

Психологічні рекомендації батькам щодо розвитку позитивного образу сім'ї дошкільників

У статті наведено теми та короткий їх зміст бесід із батьками, які сприяють позитивному розвитку образу сім'ї дошкільників та батьків. Встановлено, що розвиткові позитивного образу сім'ї сприяє цілеспрямоване обговорення з батьками питань щодо ідеального образу дитини, сім'ї; приховування проблем сімейного життя за допомогою проекції; впливу на сімейну атмосферу уявлень подружжя, що у сім'ї повинні бути відсутні конфлікти. Описано практичні рекомендації батькам щодо налагодження комунікативних процесів у сім'ї.

Ключові слова: позитивний образ сім'ї, батьківсько-дитячі, подружні стосунки, сприятлива сімейна атмосфера, притчі, казки, сімейні конфлікти, самопомога.

В статье приведены темы и короткое их содержание бесед с родителями, которые содействуют позитивному развитию образа семьи дошкольников и родителей. Установлено, что развитию позитивного образа семьи способствует целенаправленное обсуждение с родителями вопросов относительно идеального образа ребенка, семьи; сокрытия проблем семейной жизни с помощью проекции; влияния на семейную атмосферу представлений супругов, в семье должны отсутствовать конфликты. Описаны практические рекомендации родителям относительно налаживания коммуникативных процессов в семье.

Ключевые слова: позитивный образ семьи, родительско-детские, супружеские отношения, благоприятная семейная атмосфера, притчи, сказки, семейные конфликты, самопомощь.

Постановка проблеми. Образ сім'ї – складноструктурований компонент образу світу, який формується протягом тривалого часу. Більшість сучасних досліджень у нашій країні щодо образу сім'ї стосуються підліткового та юнацького віку (Т.А. Демидова, Е.В. Козловська, О.А. Кляпець, Т.Л. Левицька, В.В. Мацюк). У цей час завершується становлення образу сім'ї, майбутнього шлюбного партнера, настанов на укладання шлюбу та народження дітей. Активно розвиток образу сім'ї відбувається у дошкільному віці, коли умови життя суттєво розширюються і дитина відкриває для себе світ людських взаємин.

За межами нашої країни, зокрема у Росії дослідженню образу сім'ї приділяється значно більша увага (Н.І. Демидова, О.Г. Куліш, М.А. Мацук, С.В. Моцар, Т.І Пухова, О.В. Рижкова, А.С. Шубіна). Дослідження російських вчених свідчать, що даний феномен, у тому числі стосовно дітей дошкільного віку, не має чіткої наукової характеристики. У дослідженнях поняття «образ сім'ї» представлено описово, відображаючи лише когнітивний його аспект.

Дошкільний вік – досить тривалий і важливий період онтогенезу дитини. У цей час розпочинається активне становлення образу світу особистості, коли умови життя суттєво розширюються і дитина відкриває для себе світ людських взаємин, різні види діяльності. Провідну роль у становленні образу світу, уявлень про сім'ю, чоловіка/дружину, працю, моральні якості відіграють батьки, адже вони є центральними персонажами у житті дитини. Діти наслідують батьківську форму поведінки у сім'ї, різноманітні позитивні чи негативні звички, значущі особливості подружніх стосунків. На основі цього дитина засвоює батьківські ролі, а потім у подальшому її дорослому житті може простежуватись тенденція несвідомого використання в сім'ї таких самих батьківських стосунків зі своїми дітьми, незалежно від того, подобались вони їй у дитинстві чи ні.

Завдання статті: висвітлення тем бесід і їх змісту, які впливають на розвиток позитивного образу сім'ї у дошкільників.

Виклад основного матеріалу. Більш детально поняття образ сім'ї та особливості його структури можна знайти у наших статтях [6]. Далі перейдемо до розгляду тем групових та індивідуальних бесід з батьками з метою розвитку позитивного образу сім'ї та налагодження сімейних стосунків.

Бесіди з батьками є важливою умовою та окремою складовою психолого-педагогічної програми розвитку позитивного образу сім'ї у дітей дошкільного віку. Відзначимо, що психолог сам може обирати зміст наповнення бесід з батьками (спираючись на концепцію тієї теорії, прихильником якої він є), головне, щоб вони виконували просвітницьку роботу щодо дитячо-батьківських стосунків та сприяли позитивному образу сім'ї та дітей. Висвітливо короткий зміст бесід, в результаті яких ми отримали значимі позитивні зміни усіх структурних елементів складових образу сім'ї дошкільників.

Тема 1. Ідеальний образ сім'ї. Припускаємо, що у батьків є певні ідеалістичні, ілюзорні уявлення щодо їх ставлення до дитини та сімейної ролі. Це припущення ми зробили на основі

отриманих даних, які свідчать, що, в основному, батьківське ставлення до дитини та сімейної ролі носить позитивний, сприятливий характер становлення образу сім'ї дошкільників та розвитку їх особистості. Однак зауважимо, що при цьому більшість дошкільників оцінюють рівень сприятливої сімейної ситуації як низький, тривожність та конфліктність – середній; майже відсутні максимально позитивні ставлення до сім'ї, матері та батька; чітко виражені знання щодо особливостей сімейного життя представлені недостатньо; у гри дівчатка і хлопчики майже не відображають спільних дій між батьками, а середній показник гри значно нижчий, ніж у інших дослідженнях.

Спираючись на вище вищеописані особливості сприймання дитини батьками, ціллю бесіди є: розвиток більш реалістичного ставлення батьків до сімейних стосунків. На початку батькам було повідомлено, що бесіда оснований на загальних тенденціях стану сучасної сім'ї, які фіксують дослідники сімейної психології. Тому з метою отримання інформації про сімейне виховання, ми розглянемо питання ілюзій, які заважають нам адекватно сприймати не лише сімейні стосунки, але й події навколишнього світу.

Батькам читається східна притча «Цікавий і слон».

Н. Пезешкіан [5, с.17-19] пише, що у своїй психотерапевтичній практиці, а також виступаючи з доповідями, він упевнився в тому, що саме східні притчі і міфи добре сприймаються слухачами і пацієнтами. Притчі – це картинки у слові. Подібно до ілюстрацій, вони полегшують розуміння і мають велику дидактичну цінність. Приклади з реального життя, міфи, притчі у тій чи іншій формі розповідають про особистісні, міжособистісні та суспільні проблеми, конфлікти і показують можливі рішення, сприяють розумінню людей. Будучи досить далекими від безпосереднього життєвого досвіду слухачів, від їх проблем, конфліктів, слабкостей, приклади з життя, притчі при цілеспрямованому їх використанні, допомагають створити дистанційне ставлення до власних проблем.

Після читання притчі з батьками обговорювалось те, що кожний бачить правильно, але не кожний бачить цілісно, що й спотворює наше розуміння іншої людини. Один хоче, щоб його дитина була слухняною, інший – здібною та жвавою, хтось – потребує опори. Усі вони намагаються уявити свою дитину і зрозуміти, якою вона повинна бути, але часто роблять це, виходячи лише з однієї точки зору, сприймаючи людину як носія небагатьох якостей, замість того, щоб бачити цілісну особистість.

Різні здібності та якості по-різному проявляються у кожній людини. Для декого може виявитись несподіваним, якщо, крім уже відомих якостей, у дитини (чоловіка/дружини) проявляються й інші якості, з якими також доведеться рахуватись та приймати їх.

Далі з батьками обговорюється те, що від народження у кожній дитини закладено багато здібностей. Але те, які здібності отримують свій подальший розвиток, залежить від того, чи сприяє цьому оточення (у першу чергу, батьки). Вважаємо за потрібне пояснити батькам, що часто вони створюють ідеальний образ сім'ї, який може відрізнятись від реального; та образ дитини, який повністю не відповідає її задаткам. Значною мірою на ідеальні образи впливають стереотипи, які панують у суспільстві та є одним з діагностичних критеріїв ілюзорних уявлень.

Дамо визначення стереотипу. У нашому дослідженні усі батьки мають вищу освіту, тому ми спробували давати прості терміни з подальшим їх роз'ясненням та обговоренням. Звичайно, можна не давати наукове визначення. Стереотип – це, як правило, не критично сприйняте та перетворене в особисту оціночну норму суспільно прийняте судження. Психологічна значимість стереотипів полягає в економії думок та відчуттів в процесі сприймання, оцінювання та розуміння іншої особистості та подій навколишнього світу [2, с.56]. В кожній конкретній ситуації людина знаходиться під впливом цілого ряду стереотипів, які, взаємодіючи, можуть не тільки закріплюватись або посилюватись, але й взаємознищуватись або послаблюватись. Батьки висувують на перший план певні соціально бажані якості. У цьому випадку одні здібності розвиваються, їм приділяється значно більше уваги, ніж іншим.

Обговорені вище особливості сприяють розвитку уявлень про те, що немає нічого поганого у тому, що сімейні стосунки не відповідають усім ідеалістичним образам. Якщо члени сім'ї усвідомлять свої труднощі, конфлікти (які є у кожній сім'ї) – це перший крок до розвитку позитивних сімейних стосунків. Тому, замість того, щоб витратити життєві сили на приховування проблем, можна вирішувати їх.

Наступний аспект щодо сімейного виховання – це поступовий розрив симбіотичного (діадичного) зв'язку. Можна сказати, що це розсіяння ілюзії «Діти належать батькам». Досліджувані батьки мають високі показники за шкалою симбіоз та кооперація, але діти у своїх малюнках, іграх ці показники абсолютно не показують. Тому ми пішли від зворотного і проводили бесіду,

про розвиток уявлень (які входять у складові фактори батьків щодо становлення образу сім'ї дошкільників), про партнерські стосунки з дитиною, прийняття її такою, яка вона є, надання можливості для самостійності, виявлення активності, думок, поглядів, водночас непомітно підтримуючи та допомагаючи їй.

Діада починається у стосунках «мати-дитина» з народження дитини і триває до тих пір, поки людина дорослішає, накопичує досвід і переживання, стаючи більш самостійною, її дії стають особистими, її вибір належить тільки їй. Як кожна клітина народжується зсередини іншої клітини, але потім, по мірі розвитку віддаляється від неї, так і для людини цей розрив, хоч і болючий, але необхідний для досягнення реальної незалежності. У дошкільному віці самостійність дітей можна розвивати завдяки тому, що батьки дають можливість дитині вирішувати, як поводитись у грі, який колір одягу обрати, яку секцію відвідувати, вступають з ними у дискусії, будують стосунки на основі партнерства. Звичайно, батькам роз'яснюється, що вони непомітно та ненав'язливо супроводжують діяльність дитини, підказують, якщо це потрібно.

Тема 2. Подружні стосунки. Ціль бесіди: усвідомлення батьками, що стосунки між ними впливають на загальну атмосферу у сім'ї, що дає можливість розвиватися кожному її члену.

З батьками обговорюється, наскільки вони розуміють те, що емоційна атмосфера між ними, їх дії по відношенню один одного є взірцем наслідування для дитини стосунків між чоловіком та жінкою, батьками та дитиною. Через ставлення батьків до певних речей розвивається й ставлення та поведінка дошкільника. При бажанні подружжя може поділитись моментами, коли вони помічали, як діти їх наслідували.

Перешкодою у розвитку позитивних подружніх стосунків, яка впливає на сімейну атмосферу та розвиток дитини, є можливість не помічати власні проблеми, замінюючи їх надмірним хвилюванням через недоліки або слабкості свого партнера. Людина помічає найменші недоліки в людині, яка поруч і не бажає бачити свої, постійно звинувачуючи партнера або займаючись його перевихованням. Ми пояснили, що цей феномен у психології називається проекцією. Проекція – це перенесення власних бажань, уявлень, конфліктів на іншу людину.

Для кращого розуміння цього явища батькам можна прочитати притчу «Про папугу». Ця притча показує нам, як свідомо (або несвідомо) люди переносять попередній досвід, приниження і розчарування на інші ситуації та на інших людей.

Якщо одна людина авторитарна, нерішуча або жадібна, вона може звинувачувати у цьому свого партнера і, в залежності від свого характеру, намагатись виправити та перевиховати, або покарати його. Якщо партнер зайнятий тим же, вони з успіхом ігнорують власні проблеми, а значить, і не здійснюють жодних кроків, які могли б допомогти їм у розвитку.

Інша форма проекції – це проекція своїх проблем на дітей. Вона часто зустрічається у зв'язку з бажанням чого-небудь для дітей. В цих випадках бажання для дітей обумовлені, в основному проекцією проблем власного існування на дітей. Якщо батьки у свій час не реалізували свої бажання та мрії, вони можуть стимулювати до цього дитину, тим самим через неї переживати незадоволену мрію. Таке перенесення є наслідком того, що людина відчуває, що не в змозі додати зміст власному життю, вона намагається внести цей зміст через дітей. Але так можна завдати шкоди як собі, так і дитині. Собі тому, що проблема існування може бути вирішена кожною людиною тільки усередині неї, а не за рахунок іншої; дитині – тому що у батьків можуть бути відсутні ті якості, які необхідні для того, щоб направляти її у потрібну для неї сторону. Діти використовуються в проєктивних цілях і тоді, коли виникає питання про розторгнення нещасливого шлюбу. Головний аргумент батьків у такій ситуації – вони, начебто, не можуть розійтись, щоб не позбавляти дитини можливості мати повну сім'ю. Однак, дослідження показують [1;5;6;7], що насправді атмосфера напруженості і безрадісності в подібній сім'ї більш шкідлива для дитини, ніж відкритий розрив, який принаймні демонструє, що батьки в стані за допомогою сміливого рішення змінити напружуючу ситуацію.

На емоційну атмосферу в сім'ї, тривожність, відчуття дитиною неповноцінності впливає ситуація, коли батьки не люблять один одного, але не дозволяють собі сваритися або висловлювати невдоволення. Відчуженість не дозволяє їм бути природними у своїх стосунках з дитиною. Наприклад, маленька дівчинка живе в атмосфері «коректності», яка не допускає близького контакту з батьком або матір'ю; вона ніколи не знає, що батьки відчувають або думають. У результаті дівчинка іде у свій власний світ. Установка відчуження може зберігатись у її майбутніх стосунках. Замкненість породжує постійну тривожність, почуття недовіри до світу, що часто є чинником постійних істерик, скандалів як єдиного способу виплеснути емоції.

Далі можна зупинитись на обговоренні питання любові у сім'ї. Ми розглянули види любові, які описав Е. Фромм [7, с.77-

155]: братську, материнську, еротичну, любов до себе. Щоб знайти щастя та рівновагу, людина повинна стати цілісною індивідуальністю. Є лише одна пристрасть, яка допомагає здобути почуття цілісності та індивідуальності – любов.

Отже, емоційно відкриті стосунки у сім'ї, уміння подружжя зізнаватись у наявності проблем та не переносити їх на дитину, один на одного сприяє розвитку позитивних сімейних стосунків та образу сім'ї усіх її членів.

Тема 3. Сімейні. Ціль: розвиток уявлень батьків щодо конструктивної функції конфліктів; шляхи позитивного розв'язання конфлікту.

Відзначимо, що на сімейні стосунки особливо впливають погляди та поведінка батьків у конфліктних ситуаціях, які можуть належати до сфери ілюзорних уявлень. Так само, як люди звикли думати, що болю і суму треба уникати при будь-яких обставинах, так само вони можуть бути переконані, що у хорошій сім'ї відсутні конфлікти. Вони знаходять доводи на користь цієї ідеї в тому, що зіткнення думок, інтересів, бажань руйнують і не несуть нічого хорошого. Такі думки є ілюзорними тому, що навіть самі комфортні, емоційно близькі стосунки не можуть існувати без непорозуміння і конфліктів.

Ми запропонували батькам поглянути на конфлікти зі сторони, тобто очима інших. Справжні конфлікти, ціль яких не прикриття якихось вчинків (наприклад, зради, бездіяльності) або справжніх думок (про розлучення, зраду, ревності), не деструктивні по своїй суті. Якщо подружжя вміє у конфліктній ситуації вислухати один одного, знайти компроміс, то такий конфлікт веде до взаєморозуміння, збагачує новими знанням і силою.

Розглянемо один з вагомих чинників для розвитку конфліктів – розбіжність у батьків поглядів на виховання. Виховання дитини – це не лише цілеспрямований вплив батьків на дітей. У свою чергу форми поведінки дитини здійснюють виховний вплив на батьків. На першому плані у вихованні є, безумовно, стосунки між батьками та дітьми, які залежать від з'ясування між подружжям розбіжностей у поглядах на виховання; від стосунків між матір'ю і татом.

Неузгодженість у батьків базових цінностей та поглядів на виховання може впливати на внутрішній стан дитини, її тривожність, розвиток внутрішньоособистісного конфлікту, почуття не потрібності, неповноцінності. Батькам пропонують обговорити між собою питання щодо їх розбіжностей у цінностях, поглядах,

методах виховання; недостатній участі одного з батьків у вихованні дитини, сімейних справах.

Для подолання конфліктних ситуацій у сімейних стосунках, ми запропонували батькам п'ятикровоку програму на основі позитивної сімейної психології [4, с.14; 5, с.238-261].

1. Дистанціювання/спостереження.

Батьки повинні пам'ятати, що у них повинно бути бажання змінити ситуацію та працювати над собою.

На цьому етапі партнер (батько/мати) повинні звільнитись від звичних висловлювань під час проблемної ситуації: «Знову ти не прибрав за собою, вередуєш, не хочеш робити вчасно» тощо. Щоб поглянути на іншу людину як на таку, якою вона є, і відмовитись від конфліктних форм поведінки на першому етапі потрібно здійснити три кроки: спостереження, припинення критики, відмова від залучення третіх осіб.

Дистанціювання означає, що людина намагається відійти на відстань, щоб краще побачити іншого. Так відбувається, наприклад, з мандрівником, який лише на відстані може побачити усю гору, в той час як поблизу він бачить лише її схили. На деякий час ми відмовляємось критикувати того, з ким у нас конфлікт. Замість висловлювань критичного характеру займаємось спостереженням. При цьому може бути досить складно перестати критикувати людину, до якої ставишся досить емоційно, а обмежуватись лише спостереженням. Протилежний учасник інколи вже на цьому етапі може сприйматись з іншої токи зору.

2. Інвентаризація.

Лише спостереження недостатньо. Потрібно знайти якості людини, які найбільше дратують та призводять до конфлікту, а також позитивні якості людини. Ця процедура дає можливість побачити не лише негативні якості людини, але й виділити позитивні. «Мій партнер зовсім не такий вже й поганий, як я думала! У нього є безліч позитивних якостей!»

3. Ситуативне схвалення.

Тепер можна перейти до того, щоб замість критики свого партнера почати хвалити його, якщо на ваш погляд, він зробив щось хороше і правильне. Схвалення повинне відноситись до конкретної ситуації, не можна просто сказати: «Ти симпатичний, хороший».

Спочатку схвалення як підкріплення відбувається під час обраної позитивної форми поведінки, пізніше – тільки під час кожного другого випадку, третього, четвертого, і нарешті нерегулярно. Можна використовувати привітливий погляд, посмішку.

Процесу схвалення нерідко загрожує небезпека стати неявним, а отже, неефективним. Тому варто обрати дві, три найбільш позитивні та негативні якості. При цьому у термін від трьох днів до неділі позитивні здібності у конкретній ситуації будуть хвалити, не критикуючи негативні.

4. Вербалізація.

Після того, як ви вдало пройшли попередні етапи можна спробувати перейти до розмови. Лише після того, як буде відновлена атмосфера довіри, можна торкнутись поведінкових дій, які призводять до конфлікту. Розмова починається зі схвалення, згадування якоїсь позитивної ситуації. Після цього близька людина говорить партнеру про труднощі, які виникли, чим незадоволена, супроводжуючи це прикладами. При обговоренні обидві сторони називають можливі рішення конфлікту, які записуються. Якщо одного вони не влаштовують, обговорюються нові варіанти. Можна перенести розмову на інший час. Кожного вечора потрібно шукати можливість, щоб поговорити про успіхи та невдачі на шляху до рішення проблеми.

Якщо партнер після першої спроби не йде на розмову, бажаючи випробувати ваше терпіння та серйозність намірів, через деякий час спроба повторюється. При цьому ситуативне схвалення та відсутність критики не припиняється.

5. Розширення цілі.

Порушення стосунків між партнерами часто призводить до певних обмежень. Розширення цілі означає те, що ви починаєте робити речі, які не могли робити через виснажливі конфліктні ситуації; шукаєте нові заняття і цілі для себе та свого партнера, теми для розмови.

Тема 4. Значення казок для дітей. Ціль: усвідомлення батьками цінності казок; особливості читання казок дошкільникам.

Батькам зачитують притчі «Хороший приклад», «Сила правди», «Розподіл обов'язків», «Розбита чаша», «50 років ввічливості» та запитують: чи було цікаво, корисно, як вони на них вплинули, чи примусили їх задуматись. Якщо є потреба, можна обговорити притчі. Батьки часто самі емоційно починають коментувати, згадувати приклади з життя.

Чоловіки та жінки пригадують, які казки читали їм у дитинстві та які казки вони читають своїм дітям. Поставте запитання: «Чому потрібно читати дітям казки». Саме тому, що не всі знають відповідь на це запитання, деяким батькам не вистачає часу на казки, а деякі кажуть: «Зараз час такий, що не до казок».

Деякі вважають, що казки віддаляють від реальності. Але це не зовсім так. У казках, притчах зашифровані важливі загальнолюдські знання. Знання ці охоплюють всі життєві сфери людини [2, с.3-8]: сферу стосунків між людьми; інструменти долання труднощів і вирішення конфліктів; сценарії «боротьби зі злом» зовнішнім і внутрішнім; рекомендації щодо протистояння стресу; типології людей і способи впливу на них; духовний розвиток людини; чоловіча та жіноча психологія.

Усі вищезазначені сфери людського існування описуються у казках і відкриваються для того, хто уміє розмірковувати, розшифровувати образний смисл казок, міфів, притч, легенд.

На прикладі казки «Курочка Ряба» (найперший її варіант) з батьками обговорюється закладена в ній інформація, на основі роз'яснення Т.Д. Зінкевич-Євстінгнєєвої [3]. Золоте яйце – символ життя. Дар життя був даний подружній парі. Що ж потім? Подарунок били, але не розбили. Людина не може зруйнувати своє життя безпосередньо своїми руками, йому потрібні помічники – символічні «миші» з довгими хвостами.

Якщо батьки щиро люблять свою дитину, оберігають та сприяють її розвитку, то до переживання радощів вони її підготують. До переживання болю, стресу підготувати дітей можуть казки. Наприклад, «Колобок», «Теремок» – казки, де є стресові ситуації. Згадати хоча б як вони закінчуються. В одній героя з'їдають, в іншій – всі герої розбігаються, втративши домівку. Отже, відбувається зіткнення з суворими законами соціальної реальності, законами сили, влади, маніпуляції. Ці казки є попередженням про пастки соціальної реальності.

Якщо таку промову почує дитина трьох-чотирьох років, вона нічого не зрозуміє. І багатьом дорослим схожий текст може бути не зовсім зрозумілим. Тому образна, символічна мова казки звертається до несвідомого, минаючи свідомі бар'єри. Так, казка за казкою і у несвідомому створюється символічний «банк» життєвих ситуацій, «банк» життєвих цінностей. Чим більше казок вбирає несвідоме дитини, тим більш успішною вона буде у дорослому житті. Але для цього частину інформації потрібно розшифровувати. А для цього батьки самі повинні розуміти символічне значення казки. Якщо самому поки важко це робити, сьогодні є безліч літератури, яка може у цьому допомогти.

Деякі батьки можуть бути переконані, що таким чином казки можуть викликати страхи, тривогу. Їм потрібно пояснити, що по-перше, певний рівень тривоги не шкідливий, а навіть, необ-

хідний; по-друге, казки таким чином розвивають нормальний соціальний тонус дитини, необхідний для самореалізації; по-третє, вони дають дитині чіткі моделі ефективної і неефективної поведінки.

Крім розмови з дітьми про казки з подальшим обговоренням, існують інші варіанти роботи з казками:

1) намалювати свою казку (діти малюють свою, мама і тато – окремо свої), а потім усі розповідають казки за своїм малюнком; можна обмінюватись малюнками і розповідати казки за малюнками один одного;

2) на великому ватмані всі члени сім'ї по черзі малюють щось одне: будинок, яблучко, людину, рибку тощо (при бажанні малюють – два, три кола). Малюнки повинні бути один за одним. Потім кожен по реченню починає розповідати казку, яку можна записати, зняти на плівку;

3) прочитати якусь цікаву казку, а потім запропонувати намалювати продовження казки. За малюнками один одного члени сім'ї повинні здогадатись, яке продовження у казки.

Читання казок, малювання з продовженням сприяє не лише засвоєнню моделей ефективної поведінки, способів подолання труднощів, ставлення до інших людей, але й сприяє згуртованості сім'ї, розвитку творчого потенціалу.

Тема 5. Сімейна самодопомога. Ціль: налагодження комунікативних процесів у сім'ї.

Групі батьків можна розповісти притчу «Пророк і довгі ложки». Ця притча є досить відомою, і повторюється в наш час, коли ми спостерігаємо труднощі у сім'ї, непорозуміння між батьком і матір'ю, сварки між дітьми та вияв агресії у стосунках батьки-діти. «Ад» – це робота поряд, але проти один одного, кожний лише за себе і проти інших». «Рай», навпаки, передбачає готовність до взаємодопомоги, позитивних стосунків. Люди в раю і в аду мають однакові або схожі проблеми. Але, де вони живуть, в раю або ж в аду, залежить від того, як вони ці проблеми намагаються вирішувати.

Якщо декілька людей разом будуть вирішувати проблему, вона буде здаватись їм не такою вже й важкою. Сім'я – це найперше місце, де людина може здобути опору, впевненість, затишок, розуміння. Здатність сім'ї до успішного функціонування залежить від комунікативних процесів людей, які входять до її складу. Якщо комунікація порушена, сімейна група не може існувати в якості динамічної і відкритої системи. Замість динамічності та гнучкості з'являються жорсткі поведінкові зразки («Ти

повинен мене слухатись, поки ти живеш у моєму домі»; «Я господар у домі»).

У кожній сім'ї на певному етапі її розвитку може відбуватись порушення комунікативного процесу. Тому, з метою відновлення позитивної взаємодії, ми на основі психотерапії Н. Пезешкіана [4;5] пропонуємо влаштовувати регулярні зібрання усіх членів сім'ї для розмови.

Розглянемо, як може відбуватись зібрання сімейної групи. Усі члени сім'ї регулярно, в один і той же час, збираються для обговорення. Такі зустрічі можуть відбуватись щотижня. Можуть збиратись і під час особливих випадків. Сім'я збирається раннім вечором, коли діти ще не сплять. Тривалість зборів від 45 до 60 хвилин. Потрібно обрати голову групи, який буде слідкувати, щоб усі висловили свою думку. Кожен може вести свій журнал, де записує теми для обговорення, а також усі рішення групи. Члени групи записують свої проблеми. Якщо діти не вміють писати, вони повинні намалювати те, що їх хвилює, а потім пояснити.

Після того, як усі зібрались, варто виключити телевізор, магнітофон, комп'ютер тощо. Голова запитує про те, у кого є якісь проблеми, труднощі. Проблеми заслуховуються і потім обговорюються можливі шляхи рішення. Тема, яка має найбільше значення на певному тижні, може стати девізом неділі. Так, може бути тиждень ввічливості, чесності тощо.

Кожен член групи є рівноправним партнером. Діти вже з трьох років можуть брати участь. Дитина має можливість спостерігати за тим, що відбувається, як члени групи спілкуються один з одним, які можливості використовують, щоб вирішити проблему. Дитина бачить сім'ю у процесі спільної роботи, а не лише під час їжі, прогулянки, біля телевізора.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Розвитку позитивного образу сім'ї сприяє цілеспрямоване обговорення з батьками питань щодо ідеального образу дитини, сім'ї; приховування проблем сімейного життя за допомогою проекції; впливу на сімейну атмосферу уявлень подружжя, що у сім'ї повинні бути відсутні конфлікти. Також важливими є наведені практичні поради щодо подолання сімейних конфліктів та налагодження комунікації у сім'ї. Перспективи подальших досліджень – вивчення образу сім'ї батьків з метою розроблення цілісної програми щодо формування позитивного образу сім'ї у подружжя, що, у свою чергу, впливатиме й на подальший розвиток структурних компонентів образу сім'ї дітей.

Список використаних джерел

1. Головаха И.Е. Психология человеческого взаимопонимания / И. Е. Головаха, Н.В. Панина. – К.: Политиздат Украины, 1989. – 189 с.
2. Грабенко Т. Зачем читать детям сказки / Татьяна Грабенко. – СПб.: Речь, 2006. – 64 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Она и он: тайный шифр сказки отношений / Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2007. – 296 с.
4. Пезешкиан Н. 33 и 1 формы партнерства / Носсрат Пезешкиан. – М.: Институт позитивной психотерапии, 2005. – 288 с.
5. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни / Носсрат Пезешкиан – СПб.: Речь, 2004. – 288 с.
6. Терещенко М.В. Образ сім'ї як структурний компонент картини світу дошкільника // Актуальні проблеми психології. – К.: Видавництво «Фенікс», 2011. – Т. XII. Психологія творчості. – Випуск 13. – С. 399-407.
7. Фромм Э. Искусство любить / Эрих Фромм. – СПб.: Азбука, 2002. – 221 с.

The article presents the themes and content of the brief conversations with parents that contribute to the positive development of the image of the family among preschoolers and their parents. It is found that the development of a positive image of the family contributes to a focused discussion with parents on the ideal image of the child, family, hiding the problems of family life through projection, the impact made on the climate in the family by a married couple's notions that there should not be any conflicts in the family. We describe the practical advice to parents regarding the establishment of communication processes in the family.

Keywords: positive image of the family, parent-child, marital relationships, positive family atmosphere, parables, fairy tales, family conflicts, self-help.

Отримано: 11.09.2012 р.