуют денег, зовут «попробовать водку», наркотики, тебя обидели и др.).

После того как школьники ознакомились с ситуацией, они берут первую карточку: «Стоп!». На этой карточке раскрываются переживания, желания школьников, которые могут возникнуть в этой ситуации. В течение четырех минут обсудить ситуацию и те переживания, которые она вызывает, и либо согласиться с ними, поставив на листочке «+», либо отказаться от них, поставив «-», и записать свои переживания (3 минуты).

Затем берется вторая карточка «Подумай!». На ней записаны три возможные реакции. В течение 3-4 минут члены группы должны обсудить, подходят ли эти реакции к предложенной ситуации, и при желании дописать на листке свои.

На последней карточке написано одно слово «Действуй!» На листах бумаги каждый подросток должен изложить свое решение проблемы.

После этого в течение 10 минут проводится общее обсуждение. Каждая группа рассказывает предложенную ей ситуацию и те способы выхода из нее, которые они нашли. Ведущий выделяет конструктивные решения и обращает внимание участников на значимость трех предложенных этапов («Стоп! Подумай! Действуй!») для избежания неприятностей, несчастных случаев, безответственного поведения в трудных и опасных ситуациях.

### **«Я сам»**

Цель: формирование модели ответственного поведения, выработка способности к самостоятельному принятию решений.

Методика проведения: начало фразы: «Представь, что ты чувствуешь, когда...» записывается на доске. Задания выдаются ребятам на заранее подготовленных карточках. Каждый должен выполнить хотя бы два из них по собственному выбору.

### **Примеры карточек:**

Тебе не хочется что-то делать, но ты настраиваешь себя на то, чтобы все-таки сделать это (опиши или нарисуй, что ты чувствуешь при этом).

Кто-либо говорит тебе, что ты должен сделать, в то время как ты можешь решить самостоятельно, что тебе нужно делать (опиши, нарисуй, что чувствуешь).

Вспомни, когда тебе было плохо, грустно, терялось самообладание, и представь, что ты вполне можешь управлять собой и ситуацией (опиши, нарисуй, что чувствуешь).

Забегги немного вперед, когда нужно будет что-то делать независимо от твоего желания, и попробуй в своем воображении создать к этому хорошее чувство (опиши, нарисуй свои ощущения).

### **«Коллективное рисование»**

Цель: осознание своего состояния и состояния своего партнера.

Материалы: бумага, карандаши.

Методика проведения: группа садится в круг, перед каждым лист бумаги и карандаши. Участники начинают рисовать что-либо значимое для себя. По сигналу ведущего они передают свой лист соседу справа, и, соответственно, получают лист с другой стороны. Их задача – продолжить полученный рисунок. Рисунки передаются по кругу до тех пор, пока к каждому не вернется его работа, завершенная другими участниками.

### **«Попрыгунчики»**

Цель: развитие социальной сензитивности, групповой сплоченности.

Методика проведения: ведущий ведет отсчет, а группа на каждый счет в прыжке поворачивается в любую сторону. Заранее договариваться и разговаривать во время игры нельзя. Их задача – повернуться всем в одну сторону.

### **«Доверяющее падение»**

Цель: формирование социального доверия, чувства поддержки группы.

Методика проведения: группа становится в тесный круг. Доброволец выходит в центр этого круга. Он должен максимально расслабиться, закрыть глаза и падать назад. Группа приседает, чтобы его поймать. Каждый подросток должен побывать в роли падающего.

### **«Электрический ток»**

Цель: мышечное расслабление, энергизация тела.

Методика проведения: участники стоят с опущенными вдоль тела руками. В пальцах рук начинается вибрация, как будто бьет электрический ток, затем вибрация распространяется на всю руку, верхнюю часть туловища и, наконец, на все тело.

Упражнение носит ярко выраженный физиологический эффект: ощущение тепла, покалывание кожи, автоматическая концентрация внимания на внутренних ощущениях; снимаются также и психические блокировки.

Продолжительность выполнения упражнения 6 минут.

### **Игра «Я – родитель-ребенок-взрослый»**

Цель: обучение распознаванию эго-состояний партнера по общению.

Материалы: плакат с изображением эго-состояний человека и таблицу признаков, вербально и невербально выражающих эти состояния (по Э. Берну).

Методика проведения: ведущий демонстрирует плакат и таблицу признаков, пользуясь которыми предлагается в парах продемонстрировать фрагмент общения и описать тип эго-состояния своего партнера по общению. Проверка осуществляется методом обратной связи.

### **«Отверженный»**

Цель: эмоциональное осознание подростками отрицательных черт своего характера.

Методика проведения: один участник выходит из комнаты, остальные должны сформулировать 5-7 причин, по которым данного человека можно отвергнуть. В список включается только то, что принято большинством голосов. Через испытание проходят все.

### **«Моя любимая игрушка»**

Цель: снятие напряжения.

Методика проведения: подростки рассказывают о своей любимой игрушке и о чувствах, которые вызвали эти воспоминания.

### **«Муха в плену»**

Цель: обучение приемам релаксации.

Методика проведения: участники лежат на полу. Им нужно представить себя мухой, приклеившейся к полу. Руки, ноги, голова стремятся вверх. Нужно оторваться от пола, для этого руки и ноги совершают мелкие вибрационные движения, импульс движения исходит из ступней и кистей, колени прямые. «Отклеиваться» нужно не менее 3 минут.

**Домашнее задание:** составить пять правил общения, которые помогут взаимопониманию с родителями.

## **Блок IV. Формирование субъект-субъектного отношения к родителям**

### **Задачи:**

- Информирование участников о гуманизме межличностных отношений.
- Обучение навыкам уважительного отношения к правам личности.
- Развитие толерантности в детско-родительских отношениях.



- Развитие навыков рефлексии отношения к близким.
- Эмоциональное реагирование страхов подростков перед родителями.

## **УПРАЖНЕНИЯ**

### **«Светский прием»**

Цель: обучение навыкам общения.

Методика проведения: «На этот раз традиционное приветствие мы проведем в виде светского приема. Приветствуя друг друга, обменяйтесь комплиментами, т.е. подчеркните то, что вы больше всего цените в этом человеке. Найдите для каждого несколько теплых слов».

### **Обсуждение домашнего задания «Пять правил общения»**

Цель: закрепление представлений об эффективном общении.

Методика проведения: на первом этапе происходит презентация правил, составленных каждым участником. На втором выбираются лучшие правила для общего кодекса общения со сверстниками «Как обрести друзей».

### **Упражнение «Магический узор Вашего Я»**

Цель: развитие рефлексивности, гуманного отношения к себе.

Методика проведения: запишите название частей Вашего Я: тело, интеллект, мысли, чувства, ощущения, отношения, пища, душа, среда общения. Нарисуйте большой круг – Ваше Я. В этом круге в любом порядке запишите части Вашего Я. При этом нумеруйте их в той последовательности, в которой записывали. Теперь посмотрите на узор Вашего Я и подумайте, какая часть вашего Я страдает, какую Вы любите больше всех и сделайте выводы.

### **Упражнение «Кто Я? Кто они (родители)?»**

Цель: развитие рефлексивности, гуманного отношения к себе и родителям.

Методика проведения: участникам предлагается записать десять ответов на первый и десять ответов на второй вопрос. Затем делается анализ и сравнение списков. Выводы обсуждаются на группе.

### **Микродискуссия «Что такое любовь к близнему?»**

Цель: развитие толерантности в детско-родительских отношениях.

Методика проведения: проводится в микрогруппах.

### **Рефлексия мудрых изречений**

Цель: формирование уважения к правам другого человека.

Методика проведения: обсуждение сути изречений.

Я не связываю себя по рукам и ногам и не приемлю пут от тебя.

Пусть будет свободное пространство в вашем соединении.

Самостоятельность каждого человека нужно уважать.

Наполните чаши друг друга, но не пейте из одной чаши.

Давайте друг другу хлеба, но не ешьте один и тот же кусок.

### **Психологическая беседа «Искусство любить»**

Цель: развитие психологической грамотности.

Методика проведения: после беседы перечислить все возможные варианты проявления любви.

### **«Ласковое имя для ребенка»**

Цель: формирование позитивных детско-родительских отношений.

Материал: бумага, фломастеры.

Методика проведения: подростки вспоминают и рассказывают, какими ласковыми именами их называют родные, близкие, знакомые. Вспоминают, кто и в каких случаях делает это чаще? Когда у собеседника хорошее настроение? Какие чувства испытывают в ответ на ласковое обращение? Что хочется сказать или сделать в ответ на хорошие слова? Что мешает проявить теплые чувства благодарности?

### ***Упражнение «Согласны ли вы?»***

Цель: обучение навыкам уважительного отношения к правам личности.

Методика проведения: участникам предлагается ряд рекомендаций, возможность использования которых дискутируется в группе. Участники делятся на тех, кто согласен и кто возражает. Каждая группа должна подготовить аргументы в пользу своего высказывания.

Высказывания для обсуждения:

- Подросток должен честно рассказать о том, что происходит с ним своим родителям, так, чтобы ему поверили. Он должен также сказать о своих страхах, не боясь быть осмеянным.
- Подросток должен объяснить родителям, что он нуждается в том, чтобы они его слушали, но не давали советов, пока их не попросит об этом он сам.
- Подросток не должен обращаться со своими родителями так, как он не хотел бы, чтобы обращались с ним: не считаться с их правом на личную жизнь, унижать человеческое достоинство, оскорблять самолюбие личности, предавать.

### ***Анализ детских страхов***

Цель: отреагирование страхов, мешающих субъект-субъектным детско-родительским отношениям.

Методика проведения: ведущий предлагает подросткам составить список своих страхов или опасений:

когда я говорю родителям неправду, я боюсь...

когда я скрываю свои истинные намерения, я боюсь, что родители...

когда я скрываю свои настоящие чувства, я боюсь, что родители...

Затем проводится обсуждение результатов в группе.

### ***Проигрывание страхов и последующая рефлексия***

Цель: отреагирование эмоций, коррекция страхов.

Методика проведения: проигрываются ситуации страхов перед родителями, составленные подростками. Затем обсуждаются нарушения общения в этих ситуациях.

***Домашнее задание:*** подготовить рисунки «Мои страхи перед родителями».

## **Блок V. Формирование субъектной позиции в отношениях с родителями**

### **Задачи:**

- Осознание своих сильных и слабых сторон.

- Развитие навыков рефлексивного мышления.
- Выработка способности к самостоятельному принятию решений.
- Развитие внутреннего источника оценки.
- Развитие навыков целеполагания.

## *УПРАЖНЕНИЯ*

### *«Непохожесть»*

Цель: формирование позитивных детско-родительских отношений.

Методика проведения: «На этот раз традиционное приветствие мы проведем в виде подчеркивания индивидуальных различий. Приветствуя друг друга, обменивайтесь комплиментами, т.е. подчеркните то, чем этот человек больше всего отличается от других. Найдите для каждого такие признаки непохожести на других».

### *«Похвали себя сам»*

Цель: повышение самооценки, укрепление веры в свои силы.

Методика проведения: «В течение 10 минут вспоминайте свою жизнь с закрытыми глазами. Начните с самых ранних детских переживаний. Вспомните каждое Ваше достижение, каждую заслугу, каждое совершенное дело, которым Вы можете гордиться».

Откажитесь от любых скромных и занижающих Ваши достоинства замечаний. Вспомните те поступки, которые кому-то могут показаться не трудными, но для Вас они оказались трудными».

Затем каждый из членов группы в течение 5 минут рассказывает о своих воспоминаниях остальным. Слушатели должны удерживаться от любых критических замечаний.

### *«Победи своего дракона»*

Цель: осознание своих слабых сторон, формирование собственного внутриличностного резерва.

Материал: бумага, фломастеры, ножницы, клей, старые журналы.

Методика проведения: «Почти у каждого есть “свой дракон”, выращенный в домашних условиях: это наши недостатки, которые мешают нам жить, но с которыми мы почему-то миримся. В один прекрасный день почти каждый решает убить своего дракона».

Ребятам предлагается нарисовать или склеить по типу коллажа «своего дракона» и назвать его в целом и каждую его голову в отдельности.

После выполнения задания ребятам предлагается придумать сказку или историю о том, как победить «своего дракона». История может быть изображена в виде комикса, представлена в виде рассказа или сценария фильма. Условие: герой должен действовать как человек, уверенный в себе, ответственный, в рассказе могут быть использованы такие моменты, как принятие решения о битве с драконом, сбор в путь, путь к дракону, препятствия, враги, помощники, вызов дракона на бой, условия битвы, битва, победа, возвращение героя, последствия победы.

### *«Линия жизни»*

Цель: развитие рефлексивности и целостного восприятия своей жизни, развитие навыков целеполагания.

Материал: бумага, фломастеры, ножницы, клей, старые журналы.

Методика проведения: «Очень важная часть жизни прожита. Действительно, многие считают себя совсем взрослыми. У одних чувство взрослости вызывает чувство удовлетворения, у других – тревогу. Я не знаю, какие чувства Вы испытываете, вспоминая свою жизнь.

Попробуйте вспомнить прожитую жизнь и изобразить ее на листе бумаги в виде "линии жизни". Сейчас вам 13-14 лет. Вот этот чистый лист представляет собой те 16 лет, которые вы прожили. У каждого свои воспоминания и все они очень разные.

В начале листа нужно поставить точку, с которой вы начнете строить линию своей сознательной жизни. Возможно, что кому-то захочется оставить место для того периода, который хотя Вы его не помните, но все же прожили. Его можно отметить особым образом – розовым или голубым цветом, фотографией младенца или как-нибудь еще. Затем оставшееся пространство можно заполнить так, как вы считаете нужным. Может быть, это будет покупка любимой игрушки или велосипеда, поездка в гости или на отдых, а может, вы просто отметите самые значимые события вашей жизни.

Возможно, вы захотите провести эту линию, опираясь на основные события в вашей жизни, например, рождение старшего брата, появление нового друга, встреча с первой любовью, изменение во внешности, дружба с отличной компанией.

А может, кто-нибудь будет выстраивать свою линию жизни по тем событиям, которые он оценивает как везение или невезение.

Единственное условие, которое надо выполнить, сначала надо составить план: как вы будете это отмечать. Напишите также, какой цели вы хотели бы достичь к окончанию школы. На составление плана отводится пять минут. Начинайте».

### **«Выбор цели»**

Цель: развитие навыков целеполагания.

Материал: карандаш, бумага.

Методика проведения: «Устройтесь поудобнее там, где Вы чувствуете себя максимально комфортно. А теперь постарайтесь, убрав все ограничения, нарисовать свою будущую жизнь так, как бы Вы хотели, чтобы она сложилась, с теми дорогами, по которым Вы хотели бы пройти, с теми вершинами, на которые хотели бы взойти.

Начните со списка того, о чем Вы мечтаете, кем хотите стать, где жить, чем заниматься, что иметь... Сосредоточьтесь, и пусть Ваш карандаш мгновенно записывает все Ваши мысли. Где можно, сокращайте слова и переходите к следующему желанию. Дайте волю своему воображению, отбросьте сомнения.

Записывая то, чего бы Вы хотели в результате достичь, следуйте следующим правилам:

– Формируйте свои мечты в позитивных терминах, пишите только то, к чему Вы стремитесь.

– Постарайтесь составить ясное представление о результате: что именно будет, когда Вы достигнете своей цели, что Вы будете при этом чувствовать, что Вас будет при этом окружать и как вообще Вы узнаете, что достигли желаемого.

– Будьте предельно конкретны: постарайтесь ясно представить себе, как это выглядит, как звучит, каково это на ощупь, как пахнет.

– Важно формулировать такие цели, достижение которых в принципе зависит только от Вас, то, к чему Вы стремитесь, что должно принадлежать только вам, исходить только от Вас, быть только вашим.

Спроецировав цели, подумайте, не нанесут ли они вреда, ущерба другим людям, Ваши результаты должны нести пользу вам и другим, они должны быть “экологически чисты”.

(Можно предложить нарисовать рисунок своей будущей жизни, изображая при этом портрет себя в будущем).

Следует просмотреть составленный список и определить, в какой временной сетке Вы работаете. Ваши цели относятся к завтрашнему дню или же к отдаленному будущему. Необходимо составить представление о первом вашем шаге и последнем.

Теперь из всего написанного, выберите четыре самых важных на этот год цели. Выберите то, что в случае реализации, достижения цели доставит Вам самое большое удовольствие, то, что Вас больше всего волнует.

Выпишите эти четыре цели. А затем опишите, почему Вы точно уверены, что это для Вас так важно. Дело в том, что Вы можете достичь чего угодно, если у Вас имеются для этого серьезные внутренние основания. Если Вы точно знаете, зачем это Вам нужно, то Вы найдете способ как к этому прийти.

Теперь необходимо этот список целей просмотреть через призму правил позитивности:

- Сформулирована ли каждая цель в позитивных терминах.
- Конкретна ли эта формулировка.
- Есть ли ясное представление о результате.
- Способны ли Вы достичь поставленной цели лично.
- Насколько Ваша цель ”экологически чиста”.

Теперь составим список ресурсов, которые необходимы для достижения данной цели. Заметим, что этими ресурсами Вы уже обладаете.

Опишите, что у Вас уже есть. Это могут быть черты Вашего характера, друзья, которые Вас поддерживают, уровень Ваших знаний, Ваша энергия, время, которым Вы располагаете. Создайте ясное видение того, что уже имеете.

Когда Вы это сделали, припомните случаи из Вашей жизни, когда Вы чувствовали, что достигли успеха. Это может быть все, что угодно: удачный ответ на уроке, Ваша помощь другу и т.д. Припомните 3-5 таких случаев, особо подчеркните, какие свои качества, какие свои ресурсы Вы при этом использовали.

После этого опишите, каким человеком Вы должны стать, чтобы достигнуть своих целей. Может, Вам нужно стать более собранным, а может, научиться выше себя оценивать.

А теперь кратко сформулируйте, что препятствует Вашим стремлениям, вашим мечтам и желаниям. Что конкретно Вам мешает? Что Вас ограничивает? Может, Вы делаете несколько дел одновременно или просто не верите в себя?

На этом этапе надо составить для каждой из выбранных целей черновик пошагового плана для ее достижения.

Начните с конечного результата, а потом шаг за шагом спланируйте весь путь, заканчивая тем, что можно уже сделать сегодня. Можно начать с мысли о том, что нужно сделать в первую очередь для достижения своей цели. В любом варианте надо составить пошаговый план достижения цели, который бы включал и сегодняшний день.

Первый этап сделан. Вы точно знаете, чего хотите, Вы описали этот процесс в его конечном результате и в его начальных стадиях, Вы определили, какие стороны Вашей личности помогают, а какие мешают Вам достичь цели. Задача следующего этапа – разработка Вашей собственной стратегии достижения успеха, а именно: смоделировать кого-то, кто уже достиг того, к чему Вы стремитесь.

Запишите имена 3-5 человек, которые уже добились того, к чему Вы стремитесь. В нескольких словах опишите их личностные качества и поведение, которые привели их к успеху. После этого закройте глаза и представьте, что каждый из этих людей собирается дать Вам совет, как лучше всего достичь поставленной цели. Запишите основную мысль того, что они скажут. Пишите первое, что придет Вам в голову. А теперь сделаем одно важное упражнение.

Вспомните случай из Вашей жизни, когда Вы переживали какой-то абсолютный успех. Закройте глаза и представьте это предельно ярко. Обратите внимание на качество, точность этой картинку, на те движения, звуки, переживания, которые ее создают. Теперь подумайте о тех целях, которые Вы записали. Нарисуйте внутреннюю картинку, что будет, если Вы достигнете этого результата. Мысленно поместите эту картинку на место первой картинку Вашей успешности и сделайте ее того же размера, яркости. Сделайте это как можно лучше. Отметьте Ваши чувства. Сейчас Вы чувствуете себя более уверенно. Повторяйте это упражнение как можно чаще, чтобы Ваш мозг легко и быстро мог создавать картины вашего успеха.

Нарисуйте мысленно свой идеальный день. Какой Вы? Что Вы чувствуете? Чем Вы заняты? Когда Вы проснулись, что происходит с Вами вплоть до Вашего вечера, когда Вы вновь ляжете спать? Что Вы чувствуете, ложась в постель? Опишите все это.

Сознательное конструирование вашей жизни – дело, требующее настойчивости, сосредоточенности, целенаправленности, нужно помнить, что в жизни всякий успех – результат труда и усилий. Говорят, что японцы, которые умеют добиваться своего, 95% времени тратят именно на планирование и лишь 5% – собственно на реализацию. Это оказывается выгодным».

### ***«Преодоление жизненных трудностей»***

Цель: поиск новых способов разрешения проблем, конфликтов, внутренних противоречий.

Оборудование: спокойная музыка.

Методика проведения: «Часто жизнь создает нам препятствия, которые нужно преодолевать. Именно в такие моменты и происходит развитие личности. вспомните о тех препятствиях, которые Вам пришлось преодолевать за последнее время. После этого найдите общее, что помогло их преодолеть. На это Вам дается 10 минут. А теперь мы выслушаем всех, особое внимание уделяя способам преодоления препятствий. Мы составим обобщенный перечень и назовем "Преодоление". У каждого из вас в трудную минуту будет под рукой наш общий способ успешного преодоления трудностей».

### ***Беседы в парах по домашнему заданию «Мои страхи перед родителями»***

Цель: коррекция подростковых страхов.

Методика проведения: подростки в парах или на кругу рассказывают о своих рисунках. Составляется общий черный список страхов подростков перед родителями, который демонстративно уничтожается вместе со страхами.

### ***Релаксация «Рисование под музыку»***

Цель: отреагирование эмоций.

Методика проведения: все участники закрывают глаза и рисуют в воздухе под музыку какой-то свой страх.

### ***«Я сын (дочь) своих родителей...»***

Цель: развитие положительного отношения к себе и родителям.

Материал: лист бумаги, ручка.

Методика проведения: «Подумайте, что Вам нравится в самих себе? Можете ли Вы с гордостью рассказать что-либо о себе? О чем будет Ваш рассказ? Составьте список из трех своих положительных качеств. Какие стороны своей личности Вы хотели бы выразить в данный момент?»

Затем пусть каждый расскажет нам о своих качествах, которые вызывают в нем чувство гордости.

Составьте списки качеств отца и матери, которыми Вы также можете гордиться. Сравните списки качеств, которые Вам нравятся в себе и ваших родителях. Подумайте о пословице "Яблоня от яблони недалеко падает". Сделайте выводы».

### ***Упражнение «Моя саморегуляция»***

Цель: формирование субъектной позиции подростка.

Методика проведения: «Отметьте свою самооценку по пятибалльной шкале по каждой позиции. Затем поставьте перед собой задачи по развитию саморегуляции».

Я понимаю смысл жизни как самосовершенствование.

Я владею умениями самообладания.

Я владею умениями рефлексии.

Я умею управлять своими эмоциями.

Я умею управлять своим поведением.

Я умею управлять своими мыслями.  
Я владею умениями самовнушения.  
Я умею бороться с соблазнами.  
Я умею преодолевать страх.  
Я умею уходить от конфликтов.  
Я умею защищаться от манипуляций.  
Я владею умениями релаксации.

***Ситуация-проба «Уйти или остаться?»***

Цель: развитие самоконтроля.

Методика проведения: «С некоторого времени в Вашей компании стали употреблять алкогольные напитки. Затем кто-то принес ”травки”, попробовали, стали искать возможность постоянно добывать ”травку”. Однажды сама собой возникла проба наркотика. Вы стали понимать, что Вас затягивает не туда. Решили прекратить контакты с этой компанией, которая стала преследовать и компрометировать Вас. Как Вам следует вести себя дальше?»

*Социально-приемлемые позиции:* самоуважение, чувство ответственности, самостоятельность в принятии решений, воля, вера в себя, самообладание, выдержка.

***Упражнение «Мои чувства по поводу занятия»***

Цель: отреагирование эмоций.

Методика проведения: все желающие в свободной форме высказываются о переживаниях, связанных с занятием.

*Домашнее задание:* каждому участнику составить план саморазвития на год «Линия жизни».

## **ЧАСТЬ III**

### ***в «Семейном круге»: совместная работа с родителями и детьми-подростками***

#### **Блок I. Преодоление психологических барьеров в детско-родительских отношениях**

**Задачи:**

- Информирование о характере и причинах психологических барьеров в общении, типах взаимодействия.
- Эмоциональное отреагирование внутреннего напряжения во взаимодействии «дети-родители».
- Изменение стереотипного восприятия близкого человека.
- Развитие навыков установления контакта в диадах «родитель-ребенок» и микрогруппах «взрослые и дети».
- Рефлексия своего поведения в триадах «родители-подросток».



## **УПРАЖНЕНИЯ**

### **«Давайте познакомимся»**

Цель: знакомство участников, создание положительного эмоционального фона, сближение участников группы.

Материал: карточки, фломастеры.

Методика проведения: участники садятся в круг. Ведущий предлагает оформить визитные карточки с тренинговыми именами следующим образом: подростки могут при желании выбрать вымышленные имена, а родители к своему имени добавляют слово «мама» или «папа».

### **«Надувная кукла»**

Цель: преодоление скованности и напряженности, тренировка мышечного расслабления.

Методика проведения: ведущий играет роль «насоса»: он делает движение руками, имитируя работу с насосом.

Участники сначала расслабленно сидят на стульях: голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться»: участники распрямляются, поднимают головы, расправляют плечи, напрягают руки и в конце концов встают в полный рост, раскинув руки и расставив ноги. Затем игроки с шипением («ш-ш-ш») постепенно расслабляются и медленно опускаются на корточки.

### **«Телепатия»**

Цель: научить участников взаимопониманию и внимательности друг к другу.

Методика проведения: участники разбиваются на пары «дети – родители». Задача заключается в том, чтобы научиться одновременно выбрасывать одинаковое количество пальцев, не договариваясь предварительно.

### **«Импровизация»**

Цель: развитие межличностной эмпатии, коммуникативных навыков.

Оборудование: медленная музыка.

Методика проведения: участники разбиваются на тройки (родители – подросток) и соединяются какой-либо частью тела (ладонями, локтями, головами и т.д.). Их задача – импровизировать под музыку, не отрываясь друг от друга.

### **«Ассоциация – семья»**

Цель: самораскрытие.

Оборудование: мяч.

Методика проведения: участники встают в круг и бросают друг другу мяч, произнося при этом слова, которые у них ассоциируются со словом «семья».

### **Обсуждение домашнего задания подростков «Линия жизни»**

Цель: коррекция родительского отношения, обучение новым способам общения в семье.

Методика проведения: по желанию подростков обсуждаются их проекты. Родители и подростки высказываются по очереди по поводу проекта.

### ***Обсуждение домашнего задания родителей «Список претензий подростку»***

Цель: коррекция детско-родительских отношений, обучение новым способам общения в семье.

Методика проведения: родители во внутреннем круге по очереди зачитывают списки своих претензий, которые обсуждаются детьми и родителями. Из внешнего круга подростки могут аргументированно опровергать либо принимать эти претензии.

#### ***«Признак разделения»***

Цель: повышение самооценности родителей, обучение новым способам общения в семье.

Методика проведения: родители выбирают какое-либо личностное качество, по которому группа делится на две части. Например, общительные – замкнутые, импульсивные – сдержанные, жесткие – мягкие и т.д. Но прежде чем выбрать какой-либо конкретный признак и разделиться на подгруппы, нужно найти двух добровольцев, желающих попробовать себя в роли ведущих. Они должны выйти из комнаты и готовиться к выполнению своей задачи. Их задача – предлагать такие задания, чтобы в течение 10 минут определить, по какому признаку группа разделилась. Например, ведущие могут продемонстрировать свою реакцию в какой-либо идентичной семейной ситуации.

#### ***«Особые дары»***

Цель: развитие чувства благодарности.

Методика проведения: ведущий предлагает вспомнить, что они получили от окружающих (родных, близких, друзей, учителей и т.д.) такого, что можно было бы назвать «дар» в полном смысле слова.

#### ***Упражнение «Вместе дружная семья»***

Цель: обучение навыкам конструктивного детско-родительского взаимодействия.

Методика проведения: на первом этапе в малом круге предлагается каждой семье по очереди осуществить какую-либо деятельность совместными усилиями. При выполнении задания учитываются скорость, качество работы, согласованность действий и доля участия каждого члена семьи. Остальные семьи выполняют роль болельщиков и экспертов.

#### ***«Подарок на память»***

Цель: настрой на расставание, создание атмосферы теплоты, придание уверенности в себе.

Методика проведения: участникам предлагается обменяться подарками. «Подумайте, что бы Вы хотели подарить друг другу, при этом надо соблюдать условие: подарок должен быть нематериальным (удача, талант, звезда с неба), т.е. то, что нельзя положить в карман, но можно унести с собой в себе; подарок должен пригодиться участнику в дальнейшей жизни. Необходимо объяснить, почему Вы делаете именно такой подарок».

***Домашнее задание:*** подготовьте список претензий своим родителям.

## **Блок II. Рефлексия детско-родительских конфликтов в семьях подростков**

### **Задачи:**

- Информирование о психологической сущности и причинах конфликтов.
- Снятие страха в признании права на ошибку родителя и ребенка.
- Анализ семейной воспитательной ситуации глазами родителей и детей.
- Драматизация семейных детско-родительских конфликтов.
- Обучение рефлексии эмоциональных состояний и поведения детей и родителей в конфликте.

### **УПРАЖНЕНИЯ**

#### ***«Привет-привет»***

Цель: создание атмосферы доброжелательности и комфорта.

Методика проведения: поприветствовать друг друга по кругу, называя имя каждого и прикасаясь к нему мягко и нежно.

#### ***«Коллективная сказка»***

Цель: получение информации родителями и подростками об ожиданиях друг друга.

Методика проведения: дается инструкция – придумать сказку. Первый участник произносит предложение. Второй говорит второе предложение, подходящее по смыслу, т.е. сочиняется сказка по предложениям по очереди.

#### ***«Проективный рисунок "Какой я?"»***

Цель: родителям и подросткам увидеть себя глазами друг друга.

Материалы: бумага, карандаши.

Методика проведения: задание подросткам – нарисовать себя такими, какими, по их мнению, видят их родители.

Задание родителям: посмотреть на себя глазами подростка и нарисовать этот портрет. В тройках (родители – подросток) обсудить рисунки.

#### ***«Скажи мне, кто твой друг»***

Цель: эмоциональное осознание подростками и родителями черт своего характера, совершенствование умения понимать окружающих людей, видеть их особенности.

Методика проведения: в течение 5 минут каждый должен набросать «психологический портрет» наиболее близкого человека в группе. В портрете должно быть не менее 10-15 черт характера, привычек, особенностей, присутствующих именно этому человеку. Затем каждый участник выступает со своей информацией перед группой, а остальные пытаются определить, чей это портрет.

#### ***«Ведущий – ведомый»***

Цель: развитие социального доверия.

Методика проведения: группа разбивается на пары «слепой – поводырь». Слепой закрывает глаза. Задача «поводыря» – провести его по комнате, оберегая своего подопечного, предупреждая о поворотах, помогая избежать столкно-

вения с другими парами, предлагает объекты для отгадывания: «Что это такое?» Затем участники меняются ролями.

#### **«Яркое событие»**

Цель: выявление семейных ценностей родителей и подростков.

Материалы: спокойная музыка, бумага, карандаши.

Методика проведения: группе предлагается нарисовать на отдельных листах рисунки на тему: «Мой самый грустный день». Через 15 минут участники садятся, каждая семья отдельно. Родители и дети обмениваются своими рисунками. Затем высказываются предположения, что хотел выразить автор, озвучивают свои чувства, вызванные рисунком. Потом автор рисунка подробно рассказывает о событии, которое он изобразил.

#### **Драматизация конфликта**

Цель: эмоциональное отреагирование и рефлексия конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях.

Методика проведения: составляется и записывается на доске два списка конфликтных ситуаций: подростков и их родителей. Всем ситуациям придумывается название. Списки анализируются. Делается вывод о наличии общих и специфических конфликтов. Затем по желанию выбирается конфликтная ситуация, которая будет разыгрываться. Участники конфликта рассказывают о своих чувствах и переживаниях в связи с ней. Затем делаются рисунки этой ситуации и анализируются.

#### **Упражнение по домашнему заданию «Список претензий»**

Цель: обучение умению учитывать интересы и потребности подростка в семье.

Методика проведения: подростки во внутреннем круге по очереди зачитывают списки своих претензий, которые обсуждаются детьми и родителями. Из внешнего круга родители могут аргументированно опровергать либо принимать эти претензии.

#### **«Проба жанра»**

Цель: изменение поведенческих программ.

Методика проведения: участникам задается цепочка действий. Например: готовиться, спровоцировать, прогнать и т.п. Каждый участник при помощи набора прилагательных задает себе «вымышленное тело» – тип человека, в тело которого он «вселяется».

Затем участники делятся на несколько групп, каждой из которых задается свой жанр. Это могут быть классические жанры. Индивидуальная задача каждого: «вселиться» в «вымышленное тело» и действовать в заданном жанре, выполняя определенную цепочку действий.

#### **«Полное дыхание»**

Цель: обучение приемам релаксации.

Методика проведения: «Спокойно вдохните и выдохните. При выдохе представьте себе, что Вы выдыхаете все, что Вас тяготит и беспокоит, все неприятное для Вас покидает Ваше тело. Вы выдыхаете напряжение так долго, пока Вас не покинут все заботы. Вы дышите совершенно спокойно и ровно».

*Домашнее задание:* подготовить семейный рисунок «Наша семья в настоящем и будущем».

### **Блок III. Формирование конструктивных моделей взаимодействия в детско-родительских конфликтах**

#### **Задачи:**

- Информирование о сотрудничестве как оптимальной модели взаимодействия в конфликте.
- Обучить навыкам активного слушания.
- Обучение языку чувств.
- Создание безопасных условий для предъявления претензий детей и родителей друг к другу.
- Выявление зон разногласий между детьми и родителями.

#### **УПРАЖНЕНИЯ**

##### ***Упражнение по домашнему заданию «В картинной галерее»***

Цель: коррекция образа родительства.

Методика проведения: в галерее представлены рисунки семьи в настоящем и будущем. Каждая семья проводит презентацию своих картин. Остальные участники делятся своими мыслями и чувствами.

##### ***«Слушаем молча»***

Цель: укрепление навыка молчаливого слушания человека, развитие социальной сензитивности.

Методика проведения: в жизни важно уметь не только поддерживать разговор, проявляя собственную активность, но и молча выслушивать собеседника, что является проявлением участия к другому.

Подростки и их родители разбиваются на пары. Сначала один рассказывает о себе нечто, что его волнует, беспокоит, на что он не находит ответа. Партнеру разрешается только невербальное выражение чувств по отношению к словам собеседника. Потом участники меняются местами и тот, кто выступал в роли слушателя, говорит о себе. Обмен чувствами, возникшими во время упражнений, проводится в конце упражнения, когда группа собирается в полном составе.

##### ***«Инициатор движения»***

Цель: тренировка социальной сензитивности.

Методика проведения: желающему быть ведущим предлагают выйти из комнаты. В его отсутствие выбирают инициатора движения – он будет показывать движения всем остальным, они будут их повторять. Задача инициатора – производить смену движений так, чтобы водящий не догадался, кто командует. Затем приглашается ведущий и перед ним ставится задача – внимательно наблюдать за всеми, назвать того, кто командует.

##### ***«Нас с тобой объединяет»***

Цель: создание теплой атмосферы, доброжелательности, развитие социальной сензитивности.

Оборудование: мяч.

Методика проведения: участники сидят лицом в круг, у ведущего в руках – мяч. Ведущий бросает мяч кому-либо, называет его по имени и говорит: «Нас с тобой объединяет...»

***Психологическая беседа «Сотрудничать можно и в конфликте»***

Цель: развитие социально-психологической компетентности.

Методика проведения: перед прослушиванием беседы дается задание привести примеры сотрудничества в конфликтной ситуации. Примеры обсуждаются.

***Психодиагностика по методике К. Томаса «Тест описания поведения»***

Цель: определение типа поведения в конфликтной ситуации.

Методика проведения: проводится тестирование, анализируются полученные результаты, рассматриваются плюсы и минусы различных поведенческих стратегий.

***«Закончи предложения в триаде “подросток – родители”»***

Цель: развитие представлений детей и родителей друг о друге, создание доверительной атмосферы.

Материал: карточки с надписями:

Мне хорошо, когда...

Мне грустно, когда...

Я чувствую себя глупо, когда...

Я чувствую себя неуверенно, когда...

Я боюсь, когда...

Я чувствую себя смело, когда...

Счастливее всего я чувствую себя, когда...

Хуже всего я чувствую себя, когда....

Моя жизнь была бы счастливее, если бы я...

Главное, что я хотел (а) бы в себе изменить, это...

Я горжусь собой, когда...

Методика проведения: работа проводится в триаде «подросток – родители». Каждый по очереди вытягивает карточку с предложением и зачитывает ее, другие должны закончить предложение. Желательна обратная связь.

***«Изображение чувств»***

Цель: тренировка адекватного выражения чувств, развитие умения читать эмоциональное состояние партнера.

Методика проведения: ведущий показывает участнику какое-либо чувство. Он передает его таким же способом следующему, и так, пока не дойдет до конца. После идет обсуждение.

***«Свет мой зеркальце, скажи»***

Цель: получить обратную связь от участников группы о своих личностных особенностях, развитие социальной рефлексии.

Методика проведения: все участники становятся в круг и превращаются в «живые зеркала». Основной игрок (доброволец) может подойти к любому зеркалу и задать вопрос: «Свет мой зеркальце, скажи да всю правду доложи: ”Какой я? ”» Тот, к кому обращен вопрос, вербально или невербально отражает основно-

го игрока: он демонстрирует либо яркие особенности его внешних поведенческих проявлений, либо произносит типичные, характерные для него фразы и высказывания. «Отразиться» игрок может по желанию в каждом из участников группы. Желательно, чтобы каждый побывал «человеком в галерее зеркал».

#### **«Ресурсное состояние»**

Цель: сплочение семьи, актуализация приятных переживаний.

Методика проведения: ведущий предлагает триаде (отец – мать – подросток) лист ватмана и цветные карандаши. Путем коллективного обсуждения семья выбирает самый счастливый день в ее жизни. На листе изображена большая ромашка, в центре которой обозначается символ этого дня. На лепестках ромашки члены семьи каждый своим цветом записывают свои приятные воспоминания. На одном – мысли, на другом – чувства, на третьем – цвета, на четвертом – ощущения и на пятом – желания. Затем результат семейного творчества – ромашка – представляется группе.

**Домашнее задание:** каждая семья готовит проект техники безопасности при конфликтах.

### **Блок IV. Формирование умений и навыков разделения и принятия ответственности подростков и их родителей**

#### **Задачи:**

- Информирование о психологической сущности ответственного поведения.
- Осознание личной ответственности детей и родителей за семейную ситуацию.
- Формирование системы ответственного поведения детей и родителей.
- Развитие чувства благодарности друг к другу.
- Обучение рефлексии ситуаций передачи-принятия ответственности за поведение ребенка.

#### **УПРАЖНЕНИЯ**

##### **«Приятные слова»**

Цель: научиться относиться с уважением к другим, замечать их достоинства.

Методика проведения: «Начало встречи мы проведем интересным образом. Вы будете приветствовать друг друга, вспоминая индивидуальные особенности партнеров. В дополнение вы можете сказать ему несколько приятных слов. Например: "Привет, Лена. Мне очень понравилось твое умение слушать других"».

##### **«Я одобряю себя»**

Цель: научиться относиться к себе с уважением и любовью.

Методика проведения: «Начнем наше занятие фразой: "Я одобряю себя". Пусть каждый произнесет эту фразу уверенно, спокойно, вкладывая в нее все свои чувства, и отношение к себе».

##### **«Принимаю ответственность на себя»**

Цель: развитие внутреннего источника оценки.

Методика проведения: вариант для подростков: «Давайте поговорим о том, за что каждый из нас отвечает в жизни. Вы знаете о том, что человек становится личностью, когда принимает ответственность на себя. Если этого не происходит, то мы так и остаемся малыми детьми, сколько бы лет нам ни исполнилось. За что каждый из Вас отвечает в своей жизни? Лично Вы? За покупку хлеба? За уборку комнаты? За уроки? За что? Подумайте и запишите все, что Вы вспомните. На это вам дается 7 минут.

Затем Вы обсудите ваши записи в микрогруппах по 3-4 человека. В каждой группе нужно будет определить самого ответственного, т.е. того, кто сумеет аргументированно обосновать, что он больше других принял ответственность на себя».

Вариант для родителей проводится в супружеских парах. Рассматривается родительская ответственность каждого их супругов.

***Упражнение по домашнему заданию «Техника безопасности при конфликтах»***

Цель: обучение навыкам конструктивного взаимодействия в конфликте.

Методика проведения: на первом этапе идет представление семейных проектов по теме, на втором этапе составляется коллективный проект. Подростки и родители по кругу должны выразить свое отношение к коллективному проекту.

***«По секрету»***

Цель: осознание своих истинных целей и желаний, развитие доверительного отношения к окружающим.

Методика проведения: «У каждого человека есть свои сокровенные желания и цели. Часто мы не говорим о них в силу разных причин. Боимся, что не поймут окружающие, будут смеяться. Сегодня Вы сформулируете основные цели, которые Вы хотели бы достичь в ближайшее время. Подумайте, какие шаги Вам нужно сделать для их достижения. Постарайтесь быть максимально откровенным, Вы уже знаете, что это лучший способ получить внимание и поддержку. Настройтесь на полную откровенность при выполнении этого упражнения».

В зависимости от динамики работы группы возможна работа в парах.

***Психологическая беседа «Резерв ответственности»***

Цель: психологическое информирование.

Методика проведения: перед беседой участники отвечают на вопросы о том, что такое ответственность; чем отличаются ответственные люди; что помогает человеку быть ответственным? После беседы участники еще раз называют резервы ответственности.

***Психодиагностика по методике В.А. Прядеина***

Цель: определение уровня и типа ответственности.

Методика проведения: проводится тестирование, обработка и интерпретация результатов.

***«Чувство ответственности»***

Цель: актуализация чувства ответственности, создание системы ответственных способов поведения.



Методика проведения: «Назовите 5 ситуаций, вызывающих ощущение: ”Чувствую себя ответственным”». Воспроизведите их в своем воображении, запомните чувства, которые при этом возникнут. Теперь представьте, что кладете эти ощущения в надежное место и можете достать оттуда, когда пожелаете. Нарисуйте это место и назовите ощущения».

#### **«Я за тебя отвечаю»**

Цель: прогнозирование поведения другого человека .

Методика проведения: доброволец выбирает из группы того человека, с которым, по его мнению, у него возникло наибольшее взаимопонимание. Упражнение состоит в том, что на вопросы группы, заданные одному человеку, отвечает другой, стремясь отгадать: как бы на эти вопросы отвечал его напарник. Затем проводится обсуждение.

#### **Передача ответственности**

Цель: обучение навыкам передачи и принятия ответственности.

Методика проведения: на первом этапе подростки и их родители составляют список, состоящий из трех колонок (за что отвечает отец, за что отвечает мать, за что отвечает подросток). На втором этапе списки обсуждаются, дискутируется вопрос о том, какие виды ответственности можно оставить родителям и передать подростку или, наоборот, его отцу, матери. Возможно, между отцом и матерью тоже необходимо перераспределение ответственности. На третьем этапе составляется новый согласованный список разделенной ответственности в семье.

#### **«Уровень счастья»**

Цель: пробуждение положительных эмоций по отношению друг к другу, развитие чувства благодарности.

Методика проведения: «Составьте список всего того, за что вы можете быть благодарны судьбе, родителям (детям) в настоящий момент. Проследите, чтобы в Ваш список было включено все, что стоит благодарности». Затем на основе работ строится обсуждение, делается вывод о том, что все мы обязаны своим счастьем друг другу.

**Домашнее задание:** каждая семья окончательно дорабатывает проект семейной ответственности.

### **Блок V. Формирование новой практики общения в детско-родительском взаимодействии**

#### **Задачи:**

- Информирование участников группы о психологических признаках эффективного и неэффективного общения.
- Реорганизация арсенала средств общения в семье.
- Развитие гибкости в общении.
- Обучение навыкам эмпатического слушания.
- Обучение рефлексии изменений, произошедших в процессе тренинговой работы.

## УПРАЖНЕНИЯ

### **«Приветствие по кругу»**

Цель: создание положительного эмоционального фона, активизация и сближение группы.

Оборудование: мяч.

Методика проведения: участники по очереди бросают друг другу мяч, называя при этом слово, которое может выражать приветствие.

### **«Рожицы»**

Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое.

Методика проведения: родители и подростки получают карточки, на которых обозначены те или иные эмоциональные состояния и затем по очереди их изображают. Задача группы – определить, какое состояние было изображено.

### **«Точка зрения»**

Цель: развитие гибкости мышления, тренировка способности к аргументации, возможность увидеть ситуацию с разных точек зрения, умение слушать другого.

Методика проведения: группа делится на две команды – команда родителей и команда подростков. Подросткам нужно аргументированно доказать, что ребенка необходимо наказывать за то, что он получил двойку. Вся команда ищет убедительные доказательства этой точки зрения.

Родители в это время коллективно работают над доказательством версии, что ребенка ни в коем случае нельзя наказывать за то, что он получил двойку.

Через 7-10 минут команды начинают дискуссию на заданную тему. После того как все аргументы будут высказаны, командам неожиданно предлагается сменить свою точку зрения на противоположную и доказать друг другу обратное, но теперь уже без подготовки.

### **Дискуссия на тему «Дети и родители: противостояние или сотрудничество?»**

Цель: коррекция детско-родительских отношений.

Методика проведения: подбираются ряд жизненных ситуаций, в которых наиболее часто выражена конфронтация между детьми и родителями (мода, деньги, прически, порядок в доме, работа на даче и т.п.), затем выслушиваются точки зрения обеих сторон с аргументированным обоснованием своих позиций. На третьем этапе можно опровергать точку зрения оппонентов с помощью своих доводов.

### **«Идеальный родитель», «Идеальный ребенок»**

Цель: обучение навыкам сотрудничества.

Материалы: бумага, фломастеры.

Методика проведения: на первом этапе родители и подростки должны записать не менее 10 характеристик-ответов на вопросы: «Какой он, идеальный родитель?», «Какой он, идеальный ребенок?». На втором этапе сравниваются представления детей и родителей об идеальном родителе и ребенке. Затем группа садится в большой круг и участники по очереди высказываются, ком-

ментируя общее и специфическое в представлениях детей и родителей, отвечая на вопросы группы.

#### **«Картина»**

Цель: дать детям и родителям почувствовать радость совместного творчества, ощутить себя единым целым.

Методика проведения: группа садится в круг. «Сейчас мы все вместе будем рисовать картину и делать это мы будем не карандашами и красками, а словами. Я беру большой лист бумаги и "рисую" на нем линию горизонта. Я передам эту картину следующему (имя сидящего рядом участника). Он возьмет картину и продолжит "Я вижу на этой картине линию горизонта и рисую на ней (показывает то, что хочет внести в картину) и передаю картину следующему (имя следующего участника)". Когда картина обошла круг, и каждый добавил в нее что-то свое, картину комментирует ведущий.

#### **«Словесный портрет»**

Цель: научить видеть и отражать положительные качества окружающих людей.

Методика проведения: ведущий собирает визитки всех участников и затем раздает их группе так, чтобы у каждого оказалась визитка другого человека. Затем нужно сесть на стул и рассказать об этом человеке от первого лица, но не называя его имени. Говорить нужно только хорошее. Группа должна догадаться, о ком идет речь.

#### **«День рождения»**

Цель: создание положительного эмоционального настроения...

Методика проведения: «Представьте, что у кого-то из членов группы сегодня день рождения. Люди приходят к нему в гости и дарят "подарки". Условие: дарить то, что этому человеку нужно для успеха, для того, чтобы ему легче жилось. Именинник должен догадаться, что ему подарили».

#### **«Цветные ассоциации»**

Цель: рефлексия изменений, произошедших в группе.

Методика проведения: участники садятся в круг. «Каждый из Вас подумает о том, какого он сейчас цвета. Давайте только подумаем об этом и ничего не будем говорить. Теперь пусть каждый обратит внимание на своего соседа слева и постарается понять, какого он сейчас цвета, с Вашей точки зрения. Затем кто-нибудь первым скажет своему соседу слева, какого он, его сосед, сейчас цвета, и пояснит, почему он так решил. Потом тот, кто только что выслушал впечатление о себе, выскажет свое мнение своему соседу и т.д. по кругу. После того, как круг замкнется, каждый назовет тот цвет, который он выбрал для себя в начале упражнения».

#### **«Семейная скульптура»**

Цель: закрепление новых стереотипов поведения.

Методика проведения: по желанию одна из семей рассказывает свою актуальную семейную историю. Затем она пытается изобразить эту историю в виде семейной скульптуры. Каждый из членов семьи рассказывает о чувствах, которые он испытывает в этой ситуации, как положительных, так и отрицатель-

ных. Ведущий фиксирует эти чувства. Затем участникам скульптуры предлагается визуализировать свои чувства. На роль каждого из названных чувств каждый сам выбирает какого-либо участника тренинга. Ожившие чувства беседуют со своим хозяином. После этого семье предлагается построить вновь семейную скульптуру на уровне новых переживаний.

#### **«Больше всего мне понравилось»**

Цель: отреагирование эмоций

Методика проведения: родители и подростки садятся в круг и вспоминают прошедшие занятия – то, что им понравилось больше всего, делятся своими впечатлениями о том, что дал тренинг для каждого, что нового они узнали.

**Домашнее задание:** прочитать книгу В. Сатир «Как строить себя и свою семью?»

### **Апробация и проверка эффективности технологии**

*Эффективность тренинга «Семейный круг».* Анализ различий между показателями группы до и после эксперимента с помощью t-критерия Стьюдента показал, что достоверные позитивные изменения в структуре родительских позиций произошли по 26 параметрам у отцов и 19 параметрам у матерей ( $p$  от 0,05 до 0,001). С учетом различий на уровне достоверности 0,1 эти изменения произошли соответственно по 42 и 33 показателям из 66.

В большей мере оказались подвержены изменению конформные, неустойчивые, потакающие родительские позиции, в меньшей степени – директивные, лидерские, автономные и отстраненные.

В качестве критериев эффективности технологии приняты: 1) интегральные показатели родительских позиций – отношение к ребенку, родительской роли и воспитательной практике; 2) восприятие воспитательной практики родителей подростками.

Анализ эффективности технологии по интегральным показателям родительских позиций показал следующее.

*Отношение к ребенку.* У отцов произошло снижение чрезмерной требовательности к подростку ( $t = -1500$  при  $p = 0,08$ ), скептицизма ( $t = -1,127$  при  $p = 0,07$ ), недоверия к нему ( $t = -2,236$  при  $p = 0,002$ ), потакания и уступчивости ( $t = 2,862$  при  $p = 0,009$ ). В отношении к ребенку, прежде всего, подверглись изменению неадекватные социальной ситуации развития подростков проявления: чрезмерная забота ( $t = -2,331$  при  $p = 0,02$ ); подавление воли ребенка ( $t = -1,765$  при  $p = 0,05$ ); чрезвычайное вмешательство во внутренний мир ребенка ( $t = -1,413$  при  $p = 0,09$ ); проекция детских качеств ( $t = -2,452$  при  $p = 0,02$ ).

Отношение к ребенку у матерей трансформировалось через такие показатели, как чрезмерная забота о ребенке, подавление его воли, излишняя строгость, чрезвычайное вмешательство во внутренний мир ребенка, уравнивательные отношения с ним (соответственно  $t = -2,343$  при  $p = 0,02$ ;  $t = -2,343$  при  $p = 0,02$ ;  $t = -1,524$  при  $p = 0,08$ ;  $t = -1,430$  при  $p = 0,04$ ;  $t = -1,464$  при  $p = 0,09$ ).

*Отношение к родительской роли.* У отцов снизились ощущения самопожертвования в роли родителя ( $t = -3,873$  при  $p = 0,003$ ); раздражительность, вспыльчивость родителя ( $t = -2,283$  при  $p = 0,02$ ); безучастность родителя

( $t = -2,875$  при  $p = 0,009$ ); усилилась маскулинная направленность воспитательной позиции отца ( $t = 1,922$  при  $p = 0,04$ ).

Подвижными оказались такие параметры отношения матерей к родительской роли, как раздражительность, зависимость и несамостоятельность матери ( $t = -2,040$  при  $p = 0,03$ ;  $t = -1,953$  при  $p = 0,04$ ).

*Отношение к воспитательной практике.* Перестройка отношения отцов к воспитательной практике выразилась в большей устойчивости стиля воспитания ( $t = -2,535$  при  $p = 0,01$ ); снижении уровня неразвитости родительских чувств ( $t = -2,212$  при  $p = 0,01$ ) и уменьшении стремления решать свои личностные проблемы за счет ребенка ( $t = -1,406$  при  $p = 0,09$ ); проекции нежелательных, женских и мужских качеств на подростка (соответственно  $t = -1,406$  при  $p = 0,09$ ;  $t = -1,464$  при  $p = 0,09$ ;  $t = -2,538$  при  $p = 0,01$ ).

Изменение отношения к воспитательной практике у матерей связано с повышением уровня протекции ( $t = 2,097$  при  $p = 0,03$ ); снижением неудовлетворения потребностей ребенка, ( $t = -1,562$  при  $p = 0,08$ ) количества запретов ( $t = -1,769$  при  $p = 0,05$ ) и воспитательной неуверенности ( $t = -1,557$  при  $p = 0,08$ ). Уменьшилась склонность матерей решать свои личностные проблемы за счет ребенка через проекцию на него женских качеств ( $t = -1,500$  при  $p = 0,08$ ).

На основе второго критерия – *восприятие воспитательной практики родителей подростками* – выявлено, что перестройка родительских позиций в аспекте их адекватности отразилась на мнении детей. Снижился уровень ее восприятия как директивной, враждебной, автономной и непоследовательной у отцов (соответственно  $t = -2,586$  при  $p = 0,01$ ;  $t = -1,802$  при  $p = 0,009$ ;  $t = -2,287$  при  $p = 0,01$ ;  $t = -1,500$  при  $p = 0,08$ ) и у матерей (соответственно  $t = -2,218$ ;  $t = -1,143$  при  $p = 0,08$ ;  $t = -2,585$  при  $p = 0,01$ ;  $t = -1,546$  при  $p = 0,08$ ). Больше подростков стали воспринимать воспитательную практику как позитивный интерес отцов и матерей к ним (соответственно  $t = 1,809$  при  $p = 0,05$ ;  $t = 1,629$  при  $p = 0,09$ ).

Выявлены также достоверные различия по 45 показателям родительских позиций в группе после эксперимента и идентичной контрольной группе. Сохранились достоверные различия экспериментальной группы после тренинга по 39 показателям из 66 с эталонной группой родителей с адекватными родительскими позициями.

Таким образом, результаты апробации технологии подтвердили возможность коррекции воспитательной практики в семьях подростков через формирование адекватности родительских позиций. Она может выполнять как коррекционную, так и профилактически-развивающую функции.

### **5.5 Программа занятий с матерями по изменению проблемного поведения детей «Супермама»\***

Теоретической основой программы является бихевиористский подход и использование поведенческих техник, которые изначально ориентированы на действие — в процессе работы родитель обязательно должен что-то делать.

---

\* Программа разработана и апробирована педагого-психологом Э. Мартинкевич (2008).

Можно отметить много плюсов данного подхода в повышении эффективности взаимодействия между родителями и детьми:

1 Эти техники хорошо организованы и последовательно структурированы, что позволяет сократить число неудач в решении задач. Быстрый успех, в свою очередь, уже на начальных стадиях работы создает у родителей позитивный настрой, вселяет в них уверенность в себе. Структурированность обеспечивает условия для создания реально работающей модели.

2 Они подчеркивают положительные стороны человека: здоровье, компетентность, способности.

3 Они понятны, в них нет ничего мистического. Психолог использует понятную лексику, и поэтому техники без труда воспринимаются родителями.

4 В процессе применения родители легко замечают свой прогресс и быстрое продвижение в решении проблем. Успех их ободряет.

5 Родители обучаются методам решения проблем, в рамках которых трудности преодолеваются через общение с ребенком. Такой подход дает модель для решения подобных проблем и конфликтов в будущем.

*Цель программы:* повышение родительской компетентности в вопросах преодоления проблемного поведения ребенка.

*Задачи:* актуализация процесса восприятия родителями семейной ситуации; обучение умению определять поведение-мишень, составлять план поэтапного изменения поведения ребенка, продуктивно организовывать общение с ним.

#### *Организационные принципы*

Тренинг предназначен для родителей учеников младших классов. В реальной работе, учитывая особенности участников группы, программный курс может быть модифицирован исходя из запросов родителей.

Тренинг рассчитан минимум на 12 встреч продолжительностью 2 часа каждая с периодичностью 1 раз в месяц. Первое и второе занятия проводятся с небольшим промежутком. Состав группы 8-12 человек.

Проведение занятий предполагает наличие свободного пространства.

В комнате должно быть несколько столов, стулья по количеству участников, стенд либо доска для закрепления информационного материала. Для проведения некоторых упражнений понадобятся тетрадь («Дневник поэтапного изменения проблемного поведения»), ручки, информационные материалы по количеству участников.

План занятий предусматривает 3 основные части:

I Вводная часть.

II Рабочее время.

III Обсуждение.

Вводная часть служит для включения участников в работу. Повышается комфортность в группе и устанавливается возможность взаимодействия друг с другом, а также связь между всеми занятиями.

Все занятия необходимо начинать с краткого обзора предыдущей встречи. Очень важно спрашивать родителей, не хотят ли они высказаться (любые чувства, мысли или вопросы) по поводу последнего занятия. Другой очень важный момент — обсуждение того, что родители пробовали делать сами меж-

ду занятиями (реализация плана изменения поведения ребенка на практике), каких результатов они достигли.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Тема занятия	Кол-во часов
Вводное: «Знакомство. Сделаем решительный шаг»	2
Импульсивность	2
Вспыльчивость	2
Драчливость	2
Тревожность	2
Дефицит внимания	2
Ябедничество	2
Игнорирование просьб родителей	2
Неисполнение домашних обязанностей	2
Нечестность	2
Заключительное: «Не забывайте повторять ребенку, что Вы его любите»	2
Всего:	22

Обсуждение является важнейшей частью каждого занятия, поскольку позволяет членам группы сконцентрироваться на том, что они узнали во время тренинга. Обсуждение затрагивает внутриличностные процессы, межличностное взаимодействие, новые чувства, мысли, поведение и возможности применения новых знаний.

Обсуждение следует проводить после выполнения каждого упражнения и в конце занятия. Если не уделять должного внимания обсуждению, все предыдущие этапы теряют смысл, обсуждение помогает структурировать весь материал занятия. Это дает возможность понять точно и ясно, что произошло, помогает закрепить новый опыт.

Предлагаем для ознакомления два занятия из данной программы: вводное и одно из занятий основного курса.

### **ЗАНЯТИЕ 1. ВВОДНОЕ**

*Тема:* «Сделаем решительный шаг».

*Цель:* знакомство участников друг с другом, с формой работы. Выяснение ожиданий и опасений родителей. Общая ориентация в проблемах родителей.

## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ

### **1 Введение в тренинг**

Психолог знакомит родителей с целью, задачами и программой работы. Раскрывает условия, режим работы, вводит правила группового взаимодействия. Рассказывает, в какой форме будут проводиться занятия и каким основным темам они будут посвящены.

### **2 Знакомство**

Для снятия напряжения и разогрева с родителями проводится игра-переключка. Для ее организации используются сведения о детях, представленные в анкете, заполненной родителями при поступлении детей в школу. Например, ведущий спрашивает у родителей:

– Присутствует ли мама мальчика, у которого есть собака? Он очень любит рисовать, собирать «Лего».

– Есть ли мама девочки, которая имеет кошку, хомяка, а также очень любит сказку «Красавица и чудовище»? И так далее.

Затем родители представляются, высказывают свои ожидания и опасения относительно занятий.

### **3 Групповая дискуссия**

– Что в поведении моего ребенка беспокоит меня больше всего?

– Как я справляюсь с данными ситуациями?

– Каковы результаты моих усилий?

Психолог дает возможность высказаться каждому участнику, рассказать о ситуациях проблемного поведения детей, о предпринимаемых родителями усилиях и их результативности. По окончании ведущий подчеркивает актуальность данных ситуаций и множественность подходов к их разрешению.

### **4 Информационный блок**

Психолог раскрывает родителям философию, лежащую в основе метода поэтапного изменения проблемного поведения ребенка (приложение М), знакомит участников с алгоритмом по изменению поведения «5 ключей для "починки" поведения ребенка»:

I Определить поведение-мишень.

II Составить целостный план поэтапного изменения.

III Ввести штрафные санкции.

IV Дать себе обещание приступить к изменениям.

V Ограничить свое обязательство тремя неделями.

### **5 Упражнение «Поведение-мишень»**

Первый этап — самый главный: родитель должен выделить ту особенность плохого поведения, которая беспокоит больше всего. У ребенка может быть несколько качеств, которые требуют исправления, поэтому нужно помнить, что работать в одно и то же время можно с одним, максимум с двумя из них.

Можно составить более точный план действий. Нельзя говорить: «Он не слушается», следует сконцентрировать свои усилия на конкретном качестве, которое надо искоренить, например: «Он дерзит».



Далее группа делится на две подгруппы. Каждой выдается карточка «Проблемное поведение ребенка» (приложение Н), на которой перечислены особенности проблемного поведения ребенка. Участники совместно группируют схожие поведенческие проявления и определяют проблему. Затем каждая подгруппа зачитывает своеобразную характеристику ребенка, обсуждает частоту поведенческих проявлений, актуальность проблемы для группы.

### **6 Упражнение «Планирование»**

Как только выделены негативные качества, необходимо составить целостный план по их преодолению, который:

- отталкивается от особенностей поведения Вашего ребенка (существующее поведение);
- определяет новые качества взамен старых (желаемое поведение);
- подробно излагает способы изменения (стратегию);
- описывает, как Вы будете добиваться своей цели, проводить переобучение (пошаговое планирование).

Психолог просит, опираясь на материал предыдущего упражнения, записать в колонке слева проблемное поведение, существующее на данный момент, в колонке справа — желаемое поведение, оно должно быть положительно, позитивно сформулировано (отсутствие «не»).

Существующее поведение	Желаемое поведение
Конфликтность	Доброжелательность

После обмена мнениями психолог обращает внимание на то, что остается еще два этапа: знакомство со стратегиями преодоления и пошаговое планирование конкретных проблем.

### **7 Информационный блок**

В воспитании детей существует непреложный факт: дети непременно делают то, чего вы от них не ждете. Это им свойственно, поэтому у вас должен быть готов план на случай проблемного поведения, которое продолжается несмотря на убедительные наставления, увещевания и строгий вид. Совершенно очевидно, что вы не можете оставить такое поведение без последствий. Ребенок должен научиться отвечать за свои поступки, поэтому применение штрафных санкций является третьим ключом к изменению поведения. Это один из важнейших секретов хорошей дисциплины и действенное средство для сохранения нормальной психики.

Как правило, нет нужды наказывать ребенка для обеспечения хорошей дисциплины; никогда не следует прибегать к шлепкам и другим телесным наказаниям. Но в некоторых случаях применение определенных штрафных санкций становится необходимым. И хотя каждая ситуация особенна и отличается от других, существуют общие рекомендации по их применению (приложение О).

### **8 Упражнение «Штрафные санкции»**

Работа в подгруппах. Психолог просит, опираясь на предыдущий информационный материал, записать примерный перечень штрафных санкций, кото-

рые родители применяют, либо такие санкции, которые (в зависимости от возраста ребенка и обстоятельств плохого поведения) можно применить. После обмена мнениями психолог может дополнить перечень примерными санкциями (приложение П).

После применения штрафных санкций необходимо попросить ребенка рассказать, что он сделал не так и что в следующий раз сделает иначе. Маленьким детям и тем, у кого есть сложности с запоминанием, нужно помогать находить правильные ответы. Можно попросить ребенка отразить это в рисунке. Для исправления поведения ребенка очень важно помочь ему понять, что именно он сделал неправильно, чтобы снизить вероятность повторения такого поведения в будущем.

Психолог обращает внимание на недопустимость физического наказания (от шлепков до порки), приводит результаты психологических исследований (например, Леонарда Эрона) и делает вывод о том, что чем жестче родители наказывают своих детей, тем агрессивнее те становятся в отношениях с другими детьми. Впоследствии такие дети вырастают в агрессивных родителей собственных агрессивных детей.

### **9 Информационный блок**

Психолог дает информацию о двух последних «ключках» примерно следующего содержания.

Даже самый лучший план изменения поведения ребенка не начнет действовать до тех пор, пока родитель не даст себе обещания приступить к его выполнению и не будет затем настойчиво придерживаться плана, чтобы добиться успеха. Так что дайте себе обещание приступить к изменениям.

Если вы хотите справиться с негативным поведением, то должны выделить себе испытательный срок — 21 день. Не рассчитывайте на мгновенный успех: изменения в поведении так быстро не происходят. Они станут заметны как минимум через три недели постоянных повторений, поэтому не стоит торопиться. Ограничьте свое обязательство тремя неделями и не сдавайтесь, пока не увидите положительных изменений.

### **10 Резюмирование**

Психолог подводит итог разговора об алгоритме изменения проблемного поведения ребенка и об использовании его в последующей работе над конкретными проблемами.

### **11 Упражнение «Проживание состояния «YES»**

Участники делают четыре карточки: «Прошлое», «Настоящее», «Будущее», «Будущее спустя n-е время после изменения». Далее предлагает расположить карточки по линии времени. Участники становятся рядом с карточкой и стараются прочувствовать собственное состояние в заданный момент. Начинать необходимо с настоящего. Линии участников не должны пересекаться или быть продолжением друг друга.

Обмен мнениями:

– Что я чувствую в момент достижения цели, преодоления проблемного поведения моего ребенка?

– Что произойдет дальше?

## **12 Обратная связь**

В конце занятия для подведения итогов и формулировки запросов на следующее занятие проводится процедура «Обратная связь». Участники отвечают либо письменно, либо устно в свободной форме на вопросы:

- Чем полезна именно для вас данная встреча?
- Что является самым важным из того, чему вы научились в группе?
- Ваши пожелания на следующее занятие.

## **ЗАНЯТИЕ 2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ**

*Тема* «Драчливость».

*Цель:* знакомство родителей со стратегиями преодоления драчливости, составление плана поэтапного преодоления драчливости.

### **СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

#### **1 Приветствие**

#### **2 Краткий обзор предыдущей встречи**

Психолог спрашивает родителей, не хотят ли они что-нибудь сказать по поводу последнего занятия. Далее происходит обсуждение того, что родители пробовали делать сами (реализация плана изменения поведения ребенка на практике), каких результатов они достигли. Психолог знакомит родителей с задачами на данное занятие.

#### **3 Психогимнастическое упражнение**

Участникам предлагается встать и поменяться местами по какому-либо признаку.

#### **4 Информационный блок**

«Четыре шага к избавлению от драчливости»

Все дети время от времени дерутся. Возможно, драка – это единственное известное им средство взять ситуацию под свой контроль. Безусловно, злость и огорчение – нормальные чувства, однако выражать их дракой ненормально. Это очень быстро становится привычкой, от которой крайне трудно избавиться. Исследования показывают, что из драчливых детей очень часто вырастают хулиганы, люди, плохо ведущие себя в семье, или жестокие родители. Существует четыре шага к избавлению от драчливости.

Далее психолог раскрывает суть каждого шага (приложение Р), затем предлагает поработать с «Дневником поэтапного изменения проблемного поведения».

#### **5 Упражнение «Самоанализ»**

По мнению многих специалистов, агрессивность — приобретенное поведение. Психолог предлагает подумать, какой пример родители сами подают ребенку. Вопросы читаются с большими паузами, чтобы родители могли ответить на них себе (ответ можно записать).

– Насколько хорошо Вы демонстрируете ребенку «спокойствие под обстрелом»?

– Как Вы реагируете на стрессы и сложные жизненные обстоятельства, не проявляя агрессии?

– Как Вы обычно реагируете на агрессивное поведение ребенка? Сохраняете ли Вы спокойствие или кричите, критикуете, бранитесь, читаете нотации, шлепаете его?

– Может быть, именно Ваша реакция порождает агрессию ребенка?

– Если это так, что вы предпримете, чтобы изменить свое поведение и подавать ребенку пример спокойствия?

Затем составить план изменений и записать его в «Дневник...».

### **6 Упражнение «Беседа»**

Психолог предлагает обратиться к шагу 1 и поработать в парах для тренировки беседы с ребенком о том, что родителя беспокоит и какие последствия ждут ребенка (приложение Р). Затем участники меняются ролями. В ходе обсуждения участники делятся своими впечатлениями и отвечают на вопросы:

– Легко ли было сказать о том, что беспокоит?

– Убедительно ли звучали слова родителя?

### **7 Упражнение «Приемлемая альтернатива»**

Психолог предлагает обратиться к шагу 2. Группа делится на подгруппы, каждой из которых выдается список приемлемых альтернатив (приложение С). Подгруппы в результате обсуждения выбирают те альтернативы, которые считают наиболее приемлемыми. Затем каждая подгруппа зачитывает свой список, а остальные участники дополняют его, перечисляя удачные приемы.

### **8 Упражнение «Эффективное взаимодействие»**

Ребенок зачастую дерется потому, что не знает, как иным способом выйти из конфликтной ситуации. Задача взрослого – научить этому ребенка. С этой целью в группе обсуждаются наиболее часто встречающиеся конфликтные ситуации. Психолог предлагает в парах проиграть конфликтную ситуацию, отработать использование формулы «Я хочу, чтобы...». Участник в роли ребенка должен сказать, чего он хочет от другого человека. Заявление должно быть направлено на возникшую проблему: «Ты взял мою игрушку, и я хочу, чтобы ты мне ее отдал». Обзывать и унижать другого недопустимо. Затем участники меняются ролями.

В ходе обсуждения участники делятся своими впечатлениями и отвечают на вопросы:

– Легко ли было просить предмет?

– Какие действия или слова побудили отдать предмет?

– Используется ли в семье такой способ влияния, как просьба?

– Насколько он эффективен?

### **9 Упражнение «Поощрение»**

Психолог предлагает обратиться к шагу 3. Обсуждение в кругу возможных способов поощрения дружелюбного поведения ребенка. Группа делится на подгруппы, составляет список возможных способов поощрения. Затем каждая подгруппа зачитывает свой список, а остальные участники дополняют его, перечисляя удачные приемы.

### **10 Упражнение «Штрафные санкции»**

Психолог предлагает обратиться к шагу 4. Группа делится на подгруппы. Далее, используя материал первого занятия, необходимо выбрать те

штрафные санкции, которые могут быть введены в ситуации повторяющейся драчливости. Затем каждая подгруппа зачитывает свои меры, а остальные участники дополняют.

### ***11 Упражнение «Обязательства по изменению проблемного поведения ребенка»***

Психолог просит обратиться к «Дневнику...» и предлагает прописать по пунктам, как участники будут использовать четыре шага. Психолог обращает внимание на тот факт, что вероятность успеха на 90% зависит от того, начнется ли реализация плана в ближайшие сутки или нет. Он просит родителей записать, что они предпримут в течение ближайших 24 часов, чтобы начать процесс поэтапного изменения проблемного поведения ребенка.

### ***12 Упражнение «Проживание состояния "YES"»***

Психолог просит использовать четыре карточки: «Прошлое», «Настоящее», «Будущее», «Будущее спустя n-е время после изменения». Предлагается расположить карточки по линии времени. Участники становятся рядом с карточкой и стараются прочувствовать собственное состояние в заданный момент. Начинать необходимо с настоящего. Линии участников не должны пересекаться или быть продолжением друг друга.

Обмен мнениями.

– Что я чувствую в момент достижения цели, преодоления драчливости моего ребенка?

– Что произойдет дальше?

### ***13 Результаты поэтапного изменения проблемного поведения ребенка***

Исправление поведения – это тяжелая, кропотливая работа, которая должна проводиться последовательно и основываться на закреплении поведения через родительское поощрение.

Движение ребенка к изменениям может быть очень медленным, но обязательно необходимо отмечать и поощрять каждый его шаг на этом пути. Потребуется не меньше 21 дня, чтобы появились первые результаты, поэтому не нужно спешить сдаваться. Необходимо помнить, что если не сработает один подход, то сработает другой.

### ***14 Домашнее задание***

Еженедельно фиксировать прогресс в поведении ребенка, ежедневно отмечать успехи в «Дневнике...».

### ***15 Обратная связь***

Для подведения итогов и формулирования запросов на следующее занятие проводится процедура «Обратная связь». Участники отвечают письменно либо устно в свободной форме на вопросы:

– Чем полезна именно для Вас данная встреча?

– Что является самым важным из того, чему Вы научились в группе?

– Какие конкретные приемы Вы будете использовать?

– Ваши пожелания на следующее занятие.

## Выводы по пятой главе

Психологическая работа с родителями – довольно сложное направление. Нередко родители не сомневаются в своей компетентности, обвиняя в случае возникновения затруднений в детско-родительских отношениях школу, общество. Часто родителям сложно признать ошибочность своих мыслей, чувств, действий. На фоне этого внутри семьи между отцом и матерью неравномерно распределяется воспитательная активность. В большинстве случаев воспитанием, эмоциональным общением с детьми занимается мать, отец же делает это «по настроению». В итоге, в семье не наблюдается системности воздействий. Родители для ребенка редко выступают единым целым.

Практически вопрос целенаправленного формирования осознанного родительства разработан недостаточно.

Исходя из этого, возникают противоречия:

- между потребностью в изучении родительства как интегрального психологического образования личности; психологических факторов, определяющих его формирование, с одной стороны, и недостаточной разработанностью этой проблемы – с другой;
- между практической необходимостью в целенаправленном формировании осознанного родительства, с одной стороны, и неразработанностью психолого-педагогических технологий формирования осознанного родительства, с другой стороны.

Формирование родительства зависит от субъективно-психологических факторов разного уровня: *макросистемы* – уровня общественных влияний (путем социальных стереотипов, норм, ожиданий и так далее); *мезосистемы* – уровня влияния родительской семьи (ценности родительской семьи, установки и ожидания родительской семьи, авторитет родителей и так далее); *микросистемы* – уровня собственной семьи (осознанность исполнения родительской роли, особенности межличностных отношений, удовлетворенность браком и так далее).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Материнство – это один из неоднозначных и многогранных феноменов, силой любви передающий из поколения в поколение как биологические, так и социальные особенности человечества, его традиции и культуру.

Одинокое материнство – это отдельная социальная категория, распространившаяся сравнительно недавно. Именно поэтому она требует особо пристального внимания со стороны ученых различных научных отраслей, не исключая и психологию.

Данная работа посвящена проведению теоретического и эмпирического исследования проблемы материнства в неполной семье, которое позволило решить поставленные задачи и подтвердить гипотезы.

Исходя из полученных результатов, можно сделать следующие выводы:

1 Анализ психолого-педагогических исследований по данной проблеме позволил определить понятие «материнство» как систему осознанных отношений матери к материнству в целом, к себе как матери, материнской роли, к своему ребенку, проявляющихся в материнской позиции, стиле семейного воспитания и родительской ответственности.

Материнство в неполной семье, по мнению автора, – это феномен, проявляющийся в изменении его содержания, а именно: в снижении степени осознанности материнских позиций и установок; негативном отношении к отцу ребенка и снижении степени проявления материнской любви; высоком уровне устойчивости поведения, снижении степени ответственности и осознанности стиля воспитания.

2 Структура материнства в полной семье включает в себя три компонента: *когнитивный* (представление о материнстве, осознанность материнского отношения, семейных ценностей, лежащих в основе воспитания), *эмоциональный* (особенности материнской любви и симпатии, характер материнских переживаний, осознанность материнских чувств), *поведенческий* (особенности принятия материнской роли, осознанность стиля воспитания, позиций и ответственности).

Психологические особенности материнства в неполной семье проявляются в изменении содержания и соотношения структурных компонентов: когнитивного, эмоционального, поведенческого. В неполной семье содержание материнства характеризуется смещением показателей по всем компонентам *как в сторону увеличения значений* (когнитивный образ идеальной матери, эмоциональный образ реальной матери, поведенческий образ реальной матери, материнские роли, материнские переживания), *так и в сторону уменьшения показателей* (осознанность материнских позиций и установок, материнского отношения, материнских чувств, стиля воспитания и материнской ответственности).

3 Отсутствие отца в семье подталкивает женщину к выполнению родительских функций по воспитанию ребенка за обоих родителей с целью развития ребенка, ничем не отличающегося от своих сверстников из полных семей. Выполнение этих функций имеет свои особенности и проявляется в двух вариан-

тах: копирование поведения мужчины в семье (квазиотцовские функции) или собственный стиль поведения в соответствии с сложившейся ситуацией (компенсаторные функции).

Особенности выполнения основных функций по воспитанию детей в неполной материнской семье зависят от уровня осознанности материнства: чем выше уровень осознанности, тем больше поведение матери приближено к поведению женщины, воспитывающей ребенка вместе с мужем, что позволяет компенсировать его отсутствие в неполной семье.

4 На особенности материнства в неполной семье влияет совокупность двух социально-психологических условий, определяющих его формирование и становление: *социальные* (социокультурные особенности общества, особенности воспитания в родительской семье) и *психологические* (обстоятельства жизни, индивидуально-типологические особенности женщины-матери).

5 Факторами, составляющими психологическую структуру материнства в неполной семье, являются *«представления о материнстве»*, которые отражают когнитивную составляющую материнского поведения в идеально и реально создаваемом образе одинокой матери; *«материнские чувства»*, которые характеризуют эмоциональную сторону в поведении матери-одиночки; *«материнское поведение»*, отражающее некоторые поведенческие аспекты материнского отношения к процессу воспитания и степень осознанности выбора родительской роли.

6 Степень выраженности показателей компонентов материнства и их содержание по-разному проявляется в различных типах матерей в полной и неполной семье. В *полной семье*: *«созидательная мать»* (позитивное отношение к материнству в целом, к себе как к родителю, к ребенку, основанное на его безусловном принятии, обусловленное его достоинствами и достижениями, к супругу как к родителю, высокая осознанность материнской ответственности, минимальность санкций); *«жертвенная мать»* (высокая степень осознанности семейных ценностей, материнского отношения, позитивное отношением к ребенку, основанное на его безусловном принятии и обусловленное его достоинствами и достижениями, негативное отношение к супругу как к родителю, развитая когнитивная и поведенческая составляющая материнской любви, позитивный поведенческий образ идеальной матери, устойчивость материнской роли, потворствование); *«адаптивная мать»* (низкие значения по параметрам: «эмоциональный образ реальной матери», «поведенческий образ реальной матери», «эмоциональный образ идеальной матери», «поведенческий образ идеальной матери», высокая степень осознанности выбора стиля воспитания, материнских позиций, чувств, установок).

В *неполной семье*: *«позитивная мать»* (высокие значения показателей образа «идеальной» и «реальной» матери, позитивное отношение к отцу ребенка как к родителю, позитивное отношение к ребенку, основанное на его безусловном принятии, эмоциональная и поведенческая составляющие материнской любви, гиперпротекция); *«сознательная мать»* (высокая степень осознанности ценности семьи, материнского отношения, родительской любви, позитивное отношение к материнству); *«традиционная мать»* (развитый соци-



альный аспект материнской идентичности, низкие значения когнитивной составляющей материнской любви, негативная оценка образа «реальной», «идеальной» матери и отца ребенка как родителя, недостаточность требований-запретов).

7 Развитие трех структурно-содержательных компонентов неполного материнства обеспечивается через реализацию *программы психологического сопровождения*, состоящей из четырех этапов. *Первый этап* – диагностический, направлен на выявление индивидуальных особенностей материнства в неполных материнских семьях. *Второй этап* – информационный, проводится с целью передачи теоретических знаний о психологии материнства и его особенностях в неполной семье. *Третий этап* – тренинговый, направлен на развитие составляющих неполного материнства до его «идеального» образа (гармонично развитой личности женщины) и адекватных способов построения взаимоотношений с ребенком. *Четвертый этап* – консультативный, необходим для выработки стратегии поведения одинокой матери с учетом индивидуально-типологических особенностей и особенностей ребенка для гармоничного взаимодействия друг с другом.

8 Проверка результативности разработанной программы психологического сопровождения «Счастье материнства» осуществлялась на каждом из трех этапов по следующим критериям: уровень знаний; ориентировка в педагогической ситуации; достоверность различий показателей до и после проведения занятий; эмоциональное состояние клиента после консультации; удовлетворенность клиента результатами консультации; эмоциональные реакции участников во время и после проведения тренинга; усвоение и применение полученных навыков на практике; степень выраженности показателей структуры материнства до и после занятий.

9 Реализация программы психологического сопровождения материнства позволила увеличить выраженность показателей компонентов материнства в неполной семье, повысить уровень знаний участников программы по проблеме родительства и материнства и перенести их в повседневную жизнь во взаимодействие со своим ребенком.

Полученные теоретические и практические результаты могут стать основой для дальнейшего изучения материнства в неполной семье и позволяют наметить перспективные направления, среди которых:

1 Изучение особенностей одинокого материнства в зависимости от причин его возникновения и социальных характеристик, таких как количество детей в семье, социальное положение женщины, уровень ее материального и психологического благополучия.

2 Исследование особенностей неполных расширенных семей и влияние близких родственников на формирование материнства.

3 Проведение этнопсихологических (кросскультурных) исследований особенностей материнства в неполной семье.

4 Разработка методики диагностики психологических особенностей материнства в неполной семье.

5 Выявление особенностей влияния каждого типа матери-одиночки на развитие личности ребенка.

6 Разработка развивающей работы для матерей-одиночек и программы подготовки практических психологов, работающих с семьей.

Эффективное материнство в неполной семье можно формировать с помощью специальных психолого-педагогических технологий, проблемно ориентированных тренингов, основанных на диадном взаимодействии отца и матери. Формирование родительства зависит от субъективно-психологических факторов разного уровня: *макросистемы* – уровня общественных влияний (путем социальных стереотипов, норм, ожиданий и так далее); *мезосистемы* – уровня влияния родительской семьи (ценности родительской семьи, установки и ожидания родительской семьи, авторитет родителей и так далее); *микросистемы* – уровня собственной семьи (осознанность исполнения родительской роли, особенности межличностных отношений, удовлетворенность браком и так далее).

Формирование родительства является источником педагогических целей и средством их достижения одновременно в плане рассмотрения семьи как педагогической системы. Психолого-педагогическое формирование родительства в изучаемой системе должно основываться на педагогическом потенциале семьи.

Психолого-педагогическое формирование родительства включает два аспекта:

1 Формирование родительства как средства воспитания ребенка.

2 Формирование родительства как частного случая социализации ребенка в аспекте передачи представлений о семейных ролях, родительских и супружеских функциях.

Родительское воздействие на ребенка осуществляется постоянно, несмотря на то, осознанно оно или стихийно. Неосознаваемое воздействие, потеря или несформированность целей воспитания ведут к непрогнозируемым результатам. В связи с этим мы основываем психолого-педагогическое формирование родительства на осознании себя родителем, осознании своих педагогических воздействий на ребенка.

В *современной семье* родительство в значительной степени определяется *микросистемой факторного влияния*, воздействие же мезо- и макросистемы более слабо по сравнению с традиционной семьей. Соответственно, родительство в современной семье обусловлено целями супругов, их мировоззрением, ценностями и другими факторами. Отсюда следует вывод, что при создании коррекционно-развивающих программ и технологий психологической работы с семьей следует опираться именно на факторы микросистемы (педагогический потенциал семьи) и внутренние факторы (индивидуальные особенности личности).

**Родительство** – интегральное психологическое образование личности отца и матери, включающее совокупность ценностных ориентаций, установок и позиций родителя, родительских отношений и чувств, основанное на осознании духовного единства с брачным партнером по отношению к своим или приемным детям, разделении родительской ответственности, которое выражает себя в определенном стиле семейного воспитания.

Каждый компонент содержит эмоциональные, когнитивные и поведенческие составляющие. Родительство проявляется как на субъективно-личностном уровне, так и на надындивидуальном уровне.

Связь компонентов родительства осуществляется через взаимообусловленность составляющих их когнитивных, эмоциональных и поведенческих аспектов, которые являются психологическими формами проявления родительства.

➤ **Особенностью семейных ценностей** является то, что они по своей сути представляют сплав эмоций, чувств, убеждений и поведенческих проявлений.

*Когнитивная* составляющая ценностных ориентаций супругов характеризуется тем, что информация в ней находится на уровне убеждений. Прежде всего, это убеждения в приоритетности каких-либо целей, типов и форм поведения, а также убеждения в приоритетности каких-либо объектов в некоторой иерархии.

*Эмоциональная* составляющая реализуется в эмоциональной окраске и оценочном отношении наблюдаемого явления. Именно эмоциональный аспект, определяющий переживания и чувства человека, показывает значимость той или иной ценности, является своеобразным маркером определения приоритетов.

*Поведенческая* составляющая может быть как рациональной, так и иррациональной; главное в ней – направленность на реализацию ценностной ориентации, достижение значимой цели, защиту той или иной субъективной ценности и так далее.

Рассматривая семейные ценности в плане **формируемости**, важно принимать во внимание относительную устойчивость ценностей как личностного образования. Однако, учитывая ведущую роль родителей в формировании ценностей ребенка, подрастающей личности, необходимо делать акцент на осознании и переживании ценностей семьи в ходе психологической работы с родителями, демонстрировать передачу ценностей от поколения к поколению, способствуя тем самым формированию ценностного компонента. Для осознания значимости той или иной ценности в некоторой иерархии для личности родителя можно вести психологическую работу с опорой на эмоциональную составляющую ценностных ориентаций.

➤ **Родительские установки и ожидания** являются установками на цели и средства деятельности в области родительства.

*Когнитивный* аспект касается знаний и представлений о репродуктивной норме общества, о распределении родительских ролей, а также включает реальный и идеальный образ ребенка.

*Эмоциональный* аспект представляет собой совокупность взглядов, суждений, оценок, а также доминирующий эмоциональный фон относительно реализации родительских установок и ожиданий.

*Поведенческий* аспект родительских установок и ожиданий реализуется в репродуктивном поведении, во взаимоотношениях супругов, в родительском отношении, стиле семейного воспитания.

**Формирование и развитие** данного компонента должно касаться коррекции идеальных и реальных образов ребенка и родителей.

Родительские установки и ожидания, а также семейные ценности являются основополагающими для остальных компонентов родительства и реализуются в направленности личности родителя и направленности его поведения.

➤ **Родительское отношение** – относительно устойчивое явление, содержание которого включает амбивалентные элементы эмоционально-ценностного отношения и может изменяться в определенных. Родительское отношение реализуется, в частности, в регулировании эмоциональной дистанции. Обычно дистанцирование осуществляется.

*Когнитивная* составляющая содержит представления о различных способах и формах взаимодействия с ребенком, знания и представления о целевом аспекте этих взаимоотношений, а также убеждения в приоритетности тех направлений взаимодействия с ребенком, которые реализуют родители.

*Эмоциональная* составляющая включает оценки и суждения о различных типах родительского отношения, а также доминирующий эмоциональный фон, сопровождающий поведенческие проявления родительского отношения.

*Поведенческая* составляющая представляет собой формы и способы поддержания контакта с ребенком, формы контроля, воспитание взаимоотношениями путем определения дистанции общения.

Особое внимание в плане **формирования** должно уделяться навыкам и формам общения родителей, анализу взаимодействия в семье, развитию уважения к личности ребенка. Кроме того, развитие и коррекция родительского отношения должны основываться на осознании восприятия с точки зрения ребенка того или иного типа родительского отношения.

➤ **Родительские чувства** – особая группа чувств, занимающая особое место по значимости в жизни человека среди других эмоциональных связей. Одно из основных чувств – родительская любовь – источник и гарантия эмоционального благополучия человека, поддержания физического и психического здоровья. Содержание родительских чувств может быть амбивалентным и противоречивым.

*Когнитивная* составляющая проявляется на двух уровнях:

- социально одобряемых знаниях и представлениях относительно того, какие чувства должны испытывать родители по отношению к своим детям;
- знаниях и представлениях о том образе ребенка (идеальном и/или реальном), который вызывает весь спектр родительских чувств.

*Эмоциональная* составляющая представлена всей гаммой чувств и доминирующим эмоциональным фоном, сопровождающим оценки образа ребенка и себя как родителя.

*Поведенческая* составляющая включает доверительность, эмоциональную близость, заботу о ребенке, аффективные стереотипы контактирования с ребенком. С нашей точки зрения, поведенческая составляющая может быть как конгруэнтной, так и не конгруэнтной по отношению к эмоциональной составляющей.

**Формирование** компонента родительских чувств должно опираться на развитие умения понимать чувства членов семьи, прежде всего ребенка, и адекватно выражать свои чувства, а также на развитие навыков рефлексии исполнения родительской роли. В целях коррекции негативных сторон родительских чувств можно опираться на когнитивную составляющую компонента в плане осознания самооценности личности ребенка, а не его как средства для достижения каких-либо целей родителя.

➤ **Родительские позиции** представляют собой реальную направленность взаимодействия с ребенком, в основе которой лежит сознательная или бессознательная оценка ребенка.

*Когнитивная* составляющая включает представления о реальном и идеальном образе ребенка, о существующих позициях родителя, о своей родительской позиции.

*Эмоциональная* составляющая представляет собой доминирующий эмоциональный фон, суждения и оценки относительно реального образа ребенка, своих родительских позиций и относительно взаимодействия родители – дети.

*Поведенческая* составляющая содержит коммуникативные позиции родителей, прогностический аспект (планирование) дальнейшего взаимодействия с ребенком. Родительские позиции реализуются в поведении отца и матери в том или ином типе воспитания, то есть в тех или иных способах воздействия и в характере обращения с ребенком.

**Формирование** родительских позиций должно опираться на осознание и развитие прогностического аспекта форм взаимодействия с ребенком с использованием различных родительских позиций, а также коррекции уровня притязаний родителя по отношению к ребенку.

➤ **Родительская ответственность** в своей основе имеет дуальную природу: это ответственность перед социумом и перед своей совестью.

Член семьи может нести ответственность за других отдельных членов семьи (жену, мужа, детей) и за семью в целом. Роль лидера, главы семьи предполагает именно ответственность за семью в целом, а не просто за отдельных близких людей.

*Когнитивная* составляющая включает представления об ответственном и безответственном поведении родителя, о распределении ответственности между супругами в других семьях и в своей семье.

*Эмоциональная* составляющая касается отношения к распределению ответственности в семье, эмоциональных переживаний, связанных с этим, и оценка себя как родителя с точки зрения ответственности.

*Поведенческая* составляющая касается контроля своего поведения и происходящих событий, характеризуется занимаемой ролью в семье.

**Формирование** компонента ответственности должно опираться на ориентацию родителя именно на внутреннюю ответственность – перед собственной совестью, а не перед обществом по отношению к собственной семье и ее членам.

➤ **Стиль семейного воспитания** является выразителем взаимодействия вышеперечисленных компонентов, его проявление наиболее очевидно. Стиль

семейного воспитания в большей степени, по сравнению с другими компонентами родительства, детерминирует личностное становление и развитие ребенка.

*Когнитивная* составляющая основывается на родительских установках и ожиданиях в отношении образа ребенка и роли в воспитании супруга. Также эта составляющая включает общие представления родителей о возможных способах взаимодействия с ребенком и стилях воспитания. Кроме вышеперечисленного, фундаментальным основанием когнитивной составляющей являются ценности родителей, которые детерминируют не только данную составляющую стиля воспитания, но и направленность личности родителя, в том числе и все его поведение.

*Эмоциональную* составляющую стиля семейного воспитания определяют родительские чувства, эмоциональный фон в общении с ребенком, чувства к брачному партнеру, отношение к распределению ответственности и ролей в семье; оценка себя как родителя, в целом.

В *поведенческой* составляющей реализуется воспитательный аспект форм и способов взаимодействия с ребенком; предоставление ребенку относительной свободы; отношения зависимости/независимости; вмешательство в мир ребенка; акцент на ребенке и другие.

**Формирование** стиля семейного воспитания как компонента родительства должно опираться на расширение поведенческого репертуара родителя, развитие комплементарности и согласованности поведенческой составляющей стиля семейного воспитания, коррекции идеальных и реальных образов ребенка и себя в роли родителя.

Результативность психологической поддержки родительства, в частности материнства, во многом зависит от правильной организации диагностического процесса. Различные объективные диагностические показатели и субъективные жалобы матерей и их детей определяют тот или иной вид помощи и участие психолога в этом процессе.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Абрамова, Г. С. Возрастная психология [Текст] : учебное пособие для вузов / Г. С. Абрамова. – М. : Академия, 1999. – 672 с.
- 2 Авдеева, Н. Н., Хаймовская, Н. А. Зависимость типа привязанности ребенка ко взрослому от особенностей их взаимодействия [Текст] / Н. Н. Авдеева, Н. А. Хаймовская // Психологический журнал. – 1999. – Т.20, №1. – С. 39-48.
- 3 Адлер, А. Воспитание детей. Взаимодействие полов [Текст] / А. Адлер. – Ростов н/Д. : Феникс, 1998. – 448 с.
- 4 Алексеева, Л. С. Неполная семья: состояние и тенденции развития [Текст] / Л. С. Алексеева // Отечественный журнал социальной работы. – 2005. – № 2. – С. 49-50.
- 5 Алешина, Ю. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование [Текст] / Ю. Алешина. – М. : Класс, 2003. – 336 с.
- 6 Андриюшина, Е .В. Семья и здоровье подростка [Текст] / Е. В. Андриюшина. – М. : АСТ, 2008. – 112 с.
- 7 Арьес, Ф. Ребенок и семейная жизнь при старом порядке [Текст] / Ф. Арьес. – Екатеринбург : Изд-во Уральского ун-та, 1999. – 416 с.
- 8 Асмолов, А. Г. Психология личности [Текст] : учебник / А. Г. Асмолов. – М. : МГУ, 1990. – 367 с.
- 9 Баженова, О. В. Готовность к материнству: выделение факторов, условий психологического риска для будущего развития ребенка [Текст] / О. В. Баженова, Л. Л. Баз, О. А. Копыл // Синапс. – 1993. – № 4. – С. 35-42.
- 10 Баз, Л. И. Изменение в мотивационно-потребностной сфере женщин во время беременности [Текст] /Л. Л. Баз // Ежегодник Российского психологического общества : материалы 3-го Всероссийского съезда психологов. 25-28 июня 2003 года. – СПб. : Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2003. – Т.1. – С. 268-270.
- 11 Бердяев, С. Н. Эрос и личность (Философия любви и пола) [Текст] / С. Н. Бердяев. – М. : Прометей, 1989. – 157 с.
- 12 Битянова, М. Р. Организация психологической работы в школе [Текст] / М. Р. Битянова // Практическая психология в образовании. – 2-е изд., испр. – М. : Совершенство, 1998. – 298 с.
- 13 Битянова, М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками [Текст] / М. Р. Битянова. – СПб. : Питер, 2005. – 304 с.
- 14 Бовуар, С. Второй пол [Текст] / С. Бовуар. – СПб. : Алтейя, 1997. – 832 с.
- 15 Борисенко, Ю. В. Психология отцовства [Текст] / Ю. В. Борисенко. – М. : Обнинск: ИГ-СОЦИН, 2007. – 220 с.
- 16 Боулби, Дж. Привязанность [Текст] / Дж. Боулби. – М. : Гардарики, 2003. – 477 с.
- 17 Брандт, Г. А. Природа женщины как проблема [Текст] / Г. А. Брандт // Общественные науки и современность. – 1998. – №2. – С. 167-180.
- 18 Братусь, Б. С. Анатомия личности [Текст] / Б. С. Братусь. – М. : Мысль, 1988. – 301 с.
- 19 Бронфенбреннер, У. Два мира детства. Дети в США и СССР [Текст] / У. Бронфенбреннер. – М. : Прогресс, 1986. – 168 с.

- 20 Брутман, В. И. Формирование привязанности матери к ребенку в период беременности [Текст] / В. И. Брутман, М. С. Радионова // Вопросы психологии. – 1997. – № 6. – С. 38 - 47.
- 21 Брутман, В. И. Динамика психологического состояния женщин во время беременности и после родов [Текст] / В. И. Брутман, Г. Г. Филиппова, И. Ю. Хамитова // Вопросы психологии. – 2002. – №1. – С. 59-68.
- 22 Булгаков, А. Современные амазонки? (О проблеме неполной семьи) [Текст] / А. Булгаков // Семья и школа. – 1989. – № 8. – С. 32-34.
- 23 Буренкова, Е. В. Изучение взаимосвязи стиля семейного воспитания личностных особенностей ребенка и стратегии поведения значимого взрослого [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / Е. В. Буренкова. – Пенза, 2000. – 237 с.
- 24 Бурменская, Г. В. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей [Текст] / Г. В. Бурменская, О. А. Карабанова, А. Г. Лидерс. – М. : Изд-во МГУ, 2005. – 300 с.
- 25 Буянов, М. И. Ребенок из неблагополучной семьи [Текст] / М. И. Буянов. – Киев : Просвещение, 2004. – 207 с.
- 26 Бэкон, Ф. Сочинения [Текст] : в 2 т. / Ф. Бэкон. – М. : Мысль, 1970. – Т.1. – 368 с.
- 27 Вагин, И. Мастер-класс. Тренинги [Текст] / И. Вагин, П. Рипинская. – М. : Астрель, 2005. – 271 с.
- 28 Варга, А. Я. Структура и типы родительского отношения [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / А. Я. Варга. – М., 1996. – 234 с.
- 29 Вассерман, Л. И. Родители глазами подростка. Психологическая диагностика в медико-педагогической практике [Текст] / Л. И. Вассерман, И. А. Горьковская, Е. Е. Ромицина. – СПб. : Речь, 2004. – 256 с.
- 30 Васягина, Н. Н. Субъектное становление матери в современном социокультурном пространстве России [Текст] : автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Н. Н. Васягина. – Екатеринбург, 2011. – 45 с.
- 31 Винн, М. Семья без отца [Текст] / М. Винн. – М. : Наука, 1975. – 206 с.
- 32 Винникотт, Д. В. Маленькие дети и их матери [Текст] / Д. В. Винникотт. – М. : Класс, 1998. – 80 с.
- 33 Виткин, Д. Мужчина и стресс [Текст] / Д. Виткин. – СПб. : Питер, 1996. – 224 с.
- 34 Ворошнина, О. Р. Психологическая коррекция депривированного материнства [Текст] : дис. ... канд. психол. наук. / О. Р. Ворошнина. – М., 1998. – 202 с.
- 35 Воспитание детей в неполной семье [Текст] / под ред. Н. М. Ершовой. – М. : Прогресс, 1980. – 206 с.
- 36 Гаврилова, Т. П. К проблеме влияния распада семьи на детей дошкольного возраста [Текст] / Т. П. Гаврилова // Семья и формирование личности. – М., 1981. – С.10.
- 37 Ган, М. П. Я сама: В помощь неполной семье [Текст] / М. П. Ганн. – М. : Комментарий, 2003. – 45 с.
- 38 Гарбузов, В. И. Нервные дети [Текст] / В. И. Гарбузов. – Л. : Медицина, 1990. – 176 с.



- 39 Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? [Текст] / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : Астрель, 2008. – 238 с.
- 40 Голод, С. И. Перспективы моногамной семьи: сравнительный межкультурный анализ [Текст] / С. И. Голод // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2003. – Т. VI, №2. – С. 106-119.
- 41 Горбушина, О. Психологический тренинг [Текст] / О. Горбушина. – СПб. : Питер, 2008. – 176 с.
- 42 Грей, Д. Мужчина с Марса, женщина с Венеры [Текст] / Д. Грей. – Киев : София, 2005. – 352 с.
- 43 Грецов, А. Психологические тренинги с подростками [Текст] / А. Грецов. – СПб. : Питер, 2008. – 368 с.
- 44 Гурко, Т.А. Родительство: социологические аспекты [Текст] / Т. А. Гурко. М. : Центр общечеловеческих ценностей, 2003. – 164 с.
- 45 Данилова, С. С. Одинокое материнство в общественном мнении [Текст] / С. С. Данилова // СОЦИС. – 2009. – №5. – С. 138-141.
- 46 Дементьева, И. Ф. Негативные факторы воспитания детей в неполной семье [Текст] / И. Ф. Дементьева // СОЦИС. – 2001. – №11. – С. 108-113.
- 47 Дементьева, И. Ф. Социализация детей в семье: теории, факторы, модели [Текст] / И. Ф. Дементьева. – М. : Генезис, 2004. – 232 с.
- 48 Демографический ежегодник России 2010 [Текст]. – М. : Росстат, 2010. – 525 с.
- 49 Докинз, Р. Эгоистичный ген [Текст] / Р. Докинз. – М. : Мир, 1993. – 318 с.
- 50 Дружинина, Н. Педагогическая поддержка подростков из неполных семей [Текст] / Н. Дружинина // Социальная педагогика. – 2007. – №1. – С. 45-50.
- 51 Евтихов, О. В. Практика психологического тренинга [Текст] / О. В. Евтихов. – СПб. : Речь, 2004. – 256 с.
- 52 Евтихов, О. Тренинг лидерства [Текст] / О. Евтихов. – М. : Речь, 2007. – 254 с.
- 53 Елизаров, А. Н. Введение в психологическое консультирование [Текст] / А. Н. Елизаров. – М. : Ось-89, 2004. – 208 с.
- 54 Ермихина, М. О. Формирование осознанного родительства на основе субъективно психологических факторов [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / М. О. Ермихина. – Казань, 2004. – 168 с.
- 55 Ермолаев, О. Ю. Математическая статистика для психологов [Текст] / О. Ю. Ермолаев. – М. : Флинта, 2003. – 335 с.
- 56 Жигалин, С. С. Формирование адекватных родительских позиций как способ коррекции воспитательной практики семьи подростка [Текст] : автореф. дис... канд. психол. наук / С. С. Жигалин. – Екатеринбург, 2004. – 27 с.
- 57 Журавлев, Д. Неполные семьи: как помочь детям? [Текст] / Д. Журавлев // Народное образование. – 2006. – № 1. – С. 211-218.
- 58 Зайцева, Т. В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие [Текст] / Т. В. Зайцева. – СПб. : Речь, 2002. – 80 с.

- 59 Захаров, А. И. Происхождение детских неврозов и психотерапия [Текст] / А. И. Захаров. – Л. : Медицина, 1978. – 246 с.
- 60 Захарова, Е. И. Развитие личности в ходе освоения родительской позиции [Текст] / Е. И. Захарова // Культурно-историческая психология. – 2008. – №2. – С. 24-29.
- 61 Здравомыслова, О. М. Российская семья на европейском фоне [Текст] / О. М. Здравомыслова, М. Ю. Арутюнян. – М. : Едиториал УРСС, 1998. – 176 с.
- 62 Иванова, Е. И. Внебрачное материнство в России [Текст] / Е. И. Иванова, А. Р. Михеева // СОЦИС. – 2006. – №6. – С. 72-115.
- 63 Исенина, Е. О. О некоторых понятиях онтогенеза базовых качеств матери [Текст] / Е. О. Исенина // Журнал практического психолога. – 2000. – № 4-5. – С. 49-63.
- 64 Исупова, О. Социальный смысл материнства в современной России [Текст] / О. Исупова // Социологические исследования. – 2000. – №11. – С. 98-107.
- 65 Каменева, Т. Н. Материнство в неполной семье: личностные и социальные проблемы [Текст] : дис. ... канд. социол. наук / Т. Н. Каменева. – Курск, 2003. – 160 с.
- 66 Кант, И. Собрание сочинения [Текст] : в 8 т. / И. Кант. – М. : Чоро, 1994. – Т.8. – 718 с.
- 67 Каримова, З. Х. Жизненные ценности одиноких матерей [Текст] / З. Х. Каримова // Социологические исследования. – 2006. – № 6. – С. 133-136.
- 68 Киблицкая, М. В. Исповеди одиноких матерей [Текст] / М. В. Киблицкая. – М. : Эслан, 1999. – 160 с.
- 69 Кипнис, М. Тренинг семейных отношений. [Текст] / М. Кипнис. – М. : Ось-89, 2005. – Ч. 2. Родительство. – 128 с.
- 70 Ключева, Н. В. Психолог и семья: диагностика, консультации, тренинги [Текст] / Н. В. Ключева. – Ярославль : Академия развития, 2002. – 160 с.
- 71 Коваленко, Н. П. Перинатальная психология [Текст] / Н. П. Коваленко. – СПб. : Ювента, 2007. – 197 с.
- 72 Колбахина, И. Теоретическое направление гендерного анализа домохозяйства и некоторые вопросы социальной политики [Текст] / И. Колбахина // Гендер и экономика: мировой опыт и экспертиза российской практики. – М. : Русская панорама, 2002. – 96 с.
- 73 Кон, И. С. Ребенок и общество [Текст] / И. С. Кон. – М. : Наука, 1988. – 270 с.
- 74 Копыл, О. А. Готовность к материнству : выделение факторов, условий психологического риска для будущего развития ребенка [Текст] / О. А. Копыл, Л. Л. Баз, О. В. Баженова // Синапс. – 1993. – № 4 – С. 35-42.
- 75 Копытин, А. И. Практикум по арт-терапии [Текст] / А. И. Копытин. – СПб. : Питер, 2001. – 448 с.
- 76 Корнеева, Т. В. Психологические проблемы детско-родительских отношений в неполной семье [Текст] / Т. В. Корнеева // Ребенок в детском саду. – 2007. – № 3. – С. 3-8.
- 77 Короленко, Ц. П. Сексуальность в постсовременном мире [Текст] /

- Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – М. : Культура, 2011. – 326 с.
- 78 Кочубей, Б. И. Мужчина и ребенок [Текст] / Б. И. Кочубей. – М. : Знание, 1900. – 80 с.
- 79 Крайг, Г. Психология развития [Текст] / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000. – 992 с.
- 80 Курпатов, А. В. Первое руководство для родителей. Счастье вашего ребенка [Текст] / А. В. Курпатов. – М. : ОЛМА Медиа Групп, 2009. – 288 с.
- 81 Ланцбург, М. Е. О применении экзистенциального гуманистического подхода в психологическом консультировании беременных женщин и молодых родителей [Текст] / М. Е. Ланцбург // Журнал практического психолога. – 2003. – № 4-5 – С. 22-37.
- 82 Лебедев, П. А. Семейное воспитание [Текст] / П. А. Лебедев. – М. : Академия, 2001. – 408 с.
- 83 Левитов, Н. Д. Отчего возникают недостатки в характере школьников и как их исправить [Текст] / Н. Д. Левитов. – М. : АПН РСФСР, 1961. – 173 с.
- 84 Леонтьев, А. Н. Потребности, мотивы и эмоции [Текст] : конспект лекций / А. Н. Леонтьев. – М. : Изд-во МГУ, 1971. – 40 с.
- 85 Лефевр, В. А. Рефлексия [Текст] / В. А. Лефевр. – М. : Когито-Центр, 2003. – 496 с.
- 86 Леус, Т. В. Материнство – опыт трех поколений : психологическое сопровождение беременных женщин [Текст] / Т. В. Леус. – М. : Изд-во ИП РАН, 2005. – 318 с.
- 87 Ли, Д. Практика группового тренинга [Текст] / Д. Ли. – СПб. : Питер, 2002. – 224 с.
- 88 Лидерс, А. Г. Психологический тренинг с подростками [Текст] / А. Г. Лидерс. – М. : Академия, 2004. – 256 с.
- 89 Лисина, М. И. Формирование личности ребенка в общении [Текст] / М. И. Лисина. – СПб. : Питер, 2009. – 410 с.
- 90 Луныкова, Л. Г. О современном уровне жизни семей одиноких матерей [Текст] / Л. Г. Луныкова // СОЦИС. – 2001. – №8. – С. 86-96.
- 91 Макаренко, А. С. Книга для родителей [Текст] / А. С. Макаренко. – М. : Педагогика, 1983. – 160 с.
- 92 Мальтеникова, Н. П. Технология формирования ценностного отношения к родительству [Текст] : методическое пособие для психологов, социальных педагогов и классных руководителей / Н. П. Мальтеникова. – Курган, 2007. – 46 с.
- 93 Мальтеникова, Н. П. Этнопсихологические особенности формирования родительства в поликультурной среде (на примере казахских, татарских, русских семей) [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / Н. П. Мальтеникова. – Курган, 2005. – 130 с.
- 94 Марковская, И. М. Опросник для изучения взаимодействия родителей с детьми [Текст] / И. М. Марковская // Семейная психология и семейная терапия. – 1999. – №2 – С.94-108.
- 95 Марковская, И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми [Текст] / И. М. Марковская. – СПб. : Речь, 2002. – 150 с.

- 96 Матейчик, З. Некоторые психологические проблемы воспитания детей в неполной семье [Текст] / З. Матейчик. – М. : Прогресс, 1980. – С. 70-98.
- 97 Мещерякова, С. Ю. Психологическая готовность к материнству [Текст] / С. Ю. Мещерякова // Вопросы психологии. – 2000. – №5 – С. 18-27.
- 98 Мещерякова, С. Путь к материнству начинается с младенчества [Текст] / С. Мещерякова // Дошкольное воспитание. – 2002. – № 11. – С. 81-88.
- 99 Милюкова, Е. В. Формирование когнитивного, эмоционального, поведенческого компонентов родительской любви [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е. В. Милюкова. – Екатеринбург, 2004. – 27 с.
- 100 Минюрова, А. Психологическое сопровождение материнства: Смысловое переживание материнства [Текст] / А. Минюрова, Е. А. Тетерлева. – Екатеринбург, 2005. – 166 с.
- 101 Мухамедрахимов, Р. Ж. Мать и младенец: психология взаимодействия [Текст] / Р. Ж. Мухамедрахимов. – СПб. : Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2003. – 285 с.
- 102 Мухина, В. С. Возрастная психология : феноменология развития, детство, отрочество [Текст] : учебник для студ. вузов / В. С. Мухина. – М. : Академия, 2003. – 456 с.
- 103 Мухина, В. С. Типы материнского отношения к ребенку и психологические проблемы материнства [Текст] / В. С. Мухина // Наука и образование. – 2004. – №1. – С. 131-133.
- 104 Некрасов, А. А. Материнская любовь [Текст] / А. А. Некрасов. – М. : Астрель, 2009. – 256 с.
- 105 Некрасова, О. В. Книга для родителя, или Полноценный ребенок из неполной семьи [Текст] / О. В. Некрасова. – М. : Компания «Спутник+», 2004. – 57 с.
- 106 Немировский, К. Мама и я – неполная семья [Текст] / К. Немировский // Психолог в детском саду. – 2006. – № 4. – С. 46-57.
- 107 Николаева, Я. Г. Воспитание ребенка в неполной семье : организация педагогической и социальной помощи неполным семьям [Текст] : пособие для психологов и педагогов / Я. Г. Николаева – М. : ВЛАДОС, 2006. – 159 с.
- 108 Нусхаева, З. Х. Особенности социализации детей из неполных семей [Текст] / З. Х. Нусхаева // Социальная педагогика. – 2005. – № 2. – С. 63-66.
- 109 Обухова, Л. Ф. Детская психология [Текст] / Л. Ф. Обухова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1996. – 374 с.
- 110 Овчарова, Р. В. Психология родительства [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Р. В. Овчарова. – М. : Академия, 2005. – 368 с.
- 111 Осипова, Е. Принципы воспитания ребенка в неполной семье [Текст] / Е. Осипова // Школьный психолог. – 2008. – № 10. – С. 24-27.
- 112 Ощенкова, А. П. Некоторые тенденции развития современной семьи [Текст] / А. П. Ощенкова // Аналитический вестник совета Федерации ФС РФ. – 2002. – № 11(167). – С. 35.

- 113 Павлова, О. Н. Теория привязанности, стили привязанности и особенности ее нарушения [Текст] / О. Н. Павлова // Семейная психология и семейная терапия. – 2001. – №2. – С. 19.
- 114 Падурина, Е. А. Развитие позитивных родительских чувств как фактор коррекции самооценки дошкольников [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / Е. А. Падурина. – Екатеринбург, 2008. – 231 с.
- 115 Пайнз, Д. Бессознательное использование своего тела женщиной. Психоаналитический подход [Текст] / Д. Пайнз. – СПб. : Питер, 1997. – 193 с.
- 116 Панкратова, Н. В. Социальные и биологические аспекты родительства [Текст] / Н. В. Панкратова // СОЦИС. – 2006. – № 10. – С. 116-123.
- 117 Практикум по социально-психологическому тренингу [Текст] / под ред. Б. Д. Парыгина. – СПб. : Изд-во СПбГУ, 1997. – 216 с.
- 118 Психодиагностические методы изучения личности [Текст] : учебное пособие / ред. и сост. Т. А. Ратанова, Н. Ф. Шляхта. – М. : Флинта, 2000. – 320 с.
- 119 Радаева, З. Г. Психолог и классный руководитель. Трудные проблемы решаем вместе [Текст] / З. Г. Радаева, Л. В. Александрова. – Курган : ИПКи-ПРО Курганской области, 2008. – 72 с.
- 120 Рамих, В. А. Материнство как социокультурный феномен [Текст] : автореф. дисс. ... д-ра филос. наук / В. А. Рамих. – Ростов н/Д., 1995. – 32 с.
- 121 Розинаева, Г. Супружество, материнство и отцовство [Текст] / Г. Розинаева. – Минск : Полымя, 1984. – 143 с.
- 122 Рудестам, К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика [Текст] / К. Рудестам. – СПб. : Питер, 2005 – 368 с.
- 123 Рудова, Н. Е. Система воспитания ценностного отношения к материнству [Текст] : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н. Е. Рудова. – СПб., 2009. – 21 с.
- 124 Рябов, О. В. Женщина и женственность в философии Серебряного века [Текст] / О. В. Рябов. – Иваново : Ивановский государственный университет, 1997. – 159 с.
- 125 Савина, Е. А. Родители и дети: психология взаимоотношений [Текст] / Е. А. Савина, Е. О. Смирнова. – М. : Когито-Центр, 2003. – 230 с.
- 126 Самоукина, Н. В. Игры в школе и дома [Текст] : Психотехнические упражнения и коррекционные программы / Н. В. Самоукина. – М. : Новая школа, 1995. – 144 с.
- 127 Самоукина, Н. В. Симбиотические аспекты отношений между матерью и ребенком [Текст] / Н. В. Самоукина // Вопросы психологии. – 2000. – № 3. – С. 67-81.
- 128 Сатир, В. Как строить себя и свою семью [Текст] / В. Сатир. – М. : Педагогика-Пресс, 1992. – 192 с.
- 129 Сафин, В. Ф. Психологическая сущность ответственности личности [Текст] / В. Ф. Сафин. – Уфа, 1986. – 127 с.
- 130 Семья в психологической консультации : Опыт и проблемы психологического консультирования [Текст] / под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. – М. : Педагогика, 1989. – 208 с.

- 131 Сидорова, Т. Н. Исследование особенностей когнитивного и поведенческих компонентов социальной ответственности [Текст] / Т. Н. Сидорова. – М. : АПН СССР, 1987. – С. 51-54.
- 132 Силаева, Е. Г. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования [Текст] / Е. Г. Силаева. – М. : Пресс, 2002. – 192 с.
- 133 Скобло, Г. В. Система «мать – дитя» в раннем возрасте как объект психопрофилактики [Текст] / Г. В. Сколбо, О. Ю. Дубовик // Социальная и клин. психиатрия. – 1992. – №2. – С. 75-78.
- 134 Скромная, Ю. Е. Субъективная готовность к материнству как психологическому феномену [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Ю. Е. Скромная. – М., 2006. – 30 с.
- 135 Смирнова, Е. О. Структура и динамика родительского отношения в онтогенезе ребенка [Текст] / Е. О. Смирнова // Вопросы психологии. – 2007. – № 2. – С. 57-68.
- 136 Смирнова, Е. О. Теория привязанности: концепции и эксперимент [Текст] / Е. О. Смирнова // Вопросы психологии. – 1995. – №3. – С. 139-151.
- 137 Нагель, О. П. Формирование у мальчиков дошкольного возраста основ мужественности // Современный детский сад. – 2008. – №7. – С. 9-19.
- 138 Соколова, Е. Т. Влияние на самооценку нарушений эмоциональных контактов между родителями и ребенком и формировании аномалии личности [Текст] / Е. Т. Соколова // Семья и формирование личности.– М. : Педагогика, 1981. – С.15-21.
- 139 Спиваковская, А. С. Как быть родителем [Текст] / А. С. Спиваковская. – М. : Педагогика, 1986. – 160 с.
- 140 Спиркин, А. Г. Сознание и самосознание [Текст] / А. Г. Спиркин. – М. : Издательство политической литературы, 1972. – 303 с.
- 141 Столин, В. В. Семья в психологической консультации : опыт и проблемы психологического консультирования [Текст] / В. В. Столин, А. А. Бодалев. – М. : Педагогика, 1989. – 208 с.
- 142 Столяренко, А. М. Психология и педагогика [Текст] : учебное пособие для вузов / А. М. Столяренко - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2001. – 423 с.
- 143 Сухомлинский, В. А. Избранные педагогические сочинения [Текст] : в 3 т. / В. А. Сухомлинский. – М. : Педагогика, 1979. – Т. 1. – 355 с.
- 144 Сысенко, В. А. Роль матери в формировании личности ребенка [Текст] / В. А. Сысенко // Народонаселение. – 2002. – №2. – С. 19-32.
- 145 Тетерлева, Е. А. Смысловые переживания материнства как новообразование самосознания женщины [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / Е. А. Тетерлева. – М., 2006. – 214 с.
- 146 Титаренко, В. Я. Семья и формирование личности [Текст] / В. Я. Титаренко – М. : Мысль, 1987. – 352 с.
- 147 Токарева, Ю. А. Психологические основания воспитательной деятельности отца [Текст] : автореф. дисс. ... д-ра. психол. наук / Ю. А. Токарева. – Екатеринбург, 2012. – 48 с.
- 148 Фердинандсен, К. Радости и печали материнства [Текст] / К. Фердинандсен. – СПб. : Руфь, 2004. – 205 с.

- 149 Филиппова, Г. Г. Психология материнства [Текст] / Г. Г. Филиппова. – М. : Институт психотерапии, 2002. – 240 с.
- 150 Фоппель, К. Энергия паузы [Текст] / К. Фоппель. – М. : Генезис, 2006. – 240 с.
- 151 Фрактишек, Х. Любовь, материнство, будущее [Текст] / Х. Фрактишек. – М. : Прогресс, 1982. – 205 с.
- 152 Фрейд, З. Введение в психоанализ [Текст] : лекции / З. Фрейд. – М. : Наука, 1989. – 456 с.
- 153 Фридман, Л. М. Психология воспитания. Книга для всех кто, любит детей [Текст] / Л. М. Фридман. – М. : Сфера, 1999. – 208 с.
- 154 Фромм, Э. Душа человека [Текст] / Э. Фромм. – М. : Транзиткнига, 2004. – 572 с.
- 155 Хамяляйнен, Ю. Воспитание родителей. Концепции, направления и перспективы [Текст] / Ю. Хамяляйнен. – М. : Просвещение, 1993. – 112 с.
- 156 Хоментаскас, Г. Г. Семья глазами ребенка [Текст] / Г. Г. Хоментаскас. – М. : Педагогика, 1989. – 160 с.
- 157 Хьелл, Л. Теории личности [Текст] / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб. : Питер. – 2007. – 607 с.
- 158 Целуйко, В. М. Одинокая мать и ее ребенок / В. М. Целуйко // Психология семьи и семейная терапия. – 2005. – №1. – С. 72.
- 159 Целуйко, В. М. Психология современной семьи [Текст] : книга для педагогов и родителей / В. М. Целуйко. – М. : ВЛАДОС, 2004. – 258 с.
- 160 Чибисова, М. Ю. Феномен материнства и его отражение в самосознании молодой женщины [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / М. Ю. Чибисова. – М., 2003. – 272 с.
- 161 Шадриков, В. Д. Деятельность и способности [Текст] / В. Д. Шадриков. – М., 1994.
- 162 Шамарина, Е. В. Культурный смысл материнства в западноевропейской и отечественной философской мысли [Текст] : автореф. дис. ... канд. филос. наук / Е. В. Шамарина. – Барнаул, 2008. – 26 с.
- 163 Шнейдер, Л. Б. Психологическое консультирование [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Л. Б. Шнейдер, Г. В. Волкова, М. Н. Зыкова. – М. : Ижица, 2002. – 224 с.
- 164 Шопенгауэр, А. Афоризмы и максимы [Текст] / А. Шопенгауэр. – Л. : Изд-во Ленинградского ун-та, 1990. – 288 с.
- 165 Штейнхардт, Л. Юнгианская песочная психотерапия [Текст] / Л. Штейнхардт. – СПб. : Питер, 2001. – 320 с.
- 166 Щедровицкий, Г. П. Система педагогических исследований (методологический анализ) [Текст] / Г. П. Щедровицкий. – М. : Касталь, 1993. – 328 с.
- 167 Щукина, А. Г. Психосоциальные основы формирования материнства на современном этапе [Текст] / А. Г. Щукина // Мир психологии. – 2005. – №2. – С. 206-212.
- 168 Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи [Текст] / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.

- 169 Эльконин, Д. Б. Психология игры [Текст] / Д. Б. Эльконин. – М. : Педагогика, 1978. – 304 с.
- 170 Энциклопедия мысли [Текст] : сборник мыслей, изречений, афоризмов. – М. : ТЕРРА, 1996. – 496 с.
- 171 Яныкина, А. Н. Материнство как кризис идентичности современной женщины [Текст] / А. Н. Яныкина // Альтернативная медицина. – 2006. – №2. – С. 15-18.
- 172 Ярская-Смирнова, Е. Р. Социальная защищенность городской монородительской семьи [Текст] / Е. Р. Ярская-Смирнова, П. В. Романова // Мир России. – 2004. – Т. XIII. – №2. – С. 66-95.
- 173 Ainsworth, M. D. S. Infant – mother attachment [Text] / M. D. S. Ainsworth // Am. Psychol. – 1979. – V. 347. – P. 932- 937.
- 174 Altman, J. Life span aspects of reproduction and parental care in anthropoid primates [Text] / J. Altman // Parenting across the life span. Biosocial dimension. – NY, 1987. – P.16.
- 175 Crittenden, P. M. Quality of attachment in the pre-school years [Text] / P. M. Crittenden // Devel. Psychopathol. – 1992. – V 4. – P. 209-204.
- 176 Fairbairn, W. R. D. Psychoanalytic studies of the personality [Text] / W. R. D. Fairbairn // Devel. Psychopathol. – 1994. – V 4. – P. 187-192.
- 177 Lynn, D. B. The Effects of Father Absence of Norwegian Boys and Gigs [Text] / D. B. Lynn, W. L. Sawrey // Journal of Abnormal Psychology: LIX. – 1959.
- 178 Tiller, O. Father absence and personality development of children in sailor families: a preliminary research report [Text] / O. Tiller // Studies of the family. Cottingen. – 1957.
- 179 Trivers, R. L. Parental investment and sexual selection [Text] / R. L. Trivers // Sexual selection and the descent of man. – Chicago, 1972. – P. 139.
- 180 Wallerstein, J. The effects of parental divorce: The adolescent experience [Text] / J. Wallerstein, J. Kelly. – New York:Wiley, 1974. – P.479-505.
- 181 Базарова, Г. Оценка эффективности тренинга. URL : <http://www.hr-portal.ru/article/otsenka-efektivnosti-treninga>
- 182 Всероссийский центр изучения общественного мнения. URL : <http://wciom.ru>
- 183 Гордон, Т. Тренинг эффективного родителя. URL : [http://iulyaplatoнова.narod.ru..ng\\_effektivnogo\\_roditelya/](http://iulyaplatoнова.narod.ru..ng_effektivnogo_roditelya/)
- 184 Григори, Н. Тренинговая программа коррекции детско-родительских отношений «Связующая нить». – URL: <http://biblios.newgoo.net>
- 185 Грицай, Л. А Кризис современного материнства в современной России: социально-психологический. URL : [http://www.actualresearch.ru /nn /2010\\_3 /Article/psychologia/ gritsay.ru](http://www.actualresearch.ru /nn /2010_3 /Article/psychologia/ gritsay.ru)
- 186 Малер, М. Обзор теорий объектных отношений. Глава 5. URL : <http://www.psychologu.vuzlib.net./book>
- 187 Нилл, О’Р. Безотцовщина. Эксперименты с семьей. URL : <http://www.mentalmarah2.narod.ru/fthnslls.html>.
- 188 Психологические упражнения для тренингов. URL : <http://trepsy.Net/world>.



- 189 Лисова, Т. А. Психолого-педагогическая работа с родителями тревожных детей. URL : <http://festival.1september>.
- 190 Пушкарева, Н. Л. Материнство как социально-исторический феномен. URL : <http://www.bim-bad.ru/biblioteka/article>
- 191 Радеева, З.Г. Сценарий тренинга личностного самоопределения женщин. URL : <http://trepsy.net/world/>
- 192 Развивающие игры для детей. URL : <http://www.kladras.ru>.
- 193 Тест «Воспитательная позиция». URL : [http:// suremkinamarina.umi.ru / testy\\_dlya\\_roditelej/](http://suremkinamarina.umi.ru/testy_dlya_roditelej/)
- 194 Тест «Обидчивы ли Вы?» URL : <http://doctor-popova.ru/chuvstva-i-emocii/chuvstvo-obidy>.
- 195 Техника «Sic volo». URL : [http// www.azps.ru /training / volya / sic\\_volo. html](http://www.azps.ru/training/volya/sic_volo.html)
- 196 Тренинги личностного роста. URL : <http://www.shevtsova.ru/irina>.
- 197 Федеральная служба по статистике. URL : <http://gks.ru>
- 198 Яницкий, М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система. URL : [http:// hpsy.ru/public/x2753.htm](http://hpsy.ru/public/x2753.htm)
- 199 The training effectiveness questionnaire. URL : [http:// www.humanlinks.com/orgsn/training-effectiveness.htm](http://www.humanlinks.com/orgsn/training-effectiveness.htm).

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

## Приложение А

### Занятие 1. Влияние семьи и воспитания на формирование личности ребенка

**Цель:** рассмотреть роль семьи и особенности воспитания в формировании личности ребенка.

**Задачи:**

- расширить представления о роли личности родителя и особенностях воспитания ребенка;
- изучить специфику воспитания в различных типах семьи.

**Оборудование:** мультимедийная установка, презентация по теме занятия.

**Список литературы:** 82, 128, 146.\*

**Ход занятия:**

- 1 Понятие «семейное воспитание», его основные задачи, принципы и методы.
- 2 Роль родителей в развитии ребенка и ошибки семейного воспитания.
- 3 Воспитание детей в различных по структуре семьях (многодетных, неполных, семьях с одним ребенком).
- 4 Заключительная часть: выводы.

### Занятие 2. Возрастные кризисы ребенка в развитии, их трудности и способы преодоления

**Цель:** познакомить с основными особенностями возрастных кризисов.

**Задачи:**

- раскрыть понятие «возрастные кризисы»;
- проанализировать психологические особенности кризиса развития в его различные периоды;
- найти пути взаимодействия родителя и ребенка в сложный возрастной этап развития детей.

**Оборудование:** мультимедийная установка, презентация на тему «Психологические особенности возрастных кризисов», памятка родителям «Формы и способы общения в период возрастного кризиса».

**Список литературы:** 1, 79, 102.

**Ход занятия:**

- 1 Общее понятие «возрастные кризисы», основные позиции в понимании критических возрастов в отечественной психологии.
- 2 Краткая характеристика возрастных кризисов (по Л.С. Выготскому):
  - 2.1 Кризис 1 года.
  - 2.2 Кризис 3 лет.
  - 2.3 Кризис 7 лет.
  - 2.4 Кризис 13-16 лет.
  - 2.5 Кризис 17-21 года.

---

\* Здесь и далее указаны номера источников по списку литературы.

3 Рекомендации родителям на тему: «Способы и формы взаимодействия с ребенком, переживающим возрастной кризис».

4 Заключительная часть: выводы.

### **Занятие 3. Особенности воспитания в неполной семье**

**Цель:** показать психологические особенности неполной материнской семьи и ее влияние на формирование личности ребенка.

**Задачи:**

- дать понятие «неполная семья»;
- раскрыть основные направления в изучении психологических особенностей детей из неполных семей;
- познакомить женщин с психологическими особенностями матерей-одиночек;
- побудить родителей к размышлениям об особенностях, трудностях воспитания в одиночку и поисках наиболее эффективных способов взаимодействия с ребенком.

**Оборудование:** мультимедийная установка, презентация на тему «Особенности воспитания в неполной семье», памятка родителям «Как воспитывать ребенка одной».

**Список литературы:** 35, 144, 159.

**Ход занятия:**

- 1 Понятие «неполная семья», причины их появления и распространения.
- 2 Психологические особенности женщин, воспитывающих детей в одиночку.
- 3 Особенности воспитания в неполной семье, ее влияние на развитие личности ребенка: проблемы интеллектуального развития, проблемы обучения в школе, половой идентификации и выбора профессии.
- 4 Заключительная часть: выводы.

### **Занятие 4. Материнские позиции и установки в воспитании**

**Цель:** рассмотреть особенности взаимодействия в системе «родитель – ребенок».

**Задачи:**

- показать важность осознанного подхода к системе построения взаимоотношений с ребенком;
- разобрать основные ошибки, совершаемые родителями при построении взаимоотношений с ребенком, дать рекомендации по их устранению.

**Оборудование:** мультимедийная установка, презентация на тему «Материнские позиции и установки в воспитании», памятка родителям «Правила общения с ребенком».

**Список литературы:** 32, 39, 80.

**Ход занятия:**

- 1 Родители и ребенок – поиски взаимопонимания.
- 2 Эффективные правила общения родителя и ребенка:
  - 2.1 Безусловное принятие.

- 2.2 Какой должна быть помощь родителя.
- 2.3 Передача ответственности.
- 2.4 Как слушать ребенка.
- 2.5 Как разрешать конфликты.
- 2.6 Путь к дисциплине.
- 3 Заключительная часть: выводы.

### **Занятие 5. Материнские чувства и способы их выражения**

**Цель:** расширение представлений родителей о значимости эмоциональной составляющей детско-родительских отношений.

**Задачи:**

- познакомить матерей с особенностями эмоциональной составляющей воспитания в жизни и развитии ребенка;
- показать разнообразие материнских чувств, основные способы и формы их выражения.

**Оборудование:** бумага, фломастеры, карандаши, ручки, видеоинтервью.

**Список литературы:** 104, 155.

**Ход занятия:**

1 Вводная часть: роль эмоций в жизни человека. Чувства матери.

2 Упражнение «Фотография из детства». Участникам необходимо обратиться к воспоминаниям из детства, изобразить запомнившиеся формы проявления родительских чувств в виде старого фото. После этого каждому участнику необходимо прокомментировать свой рисунок, обсудив тем самым особенности родительских чувств и способы их выражения.

3 Упражнение «Интервью».

Родителям предлагается посмотреть записанное интервью с участием детей на тему «Материнские чувства и способы их выражения» и сопоставить их представления со своими собственными.

4 Информационная часть о возможностях, способах и формах проявления материнских чувств.

5 Заключительная часть: выводы.

### **Занятие 6. Типы семейного воспитания. Возможные нарушения процесса воспитания**

**Цель:** рассмотреть разнообразие типов семейного воспитания.

**Задачи:**

- дать представление о психологических проблемах родителей в семьях с негармоничным стилем воспитания и способах их преодоления;
- способствовать повышению эффективности взаимоотношений между ребенком и родителем;
- определить стиль воспитания у каждого родителя.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация на тему «Стили семейного воспитания», бланки с опросником АСВ на каждого участника.

**Список литературы:** 24, 169.

***Ход занятия:***

1 Вводная часть.

2 Понятие «Стиль воспитания».

3 Факторы, способствующие формированию стиля воспитания.

3 Классификация стилей воспитания и их влияние на развитие ребенка

3.1 Классификация Е.А. Личко, Э.Г. Эйдемиллера

3.2 Классификация А.Я. Варга.

4 Проведения методики «АСВ» Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкиса с целью определения степени выраженности стиля воспитания для каждой участницы.

5 Заключительная часть: выводы, рефлексия занятия.

## Приложение Б

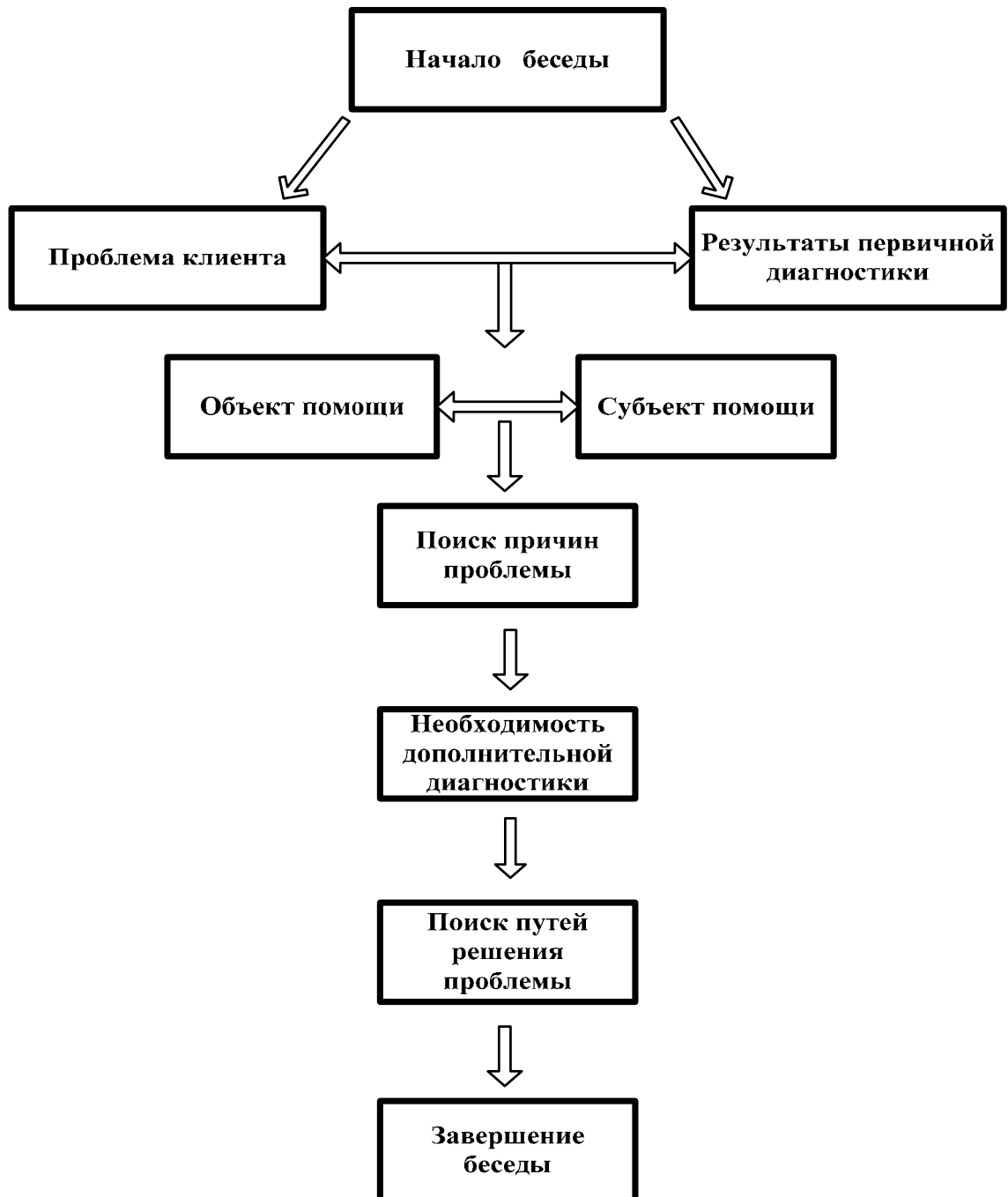


Рисунок Б1 – Схема алгоритма консультирования

## Приложение В

### Правила эффективного общения с детьми женщинам с низким и высоким уровнем осознанности материнства

1 Поощряйте все особенности «мужского» поведения у мальчиков и «женского» у девочек, эти качества необходимо воспитывать в ребенке с раннего детства. Полоролевые модели детей можно с успехом формировать в сюжетно-ролевых играх. У мальчиков это игры в военных, спасателей, пожарных, супергероев, у девочек – игры бытовой тематики: в больницу, школу, парикмахерскую. Приведем примеры возможных упражнений.

#### Материалы к тренингу

##### *Упражнение «Кукольный театр» [192]*

Вместе с гостями или вдвоем можно создать небольшой домашний кукольный театр, в котором разыгрываются спектакли любого содержания, отражающие традиционные роли мужчины и женщины. Эмоциональная включенность детей в забавное зрелище является важным условием приобретения новых знаний.

*Материалы:* образные игрушки примерно одинаковых размеров и привлекательные для детей; небольшой стол, покрытый тканью, и открытая ширма.

Для формирования представлений о мужественности также могут быть широко использованы устное народное творчество и художественная литература. Так, из сказок, произведений на основе былин, к примеру «Богатырская застава», рассказов о защитниках Отечества, в частности об А.В. Суворове, дети узнают о таких качествах мужественности, как смелость, стойкость, ответственность, готовность помочь слабым, рыцарство, присущих не только взрослым мужчинам, но и мальчикам. О мужественных поступках людей в мирное время повествуют рассказы и стихи С.Я. Маршака («Пожар», «Рассказ о неизвестном герое») и другие.

С помощью сказок, стихов и рассказов формируются представления о заботливости, миролюбии, терпимости к недостаткам других.

Для детей более старшего возраста важно посещение секций, развивающих необходимые качества для мужчины.

Для развития женственности у девочек необходимо как можно раньше начать воспитывать женские черты мягкости, чуткости, отзывчивости, доброты, гибкости. Для этого:

- с детства учите «женским» обязанностям;
- на поступках и примерах говорите, что должна делать девочка, а что характерно для поведения мальчиков;
- учите девочку следить за внешним видом;
- дайте время ребенку предаваться мечтаниям и оставаться наедине с собой.

2 Чтобы развить уверенность в себе, научите ребенка искусству общения. Читайте с ним как можно больше книг, следите вместе за новостями, обсуждайте



те все последние события вашей жизни. Вы также можете использовать некоторые психологические упражнения, способствующие развитию коммуникативных способностей ребенка (в возрасте 6-10 лет).

**Упражнение «Сцена знакомства» [192]**

*Инструкция:* представьте и инсценируйте ситуацию, в которой знакомятся:

- космонавты с инопланетянами;
- охотники со снежным человеком;
- новый владелец замка с обитающими в нем привидениями;
- моряк, выброшенный после кораблекрушения на берег, с племенем людоедов.

**Упражнение «Эмоциональные ноги» [192]**

*Инструкция:* человек – очень эмоциональное существо. Мы, люди, пользуемся огромным арсеналом средств для выражения своих эмоций. Конечно, в первую очередь мы демонстрируем эмоции мимикой лица, но не менее выразительными могут быть спина, плечи, кончики пальцев и даже уши. Попробуйте только с помощью ног продемонстрировать такие эмоциональные состояния, как:

- гнев;
- почтение;
- страх;
- восторг;
- презрение.

**Упражнение «Картонные башни» [150]**

Есть два варианта игры.

**Невербальный.** В этом случае участники не имеют права говорить друг с другом в ходе выполнения задания, могут общаться только без слов.

**Вербальный.** В этом варианте участники могут обсуждать между собой процесс выполнения задания.

Невербальный вариант имеет то преимущество, что заставляет детей быть более внимательными. Возможно, этот вариант проведения игры более подойдет для первой игры, а через некоторое время игру можно будет повторить в вербальном варианте.

*Материалы:* для каждой пары необходимо 20 листов цветного картона для уроков труда размером 6х10 см (цвет картона у каждой пары свой), кроме того, каждой паре необходимо иметь по одной ленте скотча.

*Инструкция:* «Разбейтесь на пары. Каждая пара должна построить сейчас свою башню. Для этого вы получите по 20 листов картона и рулон скотча. Пожалуйста, не используйте больше ничего в своей работе. У вас ровно 10 минут, чтобы построить башню. А теперь очень важный момент: пожалуйста, не разговаривайте друг с другом, найдите другие способы взаимодействия между собой».

**Упражнение «Рисунок в два этапа» [150]**

*Материалы:* каждой паре нужен большой лист бумаги (лучше всего ватман) и фломастер. У каждой пары должен быть фломастер своего цвета.

*Инструкция:* «Разбейтесь на пары и сядьте на пол. Положите лист ватмана между собой и возьмите по одному фломастеру. Поставьте фломастером точку в центре листа и, не отрывая руку, закройте глаза. Теперь вам дается 2 минуты, чтобы вы пропутешествовали своим фломастером по всей поверхности листа, не отрывая его от бумаги. Рисуйте во все стороны, пока вам не покажется, что вы побывали во всех уголках ватмана (2 минуты).

А теперь откройте глаза и попробуйте сделать картину из того, что нарисовано на бумаге. Если хотите, вы можете при этом разговаривать друг с другом (10 минут).

У вас осталось еще одна-две минуты, чтобы завершить рисунок и решить, как вы его назовете».

### ***Упражнение «Сладкая проблема» [150]***

В этой игре дети могут научиться решать небольшие проблемы путем переговоров. Самое важное в ней то, что они могут в спокойной обстановке концентрироваться на принятии совместного решения и учиться отказываться от быстрого решения проблемы в свою пользу. В то же время эта игра – хороший повод поговорить о справедливости.

*Материалы:* каждому ребенку надо иметь по одному печенью; каждой паре – по одной салфетке.

*Инструкция:* «Сядьте друг напротив друга и посмотрите друг на друга. Между собой положите салфетку с печеньем. Пока его не трогайте.

А теперь перейдем к нашей проблеме. Вы можете получить печенье только в том случае, если ваш партнер по доброй воле отдаст его вам. Пожалуйста, помните об этом правиле. Сейчас вы можете начать говорить, но помните, что вы не имеете права просто так взять печенье без согласия своего партнера».

Затем паре дается еще по одному печенью. «Обсудите, как вы поступите с печеньем на сей раз».

И в этом случае могут быть разные варианты. Дети, разделившие первое печенье пополам, обычно повторяют эту «стратегию справедливости». Большинство детей, в первой части игры отдавшие печенье партнеру и не получившие ни кусочка, ожидают теперь, что партнер отдаст печенье им. Есть дети, которые готовы отдать партнеру и второе печенье.

«А теперь давайте обсудим, что у нас получилось. Это хороший вариант сотрудничества. Расскажите, что вы сделали с первым печеньем, что стало со вторым...»

### ***Упражнение «Шутливое письмо» [150]***

*Материалы:* бумага и карандаш.

*Инструкция:* «Выберите себе кого-нибудь, на кого вы недавно рассердились, с кем у вас сложные и непростые отношения. Напишите этому человеку шутливое письмо, в котором вы безмерно преувеличите все свои чувства по отношению к нему. Также вы можете безгранично преувеличить и "провинности" этого человека. Старайтесь писать так смешно, чтобы вам самому захотелось посмеяться над этой проблемой или этим конфликтом».

### ***Упражнение «Прогноз погоды» [150]***

Бывают дни, когда дети (да и взрослые) чувствуют себя «не в форме». Может быть, их охватывает уныние, обида или злость, и им хочется, чтобы их оставили в покое. Получив право побыть какое-то время в одиночестве, дети легче приходят в нормальное состояние, справляются со своими чувствами и быстрее включаются в жизнь коллектива. С помощью этого упражнения взрослый дает ребенку понять, что он признает за ним право побыть какое-то время необщительным. В это время другие дети учатся уважать такое состояние души у каждого человека.

*Материалы:* бумага и восковые мелки.

*Инструкция:* «Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя невыспавшимися, может быть, что-то испортило вам настроение. И тогда вполне нормально, если другие оставят вас на некоторое время в покое, чтобы вы смогли восстановить свое внутреннее равновесие.

Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы можете показать свой "прогноз погоды". Тогда всем будет понятно, что на какое-то время, вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите большими раскрашенными буквами слова "Штормовое предупреждение". Таким способом вы можете показать другим, что у вас сейчас "плохая погода", и вас лучше не трогать».

Пожалуйста, поощряйте использование «прогнозов погоды» детьми, будет очень здорово, если это станет для них привычным. Это сделает атмосферу более гармоничной и научит детей считаться с настроением друг друга. Лучше всего, если Вы сами время от времени будете представлять детям свой личный «прогноз погоды», что позволит им принимать во внимание настроение и душевное состояние взрослого.

Помогите ребенку развить в себе уверенность и повысить самооценку:

- никогда не подчеркивайте вслух такую черту характера своего ребенка, как неуверенность;
- критикуйте своего ребенка как можно меньше, ищите любую возможность показать его положительные стороны;
- ставьте перед своим ребенком посильные задачи и оценивайте их достижение;
- стимулируйте общение своего ребенка с другими детьми, приглашайте их к себе в дом;
- говорите со своим ребенком по душам, давайте возможность выговориться, поделиться наболевшим;
- не сравнивайте своего ребенка и его качества характера с качествами характера детей, которые бывают у вас дома;
- позволяйте своему ребенку проявить инициативу в преодолении неуверенности, заметьте ее и вовремя оцените.

### ***Упражнение «Самоценность» [150]***

*Материалы:* бумага, карандаши.

*Инструкция:* «Каждый из нас представляет собой ценность. Мы отличаемся друг от друга своей индивидуальностью, личными достижениями, целями и многим другим. О своей ценности мы узнаем от других людей. Сейчас необходимо будет взять лист бумаги, в центре нарисовать круг и написать в нем букву "Я".

Теперь вокруг этой буквы ты можешь нарисовать столько кружочков, сколько захочешь, а в них ты напишешь имена тех людей, которые говорили тебе о твоей индивидуальности и ценности. От каждого кружочка к своему "Я" проведи стрелки. Используй для этого разные цвета, чтобы передать свои чувства.

А теперь вспомни, пожалуйста, что тебе говорили все эти люди и кратко напиши рядом со стрелками, направленными от них».

### ***Игра «Копилка достижений» [150]***

Это игра, которая должна перерасти в привычку видеть и ценить свои маленькие победы каждый день. Вы действительно сможете достичь такой цели, если будете систематически использовать этот игровой прием. В дальнейшем можно будет заменить его устным обсуждением своих ежедневных достижений.

*Инструкция:* возьмите какую-нибудь картонную коробку или вместительную банку и вместе с ребенком оформите ее так, как ему хотелось бы, чтобы выглядела копилка его главных ценностей – маленьких и больших собственных успехов в жизни. Может быть, на поверхности этой копилки появятся рисунки, отражающие предметы, которые как-то связаны с понятием «успех», или это будут просто симпатичные узоры. Оставьте выбор за ребенком. Отдельно приготовьте небольшие листочки бумаги. А теперь введите правило: когда ребенок возвращается домой, он обязательно должен вспомнить и написать на этом листочке какое-то свидетельство успеха, которого он достиг за сегодняшний день. Так, на записочках будут появляться фразы: «Хорошо прочитала стихотворение у доски», «Нарисовала отличный рисунок на тему "Осень"», «Сделала подарок бабушке, который ей очень понравился», «Все-таки смог написать контрольную по математике на пять, хотя боялся» и многие другие. Эти записки кладутся в копилку достижений. Важно, чтобы даже в самом неблагоприятном дне ребенок смог найти что-то, что ему удалось. «Утяжеление» копилки со временем само по себе наполняет детей гордостью и большей уверенностью в своих силах, особенно если родители и другие члены семьи относятся к его маленьким победам с уважением (а не с высоты своих лет и опыта).

К этой копилке можно обращаться, когда ребенку кажется, что он встретился с непреодолимыми для него трудностями, или в периоды, когда его критический взгляд направлен на свои способности и он видит себя никчемным неудачником. В такие периоды полезно вспомнить, что у Вашего ребенка есть опыт преодоления трудностей и достижения успеха. Это поможет ему настроиться на позитивный лад.

### ***Игра «Интервью в день рождения» [188]***

День рождения – это удобный случай для повышения самооценки и чувства собственного достоинства ребенка. Сделайте так, чтобы на некоторое время именинник оказался в центре всеобщего внимания и получил возможность поддержать позитивное представление о себе.

Подберите вопросы в соответствии с возрастом ребенка и такого содержания, чтобы он мог раскрыть себя с лучшей стороны.

*Инструкция:* «Саша, сегодня у тебя день рождения. Я хочу поздравить тебя и взять у тебя интервью. Для всех нас это приятная возможность узнать о тебе больше.

Какое самое смешное событие произошло с тобой в этот год?

С кем ты в этом году познакомился?

Какая ситуация в прошлом году потребовала от тебя наибольшего мужества?

Какой цели ты хотел бы достичь в следующем году?

Представь себе, что ты можешь выбрать любого человека в мире, чтобы в течение недели учиться у него. Кто бы это мог быть?»

### ***Упражнение «Зеркало» [188]***

При выполнении этого упражнения есть условие: его надо выполнить быстро, за один раз и не подглядывая в конец.

*Материалы:* чистый лист бумаги и ручка.

*Инструкция:* «Разделите лист по вертикали на три больших раздела.

В первом из них нужно написать в столбик 10 (не меньше) имен исторических личностей, персонажей книг, фильмов, мультфильмов – не суть важно, реальны они или нет. Важно другое – они должны вам нравиться (диапазон: от нравится до «я восхищаюсь»).

Во втором напишите в столбик (напротив каждого имени) 2-3 качества, которые вас в этом персонаже особенно привлекают, восхищают...

Третий раздел особенный. Подсчитайте повторяющиеся качества из первого столбика и напишите их в порядке убывания. Например, если слово "мужество" повторялось три раза, слово "харизма" – пять раз, а "терпение" – только один раз, то и записать нужно в столбик: харизма, мужество, терпение.

А теперь свежим взглядом перечитайте то, что вы написали. Что видим? По сути – это вы и есть. Потому что подобное тянется к подобному – вы никогда не выбрали бы качества, которые не звучали бы в унисон с вашей душой. Может вы удивитесь тому, что увидите, может нет, но это теперь ваше зеркало. Всякий раз, когда вы сомневаетесь в себе – посмотрите в это зеркало».

### ***Упражнение «Автопортрет» [188]***

Предложите подростку нарисовать свой портрет и описать его с положительной стороны.

Пусть он еще раз опишет портрет, но от лица другого человека. Например, «На этом портрете нарисован человек, который...»

### **Упражнение «Сердце» [137]**

Предложите подростку нарисовать сердце, которое болит. На больном сердце нужно сделать рисунки, показывающие, отчего болит сердце.

### **Упражнение «Дневник» [137]**

Учите записывать свои эмоциональные переживания и события, связанные с ними. Пусть ребенок иногда их перечитывает. Это поможет ему спустя некоторое время убедиться в том, что не все так плохо, а некоторые написанные переживания ему самому покажутся смешными.

### **Упражнение «Фильм о моей жизни» [137]**

Предложите написать сценарий фильма о своей жизни. Причем, подросток изображается главным героем фильма. В фильме должны быть кульминация, завязка и развязка.

### **Упражнение «Письмо» [137]**

Предложите ребенку написать письмо своему сверстнику или взрослому, с которым у него не складываются отношения или которого он боится. В этом письме подросток может высказать все свои отрицательные эмоции и чувства, связанные с этими людьми или сложившейся ситуацией.

### **Упражнение «Перевоплощение» [137]**

Предложите подростку перевоплотиться в индейца – вождя племени, героя мультика «Ну, погоди!» – Волка, Гулливера, Кощея Бессмертного и Бабу Ягу. Затем обсудите с ним, какие чувства он при этом испытывал.

### **Рекомендации матерям:**

- 1 Научите детей ценить свои лучшие качества, как внешние, так и внутренние, это позволит ему чувствовать себя привлекательным в глазах окружающих.
- 2 Не фокусируйте свое внимание на недостатках ребенка, особенно относящихся к его внешности. Когда родители признают непривлекательность ребенка, он начинает верить в это и во взрослой жизни, что существенно скажется на его самооценке.
- 3 Помогите ребенку не только обращать внимание на себя, свои проблемы, неудачи, но и думать об окружающих, действовать в соответствии с их интересами.
- 4 Развивайте в ребенке чувство собственного достоинства. Объясните, что он утвердится в своем положении среди сверстников, если будет придерживаться своих убеждений.
- 5 Предоставляйте ребенку свободу выбора, с одной стороны, и строгость, умейте ставить запреты и ограничивать действия ребенка в тех ситуациях, когда это необходимо, с другой стороны.
- 6 Не вымещайте на ребенке свои обиды.
- 7 Старайтесь говорить с ребенком открыто на самые деликатные темы.
- 8 Не бойтесь рассказать о своих переживаниях своим детям.
- 9 Не стесняйтесь сказать ребенку, если что-то не можете сделать или не знаете как.
- 10 Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- 11 Умейте прощать детей и просить у них прощения.

- 12 Обсуждайте возникшую проблему без критики, раздражения, тогда ребенок ничего не будет скрывать.
- 13 Не допускайте негативных высказываний по отношению к отцу ребенка.
- 14 Проявляйте ласку, демонстрируйте свою любовь как можно чаще.
- 15 Будьте последовательны в своих действиях.
- 16 Относитесь к ребенку как к равному себе.
- 17 Не забывайте сохранять равновесие между Вашими потребностями и потребностями ребенка.
- 18 Не идите на поводу у своего ребенка, умейте соблюдать меру любви и меру родительской ответственности.
- 19 Не читайте ребенку бесконечные нотации.
- 20 Не обрывайте ребенка на полуслове, дайте ему выговориться.
- 21 При воспитании используйте эффективные методы воздействия на ребенка: поощрение, убеждение, разъяснение.
- 22 Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей. (Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваши учителя понимают! Бабушку лучше слушай!»).
- 23 Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они не могут выполнить. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.
- 24 Для уменьшения инфантилизма в поведении ребенка старайтесь разграничивать понятия «надо», «можно», «нельзя», «плохо», «хорошо».
- 25 Благоприятный психологический климат в семье способствует гармоничному развитию личности ребенка и снижению уровня тревожности. Обратите внимание на идеальную модель общения в семье (А.А. Бодалева, В.В. Столина [141]):
  - все члены семьи, включая ребенка, равноправны;
  - каждый обладает своей автономией, имеет право сам решать, как ему лучше поступить, поделиться с психологом своими намерениями или нет;
  - каждый может и умеет выражать словами те чувства, позитивные и негативные, которые он испытывает в данный момент по отношению к другим членам семьи;
  - все чувства принимаются. Дети специально обучаются критике родителей («Все мы можем ошибаться»);
  - семейный совет имеет только совещательный голос. Каждый вправе принять или не принять его. Родители советуются со своим ребенком;
  - члены семьи не дают негативные оценки друг другу, а только выслушают, не перебивая, то, что говорит другой, стараясь понять его чувства. Можно задавать наводящие вопросы, чтобы человек сам что-то лучше понял;
  - не обобщают прошлое, неприятное, опираются на принцип «здесь и теперь»;
  - не прибегают к моральным штампам, рассказывают о себе, своих затруднениях, своей личной жизни;
  - хвалят хорошие дела и поступки;

- в семье царит доверие и уважение. Терпеливая любовь, внимание к миру переживаний другого. Происходят душевные разговоры на любые темы.

**Упражнение: «Анонимный список претензий»** [189]

**Инструкция:** к условленному вечеру каждому члену семьи предлагается бросить в почтовый ящик конверт с надписью: «До такого-то числа не вскрывать!» В конверте должен быть листок с претензиями данного лица ко всем остальным членам семьи. Подписываться под этим текстом не надо, разрешается изменить почерк, воспользоваться чужой рукой, вырезанными буквами. В заранее назначенный час все конверты при общем сборе вскрываются самым младшим в семье, а затем претензии дважды зачитываются вслух самым старшим. Разрешено высказывать догадки о том, кому принадлежит тот или иной текст, но запрещается упрекать предполагаемого автора претензии. Далее каждый из членов семьи высказывает своё отношение к тем претензиям, которые адресованы ему лично. Он не обязан критиковать себя, но зато обязан обосновать перед всеми, почему он намерен (или не намерен) изменить свою позицию. Упреки эти возможны лишь в такой форме: «Некоторые думают будто....» или «Кое-кто надеется, что...» и т.п.

**Игра: «Завтрак в понедельник»** [189]

Имеется в виду инсценировка членами семьи типичного эпизода напряженной домашней обстановки. «Завтрак в понедельник» с его спешкой, с неполной включённостью людей в трудовой ритм и проистекающей отсюда раздражительностью каждого – это лишь возможный пример такого эпизода. Другими подобными эпизодами могут быть: «Совместные сборы в театр», «Воскресная поездка в гости к бабушке», «Генеральная уборка» и т.д. Решающая особенность инсценировки в следующем: каждый участник игры исполняет в данном эпизоде не себя, а кого-нибудь другого из членов семьи; сын – отца, дед – внука, дочь – маму или бабушку и т.п. Видя себя в этом своеобразном искажающем зеркале, участник игры испытывают смешанные чувства: возмущение и веселье одновременно.

Важно, чтобы роли в ходе игры менялись.

**Игра «Ласковый мелок»** [189]

Существует хорошее развлечение – рисовать или писать на спине. Взрослый говорит ребенку следующее:

**Инструкция:** «Мы с тобой будем рисовать друг другу на спине. Что ты хочешь, чтобы я сейчас нарисовал? Солнышко? Хорошо». И мягким прикосновением пальцев изображает контур солнца. «Похоже? А как бы ты нарисовал на моей спине или руке? А хочешь я нарисую тебе солнце "ласковым" мелком? И взрослый рисует, едва касаясь поверхности тела. «Тебе приятно, когда я так рисую? А хочешь сейчас белка или лиса нарисуют солнце своим "ласковым" хвостиком? А хочешь, я нарисую другое солнце, или луну, или что-нибудь еще?» После окончания игры взрослый нежными движениями руки «стирает» все, что он нарисовал, при этом слегка массируя спину или другой участок тела.



## Приложение Г

### Итоговый тест по теме «Материнство»

- 1** Семья – это:
  - а) брак двух людей;
  - б) образование, в котором человек проявляется во всех отношениях;
  - в) начальная, структурная единица, закладывающая основы личности.
- 2** Главная функция семьи:
  - а) обучение;
  - б) воспитание;
  - в) социализация.
- 3** Воспитание – это:
  - а) воздействие среды на личность;
  - б) передача социального опыта;
  - в) общение людей.
- 4** Система воспитания детей в семье характеризуется:
  - а) созданием условий для формирования личности ребенка, поведением и собственным стилем родителей;
  - б) передачей опыта родителей;
  - в) организацией совместного труда.
- 5** Методы воспитания – это:
  - а) способы воздействия на сознание, волю, чувства и поведение ребенка;
  - б) варианты организации конкретного воспитательного процесса;
  - в) предметы материальной и духовной культуры, которые используются для решения педагогических задач.
- 6** Факторы развития личности:
  - а) наследственность, среда, воспитание, самовоспитание;
  - б) интерес к учебе, уровень достижений;
  - в) методы обучения и воспитания.
- 7** Субъективные факторы воспитания:
  - а) уровень развития науки и техники;
  - б) влияние СМИ;
  - в) влияние семейных отношений.
- 8** Каков процент распространения неполных материнских семей (от общего числа) в России?
  - а) 30%;
  - б) 38%;
  - в) 54%.
- 9** Женщину, воспитывающую детей в одиночку, отличает:
  - а) низкий уровень интеллектуального развития;
  - б) высокий уровень конфликтности;
  - в) скромность, неуверенность в себе.
- 10** Отметьте, на какие сферы развития ребенка влияет воспитание в неполной материнской семье:

- а) интеллектуальное развитие;
- б) обучение в школе;
- в) выбор профессии;
- г) личностные качества ребенка;
- д) представления о будущей семье;
- е) все вышеперечисленное.

**11** Движущие силы процесса воспитания:

- а) противоречия, возникающие в развитии личности;
- б) требования родителей, предъявляемые к детям;
- в) познавательные интересы личности.

**12** Позиция ребенка «Я – сам» характерна для кризиса:

- а) 13-16 лет;
- б) 3 лет;
- в) 17-21 года.

**13** Какой из нижеперечисленных стилей не относится к стилям воспитания:

- а) авторитарный;
- б) демократический;
- в) теократический.

**14** Основной проблемой подросткового возраста является:

- а) дефицит общения с матерью;
- б) падение интереса к учебной деятельности;
- в) проблема потери смысла жизни.

**15** Степень проявления материнской любви, прежде всего, оказывает влияние на:

- а) чувство защищенности ребенка;
- б) проявление альтруизма ребенком;
- в) интеллектуальные способности.

**16** Потакание всем желаниям ребенка, чрезмерное покровительство и обожание характерно для следующего типа воспитания:

- а) повышенной моральной ответственности;
- б) потворствующей гиперпротекции;
- в) доминирующей гиперпротекции.

**17** Какие формы проявления материнской любви Вы знаете? Закончите список:

- а) похвала;
- б) забота;
- в) ...

**18** Какие из нижеперечисленных «правил» общения с ребенком считаются необходимыми в использовании при построении взаимоотношений:

- а) позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий;
- б) постепенно, но неуклонно снимайте с него заботу и передавайте ему ответственность за его личные дела;

в) если ребенку трудно, и он готов принять Вашу помощь, помогите ему;

г) все варианты правильные.

**19** Расставьте в правильном порядке этапы разрешения конфликтных ситуаций:

а) прояснение конфликтной ситуации;

б) детализация решения;

в) сбор предложений;

г) выполнение решения, проверка;

д) оценка предложений и выбор наиболее приемлемых.

**20** Подросток включает музыку очень громко. Вас это очень раздражает. Выберите вариант ответа, который не приведет к конфликтной ситуации:

а) меня очень утомляет громкая музыка, сделай потише, пожалуйста;

б) ты не мог бы потише!?

в) опять ты включил свою ужасную музыку, каждый день одно и то же, сколько можно!!!

## Проблемные ситуации

### Ситуация 1

Прочитайте рассказ девочки об особенностях взаимоотношений с матерью и постарайтесь ответить на вопросы:

1 В чем причина резко отрицательного отношения к матери?

2 Почему воспитательные воздействия матери оказались тщетными?

3 Какие пути решения данной ситуации Вы можете предложить?

«Моя мать учительница. Целыми днями пропадает в школе, проверяет тетради и, поскольку учит всю жизнь, воображает, что умнее ее никого нет. Я ненавижу свою мать, потому что она не дает мне свободно жить. Поздно приходить домой, выстричь модную челку нельзя, губы красить яркой помадой – вульгарно. Подружки у меня плохие, потому что носят короткие юбки и красят глаза. Девушка, по ее словам, должна быть скромной, застенчивой и целомудренной. Я тоже хочу одеваться как все, а она говорит денег нет, зато полон дом книжек, на это у нее денег хватает! Я, что, буду всю жизнь жить как она в одиночестве, без мужа, без любви? Я не хочу так!!!!

Всю жизнь, как в тюрьме, как я хочу убежать куда-нибудь, не видеть ее больше, не слышать ее нотаций!!! Я как монашка, вечно у нас с ней ссоры...

Я даже не хочу идти домой. Мне все противно. Не могу простить матери глупость, ее неумение оценить новое: современную музыку, кино, людей, как будто она живет с опозданием в 30 лет, главное – ее одиночество...»

### Ситуация 2

Прочитайте и постарайтесь ответить на вопросы:

1 Какие пути решения данной ситуации Вы можете предложить?

2 Как помочь ребенку пережить развод родителей?

«После затяжного проживания с мужем в соседних комнатах, которое наблюдал наш сын, я приняла решение и развелась после 12 лет брака. Причина развода – значительное различие взглядов на жизнь, нежелание мужа материально участвовать в жизни семьи, а также его образ жизни – зависание в интернете, эгоизм и, наверное, самое главное, что прошли все чувства. Решение это созрело давно, когда ребенку было года 4, но я сохраняла видимость семьи для сына. Таким образом, наши отношения закончились около 4 лет назад. И каждый из нас жил своей личной жизнью, а дома мы встречались для совместного проведения времени с ребенком. Иногда даже ездили отдыхать "семьей".

В результате несколько месяцев назад мы официально развелись.

Для нашего сына, которому 8 лет, это стало страшным ударом. Я очень старалась и стараюсь поддерживать его, разговаривать с ним, объяснять, что так иногда случается и что его мама и папа всегда останутся его родителями. Но он все равно очень сильно переживает до сих пор. И если сначала это была грусть, тоска, неуверенность, то сейчас это перерастает в очень сильную агрессию.

К сожалению, папа объяснил сыну ситуацию так, что мама бросила папу для того, чтобы быть с другими мужчинами. Более того, что мама может уехать из страны и они с сыном больше никогда не увидятся (я по работе много ездила за границу).

Параллельно в моей жизни появился тот самый мужчина. По иронии судьбы, он живет за рубежом. Наши отношения постепенно подошли к стадии, когда встает вопрос о совместной жизни. Мой сын оказался невероятно подготовленным папой к такому повороту событий и заявляет, что если я захочу уехать, то он останется с папой. Выходные он всегда проводит с папой и возвращается крайне агрессивным и "чужим". Собственно вопрос: каким образом я могу повлиять на эту крайне непростую ситуацию, учитывая, что я действительно хочу построить новую семью с этим мужчиной, не потеряв при этом своего сына».

## Приложение Д

МАТЕРИАЛЫ К УПРАЖНЕНИЮ «КАРТИННАЯ ГАЛЕРЕЯ»



*Г. Климт. Черная шляпа*



*К. Крог. Спящая мать*



*Э. Шиле. Молодая мать*



*Э. Шиле. Семья*



*П. Пикассо. Мать и дитя.*



*Д. Танинг. Материнство*



*П. Ренуар. Портрет супругов Сислея*



*П. Ренуар. Задумчивость*



*П. Ренуар. Дитя у груди*



*П.П. Рубенс. Три грации*

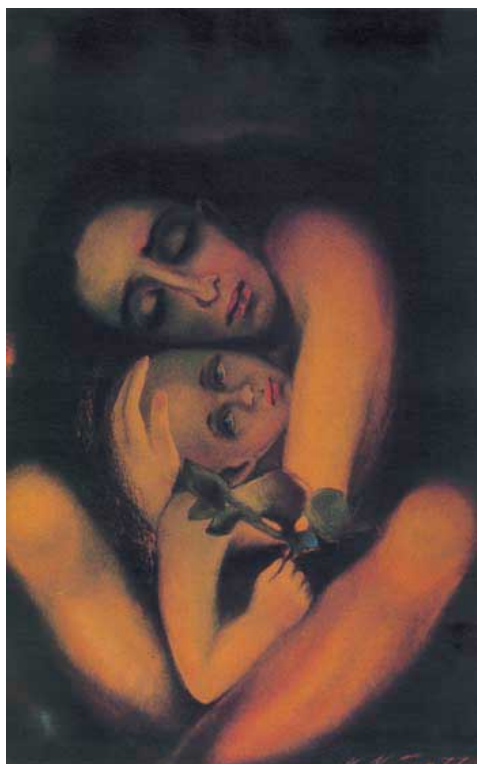


*П. Рубенс. Венера и Адонис*



*О. Ренуар. Мадам Шарпантье со своими детьми*





*И. Клейнер. Материнство*



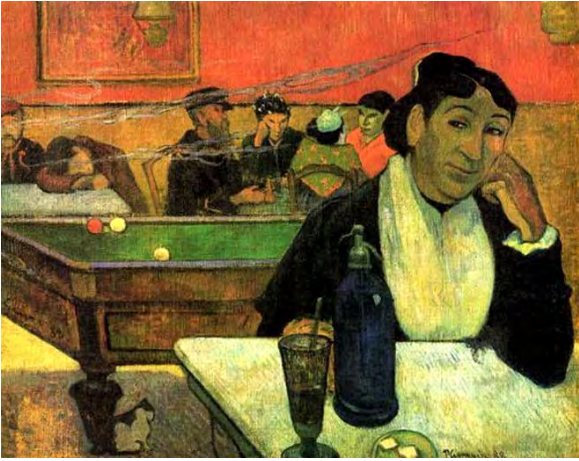
*О.А. Кипренский. Мать с ребенком*



*Леонардо Да Винчи. Мадонна Лиза*



*В.М. Максимов. Материнство*



*П. Гоген. В кафе*



*И.Н. Крамской. Неизвестная*



*Х. Бальдунг. Адам и Ева*



*Б. Моризо. У колыбели*



*Д. Брайерс. Толстушка Хильда*



*Д. Брайерс. Толстушка Хильда*



*Д. Брайерс. Толстушка Хильда*



*Д. Брайерс .Толстушка Хильда*



*В.А. Серов. Девушка, освещенная солнцем*



*В.А. Серов. Баба с лошадью*

## Приложение Е

**Методика изучения особенностей исполнения родительской роли (бланк интервью)\***

Вопросы интервью	Параметры родительской роли			Компоненты родительской идентичности			
	стереотипность	устойчивость	присвоение примера родителей	внезапность перехода	Культурный	Социальный	Личностный
Считаете ли Вы родительство обязательным условием полноценно прожитой жизни для мужчин?	«да»						
Считаете ли Вы родительство обязательным условием полноценно прожитой жизни для женщины?	«да»						
Было ли рождение вашего ребенка строго запланированным?				«нет»			
Считаете ли Вы, что людей необходимо готовить к родительству с помощью специальных программ?				«да»			
Если бы Вы знали заранее, как тяжело быть родителем, то стали бы рожать детей?		«да»					
Согласны ли Вы, что Ваши дети учатся быть родителями, прежде всего, глядя на Вас?			«да»				
Согласны ли Вы с утверждением: «Сейчас я не представляю своей жизни без моего ребенка»?		«да»					
Согласны ли Вы с утверждением, что родители обязаны научить ребенка всему, что сами умеют?		«да»					
Почему, на Ваш взгляд, люди стремятся к рождению и воспитанию детей?	«укрепление семьи»			«так случается»		«быть не хуже»	«ради себя»
На что Вы опираетесь, прежде всего, в воспитании собственных детей?			«как воспитывали меня»			«на общие принятые нормы»	«на собственное мнение»
Как, по Вашему мнению, Ваши родители воспитывали Вас?			«также как воспитывали их»			«на общие принятые нормы»	«я сам себя воспитывал»
Хорошо ли Вы знаете свой семейный род?						«да»	

\* В ячейках таблицы указан тип ответов, за совпадение с которым начисляется положительный балл. Если смысловое содержание ответа респондента отличается от приведенного – начисляется 0 баллов.

## Приложение Ж

**Таблица Ж1 – Методика изучения особенностей исполнения родительской роли (бланк интервью)**

Вопросы интервью	Параметры родительской роли				Компоненты родительской идентичности		
	стереотипность	устойчивость	присвоение примера родителей	внезапность перехода	Культурный	Социальный	Личностный
Считаете ли Вы важным прививать своим детям любовь к Родине и к своей культуре?					«да»		
Как Вы думаете, для чего человек живет, прежде всего?					«оставить след» и т.п.	«для других»	«для себя»
Считаете ли Вы себя верующим человеком?					«да»		
Считаете ли Вы необходимым для себя профессиональное совершенствование?							«да»
Является ли для Вас важным то, каков Ваш социальный статус?							«да»
<b>Серия вопросов: «На каком языке вы думаете, говорите в семье и с соседями?»</b>							
Идентичность языка, на котором респондент думает языку общения в своей семье					1		
Идентичность языка, на котором респондент думает, языку общения в социуме						1	
<b>Серия вопросов: «К какой национально-этнической группе вы себя причисляете?»</b>							
Стремление идентифицировать себя по Национальному признаку: причисление к этническим группам «русские», «тагары», т.п.					1		
Стремление идентифицировать себя по социальному признаку: причисление к суперэтническим группам «россияне», «жители определённой местности» и т.п.						1	
Сумма баллов							
Итоговый балл	x2	x2	x2	x2			

\*\* После приведения данных к общей 6-балльной шкале вычерчивается индивидуальный профиль по всем шкалам

## Приложение И

### Таблица И1 – Учебно-тематический план

Содержание программы	Планируемое время
<b>1 «Знакомство»</b>	2 часа 35 минут
Притча «Мама»	5 минут
Правила работы в группе	15 минут
Упражнение «Я и мое имя»	15 минут
Упражнение «Имя группы»	10 минут
Разминка «Скалолаз»	10-15 минут
Упражнение «Мой плакат»	1,5 часа
Ритуал прощания	3 минуты
<b>2 Когнитивный компонент</b>	7 часов 15 минут
<b>2.1 «Путешествие во времени»</b>	2 часа 45 минут
Ритуал приветствия	3 минуты
Групповая дискуссия «Женщины-матери разных эпох»	50 минут
Упражнение «Картинная галерея»	50 минут
Разминка «Передай мячи»	5 минут
Упражнение «Портрет»	50 минут
Домашнее задание	5 минут
Ритуал прощания	3 минуты
<b>2.2 «Могу быть мамой»</b>	2 часа 15 минут
Ритуал приветствия	3 минуты
Техника «Sic Volo»	1 час
Разминка «Стаканчик»	10 минут
Упражнение «Мои качества»	50 минут
Домашнее задание	5 минут
Ритуал прощания	3 минуты
<b>2.3 «Материнские позиции и установки»</b>	2 часа 15 минут
Ритуал приветствия	3 минуты
Упражнение «Цветные руки»	2 часа
Разминка «Карандаши»	5 минут
Ритуал прощания	3 минуты
<b>3 Эмоциональный компонент</b>	8 часов 5 минут
<b>3.1 «Материнская любовь»</b>	2 часа 20 минут
Ритуал приветствия	3 минуты
Упражнение «Любовь и ярость»	20 минут
Упражнение «Что такое любовь»	1,5 часа
Упражнение «Сердце любви»	20 минут
Упражнение «Передай»	5 минут
Ритуал прощания	3 минуты

**Продолжение таблицы И1**

3.2 «Как выразить свои чувства» Ритуал приветствия Методика «Я-высказывание» Разминка «Только вместе» Упражнение «Продолжи искренне» Анкетирование «Умеете ли Вы слушать?» Упражнение «Рисование по инструкции» Ритуал прощания	2 часа 20 минут 3 минуты 1 час 20 минут 20 минут 15 минут 20 минут 3 минуты
3.3 «Наши обиды» Ритуал приветствия Тест «Обидчивы ли Вы?» Упражнение «История игрушки» Упражнение «Копилка» Ритуал прощания	1 час 20 минут 3 минуты 15 минут 30 минут 30 минут 3 минуты
3.4 «Наши обиды» Ритуал приветствия Упражнение «Встреча на мосту» Упражнение «Письмо любви» Упражнение «Мусорная скульптура» Упражнение «Комок проблем» Ритуал прощания	2 часа 5 минут 3 минуты 15 минут 40 минут 50 минут 15 минут 3 минуты
<b>4 Поведенческий компонент</b>	<b>7 часов 45 минут</b>
4.1 «Путешествие в детство» Ритуал приветствия Техника «Песочница» Разминка «Футбол для осьминога» Упражнение «Работа в группах» Ритуал прощания	2 часа 15 минут 3 минуты 1,5 часа 5-10 минут 30 минут 3 минуты
4.2 «Маски, которые мы носим, и роли, которые мы играем». Ритуал приветствия Проективная методика «Знакомство с собой» Упражнение «Маски» Ритуал прощания	2 часа 30 минут  3 минуты 40 минут 1,5 часа 3 минуты
4.3 «Стиль воспитания» Ритуал приветствия Упражнение «Презентация ребенка» Упражнение «Угадай стиль» Разминка «Ежик» Дискуссия «Разбираем ситуации» Ритуал прощания	3 часа 3 минуты 1 час 1 час 20 минут 30 минут 3 минуты

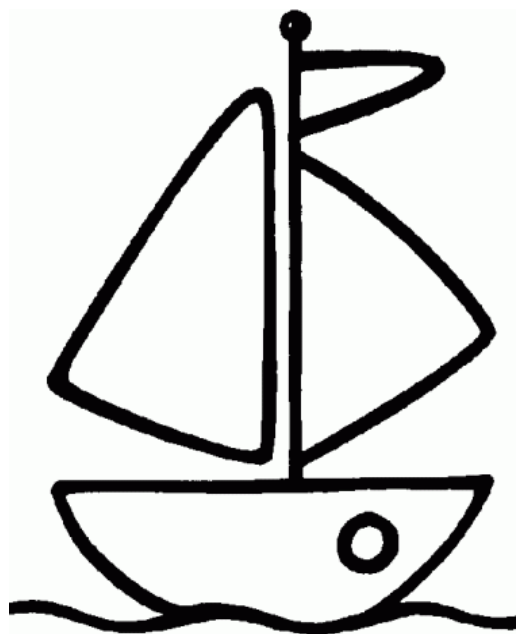


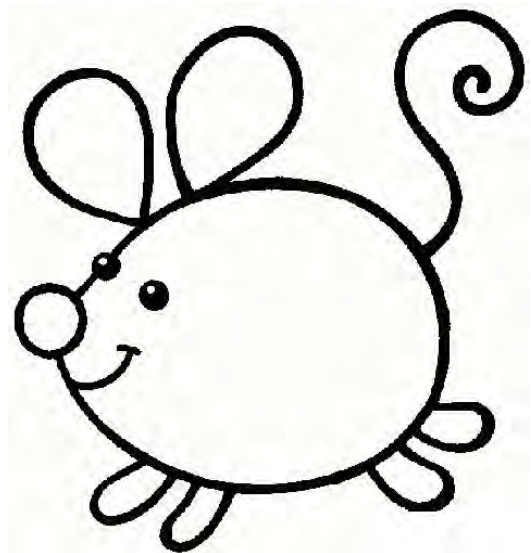
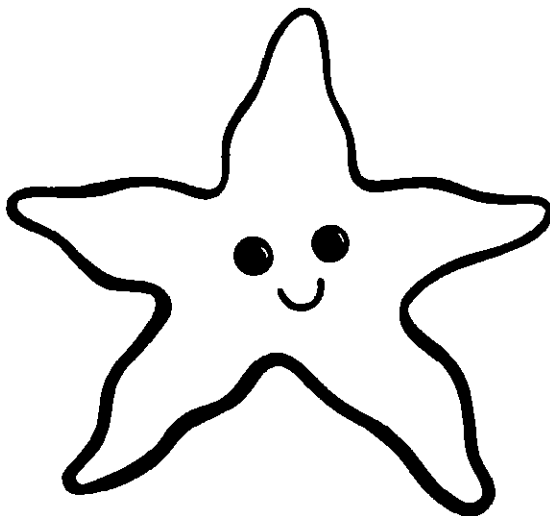
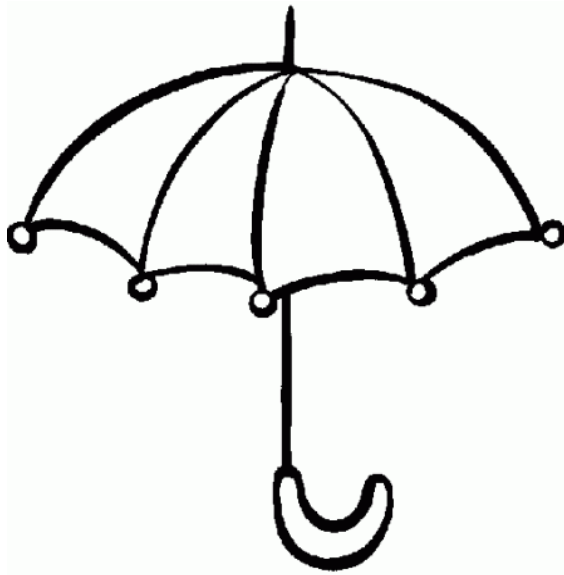
**Продолжение таблицы И1**

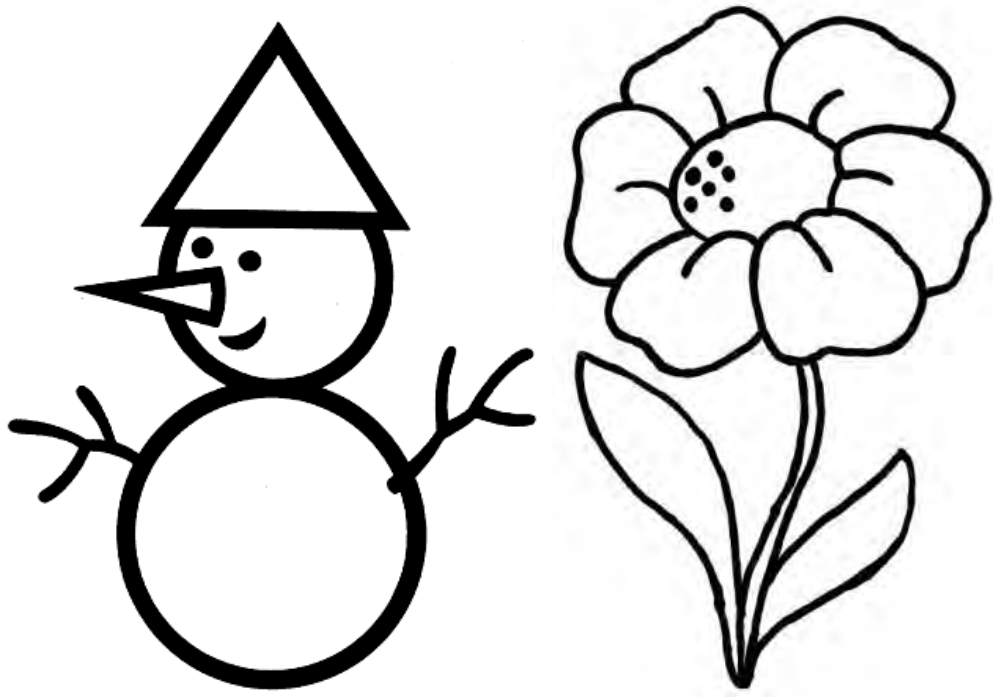
<b>5 Заключительное занятие</b>	2 часа 15 минут
Ритуал приветствия	3 минуты
Показ презентации «Счастье материнства»	15 минут
Упражнение «Коллаж»	50 минут
Упражнение «Откровенный разговор»	30 минут
Упражнение «Ваше мнение»	20 минут
Упражнение «Пожелания»	15 минут
<b>Итого:</b>	<b>27 часов 55 минут (28 часов)</b>

## Приложение К

Карточки для упражнения «Рисование по инструкции»







## Приложение Л

**Таблица Л 1 – Учебный план тренинга адекватности родительских позиций в семьях подростков «Семейный круг»**

Раздел/ блок	№ блока	Тематика занятий	Кол-во встреч	Участники тренинга
Часть 1 «В круге родители»	1	Формирование субъект-субъектного отношения к ребенку	5	Родители (семейная пара)
	2	Формирование позитивного отношения к себе как к родителю		
	3	Формирование адекватного отношения к родительской роли		
	4	Формирование позитивного отношения к родительству		
	5	Формирование умений и навыков эффективной воспитательной практики		
Часть 2 «В круге дети»	1	Формирование позитивного отношения к себе	5	Дети-подростки
	2	Формирование умений и навыков конструктивного общения		
	3	Формирование конструктивных моделей поведения в конфликтных ситуациях		
	4	Формирование субъект-субъектного отношения к родителям		
	5	Формирование субъектной позиции подростков в отношениях с родителями		
Часть 3 «В семейном круге»	1	Преодоление психологических барьеров в детско-родительских отношениях	5	Родители-дети
	2	Рефлексия детско-родительских конфликтов в семьях подростков		
	3	Формирование конструктивных моделей поведения в детско-родительских конфликтах		
	4	Формирование умений и навыков разделения и принятия ответственности подростками и их родителями		
	5	Формирование новой практики общения в детско-родительском взаимодействии		

## Приложение М

### *Информация к занятию № 1*

Большинство качеств:

- приобретается. На некоторые качества могут влиять биологические факторы, но большинство качеств приобретается. Например, застенчивый ребенок может научиться общаться, управлять своим гневом, чтобы чувствовать себя увереннее в коллективе. Импульсивного ребенка можно научить обдумывать поступок, прежде чем действовать;
- поддается изменениям. Большинство качеств можно изменить с помощью испытанных научно обоснованных методик;
- требует вмешательства. Не нужно ждать, что ребенок изменится сам по себе. Скорее всего, его поведение ухудшится без вмешательства родителя. Заблуждение думать, что плохое поведение – временное явление и вскоре ребенок его перерастет. Подобным отношением мы позволяем плохому поведению ребенка войти в привычку. Потом изменить его будет еще сложнее;
- требует времени для изменений. Долгосрочные обязательства необходимы для любого значительного и устойчивого изменения;
- должно иметь замену. Ни одно негативное качество не изменится окончательно до тех пор, пока мы не научим ребенка другой форме поведения. Без замещающего поведения он, скорее всего, будет продолжать вести себя по-прежнему;
- нуждается в хорошем примере. Хорошие качества приобретаются легче, если перед глазами есть образец поведения. Поэтому родитель должен быть уверен, что родительские качества и родительский пример совпадают с теми, которые он хотел бы видеть в ребенке. Эффект бумеранга: то, что мы бросаем ребенку, возвратится, подобно бумерангу, и ударит нас;
- требует практики. Для изменения качеств нужна практика. Если ребенок не умеет играть в футбол, мы ведь никогда не скажем ему, чтобы он вышел на игру. Нужно сначала потренировать его в течение нескольких недель. То же самое относится и к приобретению нового качества, поэтому необходимо практиковаться до тех пор, пока ребенок не начнет применять это качество самостоятельно;
- «любит» поощрение. Поощрение требуется на каждом этапе пути: от готовности до попытки, от первых усилий до маленьких успехов, от задержек в изменении до максимального количества улучшений.

## Приложение Н

### Таблица Н1 – Проблемное поведение ребенка

Поведение	Проблема
1 Берет чужие вещи	
2 Бьет, толкает всех, когда расстроен	
3 Царапается и щиплется	
4 Перебивает взрослых	
5 Дерзит	
6 Пререкается	
7 Все время крутится	
8 Не может посидеть спокойно	
9 Ябедничает	
10 Постоянно жалуется на детей	
11 Часто дерется с детьми	
12 Обижает других детей	
13 Обзывается, оскорбляет других	
14 Боится отвечать на уроке	
15 Предпочитает играть один	
16 Трудно сходится с другими детьми	
17 Отказывается выполнять обязанности по дому	
18 Отказывается выполнять обязанности по дому	
19 Выбегает за мячом на проезжую часть	
20 Ставит подножки приятелям	
21 Не хочет застилать кровать	
22 Отказывается вынести мусор	
23 Отказывается убрать игрушки после игры	
24 Визжит, падает на землю в ответ на родительский отказ в чем-либо	
25 Кричит, плачет, стучит руками и ногами, если не получает желаемого	
26 Постоянно ссорится с другими детьми.	
27 Ребенка приходится постоянно мирить с другими детьми	
28 Общается только с помощью крика, на повышенных тонах	
29 Кусается	
30 Врет, обманывает	
31 Обвиняет других в своих проступках	
32 Постоянно придумывает, сочиняет	
33 Постоянно ждет вознаграждения	
34 Выполняет просьбу только за угощение, деньги	
35 Спорит	
36 Не слушается	
37 Не имеет друзей	
38 Имеет мало друзей	
39 Сквернословит	
40 Командует своими друзьями	
41 Бессонница	
42 Постоянно переживает	
43 Хнычет	

## Приложение О

### Общие рекомендации по применению штрафных санкций

Каждый раз, применяя штрафные санкции, делайте следующее:

- Заранее объявляйте ребенку об установлении штрафных санкций. Подготовьте его, сообщив заранее об установлении тех или иных штрафных санкций в случае продолжающегося плохого поведения. Можно даже изложить их в письменном виде, чтобы ребенку стало абсолютно ясно: нарушение повлечет за собой применение дисциплинарных мер. Пусть ребенок подпишет договор, чтобы у него не осталось ни малейших сомнений в серьезности Ваших намерений. Подумайте над тем, чтобы предложить ребенку самому придумать санкции за плохое поведение. Это прекрасный способ научить его брать на себя ответственность за свои неверные поступки. Штрафные санкции, придуманные ребенком, как правило, строже тех, что придуманы родителями. Вы можете не соглашаться с предложениями ребенка; это просто способ вовлечь его в процесс.
- Соотносите штрафные санкции с проступком ребенка. Подходящим следствием грубости может быть выполнение ежедневных обязанностей вместо, допустим, сестры, по отношению к которой была проявлена грубость; за кражу — возвращение украденной вещи и оплата ущерба.
- Соотносите штрафные санкции с уровнем развития ребенка, его возрастом. Например, не требуйте от шестилетнего малыша, чтобы он написал сто раз: «Я не буду врать».
- Не обсуждайте свое решение. Определив те или иные штрафные санкции, придерживайтесь своего решения и будьте последовательны.
- Не ждите. По возможности применяйте штрафные санкции сразу же после проступка, по горячим следам. Например, если у ребенка случилась вспышка раздражения в магазине, немедленно выведите его и примените заранее оговоренные штрафные санкции.
- Привлеките к процессу всех. Расскажите супругу, учителю, няне, дедушкам и бабушкам о том, что вы договорились с ребенком о плане поэтапного изменения проблемного поведения.
- **ОБЕРЕГАЙТЕ ДОСТОИНСТВО РЕБЕНКА!** Всегда применяйте к ребенку штрафные санкции наедине и обращайтесь с ним уважительно. Держитесь спокойно и нейтрально. Покажите пример поведения в сложных условиях.



## Приложение П

### Примерный перечень штрафных санкций

- 1 Дополнительные обязанности (кроме тех, которые ребенок уже выполняет).
- 2 Денежный штраф. Если ребенок имеет деньги, заведите дома «штрафную» банку с крышкой, которая должна находиться в определенном месте. Заранее согласовывается сумма денежного штрафа за определенные проступки. Когда банка наполнится, эти деньги можно использовать на благотворительные цели по решению семьи.
- 3 Извинение. Формы могут быть самыми разными: слова «простите, я виноват», сказанные с таким выражением, которое подтверждает, что ребенок действительно сожалеет; записка; разговор лицом к лицу с пострадавшей стороной; маленький подарок, сделанный своими руками.
- 4 Запрещение выходить из дому в течение определенного времени. Для младшего школьника длительность такого наказания составляет час или два.
- 5 Лишение привилегий, домашних развлечений (тех, которые родители могут контролировать).
- 6 Временная изоляция, «стул для размышлений» — спокойное, безопасное, хорошо освещенное и изолированное место в доме, где не должно быть игр, игрушек, телевизора, телефона и других отвлекающих факторов. Длительность временной изоляции определяется серьезностью нарушения и возрастом ребенка. Самое простое правило определения длительности для детей до семи лет — это минута за каждый год жизни ребенка.

## Приложение Р

### Четыре шага к избавлению от драчливости

#### *Шаг 1. Введите правило абсолютной нетерпимости к дракам.*

Выберите время, чтобы спокойно поговорить о своем беспокойстве по поводу драк. Говорите серьезно и твердо, чтобы ребенок понял, что вам не нравится его поведение, и объясните, почему вы это не одобряете. Обсудите вместе с ним возможные серьезные последствия такого поведения: телесные повреждения у участников драки, плохое мнение окружающих, потеря друзей. Терпеливо выслушайте объяснения ребенка по поводу мотивов такого поведения. Не осуждайте, а просто выслушайте. Возможно, вы услышите о том, каковы причины, о которых не знали. Предложите помощь в решении серьезных проблем. Затем заявите о недопустимости драк и о штрафных санкциях, которые будут применяться, если он не прекратит драться: «Если я еще раз увижу, что бьешь сестру, ты перестанешь играть и отправишься на 15 минут в угол». Прочитайте перечень штрафных санкций и выберите те, которые соответствуют возрасту и характеру Вашего ребенка.

#### *Шаг 2. Научите ребенка приемлемым альтернативам.*

Слова, что драться нельзя, не подскажут ребенку, что же можно делать вместо этого. Помогите найти подходящие средства, чтобы справиться с негативными переживаниями, не прибегая к драке. Придумайте вместе несколько приемлемых альтернатив: «Давай подумаем, что можно предпринять вместо драки». Затем выберите один какой-либо вариант и обучите ему ребенка. Повторяйте его снова и снова, пока ребенок не научится. Вот несколько вариантов:

- Разрядить свои эмоции на нейтральном объекте. Раздробить кусок глины, бить по подушке или наносить удары по подвесной груше.
- Использовать формулу «Я хочу, чтобы...». Ребенок должен сказать, что он хочет от другого человека. Заявление должно быть направлено на возникшую проблему: «Ты взял мою игрушку, и я хочу, чтобы ты мне ее отдал». Обзывать и унижать другого человека недопустимо.
- Уединиться и успокоиться. Попросите ребенка помочь Вам организовать ему место, где он может уединиться и успокоиться. Принесите туда несколько вещей, которые помогут ребенку вернуться в нормальное состояние, например игрушки, карандаши и бумагу, и поощряйте ребенка приходить туда, чтобы успокоиться.
- Вовремя уйти. Посоветуйте ребенку уходить каждый раз, когда он испытывает желание подраться. Это всегда безопаснее.

#### *Шаг 3. Закрепляйте «мирное» поведение.*

Один из самых простых способов изменить поведение ребенка — это «поймать» его на хорошем поведении. Однако большинство родителей меньше всего пользуются этим. Каждый раз, замечая, что ребенок справляется со сложной ситуацией спокойно, выражает огорчение, не затевая драки, и держит себя в руках, отметьте его поведение и дайте понять, как Вы цените его старания: «Я заметила, что ты был очень зол, но отошел в сторону, чтобы успокоиться. Это

хороший знак», «Ты словами объяснил другу, что ты не в себе. Очень хорошо!» Помните, что дети будут стремиться повторять поощряемое поведение. Это также одно из лучших средств сделать желаемые поступки привычкой.

*Шаг 4. Применяйте штрафные санкции, если ребенок продолжает драться.*

Если ребенок продолжает драться, остановитесь, глубоко вдохните и остыньте, прежде чем реагировать, а затем примените ранее оговоренные штрафные санкции. Не читайте нотаций и, самое главное, не бейте своего агрессивного ребенка, поскольку он может понять так: «Ага! Взрослым можно драться, а детям нельзя!» Вместо этого возьмите маленького забияку за руки и скажите: «Мы договорились, что драки непозволительны. Ты не будешь смотреть телевизор сегодня вечером». Ребенок должен послушаться. Если нет, — штрафные санкции удваиваются.

## Приложение С

### Способы выражения гнева

- 1 Разрядить свои эмоции на нейтральном объекте.
- 2 Громко спеть любимую песню.
- 3 Пометать дротики в мишень.
- 4 Попрыгать через скакалку.
- 5 Пускать мыльные пузыри.
- 6 Устроить «бой» с боксерской грушей.
- 7 Быстрыми движениями руки стереть с доски.
- 8 Полить цветы.
- 9 Пробежать несколько кругов вокруг дома.
- 10 Поиграть в «настольный футбол» (баскетбол, хоккей).
- 11 Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.
- 12 Быстрыми движениями нарисовать обидчика, а затем зачеркнуть изображение.
- 13 Слепить из пластилина фигуру обидчика, а затем сломать ее.

*Научное издание*

Овчарова Раиса Викторовна

Мягкова Мария Алексеевна

## **Материнство в неполной семье**

Монография

Редакторы О.Г. Арефьева, Н.М. Быкова

---

Подписано в печать 2.09.14	Формат 60x84 1/16	Бумага 80г /м <sup>2</sup>
Печать цифровая	Усл. печ. л. 22,25	Уч.-изд. л. 22,25
Заказ 227	Тираж 50	

---

Редакционно-издательский центр КГУ  
640000, г. Курган, ул. Советская, 63/4.  
Курганский государственный университет.