

УДК 159.316.356

ОБУЧЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ ПОДДЕРЖИВАЮЩЕМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ АДАПТАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ ДЕТЕЙ

Калинина Н.В., Артемова А.О.

ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный университет», Ульяновск, Россия (432970, Ульяновск, ул. Л. Толстого, 42), E-mail: kalinata66@mail.ru

Изучены возможности психолого-педагогической поддержки семьи в развитии ресурсов социальной адаптации детей. Показано, что овладение способами преодоления трудных жизненных ситуаций определяется поддерживающим взаимодействием родителей с детьми. Предложено описание авторской программы обучения родителей поддерживающему взаимодействию с детьми. Программа направлена на осознание ребенком трудных для него ситуаций и своего поведения в них; а также на осознание родителями ситуаций, воспринимаемых ребенком как трудные, и поведения и чувств ребенка в этих ситуациях. Решаются задачи осознания и преодоления родителями трудностей во взаимодействии с ребенком и своего поведения в отношении детей, приобретения родителями способов помощи детям в осознании поведения, способов подкрепления конструктивного поведения детей. Представлены результаты апробации программы, выражающиеся в уменьшении количества используемых родителями неконструктивных стратегий во взаимодействии с детьми, увеличение количества конструктивных копинг-стратегий, используемых детьми младшего школьного возраста в трудных ситуациях.

Ключевые слова: трудная ситуация; адаптационные ресурсы; инклюзивное образование; поддерживающее взаимодействие в семье; конструктивные стратегии поведения.

TEACHING PARENTS TO SUPPORT INTERACTION AS THE FACTOR OF ADAPTATION RESOURCES CHILD DEVELOPMENT

Kalinina N.V., Artemova A.O.

Ulyanovsk State University, Ulyanovsk, Russia (432000, Ulyanovsk, st. Tolstoy, 42), E-mail: kalinata66@mail.ru

The possibilities of psycho – pedagogical support of the family in the development of the resources of social adaptation of children. It is shown that mastery of ways to overcome difficult situations in life is determined by the interaction of supporting families with children. A description of the author's parent education programs include interaction with children. The program focuses on awareness of child difficult situation for him and his behavior in them; as well as on the awareness of parents of situations perceived as a difficult child, and the child's behavior and feelings in these situations. Solves the problem of awareness and overcome the difficulties parents during the interaction with the child and his behavior towards children, the acquisition of ways parents help children in the realization of behavior, ways of reinforcement of constructive behavior in children. The results of the testing of lead in reducing the amount of non-constructive strategies used by parents in cooperation with children, increasing the number of constructive coping strategies used by children of primary school age in difficult situations.

Keywords: a difficult situation; adaptation resources; inclusive education; supportive interaction in the family; constructive behavior strategies.

Актуальность изучения проблемы развития и наращивания адаптационных ресурсов человека в настоящее время растет в связи с информационной насыщенностью современного общества. Доступность все большего количества источников информационного воздействия на детей, – телевидение, интернет, огромное количество гаджетов, предоставляющих возможность открытого доступа к практически неограниченному информационному пространству, оказывает влияние на их психическое развитие. Взрослые, в том числе и родители, с каждым днем имеют все меньше возможности контролировать информационные потоки, окружающие их детей, соответственно не могут оградить их от возможного

пагубного влияния некоторых источников информации. Не стоит забывать и о «живых» контактах с другими детьми и взрослыми, которые также могут оказывать негативное воздействие на психическое становление ребенка. Поэтому стоит изменять тактику ограждения, «изоляции» детей от трудностей и нежелательных ситуаций, в сторону поддержки и обучения конструктивному преодолению трудностей.

Дети иначе, чем взрослые, воспринимают ситуации, происходящие с ними каждый день. Зачастую, то, что взрослому может показаться мелочью, для ребенка очень важно, и, если не уделить достаточного внимания состоянию ребенка, не помочь ему справиться, преодолеть, «пережить» трудную для него ситуацию, он может так и не научиться справляться с трудностями.

Особенно актуальной проблема поддержки в преодолении трудностей становится для детей с ограниченными возможностями здоровья [4]. Сегодня их активно включают в инклюзивную образовательную среду, где они находятся рядом со здоровыми сверстниками. Находясь в позиции «слабого», такие дети нуждаются в поддержке. Однако, как показывают наши исследования [2], чаще эти дети и в семье, и в школе находятся в позиции «опекаемых». Вместо того чтобы поддерживать их в преодолении, «сильные» в лице взрослых или сверстников выполняют деятельность за них, ограничивая их участие. В этих условиях высок риск углубления зависимости детей с ограниченными возможностями здоровья от «сильного», в роли которого выступают, прежде всего, родители, а затем и учителя и сверстники. Чтобы избежать наращивания зависимости ребенка, нам представляется важным акцентировать внимание на необходимости его поддержки в преодолении трудностей, на развитии его адаптационных ресурсов.

Целью данной работы являлось выделение условий семейного взаимодействия, способствующего развитию адаптационных ресурсов детей и разработка программы по обогащению этих условий.

Материалы и методы исследования. В ходе исследования была разработана и апробирована авторская программа психолог – педагогического обучения родителей поддерживающему взаимодействию с детьми. Апробация проводилась на группе родителей и детей младшего школьного возраста в количестве 40 человек. Эффективность программы оценивалась с использованием методик: опросник адаптационных стратегий детей младшего школьного возраста (О.В. Петунс), тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга и В.В. Столин).

Результаты и их обсуждение. Анализ роли семьи и взаимодействия с ребенком в семье в развитии у него возможностей конструктивного преодоления трудностей показал, что именно семейное взаимодействие определяет формирование стратегий преодолевающего

поведения. С самого рождения ребенку приходится сталкиваться с ситуациями, приносящими неудовольствие, в которых он испытывает тревогу и даже страх [5]. Выделяются два аспекта реализации психической адаптации к таким ситуациям [3]. Первый из них связан с целенаправленными действиями, которые позволяют изменить ситуацию или выйти из нее, обеспечив осуществление потребностей в иных условиях. При этом не меняется сложившаяся системы потребностей. С другой стороны, несоответствие между актуальными потребностями и возможностями их реализации может быть уменьшено или устранено за счет трансформации системы. Интрапсихическая адаптация реализуется при участии психологических защит, позволяющих устранять или уменьшать тревогу путем изменения восприятия и оценки ситуации, в которой она возникает. По мере того, как дети начинают осознавать свое поведение, психологические защиты и неосознанные поведенческие реакции на тревогу и стресс могут трансформироваться в используемые в различных ситуациях стратегии поведения. Именно в семье складываются условия либо для закрепления неконструктивных психологических защит, либо для выработки конструктивных стратегий преодоления трудностей. Чем раньше ребенок научится осознавать свое поведение и соотносить его с определенными ситуациями, тем эффективнее он сможет адаптироваться к новым условиям и тем более устойчивым он будет как к повседневным трудностям, так и к трудным жизненным ситуациям в целом. В качестве условия, определяющего развитие адаптационных ресурсов ребенка, мы выделяем поддерживающее взаимодействие с ребенком в семье, направленное на поддержку в осознании и преодолении трудных ситуаций.

На основе результатов собственных эмпирических исследований, выявивших определенные трудности родителей детей – участников инклюзивной образовательной среды и с использованием обучающей программы для родителей «Воспитание на основе здравого смысла» [1], нами была разработана и апробирована авторская программа психолого-педагогического обучения родителей поддерживающему взаимодействию с детьми «Родители и дети: воспитываем друг друга». Целью разработанной программы является осознание родителями переживаний своих детей, расширение репертуара поддержки желаемого поведения в ситуациях, вызывающих напряжение у детей. Программа состоит из четырех разделов, в ходе ее реализации применяются арт-терапевтические техники, просмотр и обсуждение видеоматериалов, тренинговые упражнения.

Занятия первого раздела проводятся совместно для детей и родителей с использованием арт-терапевтических техник. Они направлены на осознание ребенком трудных для него ситуаций и своего поведения в них; а также на осознание родителями

ситуаций, воспринимаемых ребенком как трудные, и поведения и чувств ребенка в этих ситуациях. Ведущий просит ответить детей на вопросы:

1. Какие ситуации вызывают у тебя напряжение, неприятны для тебя?
2. Почему они для тебя неприятны?

Родители и дети рисуют так называемые «солнышки поведения». Дети в центре «солнышка» пишут «Я», а родители – «мой ребенок». На каждом лучике дети и родители записывают способы поведения в ситуациях, которые озвучили дети (дети пишут как они себя ведут в этих ситуациях, родители вспоминают и пишут способы поведения своего ребенка). Для выполнения задания можно посадить участников в круг, причем детей и родителей спинами друг к другу.

После выполнения задания, пары родитель-ребенок сравнивают свои «солнышки». Детей ведущий просит ответить на вопросы:

1. Что ты написал?
2. Что обычно получается в результате такого поведения?
3. А чего ты бы хотел добиться таким поведением?
4. Как ты думаешь, можно ли добиться этого другим способом? Каким?

Родители отвечают на следующие вопросы:

1. Совпали ли Ваши с ребенком «солнышки»?
2. Как Вы думаете, почему они отличаются?
3. Как бы Вам хотелось, чтобы вел себя Ваш ребенок?
4. Как Вы думаете, что для этого нужно сделать?

В результате обсуждения дети осознают ситуации, вызывающие трудности и свое поведение в них, а также получают групповой опыт разрешения таких ситуаций. Родители лучше узнают переживания своих детей и приходят к выводу, что они могут оказывать поддержку и помощь своим детям в трудных для них ситуациях.

Последующие занятия проводятся только для родителей. Второй раздел посвящен проблеме «Трудности воспитания». Здесь решаются задачи осознания родителями трудностей во взаимодействии с ребенком и своего поведения в отношении детей.

Сначала родители по очереди рассказывают о ситуациях, когда они хотели бы повлиять на поведение своего ребенка, описывают свое поведение в этих ситуациях и их результат. Далее ведущий рассказывает о различных вариантах высказываний (ТЫ-сообщения, Я-сообщения), а также о причинах, которые родители сообщают своим детям, почему они должны вести себя так, а не иначе (причины, значимые для родителей; и причины, значимые для детей). На занятиях используются видеоматериалы обучающей программы для родителей «Воспитание на основе здравого смысла» для демонстрации

лекционного материала. Далее родители выполняют практические упражнения для отработки «Я-сообщений» и формулирования «причин для детей». В результате занятий родители связывают свое поведение и поведение ребенка. Происходит рефлексия своих высказываний, расширение опыта коммуникации с ребенком с целью поддержки его в трудных ситуациях.

Третий раздел получил название «Частный детектив» и направлен на приобретение родителями способов помощи детям в осознании своего поведения. Ведущий рассказывает о констатирующих (прослеживающих) высказываниях. Лекционный материал подкрепляется демонстрацией видеоматериалов обучающей программы для родителей «Воспитание на основе здравого смысла». Далее родители на практике тренируются в формулировании констатирующих описаний (высказываний). В результате родители получают опыт безоценочного описания действий ребенка с целью помощи в осознании своего поведения.

Четвертый раздел направлен на приобретение родителями способов подкрепления конструктивного поведения детей и обобщение полученного на всех занятиях опыта. Ведущий информирует о воодушевляющих высказываниях в продолжение констатирующих описаний. Проводя аналогию с навыком «эффективной похвалы» в обучающей программе «Воспитание на основе здравого смысла», демонстрируем лекционный материал с помощью видеофрагментов. Далее родители выполняют практическое задание для отработки воодушевляющих высказываний по отношению друг к другу. Для обмена высказываниями используется мяч. Получая вместе с мячом высказывание, участник дает обратную связь – насколько оно его воодушевляет и хочется ли продолжать вести себя также. В результате родители получают практический опыт подкрепления конструктивных способов поведения своих детей.

Обобщение опыта, полученного в результате тренинга, происходит при выполнении упражнения «Дерево решений» (метод социометрии). Заранее на ватмане готовится ствол дерева, участникам раздаются листочки трех цветов (например, черный, коричневый, зеленый). На черных листочках каждый записывает трудности во взаимодействии с детьми, которые он считает общими для всех, и приклеивает на место корней дерева. На коричневых – способы разрешения этих трудностей, и приклеивает их на ствол дерева. На зеленых записываются желаемые результаты – так формируется листва дерева.

Выводы. В апробации данной обучающей программы приняли участие 40 человек – 20 детей младшего школьного возраста (из них 8 девочек и 12 мальчиков) и 20 человек из числа их родителей (16 женщин и 4 мужчины). Она показала свою эффективность в уменьшении количества используемых родителями неконструктивных стратегий во взаимодействии с детьми и увеличении поддерживающих. Также к результатам

экспериментального исследования можно отнести развитие у детей более зрелых механизмов психологической защиты, увеличение количества конструктивных копинг-стратегий, используемых детьми младшего школьного возраста в трудных для них ситуациях, которое наблюдается при изменении родительского поведения. Это говорит о том, что навыки поддерживающего взаимодействия родителей с детьми можно рассматривать как один из факторов развития адаптационных ресурсов у детей.

Публикация подготовлена в рамках поддержанного РГНФ проекта № 14-06-00143 «Развитие адаптационных ресурсов субъектов в процессе взаимодействия с инклюзивной образовательной средой».

Список литературы

1. Берк Р., Херрон Р. Воспитание на основе здравого смысла. Проверенное и поэтапное руководство по воспитанию ответственных детей и созданию счастливой семьи /пер. Т. Балашовой. – СПб., 2001.
2. Калинина Н.В. Социально-психологические трудности адаптации школьников в инклюзивной образовательной среде // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. – 2014. – Т.3, вып. 4. – С. 389-395.
3. Никольская И.М. Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. – СПб.: Речь, 2000. – 507 с.
4. Организация инклюзивного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья: учебное пособие / отв. ред. С.В. Алехина, Е.Н. Кутепова. – М.: МГППУ, 2013. – 324 с.
5. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. – М., 1993. – 144 с.

Рецензенты:

Лукьянова М.И., д.п.н., профессор, зав. кафедрой менеджмента и образовательных технологий факультета дополнительного образования ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова», г. Ульяновск;

Митин С.Н., д.п.н., профессор, зав. кафедрой психологии и педагогики ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный университет», г. Ульяновск.