

УДК 159.964.21

Коваленко А. Б.,

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри соціальної психології,
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка
E-mail: kovalenkoalla9@gmail.com

Рогаль Н. І.,

кандидат психологічних наук,
асистент кафедри соціальної психології,
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка
E-mail: RohalNina@gmail.com

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ГАРМОНІЗАЦІЇ СТОСУНКІВ ПІДЛІТКІВ З БАТЬКАМИ

У статті обґрунтовано програму тренінгу з гармонізації стосунків підлітків з батьками. Представлено результати ефективності її впровадження. Показано значущі відмінності у батьківському ставленні експериментальної групи до та після участі в тренінговій програмі за оцінкою батьків та підлітків.

Ключові слова: батьківське ставлення, позиції, дитячо-батьківські стосунки, тренінг, групова робота.

In the article the training program for the harmonization of child-parent relationships is argued. The results of the effectiveness of its implementation are represented. Significant differences in parental attitude of an experimental group before and after participating in the training program according to parents' and adolescents' appreciation are described.

Key words: parental attitude, positions, child-parent relationships, training, group work.

Постановка проблеми. Проблема гармонізації стосунків підлітків та батьків є актуальною та теоретично і практично значущою. Адже стосунки в сім'ї та особливості батьківського ставлення впливають на розвиток дитини і на її подальшу поведінку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особливості вивчення сімейних стосунків та врегулювання і покращення клімату між батьками та дітьми шляхом активних форм роботи висвітлені у працях зарубіжних та вітчизняних науковців (Г. С. Абрамова, А. Адлер, Ю. Е. Альошина, Е. Берн, Ю. Б. Гіппенрейтер, Ю. М. Ємельянов, С. А. Капустіна, Т. Л. Крюков, Г. І. Макартичова, О. П. Макушина, І. М. Марковська, Р. Мей, Г. Навайтис, М. М. Обозов, Р. В. Овчарова, І. А. Сальнікова та ін.) [2; 4; 5; 6; 7; 8].

А. М. Єлізаров виділяє шість основних причин, що провокують проблеми у вихованні дитини: особливості особистості батьків, що склалися у дитинстві або ж у більш пізньому віці та заважають їм бути ефективними батьками; деструктивні способи спілкування у подружній діаді, особливості структури сім'ї, що заважають ефективному вихованню; особливості особистості дитини, невідповідність стилю виховання її характеру; особливості соціального середовища, в якому існує сім'я; психолого-педагогічна неграмотність батьків [2, с. 103–104].

Мета статті полягає у висвітленні засобів гармонізації дитячо-батьківських стосунків та результатів впровадження програми тренінгу.

Виклад основного матеріалу. Дослідження міжособистісних стосунків підлітка з батьками, в якому брали участь 192 підлітки (100 дівчат і 92 хлопці) та 319 батьків (186 матерів та 133 батьки), виявило особливості їхнього спілкування, які негативно впливають на особистість дитини, її поведінку та є неоптимальними для гармонійного існування сім'ї. Зокрема, це високий рівень строгості, вимогливості, низький рівень задоволеності стосунками, послідовності, авторитетності, позитивне ставлення до використання фізичних і вербальних покарань та низький рівень використання похвали та заохочення (результати є значущими на рівні $p \leq 0,05$ та $p \leq 0,01$). Саме тому для усунення основних проблем виховання та гармонізації сімейних стосунків у системі «батько-дитина» було розроблено тренінгову програму, яка передбачає роботу з батьками та спрямована на підвищення їх психолого-педагогічної грамотності, на зміни особистісних рис, установок і позицій стосовно дитини, які негативно впливають на стосунки між батьками та підлітками.

Метою тренінгу є гармонізація дитячо-батьківських стосунків шляхом зниження строгості, вимогливості, підвищення рівня задоволеності стосунками між батьками та дитиною, послідовності, авторитетності, формування позитивного ставлення до використання позитивних санкцій.

Під час підготовки програми групової роботи було дотримано принципів психологічного тренінгу, які спрямовані на регуляцію процесу навчання та містять основні норми, положення та правила проведення та взаємодії в тренінговій групі. Їх можна умовно розділити на три напрямки: принципи організації роботи тренера; принципи, що регулюють поведінку учасників тренінгу; етичні принципи, що спрямовані на регуляцію поведінки усіх без виключення учасників тренінгової взаємодії.

Програма тренінгу розрахована на 6 годин (з них: 2 зустрічі по 2 години – активна групова робота та 1 зустріч – інформаційна частина. В результаті інформаційної роботи висвітлювалися загальні положення з проблеми дитячо-батьківських стосунків та їх вплив на дії дитини відносно батьків, ровесників, вчителів. Лейтмотивом інформаційної роботи була теза про актуальність та необхідність усвідомлення власного ставлення до дитини, та за потреби формування адекватнішого і позитивнішого батьківського ставлення. Активна групова робота (друга частина тренінгу) містила вправи, спрямовані на рефлексію, саморозвиток, усвідомлення проблемних та сильних сторін у вихованні дитини, своїх позитивних та негативних якостей як батька (матері), прийняття дитини такою, якою вона є, та передачу дитині відповідальності за власні вчинки і визнання її дорослою, самостійною особою.

Експериментальна перевірка тренінгової програми здійснювалася під час навчального процесу. У формувальному дослідженні взяло участь 28 батьків, які виховують дітей підліткового віку, з них 14 осіб увійшли до експериментальної групи та 14 осіб до контрольної групи.

Вправління відбувалися шляхом групової та індивідуальної роботи і мали такі форми як: міні-лекції, групові дискусії, мозковий штурм, рухові вправи, рольові ігри (методи імітаційного моделювання поведінки) та ін.

Перше заняття другої частини формувального експерименту (активної групової роботи) було спрямоване на створення дружнього колективу і сприятливого, довірливого клімату в групі та на ознайомлення з основною проблематикою роботи: учасники знайомилися, приймали групові правила та виконували вправи і завдання на ознайомлення із основними стилями виховання; виявлення і усвідомлення своїх сильних сторін, позитивних моментів та труднощів, що виникають у виховному процесі; усвідомлення своєї ролі та позиції, як батька; відпрацювання навичок рефлексії і стимулювання саморозвитку; усвідомлення наявності відмінностей між реальною подією та її інтерпретацією людиною, залежність бачення ситуації від особисто-

сті індивіда та його суб'єктивної концепції; виявлення та формування довіри і вміння передавати відповідальність дитині за власні вчинки (Вправи «Очікування від роботи», «Ролі та позиції» (дзеркало), «Стилі виховання», «Я – батько», «Реальність і сприйняття», «Передача відповідальності», «Проблемні ситуації» (домашнє завдання), «Зворотній зв'язок по колу») [3; 4; 5; 6; 8].

Друге заняття спрямоване на усвідомлення проблемних моментів у стосунках з дитиною та пошук шляхів виходу із критичних ситуацій; розвиток прийняття та зближення з підлітком тощо. Вправи та завдання мали на меті ознайомити учасників із особливостями невербальних реакцій у спілкуванні та формування умінь і навичок розпізнавання їх проявів під час спілкування; обговорення та визначення проблемних ситуацій на основі реальних подій, пошук можливих шляхів виходу на основі досвіду кожного учасника групи та підтримка і усвідомлення подібності проблем у сім'ях під час взаємодії з підлітками; усвідомлення та виділення своїх сильних і слабких сторін, позитивних та негативних якостей як батька (матері); розуміння батьками дитини у ситуації конфліктної взаємодії шляхом зміни ролей батька та підлітка, формування навичок партнерської позиції щодо дитини; конкретизація образу «ідеального батька» та оцінка свого «ідеального батька» з «реальним батьком»; формування здатності до прийняття дитини, розуміння власної ролі у стабілізації та покращенні її поведінки; усвідомлення стану «Я – батько» (Вправи та завдання: «Зміни та усвідомлення», «Сприймання реакцій так-ні!», «Домашнє завдання», «Сильні та слабкі сторони», «Зміна ролей», «Ідеальний батько», «Прийняття», «Моє батьківське «Я»») [3; 4; 5; 8].

Гармонізація дитячо-батьківських стосунків здійснювалася шляхом роботи з емоційним, поведінковим та когнітивним компонентами батьківського ставлення, які у своїх працях виокремлюють А. Я. Варга, А. С. Єлісєєва, А. С. Співаковська та ін. [3; 9].

Робота з емоційним компонентом відбувалася шляхом розвитку рефлексії, що полягає в усвідомленні власних переживань, пов'язаних з дитиною та її вихованням. Робота з поведінковим компонентом батьківського ставлення полягала в опрацюванні та формуванні стилів поведінки з дитиною, які сприяють оптимізації та гармонізації стосунків, підвищенню психолого-педагогічної грамотності батьків у питаннях виховання, що стосуються оптимального вибору позитивних та негативних санкцій, рівня вимогливості, контролю за поведінкою дитини тощо. Вплив на когнітивний компонент здійснювався шляхом формування глибшого розуміння та прийняття своєї дитини, її потреб та бажань. Динаміка змін у зазначених компонентах батьківського став-

лення вимірювалася за допомогою методики «Взаємодія батько-дитина» І. М. Марковської та авторської анкети на виявлення ставлення батьків до різних видів покарання і заохочення [6, с. 40–42].

Емоційний компонент батьківського ставлення виражається у наявності неусвідомлюваних установок та мотивів виховання і вивчався за допомогою таких шкал методик як: «емоційна дистанція – близькість», «відторгнення – прийняття». Поведінковий компонент проявляється у способах спілкування, стилях взаємодії з дитиною, формах покарання та містить такі шкали: «автономність – контроль», «невимогливість – вимогливість», «м'якість – строгість», «відсутність співпраці – співпраця», «відсутність згоди – згода», «непослідовність – послідовність» та види покарання і заохочення підлітка. Когнітивний компонент виявляється у пізнанні та усвідомленні особистісних якостей та рис дитини і досліджувався за допомогою таких шкал: «авторитетність батьків», «задоволеність стосунками» [3; 6].

Головною умовою участі в роботі тренінгової групи було бажання батьків працювати і обговорювати проблеми у їхніх стосунках з дітьми. Попередньо нами було опитано 319 осіб (батьків дітей підліткового віку) на рахунок визначення бажання та необхідності відвідувати групові заняття з покращення дитячо-батьківських стосунків. Виявилося, що майже половина батьків не бажають брати участь у груповій роботі (144 особи), аргументуючи це тим, що не хочуть виносити свої сімейні проблеми за межі родини та не мають для цього часу. Але разом з цим 119 батьків виявляють зацікавленість груповою роботою щодо питань гармонізації дитячо-батьківських стосунків та обговорення труднощів, що виникають у сімейному вихованні. Інші 56 батьків не визначилися з тим, чи потребують вони участі в тренінгу.

У ході формувального експерименту з батьками здійснювалися три заміри: початковий (до проведення групової роботи), завершальний етап (по закінченню групової роботи) та контрольний (оцінка стосунків підлітками через 1 місяць після тренінгу). Ці етапи важливі для визначення ефективності розробленої програми та проведеної групової роботи. Динаміка змін батьківського ставлення перевірялася за допомогою опитувальників: «Стратегії сімейного виховання» С. Степанова та «Взаємодія батько-дитина» І. М. Марковської (варіанти для батьків та підлітків) і авторської анкети ставлення батьків до різних видів покарання та заохочення.

У результаті порівняння початкового і завершального замірів показників батьківського ставлення за зазначеними методиками були виявлені певні зміни. Зокрема, до проведення формувального експерименту стилі сімейного виховання в експериментальній групі зна-

ходилися у такій послідовності (за ступенем домінування): авторитарний, ліберальний, авторитетний, індіферентний. По закінченню групової роботи спостерігається інша картина: на першому місці знаходиться авторитетний стиль виховання, на другому – ліберальний, далі – авторитарний та індіферентний. Отже, після проведення групової роботи з батьками спостерігається значуще зниження використання авторитарного стилю виховання ($U=1117$; $p \leq 0,032$) та зростання авторитетного стилю ($U=977,5$; $p \leq 0,012$). Показники ліберального та індіферентного стилів виховання також незначуще знизилися.

У результаті аналізу показників експериментальної та контрольної груп батьків за розробленою нами авторською анкетой, яка відображає ставлення батьків до різних видів покарань та заохочень, було виявлено, що в експериментальній групі більшість батьків застосовують покарання у вигляді обмеження чи позбавлення дитини певних благ (78,6 %); додаткових робіт (85,7 %); позбавлення активності (64,4 %); вербальних покарань у грубій формі (42,8 %); фізичних покарань (50 %). Похвалу та заохочення схильні використовувати 28,6 % батьків, вибачають дітям їхні проступки 21,4 % досліджуваних; 35,8 % батьків вважають, що покарання повинне бути справедливим та одразу слідувати за проступком, а не через певний час. У контрольній групі похвалу та заохочення використовують 42,8 % батьків, 28,6 % пробаачають дітям їхні проступки, 50 % вважають, що покарання повинно бути справедливим. Вербальним покаранням надають перевагу 42,8 % респондентів контрольної групи, обмежують дітей 71,7 % батьків, до фізичних покарань позитивно ставляться 28,6 % батьків підлітків.

Після групової роботи в експериментальній групі збільшилося позитивне ставлення до похвали та заохочення, справедливості покарання ($U=377$; $p=0,023$), спостерігається тенденція зниження позитивного ставлення до використання фізичних ($U=523,5$; $p=0,041$) та вербальних покарань ($U=713$; $p=0,027$), використання покарання додатковими роботами.

У контрольній групі також спостерігається певна динаміка, яка є незначущою за багатьма видами покарання та заохочення, хоча відбулися і значущі зміни ($p \leq 0,05$) за шкалами фізичних покарань та справедливості покарання. Це може бути пов'язано з тим, що учасники контрольної групи брали участь у батьківських зборах, де висвітлювалося дане питання.

Для виявлення змін у дитячо-батьківських стосунках та аналізу ефективності програми з гармонізації стосунків між батьками та дітьми використовувалася методика дослідження взаємодії «батько–дитина» І. М. Марковської (табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка батьківського ставлення за оцінкою батьків та підлітків у досліджуваних експериментальної групи до та після тренінгу (у балах)

Шкали методики «Взаємодія батько-дитина»	Оцінки підлітків		Оцінки батьків	
	До	Після	До	Після
Емоційна дистанція – близькість (ЕК)	14,47	16,48*	15,03	17,9*
Відторгнення – прийняття (ЕК)	17,91	18,10	15,77	16,6**
Задоволеність стосунками (КК)	15,88	16,23	16,1	17,1**
Непоследовність – послідовність (ПК)	14,69	15,12	15,10	17,1**
Відсутність співпраці – співпраця (ПК)	14,53	15,41*	15,41	16,6*

Примітка: * – значущість на рівні $p \leq 0,05$; ** – значущість на рівні $p \leq 0,01$

Компоненти батьківського ставлення: ЕК – емоційний компонент;

КК – когнітивний компонент; ПК – поведінковий компонент

В результаті було виявлено, що після участі батьків у тренінговій програмі стосунки між ними та дітьми покращилися та стали гармонійнішими. За оцінкою батьків, підвищився рівень близькості між ними та дітьми на емоційному рівні ($U=756$; $p=0,002$); зросла послідовність і постійність батьків у своїх вимогах, у ставленні до дитини, у застосуванні покарань та заохочень ($U=892,5$; $p=0,033$); у прийнятті дитини (визнанні її прав, можливостей та досягнень) ($U=900,5$; $p=0,038$), що відображає рівність та партнерство у стосунках батьків та дітей. Також значуще зріс рівень прийняття підлітка ($U=521$; $p=0,042$), що відображає базове позитивне ставлення батьків до підлітка, прийняття його поведінкових та особистісних якостей, та є важливою умовою для формування його адекватної самооцінки і гармонійного розвитку. Ці позитивні зміни у батьківському ставленні сприяли загальному зростанню рівня задоволеності стосунками з дитиною ($U=791,5$; $p=0,037$).

Порівняння оцінок, які давали підлітки на початковому та завершальному етапі формувального експерименту виявило менш значущі зміни, що можна пояснити недостатнім для їх усвідомлення проміжком часу, що минув після закінчення групової роботи. Однак, спостерігається зростання рівня емоційної близькості та співпраці між батьками та дитиною.

Крім цього, за оцінками батьків після проведення тренінгу також спостерігаються значущі зміни, які свідчать про покращення стосунків у сім'ї. Цікаво, що за оцінками батьків зазначені зміни є більш вираженими, ніж за оцінками підлітків. Ці результати є цілком передбачуваними, адже в ході емпіричного дослідження було встановлено, що

батьки та діти по-різному оцінюють свої взаємостосунки. За іншими шкалами опитувальника значущі відмінності до та після проведення формувального експерименту відсутні, хоча спостерігаються позитивні тенденції за показниками послідовності, задоволеності стосунками з батьками, авторитетності. Таким чином, ми припускаємо, що розширення тренінгової програми, проведення як групових, так і індивідуальних занять, послідовна систематична робота з батьками позитивно впливатимуть на дитячо-батьківські стосунки, і, таким чином, позитивно позначатимуться на поведінці підлітка.

Що стосується контрольної групи, то значущих змін у показниках до та після проведення тренінгу не відбулося, хоча спостерігаються незначні тенденції у покращенні стосунків між батьками та дітьми, що проявляються у зміні середніх значень показників задоволеності стосунками, прийняття дитини та емоційної близькості.

По закінченню тренінгу батьки мали змогу оцінити групову роботу (суб'єктивний критерій ефективності тренінгу) щодо важливості та цікавості отриманої інформації в результаті взаємодії, можливості її використання в подальшому повсякденному житті та наявності чогось нового.

Батьки підлітків здебільшого позитивно оцінили результати групової роботи. Зокрема, 71,4 % батьків відзначили важливість та цікавість запропонованої теми тренінгу, наявність нової інформації відзначили 92,8 % респондентів, 78,6 % зазначають, що використовуватимуть отримані знання та навички під час взаємодії з дитиною.

Результати контрольного зрізу дозволяють зробити висновок, що після проведення формувального експерименту з батьками виявлено зміни показників у експериментальних групах, що відображає позитивну динаміку зниження рівня напруженості між батьками і дітьми та гармонізації їх стосунків. Отримані результати свідчать про ефективність тренінгової програми, що виявляється у зміні ставлення батьків і підлітків один до одного, що, у свою чергу, позитивно впливає на формування взаємовідносин підлітка із оточуючим середовищем та позначається на зміні його поведінки.

Висновок. За результатами використання тренінгової програми відбулися зміни у кліматі сім'ї, стосунках батьків та дітей за рахунок підвищення психолого-педагогічної грамотності батьків у питаннях виховання, використання санкцій та усвідомлення і переосмислення власного батьківського ставлення.

Перспективами подальших досліджень є розширення програми з гармонізації дитячо-батьківських стосунків та пошук ефективних програм покращення стосунків батьків та школярів різних вікових груп.

Список використаних джерел

1. Годфруа Ж. Что такое психология / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 1992. – В 2-х т. – Т. 2. – 376 с.
2. Елизаров А. Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования : учебное пособие / А. Н. Елизаров. – М. : «Ось-89», 2003. – 336 с.
3. Елисеева А. С. Детерминирующее влияние поощрения и наказания на детско-родительские отношения: на примере подросткового возраста : дисс. канд. психол. наук: 19.00.07 «Педагогическая психология» / Елисеева Алла Сергеевна. – Тамбов, 2009. – 211 с.
4. Крюкова Т. Л. Психология семьи: жизненные трудности и совладение с ними / Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, Е. В. Куфтык. – Москва : Речь, 2005. – 240 с.
5. Макушина О. П. Методы психологической и психотерапевтической работы с семьей : учебное пособие для вузов / О. П. Макушина, В. А. Тенькова. – Воронеж : Из-во ВГУ, 2008. – 78 с.
6. Марковская И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми / И. М. Марковская. – СПб. : Речь, 2005. – 150 с.
7. Навайтис Г. Семья в психологическом консультировании / Г. Навайтис. – М. : МПСИ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1999. – 224 с.
8. Овcharova P. B. Родительство как психологический феномен : учебное пособие / Р. В. Овcharova. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2006. – 496 с.
9. Спивакoвская А. С. Популярная психология для родителей / А. С. Спивакoвская. – СПб. : Союз, 1997. – 304 с.

References transliterated

1. Godfrua Zh. Chto takoe psihologija / Zh. Godfrua. – M. : Mir, 1992. – V 2-h t. – T. 2. – 376 s.
2. Elizarov A. N. Osnovy individual'nogo i semejnogo psihologicheskogo konsul'tirovaniya : uchebnoe posobie / A. N. Elizarov. – M. : «Os'-89», 2003. – 336 s.
3. Eliseeva A. S. Determinirujushhee vlijanie pooshhrenija i nakazaniya na detsko-roditel'skie otnoshenija: na primere podrostkovoego vozrasta : diss. kand. psihol. nauk: 19.00.07 «Pedagogicheskaja psihologija» / Eliseeva Alla Sergeevna. – Tambov, 2009. – 211 s.
4. Krjukova T. L. Psihologija sem'i: zhiznennnye trudnosti i sovladenie s nimi / T. L. Krjukova, M. V. Saporovskaja, E. V. Kuftjak. – Moskva : Rech', 2005. – 240 s.
5. Makushina O. P. Metody psihologicheskoy i psihoterapevticheskoy raboty s sem'ej : uchebnoe posobie dlja vuzov / O. P. Makushina, V. A. Ten'kova. – Voronezh : Iz-vo VGU, 2008. – 78 s.
6. Markovskaja I. M. Trening vzaimodejstvija roditel'ej c det'mi / I. M. Markovskaja. – SPb. : Rech', 2005. – 150 s.
7. Navajtis G. Sem'ja v psihologicheskom konsul'tirovanii / G. Navajtis. – M. : MPSI; Voronezh : NPO «MODJeK», 1999. – 224 s.
8. Ovcharova R. V. Roditel'stvo kak psihologicheskij fenomen : uchebnoe posobie / R. V. Ovcharova. – M. : Moskovskij psihologo-social'nyj institut, 2006. – 496 s.
9. Spivakov'skaja A. S. Populjarnaja psihologija dlja roditel'ej / A. S. Spivakovskaja. – SPb. : Sojuz, 1997. – 304 s.

Abstract

Kovalenko A. B.,
Doctor of Psychological Sciences,
Professor

Rohal N. I.,
PhD (Candidate of Psychological Sciences)

PSYCHOLOGICAL CONDITIONS OF HARMONIZATION CHILD-PARENT RELATIONSHIPS

This article describes the psychological conditions of harmonizing relations between parents and adolescents. A training program that aims to improve the child-parent relationships has been developed. The theoretical foundation of training has been substantiated, the main causes of problems in bringing up of a child described by scientists are exposed and our own research results on the basis of which group work was based are exposed too.

The structure of the training (which contains two parts: information and active collaboration) is described. The main purpose of information was to highlight the general provisions on child-parent relationships and their influence on the actions of a child. Active group work is focused on reflection, selfdevelopment, awareness of problem and strong sides in the upbringing of a child, parents' positive and negative qualities, acceptance of a child, transmission of responsibility for their own actions.

Harmonization of the child-parent relationships was carried out by working with emotional, behavioral and cognitive components of parental attitude. Working with the emotional component was happened the way of reflection development, which is to be aware of his/her own experiences related to the child and his/her upbringing. Operating the behavioral component of parental attitude was in processing and shaping behavior styles with the child, which promote relations' optimization and harmonization, improvement of parents' psychological and educational literacy in the field of upbringing concerning the optimal choice of positive and negative sanctions, level of requirements, control the behavior of children, etc. The effect on the cognitive component was carried out by forming a greater understanding and acceptance of child's needs and desires.

As a result of the training changes in child-parent relationships and family climate have happened. The level of parents' psychological and educational literacy in matters of upbringing has become higher.