

Илларионова Инна Валерьевна

старший преподаватель

Богатырева Татьяна Викторовна

студентка

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ ТРЕВОЖНЫХ ДЕТЕЙ

***Аннотация:** статья посвящена исследованию возможностей организации коррекционной работы с тревожными детьми и их родителями. Авторами описаны основные варианты групповой работы по улучшению детско-родительских отношений и формированию адекватных показателей тревожности.*

***Ключевые слова:** дети, тревожность, тревога, родительско-детские отношения, психокоррекционная работа.*

Одной из весьма актуальных на сегодняшний день является проблема тревожности детей. В психологической науке в достаточной мере определено терминологическое содержание понятия тревожность, выделены основные виды, причины, а также рассмотрены особенности тревоги, проявляемые у детей дошкольного возраста. К настоящему моменту уже существует ряд исследований, затрагивающих отдельные аспекты проблемы детской тревожности, к примеру, обусловленности уровня тревожности различными социокультурными факторами, в том числе отношениями с родителями, интерес многих ученых концентрируется вокруг проблемы возможности преодоления тревожных состояний путем их коррекции, а также улучшения и оптимизации воспитательных стратегий родителей.

Особое внимание в процессе коррекции тревожности детей уделяется организации психолого-педагогической работы с родителями, где ведущим методом является групповая форма работы.

Большой вклад в развитие коррекционных программ родительско-детских отношений сделали Ю.Б. Гиппенрейтер, А.И. Захаров, А.Я. Варга, А.С. Спиваковская. Понимание сути детских проблем и улучшение взаимоотношений родителей с детьми, которое, как утверждают авторы, происходит в процессе групповой работы, повышают эффективность психокоррекционных мероприятий с детьми.

Обучение в группах, по мнению исследователей, имеет ряд преимуществ над индивидуальной психологической работой. Потенциальное преимущество условий группы – это возможность получения обратной связи и поддержки от людей, имеющих общие проблемы и переживания с конкретным участником группы. В процессе группового взаимодействия приходит принятие ценностей и потребностей других. В группе человек чувствует себя принятым и принимающим, пользующимся доверием и доверяющим, получающим помощь и помогающим. Наблюдая происходящее в группе взаимодействие, участники могут идентифицировать себя с другими и использовать установившуюся эмоциональную связь при оценке собственных чувств и поведения. Обратная связь оказывает влияние на оценку индивидуумом своих установок и поведения, формирования его Я-концепции. Группа может также облегчить процесс самоисследования и интроспекции. Во-первых, люди начинают легче принимать точку зрения другого и проявляют большую готовность к изменению собственных установок. Во-вторых, создаются условия для формирования общепонятного психологического языка, позволяющего более строго и доказательно излагать свои переживания, стремления, цели и ожидания. В-третьих, групповой анализ межличностных ситуаций позволяет участникам осознать границы между процессуальными и содержательными аспектами общения. В-четвертых, групповая форма работы позволяет выявить структуру функционального взаимодействия в жизни коллектива.

Основная задача воспитания родителей – научить членов семьи взаимным компромиссам и умению пользоваться ими в других социальных сферах. Дети не могут эффективно и правильно решать свои проблемы вне семьи.

Одним из первых, кто предложил психологическую помощь родителям в форме тренинга, был Р. Дрейкурс. По его мнению, по-настоящему понять образ жизни человека можно лишь тогда, когда становятся видны его взаимоотношения с другими членами семьи в его специфическом семейном окружении. Семейное окружение не заставляет ребенка вести себя в какой-то определенной манере, оно просто показывает, как он пришел к своим убеждениям. При этом ребенок очень рано принимает участие в формировании своих взаимоотношений с другими людьми. Семейная атмосфера – отношения, ценности и родственные связи внутри семьи – создает исходную, решающую среду, в которой формируется личность ребенка. Из этого опыта ребенок усваивает представление о себе, других и о мире в целом.

Цель психологической помощи родителям по Дрейкурсу – помочь им и детям усвоить как можно больше подходящих типов взаимодействия. Взаимодействие должно строиться на основе совпадающих или близких представлений о ценностях и взаимном уважении.

В 1950-х годах в США возникло направление групповой работы с родителями, основанное американским детским психотерапевтом Х. Джайноттом. Оно получило в литературе название «модель группового психологического консультирования». Его концепция гуманизации воспитания основана на идее развития эмоциональной сферы родителей с помощью осознания ими своих подлинных чувств, ценностей и ожиданий. В работах, написанных для родителей, не предлагается никакой теории, а в доступной форме рассматриваются исключительно простые вопросы: как говорить с детьми, когда хвалить и когда ругать, вопросы дисциплины, приучения к гигиене.

В своих работах Х. Джайнотт дает описание трех различных видов групповой работы с родителями, это: собственно психотерапия, психологическое консультирование и руководство личностью. Групповая работа особенно показана тем родителям, которые не в состоянии извлечь никакой пользы из психолого-педагогического образования, поскольку их восприятие, ценности и установки слишком искажены и не позволяют изменить стиль семейного воспитания. Мо-

дель группового психологического консультирования родителей позволяет внести большую объективность во взаимоотношения участников группы со своими собственными детьми.

Большое внимание вопросам отношений родителей к детям уделяла Ю.Б. Гиппенрейтер. Ее взгляды опираются на гуманистический подход к человеку. Это проявляется, прежде всего, в понимании ребенка, его нужд, потребностей, знании закономерностей его роста и развитии личности. Ю.Б. Гиппенрейтер призывает не только просвещать родителей, но и обучать способам правильного общения с ребенком. При этом не стоит критиковать ребенка, если у него что-то не получается, а относиться более терпимо к ошибкам. В каждом возрасте для любого ребенка существует ограниченный круг дел, с которыми он может справиться сам. По мере развития ребенка круг дел, доступных для него, расширяется, и он их сам начинает выполнять самостоятельно. Это происходит за счет тех дел, которые он раньше выполнял вместе с взрослыми. Другими словами, завтра ребенок будет делать сам то, что сегодня он делал с мамой и именно благодаря тому, что это было «с мамой».

В начале 70-х годов начала развиваться программа терапии родительско-детских взаимодействий (ТРДВ). Автор этой программы Ш. Айберг основную задачу видела в изменении поведения ребенка преимущественно на основе модификации отношений и паттернов взаимодействия между ним и его родителями.

Существенным теоретическим и практическим основанием для развития ТРДВ послужили работы К. Ханф, автора двухступенчатой модели изменения «несоответствующего» поведения детей. Первая стадия данной терапии предполагала следование за ребенком и использование дифференциального внимания во время игровых сессий. Матерей обучали обращать внимание на любое позитивное поведение ребенка и игнорировать любое негативное. Вторая стадия включала компоненты дисциплины, такие, как тренинг согласия, послушания. Родители также обучались последовательно вознаграждать, поощрять послушание похвалой и использовать тайм-аут в случае непослушания. В свою

методику К. Ханф также включила обучение родителей определенным навыкам взаимодействия с детьми.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме детской тревожности позволяет утверждать, что работа по ее коррекции должна вестись не только с детьми, но и с родителями. Понимание родителями сути детских проблем и улучшение их взаимоотношений с детьми, повышают эффективность психокоррекционных мероприятий.

Знание разнообразных психотерапевтических методов и техник коррекции детской тревожности должно стать обязательным условием создания психологами-практиками собственных программ коррекции тревожных состояний детей и оптимизации воспитательных стратегий родителей.

Список литературы

1. Аракелов Н.Е. Тревожность: методы ее диагностики и коррекции / Н.Е. Аракелов, Н. Шишкова // Вестник образования. – 1998. – №1.
2. Габдреева Г.Ш. Основные аспекты проблемы тревожности в психологии / Г.Ш. Габдреева // Тонус. – 2000. – №5.
3. Джайнотт Х. Родители и дети / Х. Джайнотт. – М., 1986.
4. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка / А.И. Захаров. – М., 1993. – 192 с.
5. Макшанцева Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей, начинающих посещать детский сад / Л.В. Макшанцева // Психологическая наука и образование. – 1998. – №2. – С. 39–47.