

Міністерство освіти і науки України
Державний заклад
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені К.Д. УШИНСЬКОГО»

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

АЗАРКІНА ОЛЕНА ВОЛОДИМИРІВНА

УДК159.955.4-055.2-055.52:316.514.5(043.3)

ДИСЕРТАЦІЯ
ВПЛИВ САНОГЕННОЇ РЕФЛЕКСІЇ МАТЕРІ НА ЇЇ СТАВЛЕННЯ ДО
ДИТИНИ

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

05 – соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних
наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ О. В. Азаркіна

Науковий керівник **Булгакова Олена Юріївна**, доктор психологічних
наук, доцент

Одеса – 2021

АНОТАЦІЯ

Азаркіна О.В. Вплив саногенної рефлексії матері на її ставлення до дитини. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 «педагогічна та вікова психологія». – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д.Ушинського», Одеса, 2021.

У дисертаційній роботі викладено результати дослідження особливостей впливу саногенної рефлексії матері на її ставлення до дитини.

Проаналізовано та систематизовано теоретико-методологічні підходи до вивчення феномену батьківського ставлення до дитини в психологічній науці. Здійснено теоретичний аналіз понять «стиль взаємин», «стиль поведінки», «стиль материнського ставлення», «рефлексія», «саногенна рефлексія», «рефлексивний образ особистості».

Визначено закономірності характеру зв'язку стилю батьківського ставлення матері до дитини з її емоційними станами та рефлексією.

Охарактеризовано психологічний зміст рефлексивних образів матерів з різними стилями батьківського ставлення до дитини.

Для перевірки особливостей впливу саногенної рефлексії матері на її ставлення до дитини проаналізовано результати констатувального експерименту, у якому взяли участь матері загальною кількістю 248 осіб, здійснено психологічний аналіз та інтерпретацію отриманих емпіричних даних.

За допомогою комп'ютерної програми SPSS 23.0 for Windows здійснено емпіричну перевірку висунутої гіпотези, зокрема проведено кореляційний аналіз і встановлено, що стиль батьківського ставлення є формально-динамічною характеристикою, в основі якої лежать фіксовані, звичні для матері форми поведінки та стосунки в цілому, які можуть носити неконструктивний (патогенний) характер. Вища вираженість захисної (патогенної) рефлексії матері прямо корелює з неконструктивними стилями

ставлення до дитини. Це знижує має виховну компетенцію матері та сприяє прояву квазірефлексії та інтроспекції, поруч зі зниженням системної рефлексії матерів на фоні схильності до прояву станів агресивності, фрустрації, ригідності та тривожності.

Встановлено, що всі стилі батьківського ставлення до дитини носять компенсаторний, захисний характер від негативних переживань сорому, провини, страху невдачі та заздрості. Саме тому ми не виявили статистично значущого зв'язку стилів батьківського ставлення з показником «Саногенне мислення».

Доведено, що істинна саногенна рефлексія, на відміну від інтроспекції, спрямована не лише на усвідомлення власної поведінки та особистісних якостей, що заважають бути ефективним в діяльності та в міжособистісних стосунках, а й на їх зміну. У рефлексії на відміну від інтроспекції проявляється активний початок суб'єкта діяльності та поведінки. Саногенну рефлексію матері розглянуто як аналіз її неконструктивних щодо виховання дитини автоматизмів, усвідомлення їх детермінації у власному досвіді, їх переосмисленні, і, як результату, – зменшення страждань від негативних переживань та орієнтація зміну фокусу уваги ставлення матері на потреби психічного та особистісного розвитку дитини, відповідно віку, психологічним потребам та емоційному благополуччю дитини.

На основі отриманих даних було створено рефлексивні образи матерів, що дозволяють в роботі наочно побачити кількісну та якісну характеристику кожного стилю материнського ставлення залежно від вираженості рефлексивного компонента.

Розкрито та обґрунтовано поняття «рефлексивний образ особистості». У нашому розумінні рефлексивний образ особистості є описом рефлексивних стратегій (на що спрямована рефлексія в діяльності, в поведінці, в ситуаціях, що вимагають свого вирішення) і рефлексивних тактик (характерних розумових автоматизмів, повторюваних з високою ймовірністю в подібних

проблемних ситуаціях). Це дозволить найбільш ефективно та короткостроково працювати в рамках саногенної психокорекційної сесії.

Розроблено та апробовано тренінгову програму, покладену в основу формувального експериментального дослідження, спрямованого на психологічний розвиток саногенної рефлексії матерів з різними стилями ставлення до дитини. Спираючись на отримані результати доведено, що розроблена нами тренінгова програма сприяє розвитку саногенної рефлексії матері у проекції на її ставлення до власної дитини.

Ключові слова: рефлексія, саногенна/патогенна рефлексія, материнське ставлення до дитини, рефлексивний образ матері з патогенним стилем ставлення до дитини.

ANNOTATION

Azarkina O.V. The influence of sanogenic reflection of the mother on her attitude to the child. - Qualification scientific work on the rights of the manuscript.

The dissertation on competition of a scientific degree of the candidate of psychological sciences on a specialty 19.00.07 "pedagogical and age psychology". - State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushinsky", Odesa, 2021.

In the dissertation work the results of research of features of influence of sanogenic reflection of mother on her relation to the child are stated.

Theoretical and methodological approaches to the study of the phenomenon of parental attitude to the child in psychological science are analyzed and systematized. Theoretical analysis of the concepts «relationship style», «behavior style», «maternal style», «reflection», «sanogenic reflection», «reflexive image of personality» is carried out.

The regularities of the nature of the connection between the style of the mother's parental attitude to the child with her emotional states and reflection are determined.

The psychological content of reflexive images of mothers with different styles of parental attitude to the child is characterized.

To check the peculiarities of the influence of sanogenic reflection of the mother on her attitude to the child, the results of a statement experiment were analyzed, in which a total of 248 people took part, psychological analysis and interpretation of the obtained empirical data were performed.

Using the computer program SPSS 23.0 for Windows, an empirical test of the hypothesis was performed, in particular, a correlation analysis was performed and it was found that the style of parental attitude is a formal-dynamic characteristic based on fixed may be non-constructive (pathogenic). The higher severity of protective (pathogenic) reflection of the mother directly correlates with unconstructive styles of attitude to the child. This reduces the mother's educational competence and promotes the manifestation of quasi-reflection and introspection,

along with a decrease in the systemic reflection of mothers against the background of a tendency to the manifestation of states of aggression, frustration, rigidity and anxiety.

It is established that all styles of parental attitude to the child are compensatory, protective in nature from the negative feelings of shame, guilt, fear of failure and envy. That is why we did not find a statistically significant relationship between parenting styles and the indicator «Sanogenic thinking».

It is proved that true sanogenic reflection, in contrast to introspection, is aimed not only at understanding one's own behavior and personal qualities that prevent one from being effective in activities and interpersonal relationships, but also at changing them. In reflection, in contrast to introspection, the active beginning of the subject of activity and behavior is manifested. The mother's sanogenic reflection is considered as an analysis of her unconstructive automatisms for raising a child, awareness of their determination in their own experience, their rethinking, and, as a result, reduction of suffering from negative experiences and orientation of changing the focus of the mother's attitude to the needs age, psychological needs and emotional well-being of the child.

On the basis of the obtained data, reflective images of mothers were created, which allow to clearly see the quantitative and qualitative characteristics of each style of maternal attitude depending on the severity of the reflexive component.

The concept of «reflexive image of personality» is revealed and substantiated. In our understanding, the reflexive image of the individual is a description of reflexive strategies (which is aimed at reflection in activities, behavior, situations that require their solution) and reflexive tactics (characteristic mental automatisms, repeated with a high probability in such problematic situations). This will allow the most effective and short-term work in the sanogenic psycho-correction session.

A training program has been developed and tested, which is the basis of a formative experimental study aimed at the psychological development of sanogenic reflection of mothers with different styles of attitude to the child. Based on the

obtained results, it is proved that the training program developed by us promotes the development of sanogenic reflection of the mother in the projection on her attitude to her own child.

Key words: reflection, sanogenic / pathogenic reflection, maternal attitude to the child, reflexive image of the mother with pathogenic style of attitude to the child.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у наукових фахових виданнях України:

1. Азаркіна О.В. Особливості поведінки обдарованих дітей у процесі навчання і взаємодії з оточенням. *Наука і Освіта*. 2018. №11-12. С.60-63.
2. Азаркіна А.В., Волошенко М.А. Психологическая подготовленность будущего социального работника к психолого-коррекционной и профилактической работе с подростками девиантного поведения. *Інноваційна педагогіка*. Випуск 20. Т. 1. 2020. С.104-110.
3. Азаркіна О.В., Булгакова О.Ю. Взаємодія «батько-дитина» як фактор успішного дистанційного навчання дітей молодшого шкільного віку. *Габітус*. 2020. № 20. С.87-89.
4. Азаркіна О.В., Булгакова О.Ю. Рефлексивний портрет педагога з гіпертимною акцентуацією характеру. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2020. Том 31 (70), № 4. С.191-195.
5. Азаркіна О.В., Булгакова О.Ю. Теоретичні основи вивчення дитячо-батьківських відносин у психологічних дослідженнях. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2020. Том 31 (70), № 3. С.100-104.

Статті у наукових фахових виданнях, які входять до міжнародних наукометричних баз даних:

6. Azarkina, A., Voloshenko, M., & Dzhezhik, O. (2020). The Training Complex as a Component of the Readiness Formation of Students of Technical Specialties for Professional Activity. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 12(1), 198-208. doi:<http://dx.doi.org/10.18662/rrem/209>

Публікації в інших наукових виданнях:

7. Азаркіна О. В. Практикоорієнтованість професійної підготовки майбутніх фахівців із соціальної роботи. *Професійна підготовка майбутніх*

фахівців соціономічної сфери: педагогічні інновації : монографія. Одеса: ФОП Бондаренко М. О., 2019. С. 169-187.

8. Azarkina A., Voloshenko M. Improvement of the educational process under the present economic conditions. *Strategies for sustainable socio-economic development and mechanisms their implementation in the global dimension: collective monograph* / edited by M. Bezpartochnyi, in 3 Vol. // VUZF University of Finance, Business and Entrepreneurship. – Sofia: VUZF Publishing House "St. Grigorii Bogoslov", 2019. Vol.3. pp. 252–261.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ	15
ВСТУП	15
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ САНОГЕННОЇ РЕФЛЕКСІЇ МАТЕРІВ ТА СТИЛІВ БАТЬКІВСЬКОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДИТИНИ.....	23
1.1. Сутність та зміст стилю батьківського ставлення	23
1.2. Концептуалізація підходу до розкриття саногенної рефлексії матері у її проекції на ставлення до дитини дошкільного віку	49
Висновки до першого розділу.....	65
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ САНОГЕННОЇ РЕФЛЕКСІЇ МАТЕРІВ ТА ЇХ СТАВЛЕННЯ ДО ДИТИНИ	68
2.1. Організація та методичне забезпечення емпіричного дослідження.....	68
2.2. Аналіз рефлексивних та емоційних чинників, що опосередковують ставлення матері до дитини	76
2.3. Характеристика рефлексивних образів матерів з різними стилями ставлення до дитини	99
Висновки до другого розділу.....	129
РОЗДІЛ 3. ФОРМУВАННЯ САНОГЕННОЇ РЕФЛЕКСІЇ МАТЕРІВ	134
3.1. Обґрунтування та опис програми розвитку саногенної рефлексії матерів	134
3.2. Апробація та обговорення ефективності тренінгової програми розвитку саногенної рефлексії матері.	152
Висновки до третього розділу.....	165
ВИСНОВКИ.....	169

	11
СПИСОК ВИКОРИСТАННИХ ДЖЕРЕЛ	172
ДОДАТКИ.....	187
Додаток А.....	187
Додаток Б	200
Додаток В	202
Додаток Г	206
Додаток Д.....	210
Додаток Е	219
Додаток Ж.....	222
Додаток З.....	223
Додаток И.....	254

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

№п /п	Умовні позначення	Назви показників
Когнітивно-емотивний тест (Орлов Ю.М., Морозюк С.М.) (КЕТ)		
1	П1	Обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі.
2	П2	Обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини.
3	П3	Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому.
4	П4	Обсяг захисної рефлексії при репродукції образи.
5	П5	Агресія проти інших.
6	П6	Агресія проти самого себе.
7	П7	Раціоналізація «знецінення об'єкта».
8	П8	Раціоналізація обставинами.
9	П9	Проекція на інших.
10	П10	Захист від почуття провини.
11	П11	Захист від почуття сорому.
12	П12	Захист від страху невдачі.
13	П13	Захист від заздрості.
14	П14	Захист від образи.
15	П15	Відхід з ситуації.
16	П16	Самоприпинення Я.
17	П17	Активізація провини в інших.
18	П18	Саногенне, реалістичне мислення.
19	П19	Невідповідність поведінки інших очікуванням.
20	П20	Апелююче мислення.
Тест рефлексії діяльності (Шадриков В.Д., Кургінян С.С.)		
21	П21	Інформаційна основа діяльності
22	П22	Мотивація та цілепокладання діяльності
23	П23	Прийняття рішення та здійснення діяльності

24	П24	Загальний показник рефлексії діяльності
Опитувальник «Диференціальний тип рефлексії» (Леонт'єв Д.А., Лаптева Е.М., Осін Є.М., Саліхова А.Ж.)		
25	П25	Системна рефлексія
26	П26	Інтроекція (самоаналіз)
27	П27	Квазірефлексія (фантазування)
Методика «Самооцінка емоційних станів» (Айзенк Г.)		
28	П28	Агресивність
29	П29	Фрустрація
30	П30	Тривожність
31	П31	Ригідність
Опитувальник для батьків «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) (Ейдемільер Е.Г., Юстицкіс В.В.)		
32	П32	Гіперпротекція
33	П33	Гіпопротекція
34	П34	Потурання
35	П35	Ігнорування потреб дитини
36	П36	Надмірність обов'язків
37	П37	Недостатність обов'язків
38	П38	Суворість вимог-заборон
39	П39	Недостатність вимог-заборон
40	П40	Надмірність санкцій
41	П41	Мінімальність санкцій
42	П42	Нестійкість стилю виховання
43	П43	Розширення сфери батьківських почуттів
44	П44	Переважа дитячих якостей
45	П45	Виховна невпевненість
46	П46	Фобія втрати дитини
47	П47	Нерозвиненість батьківських почуттів

48	П48	Проекція на дитину власних небажаних якостей
49	П49	Винесення конфлікту між подружжям у сферу виховання
50	П50	Перевага маскулінних якостей
51	П51	Перевага фемінінних якостей
Тест-опитувальник батьківського ставлення (ОБС) (Варга А.Я., Столін В.В.)		
52	П52	Прийняття
53	П53	Відштовхування
54	П54	Кооперація
55	П55	Симбіоз
56	П56	Авторитарна гіперсоціалізація
57	П57	Маленький невдаха

ВСТУП

Актуальність дослідження. Унікальність та самоцінність дитинства як важливого етапу в становленні людини потребує великої уваги з боку держави та суспільства в аспекті забезпечення умов, необхідних для повноцінного розвитку кожної дитини, психолого-педагогічної підтримки сім'ї та підвищення компетентності батьків у вихованні дітей. Теоретичний аспект цієї проблеми вказує на її значущість не лише для визначення умов розвитку емоційної сфери як фундаменту соціального досвіду дитини, але й для її формування як особистості у цілому, оскільки саме в процесі інтерактивних взаємин з дорослими формуються стійкі форми конструктивного особистісного реагування та закріплюються характерологічні особливості.

Дослідники (О.Ю. Булгакова, Л.В. Жихарева, О.І. Власова, С.Д. Максименко, В. Меннігер, А. Ребер, О.П. Саннікова, В. Сатір, В.О. Сухарєв, О.Я. Чебикін та ін.) відзначають, що досвід негативних емоційних переживань у ранньому віці часто проявляється в труднощах спілкування, порозуміння у взаєминах з однолітками та дорослими в майбутньому. Тому дуже важливо, щоб на етапі дорослішання, починаючи від народження, поруч з дитиною був компетентний, надійний, психологічно зрілий дорослий, здатний диференціювати вікові потреби дитини, адекватно реагувати та відповідати на ті чи інші її поведінкові прояви, відповідно до змінюваних умов соціалізації.

Наразі проблемі дитячо-батьківських взаємин присвячено чимало різноаспектних наукових досліджень та публікацій. Досліджено вплив батьківського ставлення на психічний розвиток дитини (Дж. Боулбі, Г.Я. Варга, Ю.Б. Гіппенрейтер, О.О. Карабанова, Л.В. Петрановська, Г.Т. Хоменкаускас). Представлені типи сімейного виховання і причини порушень процесу виховання в сім'ї (А.К. Дмитренко, О.О. Бодальов, Е.Г. Ейдемільер, Р. Кемпбел, Р. Снайдер). Розглядаються питання батьківської компетентності (І.М. Кучманич, В.С. Мухіна, В.В. Рибалка, С.К. Шандрук,

Н.Ю. Шевченко). У психолого-педагогічній освіті батьків вбачають найважливіший чинник оптимізації дитячо-батьківських взаємин (Г.В. Бурменська, Л.П. Бутузова, Т.Н. Дронов, О.І. Захарова, А.К. Маркова, С.І. Мушенко). Крізь призму прикладного психотерапевтичного аспекту розглядають вплив ранніх відреагувань материнського об'єкту на формування стійких психічних структур, зокрема типу прихильності (Дж. Боулбі, К.Х. Бріш, М. Ейнсворт, Л.В. Петрановська). Особливості консультативного супроводу матерів з різними типами батьківського ставлення описані у роботах С.М. Морозюк.

Проблемі розвитку продуктивного, здорового, саногенного мислення у дітей та педагогів у психології присвячені роботи Е.М. Александровської, Т.Н. Васильєвої, А.Ю. Гільмана, А.Б. Добровича, Л.П. Журавльової. Особливості патогенного мислення розглянуто у працях Е. Берна, Д. Джонгварда, В.А. Старик, Х.Ю. Хворост. Проблема саногенного виховання та «здоров'язберігаючого» освітнього середовища розкривається у працях О.Л. Богініч, Т.Н. Васильєвої, І.В. Дубровіної, Г.М. Мешко, О.В. Сіліної. Саногенній поведінці присвячені роботи М.Р. Григор'єва, В.В. Лук'янова, В.С. Ротенберга, І.М. Співака та ін.

Різні аспекти прояву та розвитку саногенної рефлексії ставали предметом дослідження в аспекті стресостійкості персоналу (С.М. Морозюк, Ю.В. Морозюк), як складової розвитку оздоровлювального мислення (Ю.М. Орлов), материнського відображення на емоційному благополуччі дошкільників (О.С. Кузнецова), факторів стресостійкості спортсменів (О.Л. Рудакова) та ін. Роль саногенного потенціалу розкрито у роботах О.Ю. Осадько, О.Г. Репіної, І.Ф. Аршави.

Для системного розгляду проблеми відображення саногенної рефлексії материнської фігури у ставленні до дитини вагоме значення мають праці особистісного орієнтування (М.Й. Боришевського, М.Й. Казанжи, С.К. Шандрука та ін.) з наголосом на принципах детермінації поведінки особистості та суб'єктної активності (Г.С. Костюк, С.Д. Максименко,

В.П. Москалець, М.В. Савчин, Т.М. Титаренко та ін.), а також теоретичні положення та концепція саногенного мислення, викладені у працях Т.М. Васильєвої, Г.М. Мешка, Ю.М. Орлова, Л.В. Рубцова.

Незважаючи на існування теоретичних розробок щодо впливу матері на формування суб'єктивного досвіду дитини, що визначає її ініціативно-активне ставлення до світу (Л.І. Божович, М.І. Лісіна), розвиток почуття врівноваженості та безпеки (О.Ю. Дубовік, Г.В. Скобло), формування прихильності (Дж. Боулбі, М. Ейнсворт), життєву силу (Е. Берн, А. Фройд), наразі не розглянуто у повному обсязі проблеми рефлексивних чинників та механізмів материнського ставлення до дитини як визначаючих вектор стратегії стилю виховання. Зокрема потребує вивчення відображення прояву та якості саногенної рефлексії матері у її ставленні до дитини, зафіксованих у стійких проявах того чи іншого стилю материнського виховання.

Соціальна значущість проблеми саногенної рефлексії матері та її недостатня концептуальна розробленість з огляду на її вихідні теоретико-методологічні принципи зумовили вибір теми дослідження: «Вплив саногенної рефлексії матері на її ставлення до дитини».

Проблема дослідження полягає у виявленні зв'язку рефлексії матері зі стилем її ставлення до дитини.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано в межах комплексної наукової теми кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології «Теоретико-методичні засади формування взаємодії дошкільного навчального закладу і сім'ї у розвитку особистості дитини» (державний реєстраційний номер 011U000116). Тема дисертації затверджена Вченою радою Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (протокол № 3 від 25.10.2018 року).

Мета дослідження: виявити та описати взаємозв'язок рефлексії матері зі стилем її ставлення до дитини, розробити та апробувати програму тренінгу розвитку саногенної рефлексії матері.

Для досягнення поставленої мети були поставлені такі **дослідницькі завдання:**

- 1) здійснити теоретико-методологічний аналіз літератури у ракурсі психологічного вивчення двох теоретичних концептів: саногенної рефлексії та типів материнського ставлення до дитини;
- 2) емпірично виявити взаємозв'язок типу материнського ставлення до дитини з проявом її рефлексії та емоційними станами;
- 3) визначити сценарії рефлексивних образів матерів з різними стилями материнського ставлення до дитини;
- 4) розробити та апробувати тренінгову програму, спрямовану на психологічний розвиток саногенної рефлексії матерів з різними ставленням до дитини.

Об'єкт дослідження – стиль материнського ставлення до дитини.

Предмет дослідження – саногенна рефлексія матері як складова її ставлення до дитини.

Гіпотеза дослідження: на розвиток образу дитини у матері впливає якість її рефлексії, що у наступному відображається у стилі дитячо-батьківських стосунків, формуючи відповідний йому образ взаємин у системі «мати – дитина» з огляду на міру її адекватності та конструктивності.

Основним **положенням дослідження** вважаємо, що кожному стилю батьківського ставлення до дитини відповідає якісно своєрідний профіль образу рефлексії.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять: положення системного аналізу до вивчення особистості (І.Д. Бех, М.Й. Боришевський, В.О. Ганзен, М.Й. Казанжи, Б.Ф. Ломов, А.І. Уйомов, О.Я. Чебикін); категорія особистості (К.О. Абульханова-Славська, Б.Г. Ананьєв, Л.І. Анциферова, Л.К. Велитченко, Г.С. Костюк, А.В. Петровський, В.В. Рибалка, О.П. Саннікова); принципи детермінації її поведінки та суб'єктної активності (Г.С. Костюк, С.Д. Максименко, В.П. Москалець, М.В. Савчин, Т.М. Титаренко); теоретичні положення концепції саногенного мислення

(Т.Н. Васильєва, Г.М. Мешко, Ю.М. Орлов, Л.В. Рубцов); концепція діяльнісного аспекту прояву рефлексії (В.Д. Шадриков, І.М. Семенов, Д.О. Леонтьєв, А.В. Карпов, С.Л. Рубінштейн); концепція про природу та зміст материнства як соціокультурного феномену (Дж. Боулбі, О.І. Захарова, М. Ейнсворт, Р.В. Овчарова, А.С. Співаковська, Г.Г. Філіппова, Л.Б. Шнейдер).

Методи дослідження. В дисертації використано такі методи: *теоретичні* (аналіз, узагальнення, систематизація); *емпіричні* (спостереження, бесіда, опитування, психологічний експеримент, тестування, психологічний тренінг); *методи математичної статистики* (коефіцієнт рангової кореляції r-Спірмена та непараметричний статистичний метод обробки даних для незалежних вибірок U-критерій Манна-Уїтні). Обробка отриманих даних здійснювалася за допомогою пакету програмного забезпечення IBM SPSS Statistics 23.0 Desktop for Windows.

Психодіагностичний комплекс склали такі методики: когнітивно-емотивний тест (KET) (Ю.М. Орлов, С.М. Морозюк); тест рефлексії діяльності (В.Д. Шадриков, С.С. Кургінян); опитувальник «Диференціальний тип рефлексії» (Д.О. Леонтьєв, К.М. Лаптева, Є.М. Осін); методика «Самооцінка емоційних станів» (Г. Айзенк); опитувальник для батьків «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) (Е.Г. Ейдемільер, В.В. Юстіцкіс); тест-опитувальник батьківських ставлень (ОБС) (Г.Я. Варга, В.В. Столін).

Експериментальна база дослідження. В емпіричному (констатувальному етапі) дослідженні брали участь 248 респонденток у віці 20-35 років, які виховують дітей дошкільного віку. Дослідну базу склали: а) Центр соціальних служб Одеської міської Ради; б) Центр інтегрованих соціальних послуг; в) Центр для жінок (жінок з дітьми), постраждалих від насильства. У формуальному етапі дослідження було задіяно 54 матері (28 осіб експериментальної та 26 контрольної груп), які також брали участь у емпіричному дослідженні.

Надійність і достовірність результатів дослідження забезпечувалася адекватністю підбраного психодіагностичного інструментарію, застосуванням сучасного апарату математичної статистики, репрезентативністю вибірки, можливістю верифікації, поєднанням кількісного та якісного методів аналізу даних, змістовним аналізом фактів і залежностей, отриманих на достатній вибірці досліджуваних.

Наукова новизна результатів проведеного дослідження полягає в тому, що:

вперше схарактеризовано поняття саногенної рефлексії матері як аналізу її неконструктивних щодо виховання дитини автоматизмів, усвідомлення їх детермінації у власному досвіді, їх переосмисленні, та орієнтації на ставлення до дитини, що відповідає віку, психологічним потребам та емоційному благополуччю дитини; презентовано рефлексивні образи матерів, що відображають стратегію та тактику типів батьківського ставлення залежно від якості рефлексивного компоненту;

уточнено поняття рефлексивний образ матері у контексті його відображення у материнському ставленні до дитини дошкільного віку;

емпірично виявлено взаємозв'язок стилю материнського ставлення до дитини з її емоційними станами та особливостями рефлексії;

визначено сценарії рефлексивних образів матерів з різним ставленням до дитини;

розроблено й апробовано тренінгову програму, спрямовану на психологічний розвиток саногенної рефлексії матері з різними стилями її ставлення до дитини;

набули подальшого розвитку теоретичні та прикладні напрацювання щодо проблеми психологічного розвитку саногенної рефлексії матерів з різними стилями її ставлення до дитини.

Практичне значення одержаних результатів полягає в розробці та впровадженні тренінгової програми розвитку та корекції саногенної рефлексії матері з різними стилями її ставлення до дитини. Зміст теоретичної та

практичної частини роботи може бути використаний для підготовки навчально-методичних посібників з вікової та дитячої психології, психодіагностики, психології сім'ї, психології дитячо-батьківських взаємин. Емпіричні дані дослідження та тренінгова програма можуть бути використані практичними психологами центрів соціальних служб, освітніх закладів у підготовці матерів до відповідального батьківства.

Результати дослідження впроваджено в навчальний процес при підготовці бакалаврів та магістрів у Державному закладі «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» (довідка №2207/271 від 31.12.2020), Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка (довідка № 8 від 26.10.2020); у робочий процес Центру соціальних служб Одеської міської Ради (довідка №05/01-3509 від 16.10.2020); для підвищення фахового рівня працівників та у консультативній роботі відокремленого підрозділу Всеукраїнської громадської організації «Територія жінок» «Територія жінок Одещини» (довідка №21 від 20.12.2020); для підвищення фахового рівня викладачів в аспекті виховної роботи зі здобувачами освіти Фахового коледжу промислової автоматики та інформаційних технологій (довідка №Т2/01-149, від 28.12.2020).

Апробація результатів дослідження. Матеріали дисертаційного дослідження презентовано та обговорено на: Міжнародній науково-практичній конференції «Педагогічні та психологічні науки: актуальні питання» (Харків, 2014); Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасні тенденції та фактори розвитку педагогічних та психологічних наук» (Київ, 2014); 3-ій Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні дослідження в соціальній сфері» (Одеса, 2014); Міжнародній науково-практичній конференції «Пріоритетні наукові напрямки педагогіки і психології: від теорії до практики» (Харків, 2015); Міжнародній науково-практичній конференції «Фактори розвитку педагогіки і психології в ХХІ столітті» (Харків, 2015); 5-тій Міжнародній науково-практичній конференції

«Актуальні дослідження в соціальній сфері» (Одеса, 2015); Міжнародній науково-практичній конференції «Realita a perspektivy vyvoja spolocnosti: socialne, psychologicke a politicke aspekty» (Slovenska republika, 2016); 9-тій Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні дослідження в соціальній сфері» (Одеса, 2017); Міжнародній науково-практичній конференції «Наукова дискусія: питання педагогіки та психології» (Київ, 2017); 10-тій Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні дослідження в соціальній сфері» (Одеса 2017); 16-ій Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні дослідження в соціальній сфері» (Одеса, 2020); 3-ій Всеукраїнській науково-практичній конференції «Педагогічні традиції та інновації в сучасному освітньому просторі» (Дніпро, 2016); науково-практичній конференції «Інформаційна культура в просторі професійної комунікації» (Харків, 2012); науково-практичній конференції «Стан та перспективи розвитку педагогічних та психологічних наук» (Київ, 2014).

Публікації. Основні результати дослідження відображено в 8 наукових працях, з яких 5 статей у наукових фахових виданнях України, 1 стаття у періодичному науковому виданні іноземних держав, яке включене до міжнародних наукометричних баз, 2 публікації у інших наукових виданнях.

Структура та обсяг роботи. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 182 найменувань (з них 26 – іноземною мовою) та додатків. Загальний обсяг роботи складає 258 сторінки комп'ютерного тексту, основний зміст викладено на 157 сторінках. Робота містить 14 таблиць та 19 рисунків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ САНОГЕННОЇ РЕФЛЕКСІЇ МАТЕРІВ ТА СТИЛІВ БАТЬКІВСЬКОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДИТИНИ

1.1. Сутність та зміст стилю батьківського ставлення

Роль сім'ї у формуванні унікальної для кожної дитини соціальної ситуації розвитку загальновідома. Стиль сімейного виховання, який визначається батьківськими ціннісними орієнтаціями, установками, емоційним ставленням до дитини, особливістю сприйняття дитини батьками і способів взаємодії з нею – є визначальним фактором розвитку особистості дитини. Дитячо-батьківські стосунки – двосторонні, кожна сторона визначає генез та розвиток спілкування в співпраці батьків та дитини, хоча, безумовно, ролі обох сторін зазнають значних змін на кожному з вікових етапів розвитку. Взаємодія дитини з батьками є першим досвідом взаємодії з навколишнім світом. Цей досвід закріплюється та формує певні моделі поведінки з іншими людьми, які передаються з покоління в покоління.

Внутрішньосімейна взаємодія є головним питанням у багатьох роботах вітчизняних та зарубіжних психологів (М.І. Алексєєва, Е. Берн, Дж. Боулбі, Т.В. Буленко, Г.Я. Варга, В.О. Васютинський, Я.О. Гошовський, А. Джерсильд, Е.Г. Ейдемільер, М. Ейнсворт, Г.В. Івончик, З.Г. Кісарчук, М. Кляйн, В.В. Ковальов, М.Є. М'ягер, О.І. Пенькова, Л.П. Синютка, А.С. Співаковська, В.В. Столін, Т.М. Титаренко, А. Фройд, В.В. Юстіцкіс та ін.). Наголошується на важливості вивчення сім'ї як цілісного феномена, із врахуванням взаємодії, що розгортається у трьох підсистемах: подружній, дитячо-батьківській та сиблінговій. Акцент при цьому, як правило, робиться або на подружні, або на дитячо-батьківські взаємини.

Наша робота має у фокусі уваги дитячо-батьківські взаємини які є одним з провідних чинників розвитку властивостей особистості дитини (І.Д. Бех, М.Й. Боришевський, Е. Берн, Дж. Боулбі, Г.Я. Варга, Е.Г. Ейдемільер, В.В. Юстіцкіс). Несприятливі сімейні умови обумовлюють виникнення

порушень у дитини, неадекватну самооцінку, деструктивні міжособистісні стосунки. Цьому сприяє авторитарний стиль спілкування, гіперпротекція та гіпоопіка, емоційне відкидання та інші дисгармонійні типи виховання [32].

Одним з провідних чинників розвитку якостей особистості, на думку більшості дослідників (І.Д. Бех, О.Ю. Булгакова, Л.П. Бутузова, Г.Я. Варга, Л.С. Виготський, Е.Г. Ейдемільер, В.О. Татенко, Н.Ю. Шевченко, О.Я.Чебикін та ін.) є дитячо-батьківські взаємини.

Дитячо-батьківські стосунки є складною структурою взаємодії дітей та батьків та складають найважливішу підсистему сімейних стосунків. Вони мають такі характеристики: характер емоційного зв'язку: з боку батьків – емоційне прийняття дитини («батьківська любов»), з боку дитини – прив'язаність та емоційне ставлення до батьків; мотиви виховання та батьківства; задоволення потреб дитини, турбота і увага батьків; стиль спілкування та взаємодії з дитиною; спосіб вирішення проблемних та конфліктних ситуацій; соціальний контроль; вимоги й заборони, їх зміст та кількість; спосіб контролю; санкції (підбадьорювання і підкріплення); ступінь стійкості і послідовності (протиріччя) у сімейному вихованні (Г.Я. Варга, О.А. Карабанова, Р.В. Овчарова) [10, 32, 46].

Батьківські установки, або позиції, – один з найбільш вивчених аспектів дитячо-батьківських відносин. Поняття «батьківське ставлення» має найбільш загальний характер і вказує на взаємозалежність батька та дитини. Батьківське ставлення включає в себе суб'єктивно-оцінне, свідомо-виборче уявлення про дитину, яке визначає особливості батьківського сприйняття, спосіб спілкування з дитиною, характер прийомів впливу на неї. Як правило, в структурі батьківського ставлення виділяють емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти. Поняття «батьківська позиція» та «батьківська установка» використовуються як синоніми батьківських відносин, але відрізняються ступенем усвідомленості. Батьківська позиція скоріше пов'язується із свідомо прийнятими, виробленими поглядами, намірами; установка – менш однозначна [8].

При цьому під батьківськими установками А.С. Спиваковська розуміє систему або сукупність батьківського емоційного ставлення до дитини, сприйняття дитини батьком і способів поведінки з ним. Так, наприклад, «прийняття і любов» породжують в дитині відчуття безпеки і сприяє нормальному розвитку особистості, в той час як «явне відкидання» веде до агресивності та емоційного недорозвинення. На її думку дитячо-батьківські відносини прийнято розуміти, як найважливішу детермінанту психічного розвитку та процесу соціалізації дитини, вони можуть бути визначені наступними параметрами:

- характер емоційного зв'язку: з боку батька – емоційне прийняття дитини (батьківська любов), з боку дитини – прихильність та емоційне ставлення до батьків. Особливістю дитячо-батьківських відносин у порівнянні з іншими видами міжособистісних відносин є висока значимість для обох сторін;
- мотиви виховання та батьківства;
- ступінь залученості батька і дитини в дитячо-батьківські відносини;
- задоволення потреб дитини, турбота і увага до неї з боку батьків;
- стиль спілкування і взаємодії з дитиною, особливості прояву батьківського лідерства;
- спосіб вирішення проблемних і конфліктних ситуацій; підтримка автономії дитини;
- соціальний контроль: вимоги і заборони, їх зміст і кількість; спосіб контролю; санкції (заохочення і підкріплення); батьківський моніторинг;
- ступінь стійкості і послідовності (суперечливості) сімейного виховання [8].

Батьківську позицію Г.Я. Варга та В.А. Смехов визначають як єдність трьох складових: емоційного ставлення батьків до дитини, стилю спілкування з нею і бачення дитини. Батьківська позиція пов'язується зі свідомо прийнятими, виробленими нормами та поглядами [32].

Подібно З. Фройд, Д. В. Віннікот вбачає важливість змін виховних позицій батьків в міру дорослішання дитини: від народження, коли дитина повністю залежить від батьків до підліткового віку, коли можливе досягнення повної автономності [59].

Дитячо-батьківські стосунки – це цілісна система різних почуттів ставлення до дитини, поведінкові стереотипи, що практикуються в спілкуванні з дитиною, особливості сприйняття і розуміння індивідуально-психологічних рис. Зокрема, всередині стилю виховання міститься певне батьківське ставлення до дитини. Батьківське ставлення – це система різних почуттів до дитини, поведінкових установок, що застосовуються у взаємодії з нею, і то, як вона та її поведінка сприймається і розуміється значущими дорослими [118].

Фокусуючись на стильових особливостях батьківсько-дитячих взаємин, доцільно визначитися із семантикою дефініції «стиль батьківського ставлення».

Слово «стиль» походить від латинського «stylus», що означало «знаряддя письма» [117]. Пізніше «стиль» придбав інше значення, і тепер під цим терміном (в основному в мистецтві) розуміють «сукупність візуальних прийомів, властивих тому чи іншому художнику й описують його твори» [49].

В сучасній українській мові «стиль» вживається в переносному значенні – «імідж, образ, вміння модно вдягатися, подати себе» [44].

У соціологічному словнику «стиль» – це сукупність ідейно-етичних норм і характерних рис діяльності, поведінки, методи роботи, спосіб життя; сукупність ознак, рис, особливостей, властивих чому-небудь [114].

У психологічному словнику під стилем розуміється характеристика особистості, що описує будь-який метод або манеру поведінки, які можна спостерігати в експериментальних дослідженнях або в реальному житті [83]. А. Адлер вперше ввів термін «стиль» і розумів під ним «сукупність захисних стратегій і компенсаторних прийомів, властивих суб'єкту у відповідь на вплив найближчого соціального оточення» [2, с. 93]. В методологічну основу стилю були закладені такі положення: по-перше, «стиль це прояв цілісної

індивідуальності»; по-друге, «стиль пов'язаний із системою цінностей особистості»; по-третє, «він виконує компенсаторну функцію, допомагаючи індивідуальності найбільш ефективно пристосуватися до вимог середовища» [2].

У середині ХХ століття західна психологія збагатилася поняттям когнітивний стиль, під яким розумілися стійкі індивідуальні способи отримання та обробки інформації [182]. Когнітивний стиль презентовано як прояв індивідуальності, зокрема, її психологічну диференціацію.

Досліджуючи емпірично стилістичні характеристики, пов'язані з різними рівнями організації індивідуальності (від когнітивних стилів до стилів вирішення конфліктів), Герман Віткін під стилем розумів найважливіший компонент структури формально-динамічного формування індивідуальності, який виступає паттерном індивідуально-психологічних властивостей, що забезпечують схильність людини до певних способів пізнання, розвитку та перетворення світу. Він також зазначив компенсаторну функцію стилів і пов'язані з ним захисні механізми особистості [182].

Інший аспект вивчення стилю характерний для робіт Г. Оллпорта. Під стилем він розумів «манери поведінки», що відповідають окремим стильовим рисам особистості: ввічлива, енергійна, чесна та інші. Тобто, «стиль складніша і повна форма експресивної поведінки»; це прояв не окремої стильової риси, а всієї сукупності рис особистості, як стильових, так і мотиваційних [69].

В своїх дослідженнях Д.М. Узнадзе поняття стилю не вводить, але розглядає поняття «активність особистості», що виявляється через різні особистісні властивості та надалі приймає певну форму поведінки. За формою поведінки, на думку Д.М. Узнадзе, ховається характер, у вигляді фіксованої форми смислового досвіду, смислових установок особистості, актуалізований в індивідуальному стилі дії, через які досягаються ті або іншим мотиви особистості [125, с. 64 - 65]. Перш за все, це найбільш стійкі риси особистості, які проявляються в стилі.

Також у своїх дослідженнях Ю.М. Орлов не вводить поняття «стиль», але говорить про навчання як про якісно нові поведінкові реакції, які дозволяють в подальшому людині пристосовуватися до схожих подій. Викладені вище ідеї, свідчать про прямий зв'язок навчання і формування того чи іншого стилю ставлення та поведінки людини. Таким чином, стиль – універсальна характеристика способу життя людини, що зв'язує в єдине ціле біологічні, психологічні та соціальні аспекти її буття. Він проявляється в способі життя та діяльності, в організації людиною навколишнього середовища, в комунікації, в емоційному реагуванні [70].

У своїй роботі ми розглядаємо стиль як орієнтовану взаємозалежну систему використання засобів, способів й методів; процес взаємодії та реалізації певної концепції, що відображає внутрішню, особистісну позицію особистості.

В основі будь-якого стилю батьківського ставлення лежать батьківські установки, потреби та розумові автоматизми (невидимі зовні). Стиль відносин материнського ставлення проявляється в певній формі поведінки, в основі якої лежать характерні патерни поведінки, які проявляються у відповідь на поведінку та емоційні реакції дитини.

Зустріч потреби зі своїм предметом, за Д.М. Узнадзе, в нашому випадку бажання й установки матері, засновані на її уявленнях «як повинно бути», якою повинна бути її дитина (розумна, здатна, вихована, успішна і т.п.), мотивує до певної поведінки [125]. Свої потреби та установки вона починає активно реалізовувати через характерні, звичні для матері патерни поведінки: водити в гуртки, робити зауваження, контролювати навчання й життя. Якщо дитина «адекватно» реагує на вимоги матері, відповідно до її уявлень про належне: стає слухняною, старанною, «зручною» для неї і оточуючих, вона відчуває позитивні емоції і ще більше переконується в правильності своїх переконань і форм реагування, закріплює їх в своїй свідомості та поведінці («що хотіла, те й отримала»).

Але, якщо у відповідь на її вимоги дитина дає «небажані реакції»: вередує, проявляє агресію, «погано поводить ся», мати починає відчувати фрустрацію, сором, провину, що може призводити її до неадекватного реагування на ситуацію, що склалася. Вона починає соромити дитину, лаяти, кричати, вдаватися до фізичного покарання, маніпулювати, залякувати. Щоб захистити себе від цієї травмуючої ситуації вона також на основі своїх установок та розумових автоматизмів буде вдаватися до неадекватних, невідрефлексованих, або відрефлексованих патогенних форм поведінки. І стикаючись щоразу зустрічаючись зі схожими ситуаціями та небажаними реакціями дитини, мати буде сприймати ці ситуації як травмуючі, й намагатися захистити себе, використовуючи звичні форми реагування та поведінки. Ці повторювані форми реагування і складають стиль поведінки, які набувають фіксований характер. Рефлексія в цьому випадку, якщо вона конструктивна, дає можливість усвідомити, що в основі наявного стилю поведінки матері, лежать характерні патерни поведінки. Вони проявляються у відповідь на негативні емоції (травмуючі ситуації). Такі ситуації виникають у відповідь на розбіжність очікувань з реальним ходом розвитку подій. Очікування виникають на основі потреб, світоглядних установок, життєвого досвіду [125].

Стиль батьківського (материнського) ставлення розглядається нами як система використання засобів, якими послуговуються батьки, спираючись на власні поведінкові схеми, в яких прослідковується вплив минулого комунікативного досвіду як в сім'ї, так і поза нею, що і визначає суб'єктну позицію індивіда.

Розвиток дитини знаходиться в тісному взаємозв'язку з матір'ю як єдина система, пов'язаний з аналізом особливостей цього взаємозв'язку як специфічно людського феномену, що реалізується в умовах культурної моделі М. Мід [61, с. 205]. На її погляд, дитинство в різних культурах вбирає певні риси і темперамент, властиві конкретній дорослій людині, найприйнятніший в цій культурі.

Звертаючись до концепції В.М. Мясищева «суб'єкт–суб'єкту» взаємодію матері та дитини можна назвати «стосунками», маючи на увазі взаємозумовленість, тільки оскільки лише мати, а й дитина з моменту народження заявляють про себе в своїй поведінці різними емоційними реакціями [66, с. 67].

Наявність емоційного комфорту, благополуччя Г.Г. Філіпова вважає визначальним критерієм успішності материнства, оскільки стійкий позитивний, комфортний стан дитини є тією надійною, безпечною базою у стосунках дитини зі світом, що визначає в подальшому її спосіб переживання стресових ситуацій, стиль стосунків з однолітками [128]. Співзвучним цьому є положення концепції особистості О.П. Саннікової про те, що «емоційність є системоутворюючою властивістю особистості», яка бере участь у детермінації та регуляції діяльності, визначає її успішність [96, с. 151]. Таким чином емоційність виступає своєрідним фільтром, який пропускає одні впливи та утримує інші.

Л.С. Виготський зазначав, що якісні стосунки матері з дитиною є фундаментом формування її особистісних та поведінкових рис [37, с. 174].

Особливого значення стосункам дитини з матір'ю надавав З. Фройд, вважаючи, що вони - форма моделі дитячого ставлення до себе, інших, суспільства в цілому. Оскільки мати в психоаналітичній концепції для дитини є не тільки джерелом позитивних, але і негативних емоцій в їх стосунках, то їх якість і визначатиме готовність дитини до проживання (а не просто переживання) різного спектру емоційних проявів.

Відповідно до теорії У. Шутца і закону відносної безперервності і наступності, міжособистісні стосунки дорослого є наслідком переживання дитиною стосунків в дитинстві зі значущими дорослими. Подібна позиція відображається і у глибинно-орієнтовних концепціях розвитку, у положеннях теорії прихильності Дж. Боулбі, М. Ейнсворт про вплив раннього досвіду стосунків прихильності з близьким дорослим (матір'ю) на характер побудови стосунків в подальшому житті [20, 21, 147, 157]. Вирішальним у цій концепції

стає адекватність емоційного відгуку матері на потреби дитини в перші місяці після народження, вміння матері приєднуватися, адекватно проживати емоції дитини, відзеркалювати та задовольняти психологічні потреби дитини у контакті зі значимим об'єктом.

Для здорового розвитку дитини дошкільного віку необхідний самотійний тип взаємодії з навколишнім середовищем, коли значущі дорослі використовують стиль батьківського ставлення, що забезпечує вільний вибір і рішення проблем без явних обмежень [147]. Мати є джерелом задоволення потреби дитини у враженнях, що свідчить про значущість появи емоційного ставлення дорослого в процесі спілкування з дитиною, оскільки саме цей дорослий закладає у дитини потребу в емоційній взаємодії.

Стан емоційного благополуччя служить показником позитивного настрою дитини і є необхідною умовою для її розвитку. Таким чином, саме поняття емоційного комфорту і благополуччя є найбільш ємними для визначення успішності розвитку дитини. Вони не залежать від культурних й індивідуальних особливостей дитини, а лише від оптимальності системи «мати - дитина», і тому можуть розглядатися як критерії успішності материнства.

Що стосується емоційного стану дітей дошкільного віку (О.П. Арнаутова, І.Ю. Ільїна А.Д. Кошелева, І.В. Мельничук, В.І. Перегуда, Г.А. Свердлова Т.О. Смолева, О.Я. Чебикін), то стабільний позитивний емоційний стан дитини розглядається як фундамент подальшої довірчої форми ставлення підростаючої дитини до навколишньої дійсності. О.Я. Чебикін та І.В. Мельничук виділили окремі чинники формування емоційного розвитку дитини на різних етапах дитинства. Так, для новонародженого найважливішими емоційно творчими чинниками є безпосередній контакт з матір'ю та умови задоволення основних потреб. У віці немовляти провідними виступають умови невербальної комунікації з батьками і оточенням, емоційний клімат, благополуччя у сім'ї. Для раннього віку визначальними

чинниками стають організації ігрової діяльності та особливості комунікативної взаємодії з дорослим [137].

Дитячо-батьківські взаємини, базуючись на емоційній основі, є джерелом стеничних/астеничних переживань як реакції у відповідь на комунікативні дії та поведінкові стереотипи, спричинені ситуаціями побуту, виховання, соціалізаційними умовами, які по-різному сприймаються її учасниками відповідно особливостей їхнього сприйняття та розуміння.

Незважаючи на те, що в літературі поняття «стильові особливості сімейного виховання» мають такі синоніми, як «тип виховання», «вид стосунків», «тип ставлення», «тактика виховання», «батьківські позиції», але поняття «стиль», «тип» і «вид» мають суттєві відмінності. Так, наприклад, поняття «тип» характеризується як форма чого-небудь, що володіє певними ознаками, а також приклад, який відповідає відомим групам предметів, явищ. Тип визначає загальні ознаки ряду предметів. Поняття «вид» проявляє ступінь вираженості загальних для видового ряду ознак в одиничному предметі або явищі. А «стиль», як ми вже розглянули вище, пов'язаний з певною спрямованістю та системою цінностей особистості.

У психологічній енциклопедії поняття «стиль батьківського ставлення» визначається, як стиль стосунків з дитиною в сім'ї, що характеризується ступенем позбавлення особистої свободи і уваги, тісністю емоційного контакту між батьками та дитиною [83]. Всередині того чи іншого стилю виховання, міститься певне батьківське ставлення до дитини. Стиль батьківського ставлення до дитини, таким чином, можна розглянути спрямованість установок та системи цінностей батьків, що відображається у процесі взаємодії та реалізації певної концепції, базованої на внутрішній, особистісній позиції батьківської фігури.

Стиль материнського ставлення – це провідний чинник взаємин з дитиною, що опосередковує межі та міру користування дитиною особистою свободою, якість та тісноту емоційного контакту, мотиви виховання та батьківства, задоволення потреб дитини та матері, соціальний контроль,

заборони та обмеження, способи вирішення конфліктних ситуацій, врахування вікових особливостей дитини та міри її самостійності тощо. Соціальна детермінованість стилю ставлення (установки, переконання, потреби) допускає її зміну в ході цілеспрямованого впливу (на основі розвитку рефлексивних механізмів).

Досліджуючи вплив дитинства на життя людини, у тому числі і подружжя, засновник транзакційного аналізу Е.Берн стверджував, що саме в ранньому дитинстві закладається своєрідний сценарій подальшої поведінки людини. Називаючи цей період "періодом сценарного програмування", вчений зазначав, що цей психологічний імпульс підштовхує людину вперед, назустріч її долі і досить часто незалежно від її власного свідомого вибору. Сценарій – це план життя, що постійно розгортається і який формується ще в ранньому дитинстві (до 6 років) здебільшого під впливом батьків [9].

Завдяки ставленню матері до дитини, на думку А. Адлера, вже до п'ятирічного віку формується життєвий стиль дитини, який практично не змінюється надалі [2]. На основі цього досвіду стосунку з матір'ю, вході індивідуальної інтерпретації та аналізу, обирається власний шлях, життєвий стиль досягнення мети. Органічна слабкість, розбещеність та батьківське відторгнення дитини можуть вплинути на вибір дитиною помилкового життєвого стилю, що, як бачимо, майже повністю лежить в зоні компетенції батьків. Розуміння, вміння заспокоювати та стабілізувати, підтримка, відповідна віку та потребам, турбота про дитину з боку матері сприяють задоволенню провідних потреб дитини (Дж. Боулбі).

Батьківський вплив на становлення та виховання можна розглянути, щонайменше, у трьох вимірах:

1. Стиль сімейного виховання, який багато в чому формує особистість дитини.
2. Сама поведінка батьків у різних важких ситуаціях, яку дитина (свідомо чи несвідомо) бере як приклад для наслідування.

3. Цілеспрямоване навчання дітей конструктивним способам подолання важких ситуацій.

Під стилем батьківських відносин ставлень О.А. Карабанова розуміє певні способи ставлення батьків до дітей, які використовують засоби і методи педагогічного впливу, що виражаються в своєрідній формі вербального звернення і ставлення [46, с. 117].

Стійкий стиль батьківського ставлення як модель поведінки базований на індивідуальних змінних: особистих характеристиках, очікуваннях і поглядах, виховних методах, які проявляються в дитячо-батьківських ставленнях [58].

Вдаючись до того чи іншого стилю виховання, батьки оперують різними інструментами виховання, а саме: висловлюють свою прихильність до дитини, враховують її потреби та висувають свої вимоги, контролюючи їх виконання тощо.

Переважає більшість сучасних західних досліджень з цієї тематики зводиться до встановлення залежності між батьківським стилем і поведінкою дитини. При цьому як на вітчизняних наукових теренах, так і в зарубіжних дослідженнях зустрічаємо розмаїття типологій стилів.

Так, запропонована Д. Бомрінд класифікація батьківських стилів включає 3 типи: авторитетний, авторитарний та поступальний [160], в основі яких лежать такі компоненти: вимоги зрілості, контроль, комунікативний та виховний ефект, формування ліберального, авторитарного стилів виховання [14, с. 54-72].

Результати досліджень К. Рубін показали, що кожному типу темпераменту дитини відповідає певний батьківський стиль [175].

Цікаві результати дослідження статевих відмінностей провів батьківських стилів отримав А. Расел: матерям більше властивий авторитетний стиль, батькам – авторитарний чи поступальний. Авторитарний стиль більш властивий батькам хлопчика, авторитетний – батькам дівчинки [177].

Аналіз наукового психологічного доробку з проблеми дитячо-батьківських взаємин (А. Адлер, Т.В. Кравченко, Г. Мертон, Д. Олсон, К. Роджерс, С. Розум, Б. Скіннер, В.В. Солодников та ін.) дозволив виділити найпоширеніші стилі батьківсько-дитячих взаємин: демократичний, «емоційна дистанція», авторитарний, авторитетний, дитиноцентричний, ліберальний, індиферентний та потуральний.

За *демократичного стилю* батьки сприяють розвитку дитини, прагнуть досягти емоційної близькості з дитиною, а не дисциплінувати її. При цьому висока вимогливість і контроль поєднується з демократичністю і прийняттям індивідуальності дитини.

Дослідниця Т.В. Кравченко відзначає, що за умови дотримання батьками демократичного стилю взаємин з дитиною, сімейне виховання проходить за такими основними напрямками:

- Інформаційний: передбачає активне сприймання дитиною інформації, оволодіння уявленнями, переконаннями, нормами, необхідними для взаємодії в суспільстві.

- Емоційний: у взаєминах з батьками в свідомості дитини закладається значення таких понять, як добро, любов, чуйність, тощо та їх антиподів – зло, ненависть, грубість, тощо, забезпечується отримання першого емоційного досвіду та формування ціннісного ставлення до життя.

- Діяльний: життєва позиція батьків, їх дії та вчинки, суб'єкт-суб'єктні взаємини з дитиною, залучення до спільної діяльності формують життєві цілі, прагнення, інтереси, цінності особистості [52].

Згідно даних досліджень Д. Кенделла і Г. Лессера, діти з «демократичних сімей характеризуються високою успішністю, в них більшою мірою розвинена доброта, працьовитість, уміння постояти за себе, самостійність, безкорисливість, відповідальність, самокритичність» [173].

Демократичний стиль характеризується високим рівнем вербального спілкування між дітьми та батьками; включеністю дітей в обговорення

сімейних проблем, врахуванням їхньої думки; готовністю батьків прийти на допомогу, якщо це буде потрібно, вірою в успіх самостійної діяльності дитини.

«Емоційна дистанція» як стиль взаємин батьків з дитиною передбачає зосередженість уваги дорослих на власних пріоритетах та професійних інтересах. Взаємини з дитиною характеризуються епізодичністю та ситуативністю. За цим стилем стосунків в сім'ї дитина відчуває себе тягарем для батьків, що виражається недорозвиненістю батьківських почуттів та спричиняє виникнення конфліктів [173].

Звинувачення, зауваження, покарання домінують у взаєминах батьків з дитиною при *авторитарному стилі*. Авторитарність характеризується високим рівнем контролю та відчуженістю взаємин з дітьми.

Вивчення особливостей взаємин батьків та дітей дає зробити висновок про те, що авторитарні батьківські установки і зразки поведінки ускладнюють адекватне сприйняття дитиною вимог батьків [56].

Авторитетний стиль вирізняється контролем за дітьми і, водночас, обговоренням у колі родини правил поведінки, що встановлені для дитини. Стосунки в родині теплі та доброзичливі. Рішення та дії батьків не здаються випадковими та несправедливими для дітей, тому вони з ними погоджуються. Таким чином, високий рівень контролю поєднується з теплими стосунками в сім'ї [173].

Дитина виступає сенсом і метою життя батьків з *дитиноцентричним стилем*. Через боязнь втрати авторитету батьки часто знижують рівень вимог до дитини, що згодом може позначитись інфантильністю, егоїзмом, надмірною впевненістю у власній унікальності. Надмірна опіка батьків та покладання надто великих надій на майбутнє своєї дитини можуть спровокувати в неї нерішучість, несамотійність, тривожність [173].

Ліберальний стиль дитячо-батьківських взаємин характеризується дружнім ставленням до дитини та низьким рівнем контролю. На думку Д. Бомрінда, надто ліберальні батьки так захоплюються демонстрацією «безумовної любові», припиняють виконувати безпосередньо батьківські

функції, зокрема, встановлювати заборони для своїх дітей, внаслідок чого діти ліберальних батьків схильні потурати своїм слабкостям, імпульсивні та нерідко не вміють поводитися на людях [160].

Науковці Е. Маккобі та Дж. Мартін відзначають, що *індиферентному стилю* притаманний низький контроль за поведінкою дітей і відсутність теплоти та сердечності у стосунках з ними. Батьки, яким властивий індиферентний стиль, не встановлюють обмежень для своїх дітей або внаслідок нестачі інтересу й уваги до дітей, або внаслідок того, що виклики повсякденного життя не залишають їм часу і сил на виховання дітей. Якщо байдужість батьків поєднується з ворожістю, дитину ніщо не утримує від того, щоб дати волю своїм найбільш руйнівним імпульсам і проявити схильність до делінквентної поведінки [55, с. 18].

Стиль потурання виражається у несвідомому трансляванні дитині байдужого ставлення до її потреб та переживань. Основний метод виховання – це покарання, але відразу після нього може відбутися заохочення. У своїй поведінці діти виявляють недовіру до оточуючих, мають багато секретів [173].

Характеристики кожного стилю наведено у вигляді таблиці, де описані поведінкові стратегії та тактики батьків, та поведінка дітей в результаті використання того чи іншого стилю батьківського ставлення (таблиця 1.1).

Найкращі взаємовідносини підлітка з батьками складаються зазвичай тоді, коли батьки дотримуються демократичного стилю виховання. Цей стиль сприяє вихованню самостійності, активності, ініціативності та соціальної відповідальності. Поведінка дитини спрямовується в цьому випадку твердо, послідовно і разом з тим гнучко і раціонально; батько завжди пояснює мотиви своїх вимог і заохочує підлітка до їх обговорення; влада використовується лише в міру необхідності; в дитині цінується як слухняність, так і незалежність; батько встановлює і твердо проводить в життя правила, не вважаючи себе непогрішним: прислухається до думок дитини, але не сходить з її бажань.

Стилі батьківського ставлення та їх прояви

Стиль	Батьки	Діти
1	2	3
Автори- тарний	Демонструють високий рівень контролю. Мають чіткий образ ідеальної дитини та досягають мети будь-якими засобами. Категоричність в своїх вимогах, безкомпромісність, будь-яка ініціатива, самостійність дитини всіляко придушуються. Вирішують за дитину як їй одягатися, з ким спілкуватися, чим займатися.	Відчувають дефіцит батьківської уваги. Знають свої недоліки, при цьому не впевнені в собі та своїх перевагах. Часто відчувають непотрібність в очах батьків. Формується або пасивність, або агресивність.
Автори- тетний	Стосунки в родині теплі та доброзичливі. Проявляється у контролі і, водночас, обговоренням у колі родини правил поведінки, що встановлені для дитини.	Рішення та дії батьків не здаються випадковими та несправедливими для дітей, тому вони з ними погоджуються.
Демо- кратич- ний	Заохочують ініціативу, прислухаються до думки дитини. Регулюють дії дитини та встановлюють правила, що враховують її потреби та	Стають автономними, вольовими, самодостатніми людьми. Прислухаються до коментарів інших та намагаються контролювати

Продовження табл.1.1

1	2	3
	інтереси. Право дитини на свободу визнається, але воно	свою поведінку.

	вимагає дисципліни, яка формує правильну соціальну поведінку.	
Дитино-центричний	Батьки знижують рівень вимог до дитини, що може позначитись егоїзмом, надмірною впевненістю у власній унікальності.	Надмірна опіка батьків та покладання надто великих надій на майбутнє можуть спровокувати в неї нерішучість, несамотійність, тривожність.
Індиферентний	Батьки не встановлюють обмежень для своїх дітей або внаслідок нестачі інтересу й уваги до дітей, або внаслідок того, що виклики повсякденного життя не залишають їм часу і сил на виховання дітей.	Дитину ніщо не утримує від того, щоб дати волю своїм найбільш руйнівним імпульсам і проявити схильність до делінквентної поведінки.
Емоційна дис-танція	Емоційна близькість з дитиною відсутня. Спостерігаються високі вимоги до дитини. Покарання жорстокі, суворі. Батьки не контактують з дитиною, вона виростає мрійливою, жорстокою.	Відчувають дефіцит батьківської уваги. Дитина відчуває себе тягарем для батьків. Відсутність близькості до батьків викликає ворожість, підозру до оточуючих. У дитини виникають труднощі в спілкуванні; невротичні розлади.
Ліберальний	Свідомо ставлять себе на один рівень з дитиною, дають їй повну свободу вибору дій.	Дитина росте без нагляду. Роблячи помилки, їй доводиться виправляти їх самотійно.

Продовження табл.1.1

1	2	3
---	---	---

	Правила поведінки, заборони у вихованні відсутні. Батьки помиляються, вважаючи, що такий підхід формує у їх дитини самотійність та відповідальність.	Часто відкладає справи «на потім», або не доробляє їх. Дитина не вміє брати на себе відповідальність, або проявляє в поведінці імпульсивність.
Стиль потурання	Несвідомо транслиують дитині байдуже ставлення до її потреб і переживань. Ніяких обмежень щодо дитини. Основний метод виховання – покарання, а відразу після нього може відбутися заохочення. Часто демонструють дволике ставлення до оточуючих. Можуть проявляти до своєї дитини безмежну любов і довіру, підкреслюючи її достоїнства та виправдовуючи пустощі.	Надані самі собі. Відчувають себе самотніми. Покладаються тільки на себе. У своїй поведінці виявляють недовіру до оточуючих, мають багато секретів. Для них немає заборон і моральних норм. Процес навчання для них не важливий, турбує лише кінцевий результат – оцінка, яку іноді вони схильні захищати, оскаржувати. Вони дають обіцянки, але не виконують їх, невибагливі до себе, але вимогливі до інших.

Аналізуючи різні визначення батьківських відносин, можна побачити вихідну основу, яка задає подвійність, або поляризацію, батьківських відносин. Найчастіше піклуються про зовнішні результати і факти, ніж про причини та переживання. З одного боку, любов до дитини, радість, задоволення від спілкування з нею, прагнення до її захисту та опіки, безумовне прийняття та увагу, цілісне ставлення до неї. З іншого – вимогливість і контроль, що характеризують батьківське ставлення до дитини.

Різні психологи виділяють найбільш істотні характеристики гармонійних дитячо-батьківських відносин [8]:

по-перше, це задоволення базових потреб дитини в системі дитячо-батьківських відносин: потреба в безпеці та емоційній близькості з іншими людьми; задоволення потреб, що виникають у процесі дитячо-батьківської взаємодії: прийняття та визнання індивідуальності дитини, збереження дитиною свого «Я» як автономної реальності;

по-друге, важливий достатній рівень усвідомлення батьками індивідуальних особливостей дитини, розуміння їх психофізіологічної, психологічної та соціально-психологічної природи;

по-третє, свідомо і відповідальна організація батьками конструктивного стилю взаємодії адекватного індивідуальним особливостям розвитку дитини.

У певному сенсі стиль спілкування який був властивий їх дитинстві узагальнюється результатами експериментальних досліджень та емпіричних спостережень Н.Ю. Синягиної, вона вказує на те, що характер взаємин між дітьми та їх батьками залежить від наступних впливаючих на це факторів:

- від особливостей особистості батька (екстравертне-інтровертне, впевнене-невпевнене, тривожне-нетрохливе) та який був властивий їх дитинству (емоційне включення або відкидання дитини, адекватне або неадекватне відображення ситуації тощо);
- від особливостей особистості дитини (тривожність, непевненість, комунікативні труднощі і ін.);
- від психолого-педагогічної компетентності та рівня освіти батьків; від застосовуваних батьками та іншими дорослими засобів виховного впливу;
- від обліку актуальних потреб дитини та ступеня їх задоволення в сім'ї тощо [8].

Існує два підходи до вивчення батьківства залежно від того, хто вважається об'єктом вивчення – дитина чи батьки. Згідно першого підходу, найпоширенішого, аналізується батьківство застосовно до розвитку особистості дитини (Дж. Болулбі, Е. Берн, О. Ю. Булгакова, Л.В. Жихарева та ін.). Другий підхід – розглядає виконання батьківської ролі крізь призму

особистості батьків (О.І. Власова, Г.Г. Філіпова та ін.). Тут досліджується самореалізація особистості в родині та інші особисті характеристики, що змінюються за допомогою дитини. Дослідження в рамках першого підходу спрямоване на те, що значний вплив на виховання дитини має батько/мати як «родительські фігури». Народження дитини має велике значення для розвитку сім'ї [150].

Під впливом спілкування з власними дітьми, включаючись в різноманітні форми спілкування з ними, виконуючи спеціальні дії у піклуванні за дитиною, батьки значною мірою змінюються у своїх психічних якостях, їх внутрішній світ помітно трансформується. З цього приводу звертаючись до батьків, Я. Корчак писав: «Наївна думка, що, наглядаючи, контролюючи, повчаючи, прищеплюючи, викорінюючи, формуючи дітей, батько, зрілий, сформований, незмінний, не піддається впливу середовища, у якому виховує дітей». Рівність позицій у діалозі складається з необхідності для батьків постійно вчитися, бачити світ у самих різних його формах очима своїх дітей. Контакт із дитиною, як вищий прояв любові до неї, варто будувати, ґрунтуючись на постійному, безустанному бажанні пізнавати своєрідність її індивідуальності [35].

Види авторитету батьків у дітей Я. Корчак пов'язував зі стилем внутрішньосімейних взаємин, що впливають на виховання у дітей певних характерологічних особливостей. Ніякої користі у вихованні не дають й інші проаналізовані А.С. Макаренком види фальшивого авторитету батьків: авторитету відстані, чванства, педантизму, резонерства, "любові", "доброті", "дружби", "підкупу". Усі вони характеризуються відсутністю позитивного емоційного психологічного контакту між батьками та дітьми, негативними взаєминами між ними [109].

У формуванні особистості до готовності до сімейних відносин особливу значущість має дитинство. Як наголошували такі автори, як А. Адлер, Е. Берн, К. Хорні, А. Фройд, З. Фройд, здатність до любові та прихильності є основною характеристикою розвитку та критерієм психічного здоров'я дитини.

Наприклад, З. Фройд вважав, що майбутню поведінку дорослої людини визначають переживання та конфлікти, які виникали у дитячому віці. Вони можуть стати чинниками виникнення дисгармонії у сімейних стосунках [92].

Як зазначає Є.І. Рогов: «Дитина навчається своїй майбутній подружній ролі, уявно ототожнюючи, тобто ідентифікуючи себе з батьками тієї ж статі. Для хлопчика важливе значення має досвід спілкування з батьком і досвід спостереження за поведінкою батька щодо матері. Дівчинці дуже важливо усвідомити засоби поведінки матері стосовно батька. Роль батька у засвоєнні дитиною статевої ролі може бути, на думку науковців, особливо значущою. Батько зазвичай, більш ніж матір, привчає дітей до відповідних гендерних ролей, підкріплюючи розвиток жіночності у своїх доньок і мужності у своїх синів» [92].

Розвиток «Я-концепції» дівчини, за твердженням Е. Берна, залежить від ставлення до неї у сім'ї, від любові значущого дорослого до неї. Це і є основою її любові, самоповаги та самодостатності [86].

Якщо дитина зростала без батьківської опіки або її виховував лише один із батьків, то пізніше їй доведеться змагатися з людьми, які мали можливість учитися в обох батьків [31]. Як зазначає Е. Еріксон, у дітей, позбавлених батьківського піклування в ранні роки, не формується найважливіше для їхнього подальшого психічного розвитку почуття базової довіри до світу. Світ переживається ними як непередбачуваний, небезпечний та ненадійний. Неминучі втрати, що супроводжують виникнення прихильності, сприяють виробленню захисного механізму «емоційної глухоти», нечуйності, що захищає від душевного болю, а в майбутньому стає на заваді побудови гармонійних взаємин у подружньому житті та батьківстві. [67]

Концепція класичного психоаналізу З. Фрейда стала одним із визначальних напрямків дитячого розвитку. В ній головна роль відводиться проблемі стосунків дітей і батьків. З. Фройд наголошує на важливості матері у сімейному вихованні та на необхідності відділення дитини від батьків в міру її дорослішання для її соціального благополуччя [12]. Від самого народження

дитина вступає у тісну взаємодію (зовнішню і внутрішню) зі своїми батьками, яка триває протягом всього її життя.

На важливій ролі матері та батька у вихованні дитини наголошує Еріх Фромм. Він визначає два типи любові: материнську та батьківську. Материнська любов, на відміну від батьківської, є безумовною, для неї не властива об'єктивність: дитину люблять за те, що вона є. Батьківська любов є умовною, вимогливішою та справедливою, її потрібно заслужити досягненнями, дисципліною, виконанням обов'язків та ін. [50].

Батьківське ставлення Г.Я. Варга та В.В. Столін визначають як систему поведінкових стереотипів, особливостей сприйняття, розуміння характеру, вчинків і особистостей дитини, різноманітних почуттів до дитини [32].

У дослідженні Сільвії Броді виділяється чотири типи «материнського ставлення» [100, 164].

До першого типу відносяться матері які легко пристосовуються до потреби дитини. Вони характеризуються прихильною, поблажливою поведінкою.

До другого типу відносяться матері які свідомо намагаються пристосуватися до потреб, але вони скоріше домінують, ніж йдуть назустріч дитині.

До третього типу відносяться матері у яких провідним мотивом по відношенню до дитини є борг; у вихованні використовують контроль.

До четвертого типу відносяться матері які непослідовні щодо дій дитини.

Ці типи впливають на різні аспекти психічного життя і поведінки дитини. Таким чином, в основі того чи іншого стилю батьківського ставлення лежать певні батьківські установки. Дослідники, які займаються стилістичними особливостями батьківського ставлення, виділяють наступні параметри взаємодії батьків з дитиною: автономність – контроль (Р.К. Белл, С. Броди, Е.Е. Маккобі, Е.С. Шефер, В. Шуц); неприйняття – прийняття (М. Зигельман, Г.Я. Варга); наполегливість (Е.Е. Маккобі, О. Коннер,

П. Слейтер); ступінь емоційної близькості або прихильності (Дж. Боулбі, Г.Т. Гоментаскас); суворість (Е.Е. Маккобі, П. Слейтер); неузгодженість послідовності (С. Броді, Е.Е. Маккобі). Результати, отримані дослідниками, свідчать про існування двох критеріїв в стилях батьківського ставлення, що впливають на розвиток дитини. Перший – емоційне ставлення до дитини («прийняття - відкидання»). Другий критерій – способи впливу на вимоги і заборони дитини (А. Болдуін), толерантність (в моделі Е.С. Шеффера). У дослідженнях О.І. Бондаренко було встановлено, що у матерів із занадто зайвою турботою, догляд за дітьми набуває рис захисно-оборонної поведінки, а турбота і догляд перестають бути вираженням любові, а стають захисною поведінкою. Тому матері чутливі до можливої невдачі і схильні захищатися від свого страху за дитину шляхом практики гіперпротекції [18].

Гіперпротекція та гіпопротекція можуть бути викликані гіпертрофованим почуттям провини у матері. Тривожним матерям властивий генералізований страх невдачі. Проявляється це в тому, що мати з острахом невдачі схильна компенсувати свій страх за рахунок пильності та турботи, яка деформує розвиток дитини [73].

Психологічна обізнаність матері, як найзначимішого для дитини дорослого, особливо на етапі дошкільного дитинства, дозволить їй вибудовувати реалістичні очікування щодо своєї дитини співвідносно віковим та індивідуальним особливостям, базовим потребам.

Підкреслюючи необхідність дитини в безпеці, яку створюють самі батьки, К. Хорні вказує, що визначальним фактором розвитку особистості дитини є сформоване співвідношення базової тривожності і базової безпеки [136].

Як зазначає Д. Віннікотт, задоволення фізіологічних потреб дитини повинно бути наповнено любов'ю. Він стверджував, що «годування без любові – руйнівне». Це почуття захищає матір та дитину від їх агресивних імпульсів, які неминуче властиві їм як окремим суб'єктам [34].

Проявляючи турботу та увагу, в перший рік життя, мати, таким чином, формує у дитини прихильність до неї як до об'єкта підтримки. Прихильність – це стійка особистісна характеристика, яка проявляє себе коли дитині виповнюється два роки. За словами Дж. Боулбі, дитина народжується з генетично детермінованою готовністю знайти люблячу людину, яка зможе подбати про неї й захистити від усіляких неприємностей. Ця близька людина, звичайно, мати. Прихильність дитини до значимого дорослого означає, що дитина звертається до конкретного дорослого в пошуках безпеки й комфорту [161].

Типи прихильності описані ученицею Дж. Боулбі, Мері Ейнсворт [157] в ході експерименту «Незнайома ситуація», дослідники спостерігали за матерями та реакціями дітей другого року життя у ситуації розлуки з мамою (мама і малюк заходили в кімнату, де вже знаходився незнайомиць, мама починала гратися з малюком, а потім виходила, на останньому етапі малюк взагалі залишався в кімнаті один). М. Ейнсворт виділила кілька типів реакції малюків.

1. Безпечна (надійна) прихильність. З мамою дитині добре, оскільки вона чуйно реагує на її потреби і задовольняє їх. Якщо мама йде, малюк хвилюється, засмучується, але потім досить легко відволікається на іграшки та цікаві заняття. Коли ж мама повертається - він кидається до неї на руки, швидко заспокоюється, а потім продовжує свої справи. Це говорить про сильну потребу в близькості з нею та відчуття дитиною адекватного відгуку матері на цю потребу. Діти з «безпечною прихильністю» активніші, відкриті, самостійні, інтелектуально розвинені і вірять в свої сили. Такі діти впевнені в сталості та доступності матері, тому можуть розслабитися і досліджувати навколишній світ.

Найважливіший фактор для формування надійної прихильності - емоційна доступність мами, її сензитивність, здатність відгукуватися на сигнали дитини, встановлювати з нею зоровий контакт, синхронізувати дії, вести діалог. Велике значення мають також особисті якості мами - впевненість

в собі і правильності власних дій (як і здатність не втрачати цю впевненість у важких ситуаціях), довіру до себе і людей, вміння регулювати свої стани, розставляти пріоритети, вибудовувати стосунки.

2. Амбівалентна (пручальна) прихильність. Навіть в присутності мами дитинна тривожна і невпевнена в собі. Коли мама йде, ця тривога наростає. При поверненні мами, дитина біжить до неї, але не для того, щоб обійняти, а щоб висловити свою образу - вкусити, вщипнути, вдарити. Поведінка дитини двояка: одночасно і відчайдушно домагаються контакту, і чинять опір йому. То лестяться, то сердито відштовхують маму і самі страждають від цього.

Такий тип прихильності формується на тлі напруженості, непослідовності, непередбачуваності мами (то надмірно уважна, то ігнорує; то вибухає і ображає, роблячи і те, і друге, і третє в залежності від свого настрою), позбавляючи тим самим дитину можливості зрозуміти, чи можна на неї покластися, чи буде вона поруч, якщо знадобиться?

Дорослішаючи, «амбівалентні» діти зберігають внутрішню тривожність і залежність. Часто вони відчують себе самотніми, нікому непотрібними. А іноді неусвідомлено «чіпляють» батьків, намагаючись роздратувати їх і спровокувати на покарання, щоб бути в центрі уваги.

3. Уникаюча прихильність. Такі діти виглядають дуже впевненими і самостійними, але при цьому їх контакти з мамою рідкісні, вони їх навіть уникають. На вихід і прихід мами вони взагалі ніяк не реагують, опиняючись у неї на руках, усуваються, ніби заперечуючи будь-які почуття до неї.

Ця байдужа, стримана, навіть відкидаюча манера («мені ніхто не потрібен») - насправді спосіб захистити себе, спроба забути про свою потребу в матері, (насправді, нечуйної, нечутливої і скупой на прояви любові). Мами «уникаючих» діток, як правило, рідко беруть їх на руки, не виражають емоцій, часто залишають на піклування інших людей, активно втручаються в ігри, кажучи «що потрібно» і «як правильно».

Виростаючи, такі діти прагнуть емоційно відгородитися від світу, що «ранить», не можуть повірити іншим настільки, щоб встановити з ними

близькі, довірчі стосунки. Зовні вони виглядають підкреслено незалежними, навіть самовпевненими, однак глибоко всередині сильно невпевнені в собі. Їх «черствість», емоційна недоступність, критичність, установка «нікому не можна довіряти», невміння співчувати, розкритися навіть перед найближчими людьми - все той самий захист, що йде корінням в раннє дитинство. Вони поведуться так для того, щоб ніколи більше не випробовувати позамежну біль відкидання.

4. Дезорганізована (хаотична) прихильність («випалена душа»). Коли мати йде, то дитина застигає, а при її поверненні тікає від неї. «Дезорганізований» тип стосунків характерний для дітей, яких систематично б'ють, над якими знущаються. У таких сім'ях часто зустрічається вкрай жорсткий батько і слабка мати, нездатна захистити дитину. Або такі діти ростуть у депресивних матерів, які більшу частину часу взагалі ніяк не реагують на дитину, а коли реагують - то агресивно. Дітям з цим типом прихильності властиві хаотичні, непередбачувані емоції і реакції.

5. Симбіотична прихильність (змішаний тип). Такі дітки не відпускають мам від себе ні на крок, постійно привертають до себе їх увагу, перевіряють включеність, заглядають в очі («а ти точно-точно мене любиш?»), дуже болісно реагують на те, що мати відвертається від них, спілкується з кимось ще. Формується, зазвичай, у контакті з тривожними матерями, які орієнтуються на якісь «правильні» уявлення про виховання, намагаються уникнути помилок і впевнені в небезпеці навколишнього світу.

У них самих надмірна тривога сепарації і необхідність постійного підтвердження: тільки зі мною моєї дитині буде добре. Однак при цьому на потреби дитини вони відповідають лише при прямому зоровому контакті і виражених сигналах у вигляді, наприклад, плачу. Діти у таких мам теж виростають тривожними. Їм важко відокремитися від мами і зрозуміти, хто вони насправді.

Таким чином, в основі взаємин у системі «батьки – дитина» лежить усвідомлена або неусвідомлена оцінка дитини батьками, яка виражена в

стилях виховання у вигляді певних поведінкових стереотипів, ставлень, відповідно до вироблених норм та поглядів та особливостей ставлення батьків (матері, батька) до дитини. Особливого значення набуває підтримка дитини матір'ю, характер її емоційного відгуку на психологічно значимі запити дитини, емоційного спілкування з нею. Тому актуалізованим постає питання виявлення чинників кращого усвідомлення матір'ю своєї батьківської компетенції, переосмислення свого ставлення до дитини з точки зору утримання фокусу уваги на емоційному благополуччі та розвитку дитини.

Одним з факторів становлення того чи іншого стилю батьківського ставлення до дитини є, на нашу думку, якість рефлексії матері, як саногенної (конструктивної, спрямованої на вирішення виникаючої проблеми в стосунках за допомогою адекватних ситуації засобів), так і патогенної.

1.2. Концептуалізація підходу до розкриття саногенної рефлексії матері у її проекції на ставлення до дитини дошкільного віку

Різноманітні підходи до феномену рефлексії як здатності звертати на себе та свою діяльність увагу було виявлено ще в III столітті нашої ери в працях Платона та Канта [45, с. 432]. Протиставляючи рефлексію пасивному явищу, її розуміють як здатність до самоаналізу. Рефлексія руйнує схематизм мислення, активізує процеси самопізнання та самореалізації людиною свого буття, потреб і смислів свого існування. За допомогою рефлексії можна зрозуміти мету людини, пізнати сенс її буття.

Слово «рефлексія» латинського походження, бере свій початок від слова «reflecto» - відображення, зворотне, протилежний зміст. Префікс «re» означає зворотню, протилежну дію, «flecto» - згинання, викривлення, напрямок, повертання, зміна. Це звернення суб'єкта до себе, своєї особистості, знань та до його власного стану [17].

У Великому психологічному словнику запропоновано визначення рефлексії як раціонального процесу, спрямованого на розуміння та усвідомлення себе, своїх дій, поведінки, мови, досвіду [17, с. 469]. Поняття

рефлексії в широкому сенсі, застосовується для позначення актів самосвідомості, самопізнання, самоаналізу, самооцінки.

Процес рефлексії спрямований на роботу з розумовими стереотипами та установками, тому людина тут виступає як активний суб'єкт пізнання.

За П. Шарденом «рефлексія – це набута свідомістю здатність зосередитися на самому собі та оволодіти самим собою як предметом, що володіє своєю специфічною стійкістю та значенням; здатність не просто пізнавати, а пізнавати самого себе; не просто знати, а знати, що знаєш» [145, с. 136]. Г.-В.Ф. Гегель розглядав рефлексію, як вихід судження за межі деякого певного уявлення про що-небудь до загального розуміння [39]. За А.В. Карповим, рефлексія виступає як засіб усвідомлення суб'єктом процесу і результату своєї діяльності [48].

У роботах різних вчених (Л.С. Виготський, С.Л Рубінштейн, Р.В. Павелків, С.К. Шандрук, Г.П. Щедровицький., О.Я Чебикін) рефлексія розуміється як принцип, що пояснює організацію та розвиток психіки людини та її вищої форми самосвідомості [11, 38, 57, 123].

Аналіз закордонних психологічних підходів до розгляду феномену рефлексії сконцентований переважно навколо проблеми «Я» людини, у яких рефлексія розглядається в ключі самосвідомості (Р. Віклунд, С. Д'ювал), самоконтролю (М. Шнайдер, Ч. Хоппер), самовиховання (А. Фенігстейн). Прояви рефлексії людини в такому підході зводяться до особистісного аналізу: почуттів, думок, переживань, вчинків. Це своєрідне звернення до аналізу особистісної рефлексії, де важливим контекстом стає не стільки сама рефлексія як психологічне явище, скільки її вплив на розвиток особистості [74].

Рефлексію однією з основних складових системо генетичної концепції вважає В. Д. Шадриков. Сама рефлексія визначається ним як «процес усвідомлення індивідом засобів й методів власної діяльності, причин та наслідків досягнутих в ній успіхів та невдач» [141, с. 10]. Автор технології саногенного мислення Ю.М. Орлов зазначає, що «рефлексія – це мислення,

спрямоване на вирішення внутрішніх проблем суб'єкта; розумові акти різного рівня організації, що виникають у відповідь на невизначеність ситуації та вибору рішення» [72, с. 5].

У роботах зарубіжних дослідників рефлексія вивчається в рамках метакогнітивізму (фокус на процесі мислення) (М. Браун, Д. Дернер, В. Маттеус, Ж. Піаже). Рефлексія трактується в контексті «процесів самоуваги, самоконтролю, самосвідомості» [78]. Рефлексія є важливою складовою самопізнання і саморегуляції, що пов'язує операційно-предметну сторону мислення з особистісними смислами суб'єкта, включені в розумовий процес.

У дослідженнях І.Н. Семенова, С.Ю. Степанова розроблені й описані механізми рефлексії, диференційовані рівні та типи рефлексії в залежності від функцій, які виконують рефлексивні процеси: ситуаційні, ретроспективні, перспективні [47, с. 66-68]. Говорячи про процес «мислення про мислення», підкреслимо, що сам процес рефлексії в подальшому передбачає здійснення діяльності. Г.П. Щедровицький описував універсальну модель рефлексії [149, с. 228]. Він стверджував, що, для того, щоб здійснити рефлексію, індивід повинен «... вийти зі своєї колишньої позиції діяча і перейти в нову позицію зовнішню по відношенню до колишніх, вже виконаної діяльності, так і по відношенню до майбутньої проектованої діяльності. Це і є те, що ми називаємо рефлексивним виходом ... ». Таким чином, Г.П. Щедровицький виділяє дві психологічні позиції суб'єкта - діяча і рефлексуючого. Позиція діяча визначається тим, що суб'єкт дії здатний виробляти різні реальні або уявні операції з предметами-об'єктами в планшеті своєї свідомості. Ці предмети потрапляють в його свідомість за допомогою їх чуттєвого сприйняття і представлені в ньому у вигляді без-образних думок. Інші індивіди, точніше їх ментальні образи, також можуть стати об'єктами планшета і, відповідно, суб'єкт отримує можливість ними оперувати. Щедровицький описує розумовий процес як аналіз взаємин між об'єктами планшета свідомості, їх переосмислення і формування нових відносин між ними. При цьому у суб'єкта

відсутнє усвідомлення власного розумового процесу і свого місця в ньому. Позиція рефлексуючого виникає в момент рефлексивного виходу суб'єкта з потоку своєї свідомості, що робить можливим зробити власний розумовий процес предметом свого аналізу. В цьому випадку для суб'єкта стають важливими тільки два основні об'єкти - сам суб'єкт і планшет його свідомості. Він починає досліджувати взаємини між ними, рефлексивно осмислюючи тим самим безпосередньо розумовий процес. Щедровицький вважав, що в ході такої рефлексії суб'єкт здатний усвідомити причини того чи іншого власного стереотипу мислення, переосмислити його, розробити новий спосіб мислення і, проаналізувавши, в свою чергу, вже його, усвідомити, тим самим, перспективи використання цих нових розумових стратегій в майбутньому. Нові знання, які суб'єкт розвиває в рефлексивній позиції, принципово відрізняються від знань, які він отримує, перебуваючи в позиції діяча. Ці нові знання Щедровицький називає «рефлексивними знаннями», на відміну від знань «діяльнісних».

Таким чином, Щедровицький описав дві принципово різні психологічні позиції, діяча і рефлексуючого, і, відповідні їм два різних розумових процесу, продуктами яких є різні типи знань. Щедровицький підкреслював, що ці два розумових процеси не тільки не виключають один одного, але обидва беруть участь в здійсненні рефлексії. Суб'єкт виходить в рефлексивну позицію, потім «повертається назад» в позицію діяча, виробляючи рефлексивне занурення. В ході рефлексії суб'єкт повинен «... об'єднати обидві позиції і обидві точки зору, «бачити» і знати те, що «бачить» і знає другий та одночасно з цим-то, що має «бачити» і знати він сам ... »

Рефлексія являє собою динамічну зміну позиції діяча і позиції рефлексуючого, в ході якої суб'єкт одночасно утримує в свідомості як вихідну позицію, так і рефлексивний вихід з неї. Навчання рефлексії, як стверджує Щедровицький, прямо залежить від розвитку здатності з'єднувати діяльнісну та рефлексивну позиції, зберігаючи при цьому їх актуальний зміст. При відсутності взаємозв'язку між цими найважливішими психологічними

позиціями, «... індивід завжди стоїть перед дилемою: він повинен відмовитися або від знань і уявлень, переданих йому вторинним, нерелексивним індивідом, або від своєї власної діяльнійшої позиції і обумовлені ним уявлень». Релексія у Щедровицького служить універсальним механізмом розвитку діяльності, так як саме вона забезпечує можливість «виходу» з діяльнійшого процесу і спрямовується на подальше осмислення діяльності, її перетворення і розвиток. Важливо при цьому, ця діяльність не є продукт активності окремого суб'єкта, але являє собою складну кооперативну форму взаємодії різних «позиціонерів», що об'єдналися для вирішення певної задачі [148].

Розроблена І.М. Семеновим та С.Ю. Степановим модель релексії, спирається на мета-діяльнійший та особистісно-смысловий механізми. Мета-діяльнійший механізм пов'язаний з контрольною функцією релексії (виступає як фільтр розумових процесів), а особистісно-смысловий – з конструктивною функцією релексії (виступає як «будівельник» думок) [99].

Окремі компоненти механізму релексії виділив А.О. Тюков [124, с. 68-75]:

- 1) релексивний вихід (здійснюється тоді, коли іншими засобами і способами неможливо пізнати іншу людину та себе);
- 2) інтенційональність (спрямованість на об'єкт відображення, його поділ між іншими об'єктами);
- 3) «первинна категоризація» (пошук методів для здійснення відображення);
- 4) побудова «структури релексивних засобів» (обираються первинні засоби, що дозволяють більш цілеспрямовано та обґрунтовано перевіряти релексивний аналіз);
- 5) схематизація відображеного змісту (здійснюється з використанням різних символічних «засобів: образів, символів, схем, мовних структур»);
- 6) «об'єктивація релексивного опису» (оцінка й аналіз отриманого результату; в разі незадовільного для суб'єкта результату процес релексії починається заново).

Також автор розглядає кожен компонент як етап психологічного впливу, так і послідовність цих етапів.

Таким чином, рефлексія є опосередкованою ланкою, що має справу з мисленням та особистісними смислами людини. Саме цей механізм рефлексії робить діяльність суб'єктною (діяльність самої особистості з існуючим світоглядом і життєвою філософією) та суб'єктивною (особистісний сенс процесу спілкування).

У своїй роботі ми дотримуємося теорії саногенної рефлексії С.Н. Морозюк та саногенного мислення Ю.М.Орлова.

У роботах С.Н. Морозюка створена функціональна модель рефлексії на основі системогенезу діяльності В.Д. Шадрікова [64, 141] Показано, що на кожному етапі діяльності рефлексія виконує специфічні функції. Так у роботі А. Л. Рудакова [95], присвяченій вивченню впливу саногенної рефлексії на стресостійкість особистості, було описано, як рефлексія забезпечує стійкість до стресів на кожному етапі системи діяльності, як функціонально проявляє себе згідно тому, чи іншому компоненту діяльності. У потребово-мотиваційному компоненті рефлексія виконує функцію усвідомлення її суб'єктом потреб, мотивів. У цільовому компоненті рефлексія виконує функцію усвідомлення реалістичності поставленої мети. У компоненті прийняття рішення рефлексія обслуговує адекватний цілям і задачам вибір програми поведінки. У компоненті індивідуальні якості суб'єкта діяльності рефлексія сприяє усвідомленню якостей суб'єкта діяльності, що забезпечують її ефективність, успішність. Опора на дану модель дає можливість визначати за допомогою рефлексії, на якому з етапів діяльності виникає проблема, що вимагає свого вирішення. У цих же дослідженнях переконливо доведено, що від якості рефлексії залежить ефективність діяльності, конструктивність поведінки та емоційний стан суб'єкта діяльності [1, 53, 62, 71, 90].

Як зазначає К. Голдберг, є три складові онтологічного порушення, які призводять до переживання негативних емоцій: 1) провина(минуле); 2) сором (теперішнє); 3) передуючий страх (майбутнє). Провина сприймається як

поведінка здійснена. Сором, в його розумінні, – це почуття невпевненості [1, с. 8].

У дослідженнях Т.О. Смолевої розкриваються особливості захисної рефлексії матері та їх прояв в показниках взаємин її з дітьми, які обумовлюють емоційне неблагополуччя дитини. З'ясовано, що чим, більше мати відчуває почуття провини, тим більше впевнена у собі дитина й навпаки. Чим менш соромлива мати, тим не впевненіша дитина. Чим менше мати ображається, тим більше психологічно благополучна дитина. Розкриваючи ці особливості, автор на основі експериментальних даних показує, що патогенна рефлексія матері є причиною психологічного неблагополуччя дитини [110-112].

Як зазначає Джуді Куріанскі, по-перше, психологічне благополуччя/неблагополуччя не повинно розглядатися в розриві від психічного здоров'я, а, по-друге, психологічне благополуччя – це не сукупність психічного, духовного, емоційного компонентів, в першу чергу, це когнітивне здоров'я людини. Іншими словами, здорова думка – запорука психологічного благополуччя і психічного здоров'я [161].

У зв'язку з цим, все вищесказане дає нам підставу припустити існування тісного зв'язку рефлексії матері зі стилем батьківського ставлення до дитини. Від якості рефлексії та її спрямованості залежить стиль батьківського ставлення матері до дитини. Однак не будь-яка рефлексія здатна виступати фактором та механізмом, що дозволяє змінювати той чи інший стиль батьківського ставлення. Слід обговорити, що означає якість рефлексії.

У перекладі з грецького – «sanos» означає оздоровлення, а «genos» – що відбувається, несе. Тобто, «саногенне» – це те, що несе оздоровлення [72]. Саногенне мислення, згідно за Ю.М. Орловим – це один з методів регулювання та контролю тими розумовими автоматизмами, які виникають несвідомо. Саногенне мислення та патогенне мислення відрізняються за результатом. Патогенне зароджує хворобу і страждання, саногенне – благополуччя і здоров'я [72].

Однією з головних цілей саногенного мислення є адаптація до своїх емоцій через навчання тому, як правильно ображатися, бути винним, соромитися. В цьому контексті, «правильно» означає – до місця і в потрібний момент. На основі мислення, пояснення причин що відбуваються з особистістю, формується філософія повсякденного життя. Філософія визначає те, як людина думає про свої життєві проблеми. Значення філософії для оздоровлення людини полягає в тому, який вплив мислення чинить на життя й поведінку. У мисленні можна виділити дві основні функції:

1) інформаційну – забезпечення поведінки в умовах, обставинах що змінюються;

2) пояснювальну – ставить завданням пояснити, чому обставини саме такі, а не інші.

У свою чергу, продовжуючи ідеї Ю.М. Орлова, С.Н. Морозюк в рамках цієї концепції вводить поняття «саногенна рефлексія», розуміючи під нею рефлексію, спрямовану на розуміння свого способу життя, взаємозв'язків зі світом, на висвітлення аспектів своєї життєвої філософії. Роль саногенної рефлексії як фактора розвитку емоційно-психологічного благополуччя полягає в зменшенні страждань від негативних переживань. Саногенна рефлексія полягає в аналізі неконструктивних розумових автоматизмів, їх переосмисленні, у виборі конструктивних програм поведінки. Саногенне мислення досягається за рахунок розвитку здатності рефлексувати саногенно. Вона протиставляється «механізмам психологічного захисту», які Ю.М. Орлов вважає «видами захисної рефлексії». Рефлексія – це механізм, що дозволяє суб'єкту піднятися над ситуацією, бути не в досвіді, а над ним. Рефлексія дозволяє суб'єкту об'єктивувати своє мислення як процес, що приводить або до страждання, або до конструктивного розв'язання проблеми.

Таким чином, саногенна рефлексія відтворює у цілому ознаки рефлексії як: а) засобу усвідомлення суб'єктом процесу і результату своєї діяльності (А.В. Карпов); б) засобів й методів власної діяльності, причин та наслідків досягнутих в ній успіхів та невдач (В.Д. Шадріков); в) прояву самоуваги,

самоконтролю, самосвідомості (Ж. Піаже); в) процесу, що в подальшому передбачає здійснення діяльності (Г.П. Щедровицький). Рефлексія забезпечує стійкість до стресів на кожному етапі розгортання діяльності (А.Л. Рудаков).

Позитивний вплив саногенної рефлексії на життєдіяльність людини доведена численними експериментальними дослідженнями (Л.І. Адамян, А.Ю. Гільман, Ю.М. Крайнова, С.Н. Морозюк, Л.А.Рудаков та ін.).

Однак рефлексія, як і мислення, може носити і патогенний характер. За способом вияву особистості в проблемно-конфліктних ситуаціях можна визначити характер рефлексії.

«Патогенна (захисна) рефлексія (за Ю.М.Орловим) – це розумові автоматизми, спрямовані на зменшення страждань від негативних емоцій, що дають локально-тимчасовий ефект. Однією з основних відмінностей саногенної та патогенної рефлексії є їх спрямованість та мотивація в діяльності» [72].

РЕФЛЕКСІЯ

патогенна	саногенна
-----------	-----------

СПОСІБ РЕАГУВАННЯ У ПРОБЛЕМНО-КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ

репродуктивно-регресивний	прогресивно-продуктивний
---------------------------	--------------------------

СПРЯМОВАНІСТЬ РЕФЛЕКСІЇ

на захист від переживань	на досягнення мети, рішення проблеми
--------------------------	--------------------------------------

Рис. 1.1. Механізм вираженості характеру рефлексії

Отже, одним з провідних чинників формування стилю батьківського ставлення можна вважати особистісні особливості батьків. Розглядаючи основні сімейні взаємодії в рамках концепції «мати-дитина» В.В. Івакіна в своїй класифікації виділяє особливу роль функції емоційної підтримки матір'ю своєї дитини. У ній проявляється афективний компонент їх ставлення.

Важливо, щоб мати, реалізуючи цю функцію, перебувала сама в емоційно рівному, стабільному стані, у зв'язку з тим, що часто ексцеси в стосунках з дитиною відбуваються саме через емоційні проблеми матері [32]. Дж. Боулбі, Е. Шеффер [161, 162] показали, що різноманіття батьківських тактик поведінки проявляється саме в конфліктах. Як відзначають дослідники, стиль батьківського ставлення до дитини є репродуктивним, він багато в чому визначається сімейними цінностями. Спілкуючись з дитиною, мати відтворює той досвід спілкування, який вона отримала в дитинстві. У стосунках з дитиною батьки неусвідомлено програють власні конфліктні зони. З одного боку, сприйняття світу через позицію значимого дорослого, його оцінки сприяє формуванню правильного оціночного ставлення до дійсності у дітей. З іншого боку, керівництво дорослого може поєднуватися з авторитарністю та вимогливістю, що ускладнює процес формування знань про навколишню дійсність. Таким чином, процес і результат освоєння дитиною норм та зразків поведінки, прийнятих у світі дорослих невід'ємно пов'язаний емоційним компонентом обох сторін [65, с. 78].

Адже саме у значимого для дитини дорослого (матері) існує потреба виховання гідного громадянина, повноцінної особистості, успішної людини. Ця потреба формується у ціль (як образ бажаного результату), яка буде виражатися через порівняння свого уявлення про те, якою повинна бути дитина і тим, як ця дитина реально функціонує, за рахунок певних напрацьованих нею засобів і сформованих якостей особистості (життєва філософія). Отже, крізь призму цих напрацьованих якостей і засобів, а також уявлень, мати і намагається пояснити поведінку та реакції своєї дитини. І це пояснення найчастіше може носити патогенний характер. Тому, за рахунок патогенних роздумів матері щодо очікуваної поведінки дитини, мати починає відчувати негативні емоції, так як будь-які поведінкові або емоційні реакції дитини, невідповідні її очікуванням, будуть сприйматися нею як небезпечні для неї і для соціуму (страх оцінки оточуючих, почуття сорому, провини). За рахунок переживання цих негативних емоцій вона починає страждати,

відчуваючи себе емоційно та психологічно неблагополучною. І своє емоційне неблагополуччя вона транслює дитині через покарання, завищені вимоги, контроль над особистим простором дитини, ігнорування самої дитини та її потреб. Реакціями дитини на таке ставлення будуть протест, невдоволення й незгода у вигляді крику, примх, істерик, маніпуляцій. Відповідно материнська відповідь на таку поведінку дитини – роздратування, агресія і як наслідок – почуття провини й сорому. Формується психопатичне патогенне коло стосунків, з якого мати не може самостійно вийти [32].

Саногенну рефлексію матері, таким чином, будемо розглядати як аналіз нею своїх неконструктивних щодо виховання дитини автоматизмів, усвідомлення їх детермінації у власному досвіді, їх переосмисленні, і, як результату, – зменшення страждань від негативних переживань та орієнтація зміну фокусу уваги ставлення матері на потреби психічного та особистісного розвитку дитини, відповідно віку, психологічним потребам та емоційному благополуччю дитини.

Основним методом розвитку саногенного мислення та рефлексії є аутопсихоаналіз емоцій. Аутопсихоаналіз – це самоаналіз наявних розумових (патогенних) автоматизмів, що проявляються через негативні емоції, які взяли форму хронічних негативних реакцій [72].

В основу технології розвитку саногенного мислення і саногенної рефлексії покладено розуміння емоції як результату розумових автоматизмів: образа як результат порівняння своїх очікувань щодо поведінки близької, значимої людини з її реальною поведінкою, заздрість як порівняння себе з іншими не на свою користь, тощо. Емоція як сигнальна функція психіки дозволяє адаптуватися людині до реальності що змінюється завдяки рефлексії що розвивається [63].

Різні автори (О.О. Бодальов, Г.Я. Варга, К. Вітакер, Л.В. Помиткіна, Е. Г.Ейдемільер, Р. Снайдер, В.В. Юстіцкіс та ін.) досліджували питання, пов'язані з відхиленнями у розвитку індивідуальності дитини. В контексті

нашого дослідження концептуально важливим є аналіз патогенних стилів батьківського ставлення до дитини.

Дослідники І. Ріццо та Б. Суран [181, с. 225-226] виділяють такі типи патогенного ставлення матері до дитини, шкідливі для її емоційного розвитку, як емоційне відкидання, «гіпер-використання дитини, непослідовна поведінка матері».

А.С. Співаковська визначає батьківство як орієнтацію, в основі якої лежить усвідомлена або неусвідомлена оцінка дитини, виражена в способах спілкування з нею. Описано три властивості батьківської позиції, які є найбільш сприятливими для розвитку дитини [115, с. 38-45]: адекватність – об'єктивна оцінка психічних і психологічних особливостей дитини і формування підходу до виховання на основі такої оцінки, динамічність – зміна форм і методів спілкування та впливу на дитину в залежності від тих чи інших обставин, що склалися), прогностика – орієнтація виховних зусиль на майбутнє, на ті вимоги, які ставить перед дитиною її майбутнє життя [115].

Батьківська позиція значимих дорослих щодо дітей з порушеннями розвитку невротичного типу характеризується неадекватністю, ригідністю, оскільки адресована сучасним життєвим труднощам дитини [120]. Однак, лише після прийняття батьками діагнозу дитини та визнання її особливих потреб, можливе формування адекватного ставлення значимих фігур до дитини, орієнтовані на задоволення нагальних потреб дитини та створення оптимальних умови для її розвитку.

У роботах О.О. Смирнової та М.В. Бикової показані особливості батьківського ставлення до дитини дошкільного віку [107, 108]. Так, вони відзначили, що батьки дошкільнят визнають їх інтереси, особливості дитячої діяльності, підтримуючи ініціативу своєї дитини. Про це свідчить пріоритет батьків в особистісному початку дитячо-батьківського ставлення, акцент на розвиток волі дитини, ситуативний стиль взаємодії з нею. У дослідженнях В.В. Століна, О.О. Соколової, Г.Ю. Варги виділено чотири параметри поведінки батьків, які проявляються у стилі виховання дитини:

1) Батьківський контроль: спроба батьків впливати на поведінку і ставлення дитини до чогось.

2) Вимоги батьків: прагнення до того, щоб діти розвивалися інтелектуально, емоційно і комунікативно, акцент на розвитку самостійності дитини.

3) Способи спілкування з дітьми в ході виховного впливу: значущі дорослі хочуть досягти слухняності від дитини й водночас враховують її точку зору, прислухаються до її аргументів. З іншого боку, коли батьки не виражають чітко та однозначно свої вимоги, то вони часто вдаються до непрямих методів впливу. Це спілкування передбачає формування «Я-образів», послідовне присвоєння іншій людині, партнеру по спілкуванню, визначеної програми поведінки, мислення, переживання, психічного стану, наступну перевірку правильності очікувань, що має забезпечувати гнучке пристосування до ситуації, що виникає в спілкуванні. Ці акти привласнення (очікування) програм несуть когнітивні автоматизми спілкування.

4) Емоція: виникає внаслідок певного виду неузгодженості між очікуваною та реальною поведінкою партнера, як афективна реакція на цю неузгодженість. При цьому підході емоція розглядається не як реакція на брак інформації для задоволення потреби, а як неузгодженість нервових моделей з поведінкою, яка пропонується цими моделями [118].

Розкриємо суть деяких емоцій: образа виникає не від того, що бракує інформації для задоволення будь-якої потреби в спілкуванні, а внаслідок неузгодженості реальної поведінки партнера, коханої людини з тими програмами (очікуваннями), які суб'єктом звично й несвідомо приписуються партнерові в даній ситуації; таку емоцію, як сором, неможливо розглядати як реакцію на брак інформації. Сором – неузгодженість між програмою поведінки, яка пропонується рисою «Я-концепції» та реально здійснюваною поведінкою «суб'єкта». «Тут та зараз я повинен бути розумним, оскільки в моїй «Я-концепції» є риса «Я-розумний», але реальне поведінка не відповідає цьому і мені соромно»; вина – неузгодженість між очікуваннями партнера

щодо мене, то є тим, як я ці очікування уявляю, і тим, який я є тут і тепер. Вина посилюється в результаті сприйняття образи іншого; заздрість та гордість виникають в результаті розумових операцій порівняння себе з іншим. Залежно від значущості об'єкта порівняння та несприятливого або сприятливого результату розумової операції, переживається відповідно заздрість або гордість [118].

Дослідження специфічних програм розумових операцій, неузгодженість з якими породжує певні емоції, призвело до терапії саногенного мислення, зміст якої полягає в наступному. Якщо ці несвідомі програми поведінки розуму, які породжують емоції, усвідомлюються, то людина набуває здатності контролювати генезу емоції в самій собі [64].

Навчання саногенному мисленню якраз і полягає в тому, щоб розширити свідомість цих емоціогенних розумових операцій і набути навичок і вміння інтроспекції своїх емоцій. Для цього потрібно знати розумові автоматизми спілкування, зробити свідомими свої очікування щодо поведінки інших, зрозуміти їх та скоригувати [72].

Будь-яка емоція, яка виникає з несвідомого, бере на себе управління мисленням, метою якого є зменшення страждання від емоції. Захисна рефлексія майже повністю усвідомлюється. Вона включається в процес переживання емоції як його когнітивна складова. Однак це мислення не усуває емоції, а дає лише тимчасово локальний захист. Які б думки не виникали при образі, тимчасово зменшуючи біль образи, вони не можуть зменшити здатність ображатися, тому що не мають ніякого ставлення до тих ментальних автоматизмів несвідомого, які породжують образу.

Види рефлексії, тобто стереотипні думки, спрямовані на полегшення страждань від емоції, прийнято називати механізмами психологічного захисту [74]. Слід очікувати, що чим сильніше страждання від емоції, тим вище повинні бути показники конкретних видів рефлексії і, навпаки, чим благополучніше людина, тим менше у нього потреба застосовувати психічного захисту.

Розвиток рефлексії в онтогенезі має періоди найбільш чутливі в розвитку свідомості, самосвідомості. Дошкільне дитинство є особливо важливим і відповідальним, тут формуються основи світогляду, уявлення про свої можливості й взаємини зі світом та людьми [108, с. 8]. Тому дуже важливо, якими особистісними якостями володіє значимий для дитини дорослий, який стиль спілкування він проявляє по відношенню до дитини, який механізм лежить в основі корекції стилю батьківського ставлення до дитини.

На основі викладеного вище ми припустили, що існує зв'язок стилів батьківського ставлення матері до дитини та якістю її рефлексії. Характер зв'язку визначається якістю рефлексії матері, яка може бути як саногенною (конструктивною, спрямованою на вирішення виниклої проблеми в стосунках з допомогою адекватних ситуації засобів), так і патогенною (неадекватною ситуації, захисною за своїм характером, що захищає лише тимчасово, локально від негативних переживань страху невдачі, образи, провини, сорому й заздрості, що сприяє не вирішенню проблеми, а її витісненню за допомогою неконструктивної поведінки й ставлення до дитини).

Аналіз рефлексивних образів матерів з різними стилями ставлення до дитини дозволить розкрити материнські рефлексивні стратегії та тактики для їх подальшого опрацювання в ході розвитку у них саногенної рефлексії. Сприйняття - відтворений образ предмета або явища, які тут і зараз людина не сприймає і який ґрунтується на минулому досвіді суб'єкта (людини) [93]; а також психічний процес формування цього образу.

Велика частина уявлень людини - це образи, що виникають на основі сприйняття, тобто первинного чуттєвого відображення дійсності. З даних образів в процесі індивідуального життя поступово формується і коригується картина світу кожної конкретної людини. Уявлення, сформовані на основі мислення, відрізняються високим ступенем абстрактності і можуть мати мало конкретних рис. Так, у більшості людей є уявлення про такі поняття, як

«справедливість» або «щастя», але ними важко наповнити дані поняття конкретними рисами.

Як стверджував Л.М. Веккер, для подання предметів і явищ характерна нерівномірність відтворення їх окремих частин [33]. Перевагу мають об'єкти (або їх фрагменти), які в попередньому перцептивному досвіді володіли більшою привабливістю або значимістю. Фрагментарність уявлень, зазначена ще Г. Еббінгаузом і підтверджена сучасними дослідниками, полягає в тому, що «при уважному аналізі або спробі встановити всі сторони або риси предмета, образ якого дано в поданні, зазвичай виявляється, що деякі сторони, риси або частини взагалі не представлені . Якщо нестійкість уявлення є аналог неповної константності сприйняття, то фрагментарність є еквівалент неповної цілісності сприйняття або вираз її дефіциту в поданні в порівнянні зі сприйняттям [93]. За словами С. Рубінштейна, «при уважному аналізі або спробі встановити всі сторони або риси предмета, образ якого дано в поданні, зазвичай виявляється, що деякі сторони, риси або частини взагалі не представлені.» [93]

Когнітивна репрезентація (англ. cognitive representation) - це актуальний розумовий, або уявний, образ того чи іншого об'єкта, події, явища [93], а також ідеї, знання, концепції. По суті, це поняття в якійсь мірі аналогічний терміну «уявлення» в його вузькому, когнітивному сенсі. Як вказують В. Дем'янков і Е. Кубрякова, поняття «уявлення» використовується в науковій мові як еквівалент поняття «representation» [54]. Саме поняття «репрезентація» так і не отримало загальноприйнятого визначення, хоча входило в визначення більшості когнітивістських термінів.

Отже, під психологічним образом ми розуміємо опис особистості, який містить певні характеристики та прояв її ймовірної поведінки при певних обставинах [88].

Для того щоб найбільш точно скласти психологічний образ особистості, необхідно дотримуватися наступних правил:

- Проведення методик на вивчення особистості зобов'язані відповідати меті експерименту, віку людини, рівню її освіти;
- Крім особистої бесіди з людиною, необхідно застосування двох особистісних опитувальників і трьох проектних методик;
- За результатами проведеного дослідження зіставити дані, провести кореляційний аналіз;
- Створити респонденту комфортні умови тестування;
- Скласти портрет так, щоб його текст був зрозумілий людям, які не мають психологічної освіти.

Виховуючи своїх дітей, батьки виховують тим самим і самих себе. Залежно від характеру (стилю) виховання, відносини батьків до дитини відбуваються більш прицільно в рамках взаємин між ними. Деспотична, авторитарна поведінка батьків та придушення інтересів дитини своїми інтересами, насильницьке нав'язування їй своїх поглядів та уявлень з жорсткою критикою, повна відсутність зацікавленості до її життя (гіперопіка) формують слабку, несамотійну, невпевнену в собі особу. Поєднання уважного, дбайливого ставлення до своєї дитини без зайвої нав'язливості, прагнення допомогти, якщо про це попросять, підтримати, надихнути у важких ситуаціях стає запорукою формування повноцінної, душевно здорової, готової та здатної допомогти оточуючим людини.

Висновки до першого розділу

Проведено теоретико-методологічний аналіз літератури з проблеми стилів батьківського ставлення та особливостей психологічного розвитку саногенної рефлексії матері у проекції на її ставлення до дитини.

Встановлено, що стилем поведінки є форма прояву ставлення до дійсності в характерних поведінкових патернах, в основі яких лежать: філософія повсякденного життя, світоглядні установки, переконання, мотиви, інтереси та потреби.

Стиль стосунків – це цілеспрямована взаємозалежна система методів в процесі взаємодії, що реалізує певну схему, яка відображатиме внутрішню, особисту позицію індивіда. Він, як і стиль поведінки має характер цілеспрямованості та стійкості, а також виконує захисні (компенсаторні) функції.

Дитячо-батьківські стосунки – це цілісна система різних почуттів у ставленні до дитини, поведінкові стереотипи, що практикуються в спілкуванні з нею, особливості сприйняття та розуміння її індивідуально психологічних якостей.

Стиль батьківського ставлення визначено як стиль стосунків з дитиною у сім'ї, що характеризується ступенем позбавлення особистої свободи й уваги, тіснотою емоційного контакту між батьками та дитиною. Всередині того чи іншого стилю виховання міститься певне батьківське ставлення до дитини. Соціальна детермінованість стилю ставлення (установки, переконання, потреби) допускає його зміну в ході цілеспрямованого впливу (на основі розвитку рефлексивних механізмів).

Стиль материнського ставлення є провідним чинником взаємин з дитиною, що опосередковує межі та міру користування дитиною особистою свободою, якість та тісноту емоційного контакту, мотиви виховання та батьківства, задоволення потреб дитини та матері, соціальний контроль, заборони та обмеження, способи вирішення конфліктних ситуацій, врахування вікових особливостей дитини та міри її самостійності тощо.

Саногенне мислення та саногенна рефлексія є засобами досягнення емоційного благополуччя. Аутопсихоаналіз психічних операцій, розумових автоматизмів, що викликали негативні емоції та відповідну захисну поведінку, є головним засобом й механізмом формування саногенного мислення. Механізм формування саногенного мислення полягає у самоаналізі комунікативних висловлювань, мовленнєвих штампів, автоматизмів, які викликають негативні емоції у матері від різних побутових та виховних ситуацій. Функція саногенної рефлексії як компонента саногенного мислення

полягає в об'єктивації неконструктивних «розумових автоматизмів» матері та їх корективного розгляду з метою досягнення емоційного благополуччя.

Саногенну рефлексія є самоаналізом, спрямована на розуміння свого способу життя, взаємозв'язків зі світом, на висвітлення аспектів своєї життєвої філософії. Саногенну рефлексію матері є аналізом її неконструктивних щодо виховання дитини автоматизмів, усвідомлення їх детермінації у власному досвіді, їх переосмисленні, і, як результату, – зменшення страждань від негативних переживань та орієнтація зміну фокусу уваги ставлення матері на потреби психічного та особистісного розвитку дитини, відповідно віку, психологічним потребам та емоційному благополуччю дитини.

Уточнено, що одним з факторів становлення того чи іншого стилю батьківського ставлення до дитини є якість рефлексії матері, як саногенної (конструктивної, спрямованої на вирішення виникаючої проблеми в стосунках за допомогою адекватних ситуації засобів), так і патогенної.

Обґрунтовано, що рефлексивних образів матерів з різними стилями ставлення до дитини дозволить розкрити материнські рефлексивні стратегії та тактики для їх подальшого опрацювання в ході розвитку у них саногенної рефлексії.

У першому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [1, 2, 9, 10, 11, 12, 14, 17, 18, 20, 21, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 38, 39, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 78, 83, 86, 88, 90, 92, 93, 95, 96, 99, 100, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 114, 115, 117, 118, 120, 123, 124, 125, 128, 136, 137, 141, 145, 147, 148, 149, 150, 157, 160, 161, 162, 164, 173, 175, 177, 181, 182].

Матеріали першого розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [3, 5, 6, 8].

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ САНОГЕННОЇ РЕФЛЕКСІЇ МАТЕРІВ ТА ЇХ СТАВЛЕННЯ ДО ДИТИНИ

2.1. Організація та методичне забезпечення емпіричного дослідження

У цьому розділі визначаються та описуються вихідні засади планування організації та проведення емпіричного дослідження, методи і методики вивчення стилів материнського ставлення до дитини та рефлексивних та емоційних характеристик матерів, презентовано результати кореляційного аналізу взаємозв'язків між емоційними станами, рефлексивними проявами матерів та їх ставленням до дитини, охарактеризовано рефлексивні образи матерів з патогенними стилями ставлення до дитини.

Емпіричне дослідження з матерями, які виховують дітей дошкільного віку проводилося на базі Центру соціальних служб Одеської Міської Ради; Центру інтегрованих соціальних послуг; Центру для жінок (жінок з дітьми), постраждалих від насильства. Вибірку склали 248 матерів у віці 20-35 років. Основним показником відбору матерів для участі у дослідженні була наявність дитини дошкільного віку. У нашому дослідженні ми будемо спиратися на вікову періодизацію Д. Б. Ельконіна [155]. Його періодизація включає дошкільну «епоху» (3-7 років), де провідною діяльністю є гра. У цей віковий період соціалізація дитини, присвоєння їй нею культурних форм буття відбувається на основі механізму наслідування.

Аналізуючи анкетні данні, ми виявили, що 68% матерів мають вищу освіту, 24% - незакінчену вищу, 8% мають середню або середньо-спеціальну освіту. У шлюбі знаходяться 59% респондентів, не мають шлюбних стосунків – 30%, інші 11% – розлучені. На питання про кількість дітей, 35% відповіли що мають одну дитину, 51% – мають 2 дитини, а 14% є багатодітними. Працюють повний робочий день 81%, інші або не працюють взагалі, або не тимчасово не працюють.

Вибір методик та розробка схеми емпіричного дослідження здійснювались на основі результатів отриманих в ході пілотажного дослідження, яке проводилось також з метою уточнення положення дослідження про психологічний взаємозв'язок саногенної рефлексії матері з різними стилями її ставлення до дитини.

Основна частина експериментального дослідження організовувалася та проводилася у кілька етапів. Перших три етапи охопило емпіричне дослідження, четвертий власне формувальний експеримент.

На першому етапі здійснювалася розробка та апробація обраного комплексу методик, яка завершилася підготовкою до проведення констатувального етапу дослідження.

На другому етапі проводилося комплексне психодіагностичне обстеження матерів. Результати дослідження пройшли багатоетапну обробку, що поєднувала якісні та кількісні методи, що містять математичний та статистичний аналіз отриманих даних, з використанням статистичного пакета IBM SPSS Statistics 23.0 Desktop постраждалих від насильства.

На третьому етапі здійснювалась статистична обробка отриманих даних та узагальнювались результати дослідження, за допомогою якого були отримані відомості щодо вияву емоційних станів матерів, кореляційного взаємозв'язку захисної рефлексії матерів з високим та низьким рівнем її показників емоційних станів, з різними стилями материнського ставлення до дитини, кореляційного взаємозв'язку рефлексії матері з її стилями ставлення до дитини і стилями сімейних стосунків. Достовірність отриманих результатів забезпечувалася репрезентативністю вибірки та застосуванням непараметричного статистичного методу обробки даних U-критерій Манна-Уїтні, коефіцієнта рангової кореляції r-Спірмена.

На четвертому етапі розроблялася програма формуального експерименту, спрямованого на розвиток саногенної рефлексії матерів дошкільників, а також створювались умови для його здійснення та аналізувалася ефективність запропонованих заходів для розвитку саногенної

рефлексії матерів у проекції на емоційне благополуччя дитини.

Розуміння завдань дослідження забезпечувалось шляхом проведення інструктажу щодо заповнення бланків відповідей, відповідних роз'яснень та відповідей на питання, що виникали. З метою пояснення мети дослідження та встановлення довірливої атмосфери, перед початком проведення дослідження проводилась вступна бесіда, у якій наголошувалось на цілях, завданнях та значенні отриманих результатів. Створення відповідної мотивації участі в дослідженні та атмосфери довіри сприяли одержанню достовірної інформації.

У ході нашого дослідження застосовувалися, переважно, психодіагностичні методи опитування (тестування). Для забезпечення вірогідності та надійності отриманих експериментальних даних, уточнення експертних оцінок додатково застосовувались методи спостереження, бесіди та методи математичної статистики.

Результати дослідження пройшли багатоетапну обробку, що поєднувала якісні та кількісні методи, що містять математичний та статистичний аналіз отриманих даних, з використанням статистичного пакета IBM SPSS Statistics 23.0 Desktop for Windows.

Виходячи з попередніх результатів теоретичного дослідження, нами були визначені найбільш важливі психологічні властивості, що стосуються саногенної рефлексії матерів та їх ставлення до дитини. Саме тому в діагностичний комплекс ми включили методику, спрямовану на дослідження у матерів різних характеристик рефлексії, емоційного стану та стилів виховання.

При відборі психодіагностичного апарату дослідження особливостей саногенної рефлексії матерів та їх ставлення до дитини, ми намагалися, щоб обрані методики: по-перше, максимально виявляли особливості ставлення матері до дитини; по-друге, мали достатній рівень валідності, надійності та прогностичності; по-третє були доступні і адекватні для використання у обраній віковій групі досліджуваних.

Усі показники у нашій роботі далі будуть позначені позначкою «П», які наведені у переліку скорочених позначень.

Психодіагностичний комплекс склали такі методики:

Методики дослідження рефлексії матері:

1) Когнітивно-емотивний тест (KET) (Орлов Ю.М., Морозюк С.М.) (Додаток А) – проєктивний тест, який вимірює кількість і вид рефлексії у відношенні емоцій при переживанні страху невдачі, почуття провини, сорому, образи, заздрості. Переживання відтворюється в результаті подання ситуації, в якій відбувалося те чи інше переживання. Тест складається з 20 показників, це види рефлексій, що призводять до зменшення страждань від емоцій у вигляді механізмів психологічного захисту.

Захист від певної емоції складається в діях, спрямованих на зменшення неузгодженості, що викликає емоцію. Це передбачає:

1) розумову реконструкцію ситуації, в результаті якої зменшується напруженість емоції; наприклад, біль від невдачі зменшується, якщо не кожен дізнається про це, якщо вважається, що занадто мала ймовірність успіху або успіх був взагалі неможливий;

2) активізацію механізмів психологічного захисту, раціоналізації, проєкції, догляду;

3) активне переживання емоції в собі або в спілкуванні з іншими людьми, які поділяють почуття суб'єкта, в результаті якого відбувається звільнення енергії, пов'язаної в даній емоції;

4) конверсія болючої емоції в іншу, менш хворобливу, обумовлена тим, що механізми вирішення другої емоції краще відпрацьовані, ніж першої. Наприклад, біль образи або сорому легко трансформується в гнів, так як способи вирішення гніву краще відпрацьовані в тривалій еволюції. Гнів містить в собі менше болю, оскільки негайно перетворюється в агресію.

Агресія складається в поведінці, направленому на заподіяння болю, шкоди іншій. Однак тест вимірює лише два види агресії, в яких жертвою є інша людина або сам суб'єкт. У тесті вимірюється не виконавча, а підготовча

фаза агресивної поведінки, що залишається в сфері нереалізованого наміру, а саме, розумова агресія, яка породжує той же спектр когнітивних і вісцеральних реакцій, які властиві і реальній агресії.

Раціоналізація є активність розуму, спрямована на інтелектуалізацію ситуації, на підбір суспільно прийнятних мотивів для пояснення своєї поведінки і поведінки інших, що мають на меті зняти внутрішній конфлікт шляхом виправдання поведінки. В тесті виділено такі захисти: загальна раціоналізація і раціоналізація обставинами.

Перелік показників когнітивно-емотивного тесту (КЕТ): П1 – обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі; П2 – обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини; П3 – обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому; П4 – обсяг захисної рефлексії при репродукції образи; П5 – агресія проти інших; П6 – агресія проти самого себе; П7 – раціоналізація «знецінення об'єкта»; П8 – раціоналізація обставинами; П9 – проекція на інших; П10 – захист від почуття провини; П11 – захист від почуття сорому; П12 – захист від страху невдачі; П13 – захист від заздрості; П14 – захист від образи; П15 – відхід з ситуації; П16 – самоприпинення «Я»; П17 – активація провини в інших; П18 – саногенне, реалістичне мислення; П19 – невідповідність поведінки інших очікуванням; П20 – апелююче мислення.

Кожен з цих показників є кількістю реакцій досліджуваної на список з висловлювань, пов'язаних з однією із зазначених емоційних ситуацій. Вони вимірюють кількість материнських асоціацій, пов'язаних з цією емоцією. У нашому дослідженні його було використано з метою виявлення характеру прояву захисної рефлексії матерів.

2) тест рефлексії діяльності (Шадриков В.Д., Кургінян С.С.) (Додаток Б). Вибір методики був зумовлений положеннями психологічної теорії діяльності та основного підходу, запропонованого В.Д. Шадриковим, що «ефективність виконання суб'єктом своєї діяльності виражається в розвиненості його рефлексії відповідно до окремих конструктів цієї діяльності» [141].

Оснoву методики складає тест-опитувальник, який передбачає 20 тверджень. Ці твердження згруповані трьома теоретично обґрунтованими шкалами, що визначені авторами конструктами діяльності: П21 – «інформаційна основа діяльності», П22 – «мотивація та цілепокладання діяльності», а також П23 – «прийняття рішення та здійснення діяльності». Загальний показник рефлексії діяльності (П24) розраховується за сумою балів на відповіді пунктів, що складають тест опитувальника в цілому

Тест дозволяє визначити:

по-перше, міру індивідуальної вираженості рефлексії за окремими функціональними компонентами психологічної системи діяльності (потреба і мета діяльності, зовнішні і внутрішні умови діяльності, програма (план) діяльності та ін.);

по-друге, визначити загальний показник рефлексії діяльності суб'єкта як результат розвитку у нього здатності до усвідомлення засобів і способів власної діяльності, причин і наслідків досягнутих у ній успіхів і невдач [141].

Ця методика була використана нами для з'ясування специфіки рефлексивної тактики поведінки матерів у вихованні власної дитини.

3) опитувальник «Диференціальний тип рефлексії» (Леонтьєв Д.О., Лаптева Е.М., Осін Є.М., Саліхова А.Ж.) (Додаток В). Опитувальник діагностує тип рефлексії як стійку особистісну рису, вимірює системну рефлексію (П25), як здатність подивитися на себе з боку, а також схильність до інтроспекції (самоаналіз) (П26) і квазірефлексії (фантазування) (П27). З трьох описаних форм рефлексії системна рефлексія є найадаптивнішою та пов'язана з самодетермінацією.

Вимірювання таких рефлексивних характеристики матерів дозволили в подальшому конкретизувати тактико-стратегічну спрямованість рефлексивного образу матері, спроектованого у її ставленні до власної дитини.

Методики вивчення емоційного стану матері:

1) методика «Самооцінка емоційних станів» (Г.Айзенк). Методика вивчає актуальність і рівень вираженості того або іншого емоційного стану. Методика має чотири шкали: П28 – агресивність, П29 – фрустрація, П30 – тривожність, П31 – ригідність. Рівень вираженості визначає високу або низьку схильність респондента до прояву того чи іншого емоційного стану (Додаток Г) [43].

Методики вивчення стилів виховання матері:

1) опитувальник для батьків «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) (Ейдемільер Е.Г., Юстицкис В.В.). Опитувальник дозволяє вивчити провідні стилі виховання, встановити які причини викликають цей стиль виховання і визначити місце дитини в системі сімейних відносин. Опитувальник має дві модифікації для батьків дітей у віці 3 - 10 років і батьків дітей у віці 11 - 21 років. В нашому дослідженні використано модифікацію опитувальника для матерів дітей у віці 3 - 10 років (Додаток Д).

Опитувальник АСВ включає 130 тверджень, що стосуються виховання дітей. У нього закладені 20 шкал. Перші 11 шкал відображають основні стилі сімейного виховання; 12,13, 17 та 18-та шкали дозволяють отримати уявлення про структурно-рольовий аспект життєдіяльності сім'ї; 14-та й 15-та шкали демонструють особливості функціонування системи взаємних впливів; 16, 19 й 20-та шкали - роботу механізмів сімейної інтеграції [68].

2) тест-опитувальник батьківського ставлення (ОБС) (Г.Я. Варга, В.В. Столін). Методика діагностує батьківські відносини ставлення у значущих для дитини дорослих (Додаток Е). В нашому дослідженні з її допомогою вивчався стиль материнського ставлення до дитини. Ставлення виражається в п'яти шкалах:

1. «Прийняття-відштовхування» (П52-П53)

Шкала показує інтегральне емоційне ставлення до дитини. Один полюс шкали демонструє, що батькам подобається дитина такою якою вона є. Батьки

поважають індивідуальність дитини, симпатизують їй. Вони багато часу проводять з дитиною, поважають її інтереси та плани. Тяжіння до іншого полюсу шкали є свідченням того, що батьки виховують свою дитину неконструктивно, непристосованою до життя їм здається, що дитина не досягне успіху. Батьки відчують до дитини смуток, злість тощо. Вони не довіряють дитині та не поважають її.

2. «Кооперація» (П54)

Шкала фіксує соціально бажаний образ батьківського ставлення. За високих значень зміст шкали розкривається так: батьки зацікавлені в планах дитини, намагаються допомогти, співчують їй. Батьки високо цінують інтелектуальні та творчі здібності дитини, відчують гордість за неї. Вони задовольняють ініціативу та самостійність дитини. Батьки довіряють дитині, намагаються стати на її бік з будь-яких питань.

3. «Симбіоз» (П55)

Шкала відображає міжособистісний бар'єр у спілкуванні з дитиною. За високих значень, батьки відчують себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі потреби дитини, огородити її від труднощів, неприємностей у житті. Батьки постійно відчують неспокій за життя дитини, котра здається їм маленькою та беззахисною.

4. «Авторитарна гіперсоціалізація» (П56)

Шкала відображає налагоджену форму керування поведінки дитини. За високих значень, батьки вимагають від дитини дисципліни та виконання всіх вимог. За вияв своєї думки дитину буде покарано. Батьки стежать за досягненнями дитини, її індивідуальними особливостями, думками, тощо.

5. «Маленький невдаха» (П57)

Шкала відображає особливості виховання і розуміння дитини батьками. Високі значення за шкалою свідчить про те, що батьки вважають дитину маленькою. Інтереси, думки, почуття здаються батькам дитячими. Дитину вважають непристосованою, не успішною та відкритою для поганих справ.

Батьки не довіряють своїй дитині. У зв'язку з цим батьки намагаються відгородити дитину від труднощів життя, вимогливо контролюють її дії [68].

В подальшому, нами були проаналізовано емоційні та рефлексивні прояви матерів у їх взаємозв'язку з різними стилями ставлення до дитини дошкільного віку.

2.2. Аналіз рефлексивних та емоційних чинників, що опосередковують ставлення матері до дитини

Як йшлося в попередньому розділі, діти пов'язані з матерями різними типами емоційної близькості, за якістю яких можна говорити про емоційне благополуччя дитини. Згідно теорії прихильності Дж. Боулбі [20, 21] існує три типи розвитку прихильності дітей зустрічаються найчастіше: надійна (безпечна, міцна); уникаюча (тривожна, ненадійна); амбівалентна (тривожна, ненадійна, пручальна).

Слід підкреслити, що в основі будь-якого виду емоційної прихильності завжди лежить та чи інша, реакція, відгук, манера поведінки дорослого (матері) стосовно дитини. Певний стиль поведінки є необхідною умовою досягнення високої якості прихильності дітей до батьків і формування емоційного благополуччя дітей.

Розглянемо їх прояв детальніше на прикладі поведінки дітей дошкільного віку.

1. Стиль материнського ставлення матері до дитини з надійним, міцним типом емоційного зв'язку – зі сформованою у дитини безпечною прихильністю.

Євген, 5 років, гуляв з мамою в парку. Вони прийшли погодувати птахів. Хлопчик йде до води із шматками хліба в руках. Багато птахів, побачивши хлопчика, швидко починають летіти прямо до нього. Деякі з них випереджають інших. Євген лякається і, швидко обернувшись, кидається до матері, яка довго й міцно притискає до себе дитину та заспокоює її. Вона пояснює йому, що він злякався, тому що було дуже багато птахів, і всі вони

раптово зіткнулися з ним відразу. Євген стискає руки, мама йде з ним в іншу сторону, де він спостерігає за птахами. Він стає впевненіше, і цікавість бере своє: вони разом йдуть годувати пташок. Мама залишається поруч, дозволяючи тримати її руку, поки Євген потребує цього.

Цей приклад показує, що дитина відчувала себе в зоні психологічної безпеки. Це стало можливим завдяки тому, що поруч з ним майже завжди було уважне і чуйне ставлення його матері. У неї вистачило терпіння й сил відчувати та зрозуміти, що відбувається з дитиною в скрутну хвилину, й знайти відповідний спосіб полегшити стресову ситуацію. Мама робила те, що потрібно дитині в цей момент, її відгук був адекватний емоційному запиту дитини, її позитивна емоційна залученість та рефлексія допомагали пережити невдачі у найкращий спосіб. У внутрішньому світі дитини сформувався позитивний досвід подолання страху й безпорадності.

2. Стиль материнського ставлення до дитини з унікаючим, ненадійним, тривожним типом емоційного зв'язку - зі сформованою у дитини ненадійною унікаючою прихильністю.

Ілля, 4 роки, з добре розвиненою рухливістю. Він спритно лізе всюди, куди тільки можна потрапити. Прийшовши на майданчик, він відразу біжить до мотузкового містечка. Мати Іллі знаходиться поруч на лавці й спостерігає за ним. Вона підбадьорює його «Давай вище!». Ілля вже досить високо піднявшись, раптом зривається й падає додолу. У нього починає йти кров з носа. "Підіймайся, спробуй ще раз!" – чує він голос матері. Вона повністю ігнорує його збентеження й кровотечу з носа. Ілля зі сльозами йде до матері, сідає поруч та намагається притиснутися до неї. Але мати змушує його повернутися, переконуючи, що у нього все вийде, підштовхує йти на майданчик. Ілля має сам себе заспокоїти і, врешті-решт, направитись назад до дитячого майданчика. Але він вже не може, як раніше, насолоджуватися грою. Він розгублено стоїть перед мотузковим містечком та дивиться на нього без інтересу, складається враження, що дитина не знає, що тепер робити.

Це типовий приклад античутливості, в даному випадку, з боку матері, для якої характерна поведінка за типом емоційного уникнення. В результаті такого стилю взаємодії у дитини зріє думка про те, що необхідно приховувати свої справжні почуття, але якому жодному разі не звертатися за допомогою спочатку до матері, а потім вже й до інших людей.

3. Стиль материнського ставлення до дитини з тривожним, ненадійним типом емоційного зв'язку - зі сформованою у дитини амбівалентною, ненадійною, тривожною прихильністю.

Ганна, 3 роки, йде, тримаючи матір за руку. Помітивши невеликий бордюр вздовж тротуару, дівчинка намагається забратися на нього. Мама повчальним тоном пояснює, що не хоче, щоб вона туди вилазила. Ганна протестує та домагається свого. Вона досягла бажаної мети й бадьоро йде по бордюру, тримаючись за руку матері. Через деякий час вона хоче відпустити руку, але мати відмовляється та знову пояснює, що це небезпечно. Ганна все одно наполягає, щоб мати її відпустила, й знов матір поступається. Дівчинка сама йде по бордюру, але затинається й падає. Мати бере її на руки, обіймає та втішає, говорячи : «Ну, я попереджала тебе!». Ганна плаче ще голосніше, а мати каже, що тепер все буде добре й хвилюватися нема про що. Ганна заспокоюється та через деякий час вона знову бадьоро крокує з рукою матері, поглядаючи в бік бордюру, але не робить спроб забратися на нього.

Коли мати намагається заспокоїти дитину, вона ніяк не може повернути втрачену внутрішню рівновагу. З одного боку вона висловлює потребу в її участі та підтримці, а з іншого – заперечує саму цю можливість та відмовляється від неї. Така поведінка формується під впливом протилежних очікувань по відношенню до дитини.

Необхідно відзначити, що такі діти згодом починають проявляти менше зацікавленості в дослідженні світу у зв'язку з тим, що значущі дорослі не проявляли належної уваги до процесу вивчення світу маленькою людиною.

Оскільки стиль ставлення міститься всередині поведінкового материнського стилю, то в нашому дослідженні під стилем поведінки будемо

розуміти форму прояву характерного ставлення, в основі якого лежить досвід повсякденного життя (установки, переконання, мотиви, інтереси та потреби). А стиль поведінки, як зовнішня форма характерних відносин стосунків виражається в сукупності захисних стратегій, компенсаторних прийомів поведінки.

Проведене нами емпіричне дослідження дало змогу виявити особливості рефлексії матері за методикою когнітивно-емотивного тесту (КЕТ) (Орлов Ю.М., Морозюк С.М.) Встановлено, що у 78% матерів переважає патогенна рефлексія, саногенна рефлексія проявляється лише у 22% матерів.

Прояв патогенної рефлексії матерів виражений у таких формах патогенного психологічного захисту як агресія, страх, втеча у світ фантазії та ін.; патогенних емоцій як образа, провина, сором тощо.

Шкала загального показника рефлексії діяльності за тестом рефлексії діяльності (Шадриков В.Д., Кургінян С.С.) показав що: 64% респондентів мають низький рівень розвитку рефлексивності, у 21% виявлено середній рівень, і високий рівень розвитку рефлексивності спостерігаємо у 15% матерів.

Наведемо результати емпіричного дослідження, що демонструють відмінності в прояві вираженості емоційних станів матерів, які виховують дітей дошкільного віку за методикою Г. Айзенка «Самооцінка емоційних станів» (таблиця 2.1). Достовірність отриманих результатів забезпечувалася репрезентативністю вибірки та застосуванням непараметричного статистичного методу обробки даних U-критерій Манна-Уїтні.

З таблиці 2.1 видно, що у респондентів існують відмінності в прояві емоційних станів. Ми говоримо про відмінності в прояві агресивності як показнику витриманості суб'єкта, існування у нього труднощів у спілкуванні та при роботі з людьми. У респондентів з високим та низьким рівнем тривожності відзначаються відмінності в прояві тривожного стану, занепокоєння. Так само відзначаються відмінності в прояві фрустрації, яка виражається в рівні самооцінки, стійкості до невдач, труднощів суб'єкта.

Відмінності в прояві ригідності показують ступінь вираженості незмінності поведінки, переконань, поглядів, переключення суб'єкта з однієї події на іншу.

Таблиця 2.1

Відмінності в прояві вираженості показників емоційних станів матерів за методикою «Самооцінка емоційних станів» (Г. Айзенк)

Показники емоційних станів	Середні значення		U-критерій Манна-Уїтні
	Високий рівень	Низький рівень	
П28	131,0	67,2	4,0**
П29	173,0	91,1	10,0*
П30	182,0	100,3	9,0*
П31	134,0	69,0	3,0**

Примітки: ** - на рівні $p \leq 0,01$; * - на рівні $p \leq 0,05$; всі інші скорочення наведені у переліку умовних позначень

На початку здійснення кореляційного аналізу ми ставили мету визначити, які з досліджуваних показників найбільш тісно пов'язані між собою і який показник має найбільшу кількість значимих взаємозв'язків. При цьому ми виходили з міркування про те, що окреслення характеру цих взаємозв'язків дозволить визначити психологічні фактори, що детермінують ефективність стилів батьківського ставлення матері до дитини. Такі результати мають послужити основою організації формувального експерименту.

У таблиці 2.2 наведемо значення кореляційних взаємозв'язків захисної рефлексії матері з високим та низьким рівнем її показників емоційних станів. Достовірність отриманих результатів забезпечувалася репрезентативністю вибірки та застосуванням коефіцієнта рангової кореляції r - Спірмена.

Таблиця 2.2

Кореляційний взаємозв'язок захисної рефлексії матері з високим та низьким рівнем її показників емоційних станів

	Емоційні стани матерів
--	------------------------

Показник и захисної рефлексії матерів	Агресивність П28		Фрустрація П29		Тривожність П30		Ригідність П31	
	ВР	НР	ВР	НР	ВР	НР	ВР	НР
1	2	3	4	5	6	7	8	9
П1	0,29	0,57*	0,20	-0,07	0,20	0,09	-0,08	0,59
П2	0,30	0,28	0,09	0,32	0,04	0,03	0,15	0,65
П3	0,08	0,20	-0,53*	-0,45	-0,13	0,10	0,40	0,71*
П4	0,37	0,30	0,10	0,05	0,36	-0,31	0,49	0,55
П5	0,73*	0,32	0,12	0,14	0,23	0,21	-0,14	0,45
П6	0,43	0,43	-0,50	-0,22	0,12	-0,12	-0,25	0,65
П7	-0,33	0,30	0,23	-0,02	-0,20	-0,28	0,05	0,70*
П8	0,30	0,31	0,47	0,32	-0,08	0,36	0,07	0,59
П9	-0,09	0,28	0,33	0,51	0,16	-0,40	-0,12	0,47
П10	0,20	0,12	0,43	0,60*	0,56 *	-0,20	-0,13	0,65
П11	-0,44	-0,10	0,19	0,72*	-0,42	0,59*	0,56*	0,13

Продовження табл. 2.2.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
П12	0,17	0,70*	0,64*	0,34	0,20	-0,23	-0,11	0,79*
П13	0,49	0,30	0,72*	0,11	0,38	0,16	-0,28	0,75*
П14	-0,08	0,42	0,41	0,30	-0,41	0,22	0,28	0,40
П15	-0,69*	-0,10	0,57*	0,48	-0,11	0,11	0,63*	-0,08
П16	0,22	0,10	-0,40	-0,30	0,19	-0,11	0,21	0,38
П17	0,04	0,22	0,33	-0,50	-0,13	0,23	-0,77**	0,34
П18	-0,56*	-0,13	0,59*	-0,17	0,52	0,34	-0,02	0,21
П19	0,57*	0,20	0,40	0,40	-0,09	-0,31	-0,30	0,15
П20	0,43	0,09	0,63*	0,54*	0,31	-0,54*	0,55*	-0,15

Примітки: ВР - високий рівень; НР - низький рівень; **- на рівні $p \leq 0,01$; *- на рівні $p \leq 0,05$; всі інші скорочення наведені у переліку умовних позначень

З таблиці 2.2 ми бачимо, що чим агресивніша мати, тим більше вона схильна проявляти «агресію проти інших» (П5) ($r = 0,73$) та вибудовувати очікування щодо інших (П19) ($r = 0,57$).

Водночас, вона менше схильна до «відходу від ситуації» (П15) ($r = -0,69$) і «саногенного мислення» (П18) ($r = -0,56$). Агресивність в цьому випадку виконує компенсаторну функцію для матері з метою захисту її від негативних переживань. Тому, зустрічаючись в своєму житті з травмуючими ситуаціями, мати буде обирати активну оборонну позицію «Найкращий захист – напад». Чим менш агресивна мати, тим більш у неї виражені показники «обсяг захисної рефлексії від страху невдачі» (П1) ($r = 0,57$) і «захист від страху невдачі» (П12) ($r = 0,70$). Відсутність у матері необхідних якостей, що дозволяють справлятися з негативними переживаннями, приводять її до захисної рефлексії у вигляді переживання невдачі.

Аналіз стану фрустрованості матерів (табл. 2.2) також засвідчив, що чим фрустрованіша мати, тим більше вона схильна вдаватися до «заздрості» (П13) ($r = 0,72$), «захисту від страху невдачі» (П12) ($r = 0,64$), «апелюючого мислення» (П20) ($r = 0,63$), «відходу від ситуації» (П15) ($r = 0,57$) та має низький «обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому» (П3) ($r = -0,53$). У разі, коли мати починає розуміти виникаючі неузгодженості між своїми уявленнями про себе та своєю реальною поведінкою, вона вдається до саногенного мислення (П18) ($r = 0,59$). Чим менше фрустрована мати, тим більше вона схильна до «захисту від почуття сорому» (П11) ($r = 0,72$), «захисту від почуття провини» (П10) ($r = 0,60$) та «апелюючого мислення» (П20) ($r = 0,54$). У разі розбіжності з очікуваннями оточуючих і своїми очікуваннями, мати прагне отримати оцінку або думку в ситуації неузгодженості що склалося, апелюючи до думки інших.

Мати яка схильна до тривожності, більше прагне до «захисту від почуття провини» (П10) ($r = 0,56$). Однак, чим менше вона знаходиться у стані тривожності, тим менше вона вдається до «апелюючого мислення» (П20) ($r = -0,54$), але більше схильна захищати своє «Я» від «почуття сорому» (П11) ($r = 0,59$). Переживання матір'ю почуття сорому, як неузгодженість між власними очікуваннями щодо себе та реальною поведінкою, й створюють у неї стан тривожності.

Щодо матерів схильних до прояву ригідності (табл. 2.2), то вони частіше вдаються до «апелюючого мислення» (П20) ($r = 0,55$), «захисту від почуття сорому» (П11) ($r = 0,56$) та «відходу від ситуації» (П15) ($r = 0,63$), але, водночас, вони менш схильні до «викликання провини в інших» (П17) ($r = -0,77$). У зв'язку з малорухомістю психічних процесів, мати, відчуваючи негативні переживання, але при цьому, вибудовуючи певні очікування щодо себе, схильна прислухатися до думки та оцінки інших людей, вважаючи, що саме ця думка і є єдино вірною.

Чим менше ригідна мати, тим більше у неї виражені «обсяг захисної рефлексії від почуття сорому» (П3) ($r = 0,71$), «знецінювальна раціоналізація об'єкта» (П7) ($r = 0,70$), «захист від страху невдачі» (П12) ($r = 0,79$) і «захист від заздрості» (П13) ($r = 0,75$). Намагаючись захиститися від невдачі та впоратися з негативними переживаннями, пов'язаними з порівнянням себе не на свою користь, в силу наявних ідеальних уявлень про себе, але на ділі які розходяться в її поведінці, мати схильна до знецінення того, що у неї є, вважаючи це неважливим і не значимим.

Отримані результати дослідження за допомогою когнітивно-емотивного тесту (Орлов Ю.М., Морозюк С.М.) та опитувальника для батьків «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) (Ейдемільер Е.Г., Юстицкис В.В.) із застосуванням коефіцієнта рангової кореляції r -Спірмена, навести дозволили нам виявити взаємозв'язок захисної рефлексії матері з різними стилями батьківського ставлення (Додаток Ж). У таблицю 2.3 ми винесли лише виявлені значущі кореляції.

Як видно з таблиці 2.3, виявлено закономірні позитивні зв'язки між захисними рефлексивними механізмами «Захист від заздрості» (П13) ($r = 0,15$), «Захист від почуття сорому» (П11) ($r = 0,15$) та «Захист від почуття провини» (П10) ($r = 0,14$) та стилем батьківського ставлення «Гіперпротекція» (П32).

Високі показники захисної рефлексії від почуття провини, сорому й заздрості дозволяють нам стверджувати, що гіперпротекція тісно пов'язана зі страхом пережити ці емоції, тобто, надмірна турбота (опіка) виступає як компенсаторна поведінка.

Бачимо (табл.2.3) також прояв прямих позитивних зв'язків між показником «апелюючого мислення» (П20) матері й стилем батьківського ставлення «Надмірність вимог-заборон» (П38) ($r = 0,15$). Чим більше мати прагне до заборон на адресу дитини, обмежуючи її свободу, тим більше вона вдається до апеляції на адресу третіх осіб, потребує їх ради та підтримки. У разі, коли дитина відхиляється від вимог матері, вона прагне звинуватити в цьому оточення.

Можемо констатувати наявність прямих достовірних зв'язків між «Недостатністю вимог-заборон» (П39) матері та її почуттям сорому (П11) ($r = 0,13$), а також страхом невдачі (П1) ($r = 0,15$).

Таблиця 2.3

Кореляційний взаємозв'язок захисної рефлексії матері з різними стилями батьківського ставлення (за методикою АСВ)

Захисна рефлексія матерів	Стилі батьківського ставлення								
	П32	П38	П39	П40	П41	П43	П46	П50	П51
П1	0,09	0,05	0,15*	-0,09	0,08	-0,03	0,01	0,03	-0,07
П2	0,02	0,01	-0,02	0,04	0,04	-0,02	-0,06	-0,01	-0,11
П3	0,02	0,06	0,04	0,06	0,02	-0,04	-0,01	0,03	-0,08
П4	0,06	-0,03	-0,06	0,01	0,04	-0,02	0,04	0,14*	-0,03
П5	0,10	-0,01	0,03	-0,08	-0,02	-0,13	0,00	0,01	-0,10
П6	0,03	-0,06	-0,07	0,04	-0,06	0,01	0,03	0,01	0,01

П7	-0,02	0,02	0,04	0,06	0,02	-0,07	-0,04	-0,01	-0,06
П8	0,04	-0,05	-0,02	-0,02	0,02	0,02	0,13*	0,11	0,04
П9	0,02	-0,03	0,04	0,06	0,06	0,02	0,01	-0,03	-0,04
П10	0,14*	0,04	0,08	0,02	0,10	0,05	0,02	-0,08	0,16*
П11	0,15*	0,01	0,13*	0,01	0,02	-0,02	0,07	0,01	0,07
П12	-0,06	-0,02	-0,05	0,03	0,07	-0,07	0,02	0,01	-0,10
П13	0,15*	-0,07	-0,02	0,19**	-0,18**	-0,16*	-0,07	0,09	0,12*
П14	0,03	-0,05	0,04	0,04	0,07	0,06	0,04	0,03	-0,05
П15	0,09	0,03	0,08	0,10	0,06	0,08	0,04	0,08	-0,03
П16	0,09	-0,06	0,08	0,07	0,15*	0,06	0,06	0,05	-0,03
П17	0,08	0,11	0,07	-0,04	-0,11	-0,09	-0,07	-0,02	-0,02
П18	-0,04	-0,07	-0,05	-0,05	-0,04	-0,01	-0,08	0,04	0,05
П19	0,03	0,02	0,04	-0,05	-0,03	-0,06	0,02	0,06	-0,05
П20	0,04	0,15*	0,03	-0,07	-0,07	0,14*	-0,06	-0,12*	-0,09

Примітки: ** - на рівні $p \leq 0,01$; * - на рівні $p \leq 0,05$; всі інші скорочення наведені у переліку умовних позначень

Чим більше мати відчуває страх й сором щодо дитини, тим більше «все можна» дитині. В даному випадку для матері дитина є ніби «з іншої планети», схоже, що чим більше вона боїться зробити щось не так по відношенню до дитини, тим менше мати розуміє її та її потреби.

Сором в цій ситуації виступає підтвердженням того, що у матері є певний ідеальний образ дитини, вона ігнорує реальні потреби дитини, відчуває сором та страх невдачі через неузгодженість того, що хоче бачити і того, що вона бачить насправді у дитині, відчуваючи при цьому негативні емоції.

У таблиці 2.3 ми бачимо наявність достовірних прямих зв'язків «захисту від заздрості матері» (П13) та стилем батьківського ставлення «Надмірність санкцій» (П40) ($r = 0,19$). Мати вважає, що суворість загартовує дитину, робить її успішною та благополучною, завдяки такому ставленню, її дитина не може бути гіршою від інших, а лише кращою. Статистично значущий зв'язок цього

стилю із захисною рефлексією від заздрості свідчить, на наш погляд, про те, що цей стиль є компенсаторним (захисним) від заздрості й тривожності.

Дані, представлені в таблиці 2.3, демонструють наявність достовірних негативних зв'язків між стилем батьківського ставлення «Мінімальність санкцій» (П41) і «захистом від заздрості» (П13) ($r = -0,18$). Це свідчить, що чим більше мати переконана в марності покарань, тим більше вона вдається до відходу від проблем та потреб дитини. Вона не намагається розібратися в тому, що її турбує, чим вона цікавиться, тому у неї не виникає думка порівнювати дитину з іншими, «дитина» для матері означає, само організовану систему, яка здатна справлятися без втручання з боку матері. Таке ставлення матері загрожує для дитини самотністю і емоційною депривацією, а для матері загрожує в подальшому неслухняністю та порушенням з боку дитини існуючих норм й правил поведінки, прийнятих у суспільстві.

Разом з тим, виявлено суттєво значущий позитивний зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показником захисної рефлексії «самоприниження Я» (П16) ($r = 0,15$). На наш погляд, відсутність у матері почуття власної гідності, самоповаги, занижена оцінка самої себе й власних здібностей, не дозволяє їй бути вимогливою до дитини.

Також у таблиці 2.3 ми бачимо наявність достовірного негативного зв'язку стилю батьківського ставлення «Розширення сфери батьківських почуттів» (П43) із «захистом від заздрості» (П13) ($r = -0,16$) і прямого зв'язку з показником захисної рефлексії «апелююче мислення» (П20) ($r = 0,14$).

Захоплена вихованням мати – не заздрісна, але потребує опори на авторитетну думку. Мати з таким стилем батьківського ставлення прагне утримати дитину, створюючи симбіоз через страх перед її дорослішанням та самостійністю. Цей симбіоз служить їй в психологічних стосунках задоволенням потреби у взаємній винятковій прихильності з дитиною. Тому мати не вдається до переживання заздрості, оскільки бере до уваги виняткову

унікальність дитини, вона ідеальна для матері і приводів для заздрощів у неї не виникає.

У таблиці 2.3 ми бачимо наявність достовірних прямих зв'язків із захисним механізмом матері «раціоналізація обставинами» (П8) зі стилем батьківського ставлення «Фобія втрати дитини» (П46) ($r = 0,13$). Чим невпевненішою в собі є мати, чим більше боїться помилитися або нашкодити дитині, вступаючи з нею у взаємодію, тим більше вона намагається виправдати себе й обставини що склалися, які пов'язані з нею та дитиною. Захищаючись від небажаних емоцій, мати знецінює спочатку значущі для неї події. Головним мотиватором виправдання матері є її страх втрати любові (безпосередньо пов'язаний з фобією втрати дитини), страх невдачі. Тому доти, поки мати відчуває страх, вона буде виправдовувати себе в очах своєї дитини, тим самим обманюючи себе та її.

Отримані результати демонструють нам також наявність достовірних прямих статистично значущих зв'язків між стилем виховання «Переважа маскулінних якостей в дитині» (П50) та почуттям провини матері (П4) ($r = 0,14$) (табл.2.3) та наявність достовірного негативного зв'язку з показником захисної рефлексії «апелююче мислення» (П20) ($r = -0,12$).

Ставлення матері до дитини обумовлюється не особливостями цієї дитини, а уявленнями і стереотипними образами матері, які вона приписує статі дитини. Дитина виправдовує очікування матері і вона частково делегує повноваження між собою і дитиною в питанні прийняття відповідальності за її емоційний стан і поведінку з однолітками, за рахунок прояву дитиною якостей, притаманних чоловічій статі: рішучість, наполегливість, сила. І як тільки мати виявляє в дитині такі якості, вона стає спокійною за дитину щодо її самостійності та відстоювання думки й позиції в групі однолітків. Тобто мати вважає, що наявність таких якостей в дитині загартовує її та робить більш емоційно та морально стійкішою в соціумі.

Виявлено також і наявність достовірних позитивних зв'язків між показниками захисної рефлексії від «переживання заздрості» (П13) ($r = 0,12$),

«захисту від почуття провини» (П10) ($r = 0,16$) і стилем батьківського ставлення «Перевага фемінінінних якостей в дитині» (П51) (табл.2.3.). Ставлення матері до дитини обумовлюється не потребами дитини та її особистісними особливостями, а уявленнями матері про те які риси повинні бути притаманні взагалі жінці (дівчинці).

Всі інші показники наведені у Додатку Ж демонструють нам відсутність достовірних статистично значущих кореляційних зв'язків між стилями батьківського ставлення та показниками захисної рефлексії матері. Так, показники «Гіпопротекція» (П33), «Потурання» (П34) та «Ігнорування потреб дитини» (П35) не мають достовірних статистично значущих кореляційних зв'язків із показниками їх захисної рефлексії.

Вважаємо, що стиль «Потурання» (П34), як і «Гіпопротекція» (П33), є таким же самодостатнім захистом матері, що проявляється в прагненні матері максимально до некритичного і нерозбірливого задоволення будь-яких потреб дитини у відповідь на її примхливість і незадоволеність, щоб лише сама матір не переживала страждання від цього.

Також ми бачимо лише незначну тенденцію до існування зворотних зв'язків між стилем виховання матері «Ігнорування потреб дитини» (П35) та її «захистом від почуття сорому» (П11). Тобто, чим більше мати ігнорує потребу дитини в емоційному контакті, тим менше вона відчуває сором. Ігнорування потреби дитини в емоційному контакті є віддалення від травмуючої ситуації в процесі виховання. А для матері дуже важливо зберегти образ того, як повинна себе поводити «хороша мати», тим самим, вдаючись до ігнорування потреби дитини в спілкуванні.

З Додатку Ж можна побачити відсутність достовірних статистично значущих кореляційних зв'язків між захисними механізмами матері та стилем батьківського ставлення «Надмірність обов'язків (вимог)» (П36). Це говорить про те, що захисні механізми матері мало проявляють себе в ситуації підвищеної моральної відповідальності до дитини, сама оскільки сама вимога

до дитини, що не відповідає її можливостям, вже може виступати як самозахист матері.

Зазначаємо й відсутність достовірних статистично значущих кореляційних зв'язків між захисними механізмами матері та стилем батьківського ставлення «Недостатність обов'язків (вимог)» (П37). Однак ми бачимо невелику тенденцію до існування зворотних зв'язків цього стилю виховання з «агресією проти самого себе» (П6). Це вказує на те, що мати не знає в який спосіб організувати виховний простір, пред'являючи при цьому дитині мінімальну кількість обов'язків у родині, надаючи їй самій обирати спосіб поведінки. Мати незадоволена собою, відчуває роздратування й злість на свою адресу через невміння самоорганізовуватися та організувати комфортний простір для дитини.

Відмічено також відсутність достовірних статистично значущих зв'язків між механізмами захисту матері й «нестійким стилем виховання» (П42) (Додаток Ж). Пов'язано це швидше з тим, що в поведінці матері є багатосполучень рис різних стилів сімейного виховання, які не дозволяють з точністю та повною достовірністю встановити зв'язки захисних механізмів з цим стилем виховання.

Дані, представлені в Додатку Ж, демонструють нам відсутність достовірних статистично значущих зв'язків між захисною рефлексією матері і стилем батьківського ставлення «Перевага дитячих якостей» (П44) та «Виховна невпевненість» (П45). Але є невелика тенденція до існування зворотних зв'язків між стилем батьківського ставлення «Перевага дитячих якостей» (П44) і захисним психологічним механізмом матері «Порушення провини в інших» (П17). Чим більше мати відчуває страх і небажання дорослішання дитини, знижуючи при цьому рівень вимог до неї й стимулюючи розвиток інфантилізму, тим менше вона прагне нав'язати свою провину іншим. В цьому випадку ми бачимо опрацювання матір'ю своїх власних переживань, пов'язаних з її дитинством і ставленням до неї її батьків, які вона проектує на свою дитину.

Визнання матір'ю великої кількості помилок, зроблених у вихованні, страх впертості та опору дитини викликає у неї паніку та бажання поступитися їй. Така поведінка матері свого часу сформувалась під впливом її власних батьків і активується у стосунках вже зі своєю дитиною як напрацьована звичка та психологічний захист. Тобто сама по собі «виховна невпевненість» - це виправдання матір'ю своєї нездатності змінити своє ставлення до дитини. Звідси ми і бачимо відсутність зв'язків.

Результати представлені у Додатку Ж демонструють відсутність достовірних статистично значущих зв'язків захисних механізмів матері з таким стилем батьківського ставлення, як «Нерозвиненість батьківських почуттів» (П47). Однак ми бачимо тенденцію до існування зворотних зв'язків між «апелюючим мисленням» (П20) матері і цим стилем батьківського ставлення ($r = -0,12$). Чим більше у матері виражено почуття боргу та обов'язку перед дитиною, тим менш виражена у неї тенденція до звинувачення в своїх невдачах третіх осіб і переносу на них відповідальності.

Такий зв'язок характеризується емоційним відкиданням дитини матір'ю. Дитина виступає для неї як перешкода в її житті, у неї виникає до дитини дратівливо-вороже ставлення, тому що вона заважає матері «влаштувати своє життя». Пов'язано це як з відкиданням самої матері в дитинстві її батьками, або з молодим віком і неготовністю матері виконувати свою роль. Тому мати, при труднощах або виникаючих конфліктних стосунках в сім'ї схильна не перекладати відповідальність на інших учасників виховного процесу (чоловіка, батьків своїх та\або чоловіка, вихователів), щоб звільнити себе від цього тягаря відповідальності за дитину та її потреби, а просто вдаватися до її ігнорування.

Зафіксовано також відсутність достовірних статистично значущих зв'язків між захисними механізмами матері і стилем батьківського ставлення «Проекція на дитину власних небажаних якостей» (П48) (Додаток Ж). Вважаємо, що відсутністю зв'язків є причина перебування матері в полоні своєї боротьби з уявними чи дійсними якостями, які вона не приймає в собі та

бачить ці небажані якості в дитині (наприклад: агресивність, лінь, нестриманість, упертість). Тому, проекція матері сама по собі і є захистом, коли мати з захопленням розповідає іншим про постійну боротьбу з негативними рисами дитини, про те, як карає.

Достовірних статистично значущих зв'язків між захисними механізмами матері та стилем батьківського ставлення «Винесення конфлікту між подружжям у сферу виховання» (П49) також виявлено не було. В таких сім'ях виховання перетворюється в «полігон» для конфлікуючих батьків. Мати та батько відкрито висловлюють невдоволення один одним, їх не влаштовують методи виховання та підходи до дитини. Насправді ж кожного цікавить не те, як виховувати дитину, а хто саме має рацію у виховних суперечках. І саме завдяки цьому у матері не виникає прагнення вдаватися до захисних механізмів.

Приступаючи до аналізу рефлексивних корелятивів стилів материнського ставлення, виділених Г.Я. Варгою та В.В. Століним (табл. 2.4), зауважимо, що фактично за усіма стилями виявлено значимі кореляційні взаємозв'язки.

Таблиця 2.4

Кореляційний взаємозв'язок захисної рефлексії матері з різними стилями батьківського ставлення (за методикою ОБС)

Показники захисної рефлексії матерів	Стилі материнського ставлення					
	П52	П53	П54	П55	П56	П57
1	2	3	4	5	6	7
П1	0,06	0,02	0,04	0,03	0,05	0,15**
П2	-0,18**	0,03	0,03	-0,01	0,03	0,04
П3	-0,04	0,02	0,18**	0,01	-0,07	-0,17**
П4	-0,05	0,06	0,05	0,06	0,03	0,04
П5	0,08	0,03	-0,01	-0,02	-0,01	0,05

П6	0,11	-0,02	0,05	0,07	0,02	0,03
П7	0,08	0,05	0,02	0,03	-0,01	-0,02
П8	0,01	0,03	0,04	0,06	0,05	-0,16**
П9	0,04	-0,01	-0,01	0,01	0,07	0,04
П10	0,03	0,16*	0,18**	0,02	0,02	0,05
П11	-0,09	-0,01	0,06	-0,08	-0,08	-0,04
П12	0,01	0,08	0,04	0,03	0,03	0,18**
П13	-0,03	0,02	0,03	-0,01	-0,02	0,01
П14	0,05	0,05	0,05	-0,02	0,06	-0,02
П15	-0,04	0,18**	0,03	0,09	0,03	0,07
П16	-0,05	-0,04	0,04	-0,02	-0,02	0,02
П17	-0,08	0,03	0,05	0,03	0,04	0,03
П18	0,07	0,09	-0,01	0,05	0,05	0,04
П19	-0,04	-0,01	0,17**	0,13*	0,01	0,02
П20	-0,03	0,02	0,03	0,02	-0,02	0,03

Примітки: ** - на рівні $p \leq 0,01$; * - на рівні $p \leq 0,05$; всі інші скорочення наведені у переліку умовних позначень

Чим більше мати приймає свою дитину, тим менше вона відчуває перед дитиною і оточуючими почуття провини. Про це свідчить в таблиці 2.4 зворотній достовірно значущий зв'язок стилю батьківського ставлення «Прийняття» (П52) з показником «обсяг захисної рефлексії при переживанні почуття провини» (П2) ($r = -0,18$). Й навпаки, чим більше вона не приймає свою дитину, тим більше вона відчуває почуття провини, тим більше схильна йти від травмуючих ситуацій, вдаючись до захисту від цих переживань. Про це свідчать позитивні достовірно значимі зв'язки стилю батьківського ставлення «Відштовхування» (П53) з показниками захисної рефлексії: «захист від почуття провини» (П10) ($r = 0,16$) та «відхід від ситуації» (П15) ($r = 0,18$).

Прямі достовірно значимі зв'язки стилю батьківського ставлення «Кооперація» (П54) з наступними показниками «Обсяг захисної рефлексії від почуття сорому» (П3) ($r = 0,18$), «Невідповідність поведінки інших моїм очікуванням» (П19) ($r = 0,17$) та «Захист від почуття провини» (П10) ($r = 0,18$)

свідчать про те, що мати відчуває сором, провину за те, що не відповідає своїм уявленням про хорошу матір.

Невідповідність поведінки дитини її очікуванням викликає у неї почуття сорому і провини, а ригідність не дозволяє їй відмовитися від образу ідеальної матері. Цей стиль, на перший погляд, здається позитивним. Мати, нібито, з великим інтересом ставиться до дитини, розуміє її потреби, високо оцінює здатності, заохочує самостійність та ініціативу, намагається бути на рівних з нею. Однак Г.Я. Варга [32], характеризуючи цей стиль, говорить про те, що це лише соціально бажаний образ батьківського ставлення до дитини.

Згідно таблиці 2.4, зв'язок захисної рефлексії матері зі стилем її батьківського ставлення «Симбіоз» (П55) виражається в тому, що чим більше вона прагне розчинитися в дитині, злитися з нею, бути ближче до неї, задовольняти її потреби, порушуючи її особисті кордони, тим більше мати схильна вибудовувати певні очікування на адресу дитини (її бачення того, якою має бути дитина, як повинна себе поводити). Про це свідчить прямий статистично достовірний значущий зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показником захисної рефлексії «невідповідність поведінки інших моїм очікуванням» (П19) ($r = 0,13$).

Також з цієї ж таблиці ми бачимо відсутність достовірно значущих кореляційних зв'язків з показниками захисної рефлексії матері та стилем батьківського ставлення «Авторитарна гіперсоціалізація (контроль)» (П56). Оскільки цей стиль відображає форму і напрямок контролю за поведінкою дитини, то сам по собі він виконує захисну компенсаторну функцію.

Сприймаючи свою дитину поганою, непристосованою, невдахою в порівнянні з іншими, мати відчуває страх невдачі. Про це свідчать прямі достовірно значимі зв'язки стилю батьківського ставлення «Маленький невдаха» (П57) з показниками рефлексії «Обсяг захисної рефлексії від страху невдачі» (П1) ($r = 0,15$), «Захист від страху невдачі» (П12) ($r = 0,18$). Чим більше мати думає, що дитина нічого не досягне в житті через відсутність здібностей (як їй здається), тим легше їй зняти з себе відповідальність за

невдачі дитини. Це підтверджує зворотний зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показником «Обсяг захисної рефлексії від почуття сорому» (ПЗ) ($r = -0,17$) та «раціоналізація обставинами» (П8) ($r = -0,16$), представлені в таблиці 2.4.

З таблиці 2.5 ми також бачимо прямий зв'язок показника рефлексії діяльності матері «Інформаційна основа діяльності» (П21) зі стилем її ставлення «Симбіоз» (П55) ($r = 0,18$) і зворотний зв'язок зі стилем ставлення «Суворість санкцій» (П40) ($r = -0,15$).

Чим менш розвинена у матері рефлексія власної діяльності (здатність знаходити способи вирішення проблеми в обставинах, що склалися, орієнтування в ситуації), тим більше мати хоче проводити час разом з дитиною. В результаті мати, яка обирає стиль батьківського ставлення до дитини «Симбіоз» (П55), роблячи дитину залежною від себе, недостатньо чітко уявляє очікуваний результат своєї діяльності. Прямий зв'язок цього стилю ставлення з показником рефлексії діяльності матері «Загальний результат діяльності» (П24) підтверджує це ($r = 0,17$).

Таблиця 2.5

Кореляційний взаємозв'язок рефлексії діяльності матері з її стилями ставлення до дитини

Стилі батьківського ставлення	Рефлексія діяльності			
	П21	П22	П23	П24
П32	0,02	0,10	-0,03	0,03
П33	-0,01	0,04	-0,01	-0,09
П34	0,01	0,03	-0,13*	0,07
П35	0,02	-0,07	-0,04	0,01
П36	0,04	0,01	0,02	0,02
П37	0,02	-0,02	-0,08	0,03
П38	0,07	0,01	-0,02	0,02
П39	-0,04	0,02	-0,05	-0,01
П40	-0,15**	-0,01	0,06	-0,04

П41	-0,03	-0,04	-0,01	-0,19**
П42	0,02	-0,03	-0,05	0,01
П43	0,04	-0,05	-0,04	-0,02
П44	0,03	-0,07	-0,01	0,03
П45	-0,02	0,03	0,04	-0,02
П46	0,02	-0,05	-0,03	-0,02
П47	0,03	0,05	-0,04	-0,01
П48	-0,03	0,04	-0,04	-0,03
П49	-0,03	-0,04	-0,04	-0,17**
П50	-0,03	-0,15**	0,02	-0,04
П51	-0,01	-0,06	0,16*	0,06
П52	-0,01	0,02	0,01	0,03
П53	0,01	0,00	-0,05	0,04
П54	0,01	0,03	-0,04	-0,06
П55	0,18**	0,05	0,06	0,17**
П56	0,02	0,02	-0,01	0,04
П57	0,04	-0,03	-0,08	0,03

Примітки: ** - на рівні $p \leq 0,01$; * - на рівні $p \leq 0,05$; всі інші скорочення наведені у переліку умовних позначень

Причиною такого зв'язку може служити надмірна заглибленість матері в життя дитини, стирання й порушення особистих кордонів дитини, ігнорування реальних потреб дитини.

На підставі цього матір влаштовує очікуваний результат її виховання та впливу на дитину в цілому.

Також ми виявляємо зворотний зв'язок стилю матері материнського ставлення «Переваги маскулінних якостей в дитині» (П50) з її показником рефлексії діяльності «Мотивація і цілепокладання діяльності» (П22) ($r = -0,15$).

Чим чіткіші у матері уявлення про очікуваний результат діяльності, пов'язані із зовнішніми і внутрішніми умовами діяльності, тим менше виникає у матері прагнення наділити свою дитину якостями, характерними для чоловічого гендеру. В цьому випадку мати сама застосовує маскулінні якості у вирішенні поставлених завдань в процесі спілкування з дитиною, тому дитина виступає більше як засіб для реалізації поставлених матір'ю завдань.

Однак, чим більше мати хоче бачити в дитині фемінініні риси (ніжність, турбота, кокетство), тим більше у неї розвинена регуляція і здатність організовувати себе відповідно до наявної мети і очікуваних результатів. Це підтверджує кореляція стилю виховання «Перевага жіночих якостей в дитині» (П51) з показником рефлексії діяльності матері «Ухвалення рішення і здійснення діяльності» (П23) ($r = 0,16$). Також чим більше мати поступається дитині, йде у неї на поводу, погоджується з будь-якої її потребою, тим менше мати бачить результат свого виховання і діяльності в процесі спілкування з дитиною. Або мати отримує не той результат, який очікувала. Це підтверджує зв'язок стилю ставлення матері «Потурання» (П34) з компонентом її рефлексії діяльності «Ухвалення рішення і здійснення діяльності» (П23) ($r = -0,13$). У разі ж, коли мати схильна обходитися без покарань на адресу дитини або вона вважає, що сімейні конфлікти це спільна справа всієї родини і дитина виявляється залученою в сімейні конфліктні ситуації, показник «Загальної рефлексії діяльності» (П24) має низькі показники. Це підтверджують зворотні зв'язки стилів ставлення матері «Мінімальність санкцій» (П41) і «Винесення конфліктів в сферу виховання дитини» (П49) з її «Загальним показником рефлексії діяльності» ($r = -0,19$ та $0,17$ відповідно).

З таблиці 2.6 ми бачимо наявність достовірного позитивного зв'язку стилю ставлення матері «Гіперпротекція» (П32) з показником «Квазірефлексія» (П27) ($r = 0,17$).

Чим більше мати залучена в життя дитини, контролює її, тим більше вона прагне піти в резонерські спекуляції і безпідставні фантазії. В цьому випадку цей догляд проявляється у вигляді захисту від заздрості, сорому і провини. Що підтверджує наші попередні результати і наявність прямих зв'язків цього стилю ставлення із захисною рефлексією.

Однак, чим більше у матері виражена системна рефлексія (П25), як найбільш адаптивна, пов'язана з самодистанціюванням і поглядом на себе зі сторони, тим менше вона ігнорує дитину та її потреби, більше прислухається

до її бажань. І водночас, чим більше мати розуміє, що хоче бачити в дитині фемінінні риси (ніжність, акуратність), тим більше усвідомлює, що не зможе домогтися їх розвитку в дитині за рахунок розвиненої системної рефлексії. А значить, знову ж таки, більше приймає і прислухається до її потреб. Це підтверджує зворотний зв'язок стилю ставлення матері «Ігнорування потреб дитини» (П35) ($r = -0,18$) і прямий зв'язок стилю ставлення «Перевага фемінінних якостей в дитині» (П51) ($r = 0,16$) з системною рефлексією (П25).

Також зафіксовано, що чим більше мати зосереджена на своєму власному стані, переживаннях, тим більше вона пред'являє дитині вимог, покарань за невиконані завдання, але тим менше вона наділяє дитину небажаними якостями і думками, пов'язаними з нею. Це підтверджує прямий зв'язок стилю ставлення матері «Надмірність вимог-заборон» (П38) ($r = 0,15$) і зворотний зв'язок «Проекція на дитину власних якостей» (П48) ($r = -0,17$) з показником її рефлексії «Інтроспекція» (П26).

Таблиця 2.6

Кореляційний взаємозв'язок диференціальних типів рефлексії матері з її відносин стилями ставлення до дитини

Стилі батьківського ставлення	Диференційні типи рефлексії		
	П25	П26	П27
П32	0,05	-0,02	0,17**
П33	-0,07	-0,09	0,02
П34	-0,03	0,07	0,01
П35	-0,18**	0,03	0,02
П36	-0,04	0,05	-0,07
П37	-0,05	0,05	-0,07
П38	-0,01	0,15**	-0,02
П39	0,04	0,05	-0,02
П40	-0,02	0,03	-0,05

П41	-0,04	0,01	-0,04
П42	-0,02	-0,03	0,02
П43	-0,03	-0,03	0,02
П44	0,01	-0,06	0,03
П45	0,04	0,01	-0,02
П46	0,02	-0,04	-0,01
П47	-0,04	-0,01	0,04
П48	0,05	-0,17**	-0,03
П49	-0,04	0,08	-0,07
П50	0,09	-0,02	-0,06
П51	0,16*	-0,03	-0,05
П52	-0,05	0,02	-0,06
П53	0,01	0,04	-0,03
П54	0,03	0,03	0,05
П55	0,04	-0,02	0,06
П56	-0,02	0,02	0,03
П57	-0,07	-0,04	-0,09

Примітки: ** - на рівні $p \leq 0,01$; * - на рівні $p \leq 0,05$; всі інші скорочення наведені у переліку умовних позначень

Мати у своїй свідомості весь час намагається виправдати свою дитину, відчуючи провину, сором, заздрість, накручуючи себе цими переживаннями. І коли ступінь її самоаналізу досягає межі і мати починає відчувати знесилення. Вона починає вдаватися саме до апелююче мислення, в надії, що її старання в вихованні та неправильну реакцію дитини на її старання обов'язково розсудять інші.

Таким чином можемо узагальнити, що кожен тип патогенного материнського ставлення до дитини пов'язаний з певним її рефлексивним образом.

2.3. Характеристика рефлексивних образів матерів з різними стилями ставлення до дитини

Для характеристики рефлексивних образів матерів з різними стилями ставлення до дитини ми використовували психологічні описи показників, наведені у описаних в параграфі 2.1. методиках.

На основі отриманих результатів, після відповідної математичної обробки, складено рефлексивні образи матерів, що дозволяють побачити не тільки кількісну вираженість тих чи інших показників захисної рефлексії матерів з різними стилями ставлення до дитини, але й рефлексивні стратегії особистості (на що спрямована рефлексія в діяльності, в поведінці, в ситуаціях, що вимагають свого вирішення) та рефлексивні тактики (характерні розумові автоматизми, що повторюються з високою ймовірністю в подібних проблемних ситуаціях).

За основу побудови рефлексивного образу було взято характерні ознаки рефлексії матерів за переважаючим стилем ставлення до дитини за критерієм патогенності/саногенності материнської позиції. Типовим для рефлексивного образу є окреслення рефлексивних стратегій (П2, П3, П5, П12, П17, П18, П21, П22, П23, П24) та тактик поведінки матері (П1, П4, П6, П8, П10, П11, П13, П14, П15, П16, П19, П20, П25, П26, П27).

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Гіперпротекція».

Характерними особливостями стилю материнського ставлення до дитини «Гіперпротекція» (П32) є те, що значущі дорослі надто багато звертають увагу на дитину; коли її виховання стало центральною справою в житті батьків [152]. При цьому мати вибудовує численні гіперобмеження та гіперзаборони.

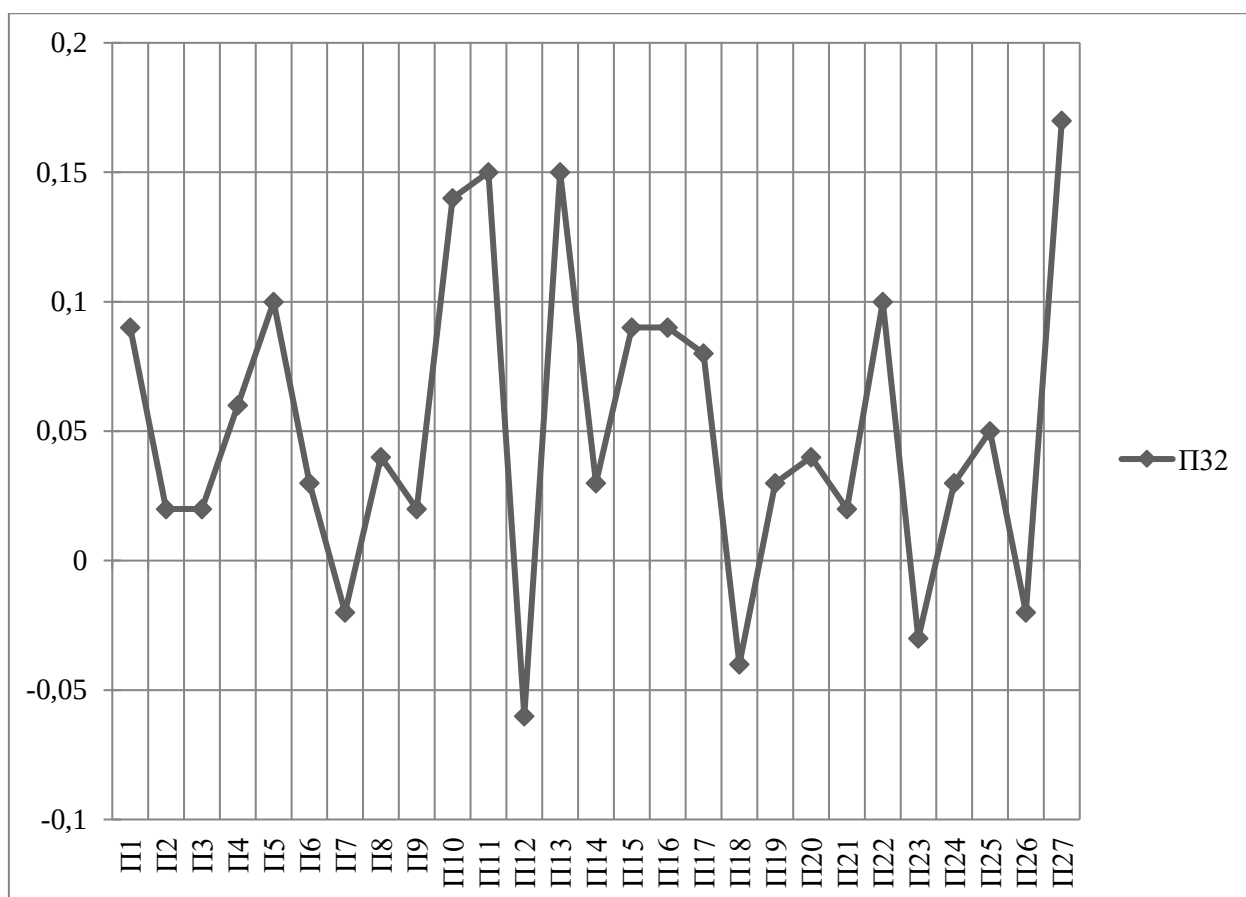


Рис.2.1. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Гіперпротекція»

Встановлено достовірний статистично значущий прямий зв'язок цього стилю батьківського ставлення з такими показниками захисної рефлексії: захисною рефлексією при переживанні заздрості (П13) ($r = 0,15$), захистом від почуття сорому (П11) ($r = 0,15$) та захистом від почуття провини (П10) ($r = 0,14$). Поряд з цим були виявлені позитивні зв'язки цього стилю з квазірефлексією (П27) ($r = 0,17$).

Виявляючи гіперувагу до дитини, мати неусвідомлено, захищається від негативних переживань, що викликають у неї сором, провину і заздрість. Гиперопікаюча мати заздрісна, соромлива, відчуває себе винною, схильна до відходу в світ фантазій та мрій. Гіперконтроль обумовлений думками матері: «Я хочу, щоб моя дитина була розвиненою та вихованою, як інші», «Все роблю для неї, і сім'я у нас нормальна, тоді в кого вона така?», «Я погана мати,

оскільки не вмію виховувати!». Їй здається, що надмірний контроль і опіка над життям дитини призведе до образу її бажаного результату в вихованні дитини.

Отримуючи в результаті закиди від інших людей на свою адресу за небажану поведінку дитини, мати, за звичкою, неусвідомлено запускає квазірефлексію, яка патогенна за своєю суттю, оскільки спрямована не на вирішення актуальної проблеми, а лише на свої переживання. Займаючись «самоаналізом», вона лише посилює переживання провини і сорому. Захищаючись від негативних переживань, намагаючись вирватися зі згубного емоційно руйнівного кола, вона ще більше підсилює контроль за дитиною, її життєдіяльністю.

Включаючи надтурботу, мати орієнтується на придуманий образ ідеальної дитини, яка не має нічого спільного з реальністю. Намагаючись реалізувати свої мрії про ідеальну, талановиту дитину, вона починає докладати ще більше зусиль, проявляючи ще більше, ніж раніше, уваги і опіки щодо дитини. Не отримуючи бажаного результату, мати запускає в дію той же механізм страждань і захистів від них, перетворюючи звичайну і бажану турботу в фіксовані поведінкові програми, які й лежать в основі стилю батьківського ставлення до дитини.

Стиль «Гіперпротекція» заснований на помилкових патогенних установках («Моя дитина повинна бути кращою від усіх», «Тільки я вирішую, ким їй бути і з ким спілкуватися», «Тільки від мене залежить її майбутнє»). Такий стиль виховання ми розуміємо як патогенний (що призводить до страждання і дитини, і матері), як оскільки стратегія і тактики цього стилю спрямовані не на реальну мету – розвиток особистості дитини, а носять захисний характер.

Захищаючись від заздрості, мати з таким стилем виховання готова всю себе присвятити дитині, проявляючи зайву дбайливість. Разом з тим, щоб «дотягнути» поведінку дитини до її ідеалу, вона проявляє зайву вимогливість, застосовуючи методи примусу, позбавляючи її права бути суб'єктом діяльності та поведінки. Оскільки цей стиль виховання заснований не на

любові, а на страху і прагненні матері «прив'язати» дитину до свого настрою і почуттів, дитина втрачає здатність до мобілізації своєї енергії. Розвивається так звана вивчена безпорадність. Будь-яка перешкода на шляху дитини сприймається нею як непереборне, формується стійкий страх до невдач, мотивація уникнення невдач.

Чим більше мати залучена в життя дитини, контролює її, тим більше вона прагне піти в резонерські спекуляції і безпідставні фантазії. У цьому випадку цей догляд проявляється у вигляді рефлексивного захисту від заздрості, сорому і провини. Тому, ігноруючи самостійність дитини і переконуючись в її безпорадності, мати все більше утверджується в правильності своєї виховної позиції і впевнено закріплює звичні патогенні установки у своєму світогляді.

Це підтверджують такі висловлювання матері: «Все для неї намагаєшся, робиш, а їй ще не подобається, – невдячна!»

Отже, рефлексивні стратегії матері зі стилем ставлення до дитини «Гіперпротекція» – це рефлексія спрямована на захист від почуття провини, сорому, заздрості.

Рефлексивні та поведінкові тактики – відхід від травмуючої ситуації в безпідставні фантазії, зайва уважність і турбота про дитину в поєднанні з надмірною вимогливістю.

Рефлексивний образ матері зі стилем материнського ставлення до дитини «Надмірність вимог-заборон»

Стиль материнського ставлення до дитини «Надмірність вимог-заборон» характеризується Е.Г. Ейдемільлером як з високими, невідповідними можливостями та здібностями і розвитку дитини вимогами, реальні потреби дитини ігноруються [152].

Встановлено достовірний статистично значущий прямий зв'язок цього стилю ставлення матері до дитини з показником захисної рефлексії «апелююче мислення» (П20) ($r = 0,15$) та «інтроспекцією» (П=26) ($r = 0,15$). Надмірна

вимогливість матері викликана очікуванням бажаного результату («ідеальної дитини»), яка не відповідає ні віковим, ні індивідуальним особливостям дитини. Не отримуючи бажаного результату, мати відчуває тривогу, а ригідність її установок не дозволяє змінити підхід до виховання до дитини.

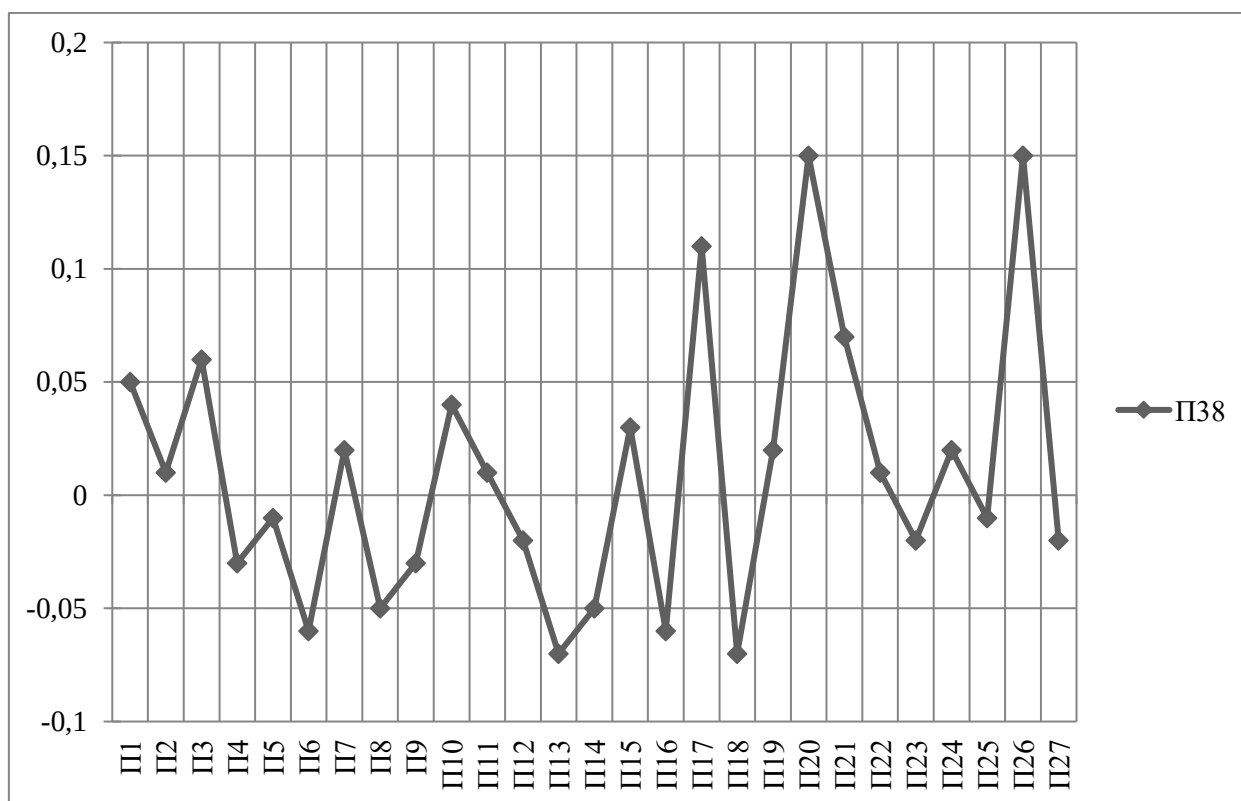


Рис. 2.2. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення матері до дитини «Надмірність вимог-заборон»

Зациклена виключно на своїх переживаннях мати захищається від них зайвими заборонами: «Ні, не можна!», «Не чіпай!», «Відійди!». Невпевнена в своїх виховних діях, незважаючи на свою зайву вимогливість, контроль і покарання, мати, обирає рефлексивну і поведінкову тактику «апелююче мислення». Вдаючись до допомоги авторитетних осіб, вона вважає, що тільки вони здатні допомогти їй справитися з «неправильною поведінкою» дитини.

Звернувшись до фахівців (психологів, неврологів, педагогів), мати, як правило, не виконує їх рекомендації, оскільки вони не збігаються з її повсякденною філософією, виховними установками та стереотипами. На

заклик фахівців змінити способи і тактику спілкування з дитиною, вона вимагає змінити свою дитину, не бажаючи змінюватися сама.

Після звернення до фахівців, розчарувавшись в їх компетентності, мати знецінює їхні поради і рекомендації, але водночас, починає знову займатися «самоаналізом», посилюючи, при цьому, тривожний стан. Властива їй ригідність не дозволяє вийти з патогенної психологічно травмуючої дитини ситуації, в якій ігноруються її базові потреби в емоційному комфорті, психологічній безпеці, спілкуванні зі значущими дорослими. Пред'являючи до неї надмірну вимогливість і претензії з приводу виконання домашніх обов'язків, до її поведінки, мати нервує дитину, позбавляє можливості проявляти себе як суб'єкта стосунків і поведінки. Найчастіше це проявляється в невпевненій поведінці дитини, високій тривожності та замкнутості, або в агресивній некерованій поведінці. Прагнучи догодити вимогливій матері, дитина, якийсь час «поводиться правильно», однак, у неї не вистачає психологічного і фізіологічного ресурсу жити завжди за її сценарієм. В результаті вона проявляє тривожність, затурканість, замкнутість і невпевненість, або зовсім «відбивається від рук» і її поведінка стає некерованою.

Зустрічаючись з подібними ситуаціями, мати все більше утверджується в правильності своєї виховної позиції, закріплюючи звичні патогенні установки в своєму світогляді.

Характер захисної рефлексії матері можна простежити в її висловлюваннях, типу: «Ми вже і до церкви ходили», «У дитячому садку слухняна, а вдома взагалі некерована» або в зверненні до психолога: «Зробіть з нею що-небудь, щоб вона змінилася, перестала дзюрити по ночами, мультики страшні вже прибрали».

Отже, рефлексивні стратегії матері – це рефлексія спрямована на захист від переживання тривожності, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захист від переживань і тривоги за допомогою апелюючого мислення(звернення до фахівців, авторитетних осіб), відходу від травмуючої ситуації за допомогою надмірних вимог і заборон за принципом «Як би чого не вийшло».

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Недостатність вимог-заборон».

Характерними особливостями стилю материнського ставлення до дитини «Недостатність вимог-заборон» (за Е.Г. Ейдемільлером) полягає в «мінімальній кількості обов'язків дитини в сім'ї. Дитині можна все, що вона захоче» [152]. А будь-які заборони вона легко порушує. Це проявляється у висловлюваннях батьків про те, що вони відчують труднощі при організації дитини в побуті. Дитина сама визначає час прийому їжі, прогулянок, коло своїх друзів.

Встановлено позитивний статистично значущий достовірний зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показниками захисної рефлексії від сорому (П11) ($r = 0,15$) і загального обсягу рефлексії при репродукції невдачі (П1) ($r = 0,13$).

Стиль потурання у ставлення матері до дитини проявляється у вигляді рефлексивного захисту від сорому і страху невдач. Мати раціоналізує, знецінюючи ситуації і можливості, які необхідні для розвитку дитини: «Давай я зроблю сама, а то у тебе вийде негарно, вихователька засмутиться»; «Легше відразу зробити самій, ніж потім переробляти»; «У мене немає часу і терпіння чекати»; «Яка користь від її допомоги, тільки метушня одна».

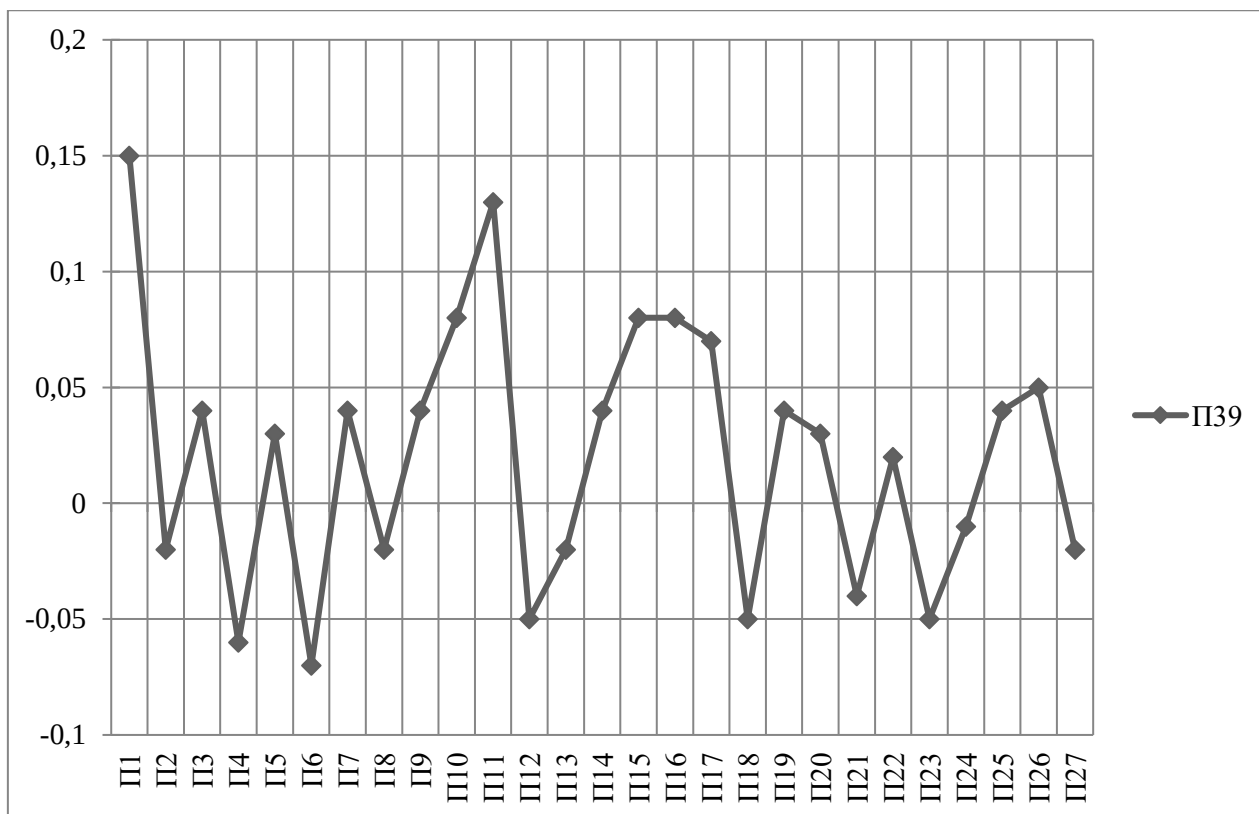


Рис.2.3.Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Недостатність вимог - заборон»

Мати прагне скоротити кількість обов'язків дитині в сім'ї, або взагалі звільняє її від виконання цих обов'язків, тому що думає, що дитина не впорається з їх виконанням. А не впорається вона, з її точки зору, через наявні уявлення матері про те, як мають бути виконані ці обов'язки. Нею керують думки про те, що «неправильне» виконання цих обов'язків викличе у оточення критичну оцінку, осуд, насмішки, що ще більше переконає її у своєму невмінні виховувати дитину і підкріпить страх невдачі. Тому матері легше впоратися з обов'язками самій (знецінюючи допомогу дитини). Захищаючись від сорому і страху невдачі, мати за звичкою звертається до рефлексивних тактик, які на певний час знімають гостроту негативних переживань від сорому та страху невдачі. Водночас запускаються і закріплюються поведінкові тактики, які лежать в основі стилю батьківського ставлення до дитини.

Стиль «Недостатність вимог-заборон» заснований на помилкових патогенних установках матері («Коли виросте, тоді і буде вирішувати як їй жити»). Такий стиль виховання відносимо до патогенного (що призводить до

страждання і дитини, і матері), оскільки стратегія і тактики цього стилю спрямовані не на реальну мету – розвиток особистості дитини, а носять захисний характер.

Коли дитина прагне зробити що-небудь самостійно, проявляє ініціативу, намагаючись допомогти матері, вона, захищаючись від страху пережити сором за невмілі дії дитини, намагається переключити її увагу, або відволікати її на іншу діяльність (найбільш, з її точки зору, відповідну її інтересам) : «Йди поки пограй у комп'ютер, погуляй, а я тебе потім покличу».

Таким чином, захищаючись від страху невдачі і сорому, мати з таким стилем ставлення звільняє дитину від обов'язків, позбавляючи її можливості самостійності в побуті. Така поведінка матері сприяє формуванню у дитини мотивації уникнення невдач, розвитку інфантильних якостей, залежної від матері поведінки. Такий стиль нагадує виховання по типу А (неприйняття, емоційне відкидання) (за Г.І. Гарбузовим). Тут відбувається неприйняття індивідуальних особливостей дитини, прагнення зробити її кращою, одночасно з нав'язуванням їй єдино «правильного» типу поведінки. Висловлювання матері: «Скільки разів говорила - не лізь, не чіпай, а вона, ніби не чує мене», або «А давай ти поки мультики подивишся, пограєшся, а я зараз швидко посуд помию».

Отже, рефлексивні стратегії матері – це рефлексія спрямована на захист від переживання стану фрустрації, почуття сорому і страху невдачі, а не на вирішення проблем у вихованні дитини, її розвиток.

Рефлексивні тактики – захист від переживань страху невдачі та почуття сорому за допомогою раціоналізації знецінення об'єкта.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Суворість санкцій»

Стиль материнського ставлення «Суворість санкцій» характеризується жорстокістю щодо дитини. За Е.Г. Ейдемільлером, мати надмірно реагує на

незначні порушення в поведінці дитини. Вона впевнена, що максимальна суворість корисна для дитини [152].

Встановлена позитивна кореляція цього стилю виховання з показником захисної рефлексії «Захист від заздрості» (П13) ($r=0,19$). Мати з батьківським стилем «Суворість санкцій» крізь призму своїх проєкцій вибудовує ідеальний образ дитини. Неузгодженість материнських очікувань з реальною поведінкою дитини (дитина поводиться не так, як вона хоче) викликає у матері агресію і бажання підпорядкувати дитину її проєктивним калькам.

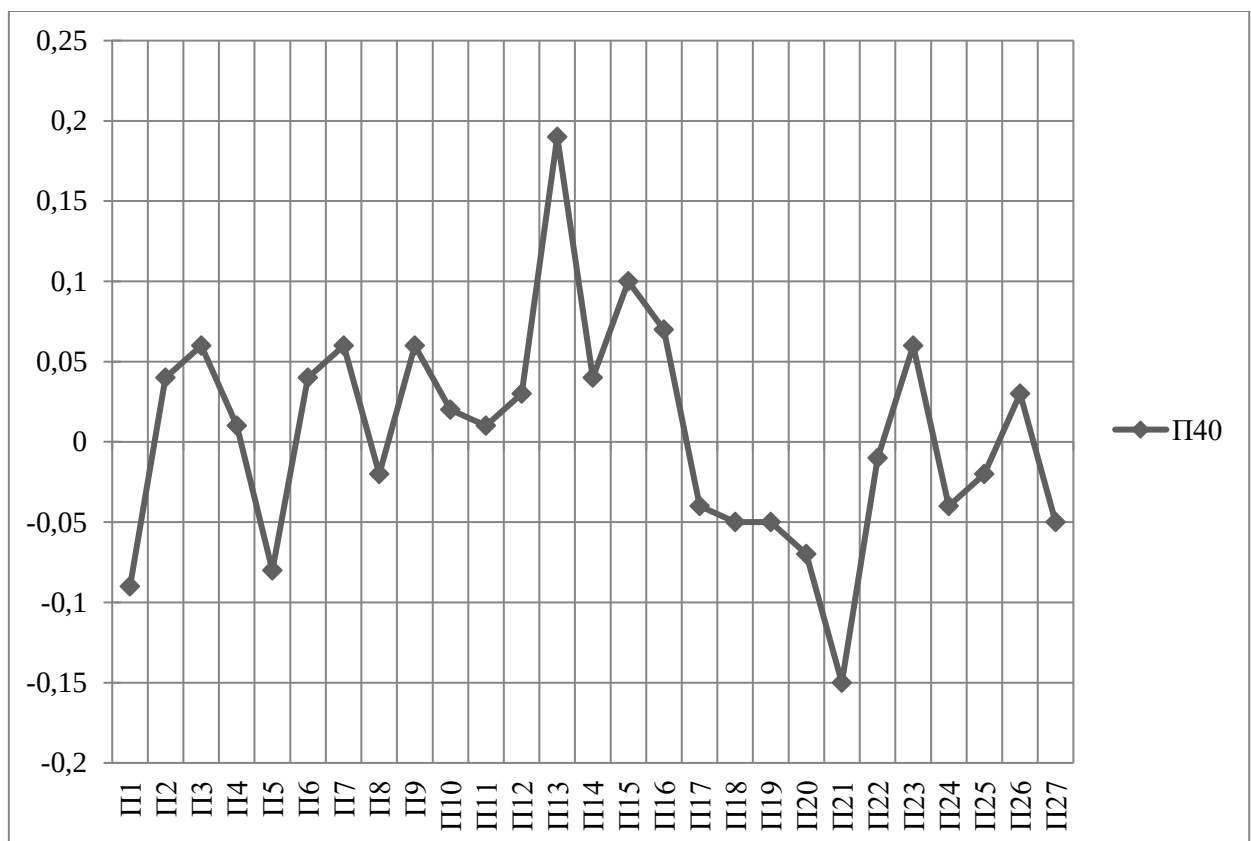


Рис.2.4.Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Суворість санкцій»

Застосовуючи жорстоке поводження до дитини, вона переконана в правильності своєї виховної позиції. Несвідомо самостверджуючись за рахунок дитини, мати відчуває себе сильною, відчуває себе вищою від оточуючих. Вона нікому не заздрить, оскільки вважає, що її установки на виховання єдино вірні.

Захисна рефлексія матері проявляється у висловлюваннях: «Нічого, і мене тримали в їжаківих рукавицях, виросла ж ...».

Крім цього, причиною такої поведінки матері може бути недостатня розвиненість у матері рефлексії власної діяльності. Це демонструє зворотний зв'язок показника рефлексії діяльності матері «Інформаційна основа діяльності» (П21) з цим стилем ставлення «Суворість санкцій» ($r = 0,16$). Надмірно сувора мати – це мати, що має недостатню кількість ресурсів: педагогічних і психологічних знань, досвіду виховання.

Стиль «Суворість санкцій» заснований на помилкових патогенних установках («Ти повинна поводитися так, як я тобі кажу, бо інакше отримаєш ремня», «Тільки я вирішую, з ким тобі спілкуватися»).

Прояв самостійності у дитини припиняється і через постійний страх опинитися винним в очах батьків.

Отже, рефлексивні стратегії матері – це рефлексія спрямована на захист від переживання тривожності, визнання нею правильності застосування своєї стратегії батьківського ставлення до дитини, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – проекція на інших, активація провини в інших, невідповідність поведінки інших моїм очікуванням, схильність до «самоаналізу» без позитивної зміни своїх патогенних установок.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Мінімальність санкцій»

Стиль материнського ставлення матері до дитини «Мінімальність санкцій» (за Е.Г. Ейдемільлером) характеризується тим, що мати обходиться або зовсім без покарань, або застосовує їх вкрай рідко [152].

Встановлено позитивний статистично значущий зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показником захисної рефлексії «Самоприпониження Я» (П16) ($r = 0,15$).

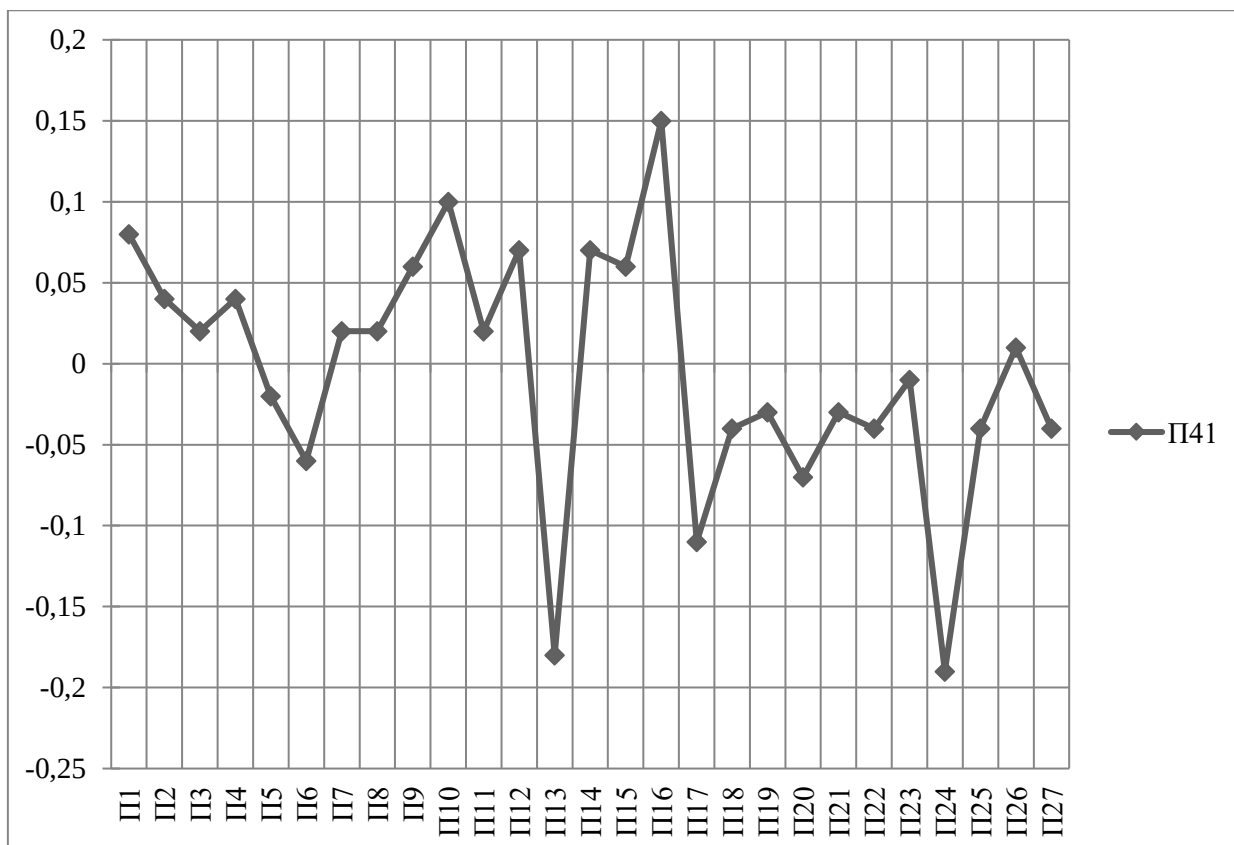


Рис.2.5. Профіль образу матері зі стилем ставлення до дитини «Мінімальність санкцій»

Матері зі стилем ставлення до дитини «Мінімальність санкцій» також не властива заздрість, але характерне самоприниження. Вона не заздрить, тому не намагається загнати в «обмежувальні рамки» свої очікування щодо дитини. Про це свідчить істотно значущий негативний зв'язок цього стилю з показником захисної рефлексії «Захист від заздрості» (П13) ($r = -0,18$). Разом з тим, відсутність у матері почуття власної гідності, самоповаги, занижена оцінка самої себе і власних здібностей, недосконалою заглиблена позиція власної недосконалості, не дозволяє їй бути вимогливою до дитини. Стиль «мінімальність санкцій» заснований на помилкових патогенних установах («Я не гідна виховувати дитину – я погана мати», «Не в праві нав'язувати їй: мені немає що їй запропонувати натомість на її любов, диктувати їй як себе поводити», «Хто я така, щоб підвищувати голос на дитину»). Такий стиль виховання ми відносимо до патогенного (що призводить до страждання і

дитини, і матері), оскільки стратегія і тактики цього стилю спрямовані не на реальну мету – розвиток особистості дитини, а носять захисний характер.

Підтверджується це наявністю суттєво значущого зворотного зв'язку цього стилю відносин материнського ставлення з показником рефлексії «Загальна рефлексія діяльності» (П24) ($r = -0,19$). Це означає, що мати не має чітких уявлень про очікуваний результат своїх дій, мотивація її поведінки носить захисний характер, вона мало здатна до аналізу та прогнозування своїх дій. Отримуючи в результаті від інших людей закиди на свою адресу за небажану поведінку дитини, вона за звичкою звертається до рефлексивних тактик, які запускають у матері самоприниження, відхід від ситуації. Причому така батьківська позиція може і бути цим відходом. Їй здається, що вона «не так виховує, тому її не слухається дитина», тому простіше погодитися з бажанням дитини, ніж вибрати адекватні стратегії і тактики реагування.

Це підтверджується такими висловлюваннями матері: «Добре, ми купимо цю іграшку, тільки не плач!» або «Це мій хрест і я його несу».

Отже, рефлексивні стратегії матері – це рефлексія спрямована на захист від агресії проти себе, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – «апелююче мислення» (звернення до фахівців, авторитетних осіб), захист від переживань почуття сорому і провини за допомогою відходу від травмуючої ситуації, або через самоприниження.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Розширення сфери батьківських почуттів».

Стиль ставлення матері до дитини «Розширення батьківських почуттів» (за Е.Г. Ейдемільлером) характеризується, підвищеною потокаючою або домінуючою протекцією. Мати прагне віддати дитині «всі почуття», «всю любов», а в подальшому утримати її з метою задоволення власних потреб за рахунок дитини [152].

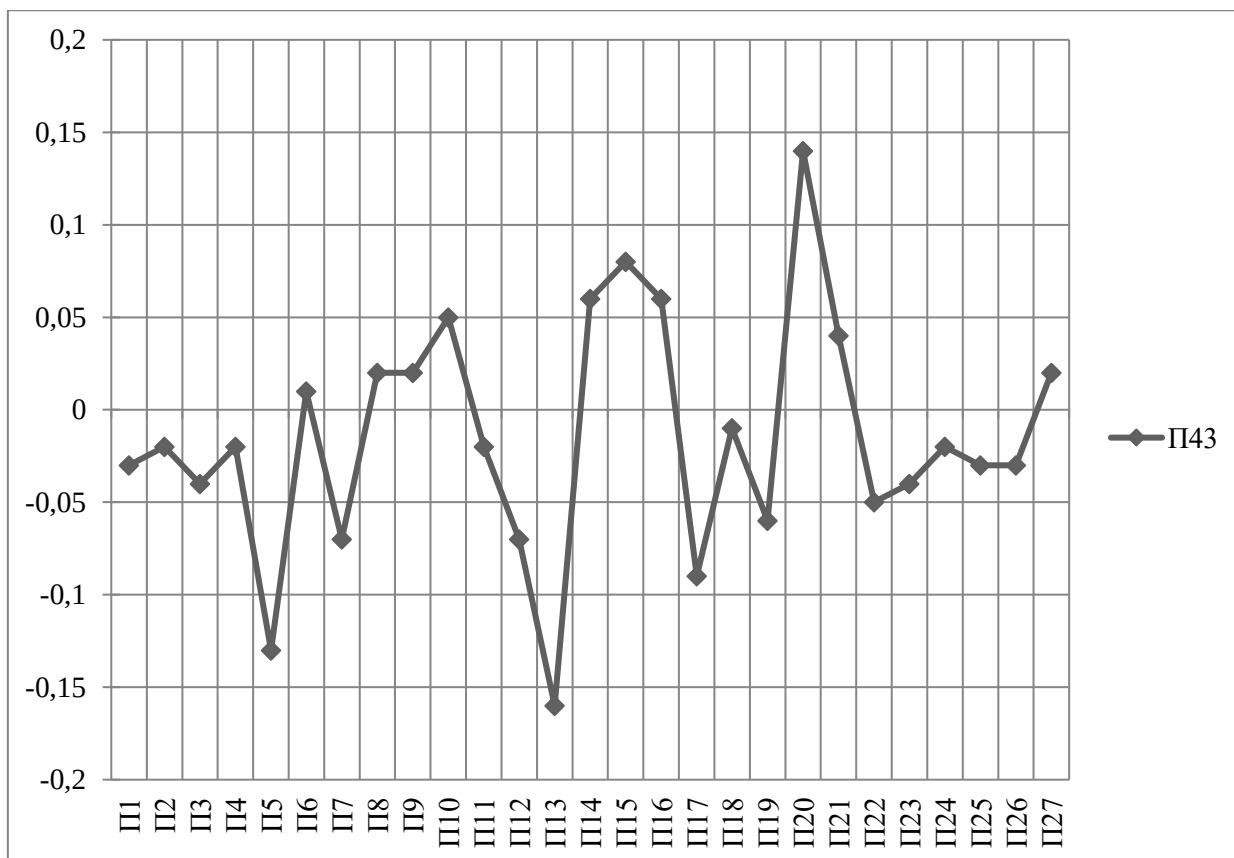


Рис.2.6. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Розширення сфери батьківських рис»

Встановлено негативний статистично значущий достовірний зв'язок цього стилю батьківських відносин з показником захисної рефлексії від переживання заздрості (П13) ($r = -0,16$) і позитивний зв'язок з показником «апелюючого мислення» (П20) ($r = 0,14$). Захоплена вихованням мати не заздрісна, але потребує опори на авторитетну думку. Вона буде читати книги відомих психологів і педагогів з питань виховання, відвідувати розумні лекції, намагатися бути в курсі всіх новин в області виховання і розвитку дитини.

Стиль «Розширення сфери батьківських почуттів» заснований на помилкових ригідних патогенних установках («Моя дитина повинна бути кращою від всіх», «Тільки я знаю, що їй потрібно, щоб бути найкращою»).

Такий стиль батьківського ставлення ми також відносимо до патогенного (що призводить до страждання і дитини, і матері), оскільки

стратегія і тактики цієї батьківської поведінки спрямовані не на реальну мету – розвиток особистості дитини, а носять захисний характер.

У нескінченному пошуку «кращого для дитини», мати втрачає відчуття того, «де ж реальні бажання дитини та її». Такий стиль спілкування з дитиною може призвести до симбіозу матері і дитини, безвиході власних кордонів обох (тобто «ми» і «ми»). Мати надалі вважає себе уповноваженою визначати коло спілкування дитини, її інтереси та зайнятість, активно брати участь в житті та інтересах дитини, керуючись насправді страхом втрати любові.

У грі, коли дитина програє свої дитячі переживання, наслідуючи дорослих, мати прагне взяти участь цій дитячій грі, з метою програвання власних переживань в діаді «жінка-чоловік», де роль «чоловіка» виконує її дитина. Матері здається, що в грі вона навчить дитину стосункам з протилежною статтю «так, як треба діяти» (виходячи з власного життєвого досвіду). При цьому вона не усвідомлює наслідки нанесення психологічної шкоди дитині у вибудовуванні надалі її стосунків з протилежною статтю.

Фрази таких матерів такі: «Ми сьогодні записалися в музичну школу», «Нам не подобається читати такі книжки» та інші.

Отже, рефлексивні стратегії матері – це рефлексія, спрямована на захист від переживання страхів і тривожності, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – апелююче мислення(звернення до фахівців, авторитетних осіб), пошук «кращого для дитини», втрата відчуття того, «де ж реальні бажання дитини та її» за рахунок відходу в світ безпідставних фантазій.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Фобія втрати дитини»

Характерними особливостями стилю ставлення матері до дитини «Фобія втрати дитини» (за Е.Г. Ейдемільером) є надмірна тривожність матері, перебільшені уявлення про слабкість дитини. Вона боїться її втратити. Цей

страх змушує матір прислухатися до різних бажань дитини і прагнути їх задовольнити [152].

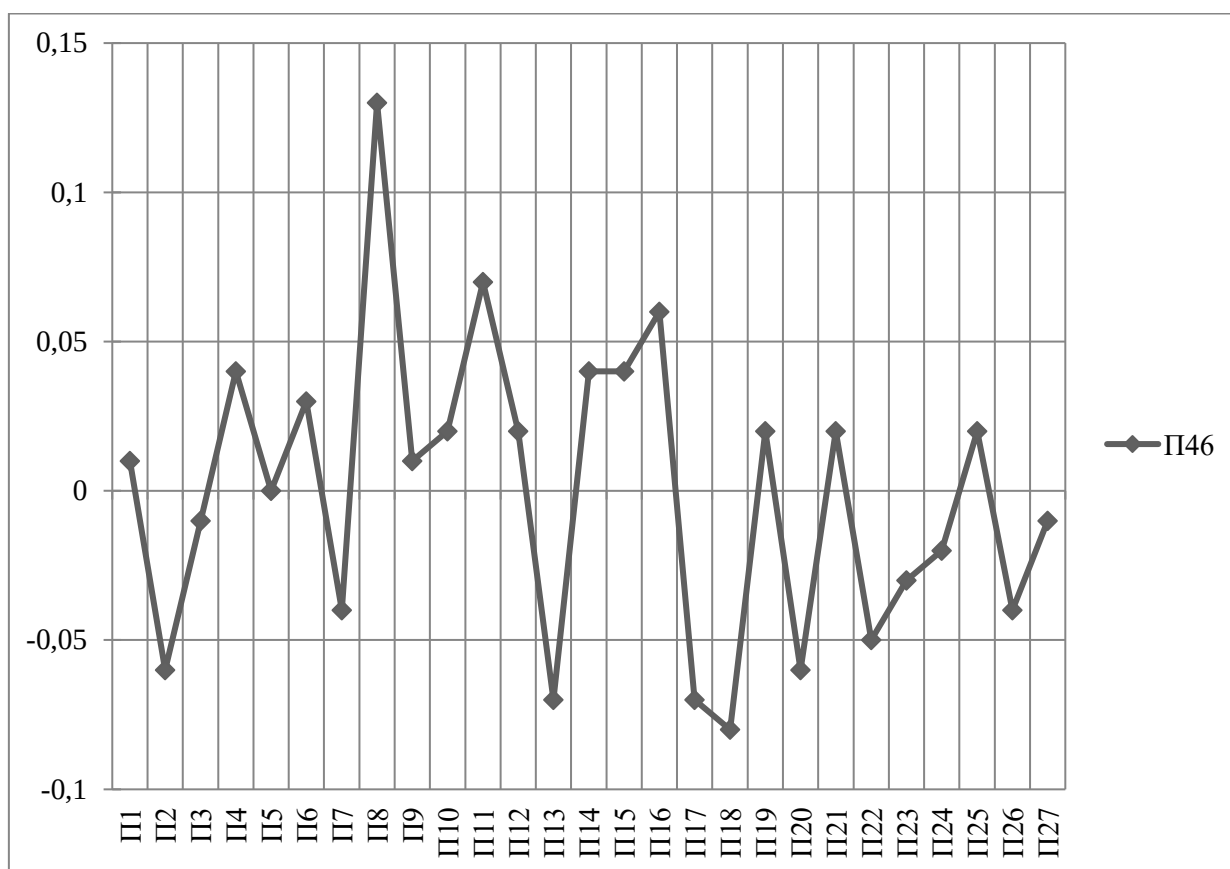


Рис. 2.7. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Фобія втрати дитини»

Встановлено достовірний статистично значущий прямий зв'язок цього стилю з показником захисної рефлексії «Рационалізація обставинами» (П8) ($r = 0,13$). Виявляючи надмірну невпевненість у вихованні дитини, мати неусвідомлено, захищається від переживань почуття провини з цього приводу. Невпевнена в собі та своїй батьківській позиції вона, схильна до порушення провини в інших за свої невдачі, до раціоналізації обставинами, що склалися: «Добре вам міркувати про самостійність дитини, коли у вас семеро по лавках сидять, а у мене вона єдина». Захищаючись від страху втрати, мати проявляє зайву обмеженість свободи дитини, позбавляє її можливості проявляти ініціативу, творчість і самостійність. Перебільшені уявлення матері про

«крихкість», вразливість дитини, викликають у неї бажання її захистити від різних «негараздів». При цьому, вона намагається «підстелити соломку» під будь-яку дію дитини. Захисну рефлексію матері «Раціоналізація обставинами» можна простежити в її висловлюваннях: «Занадто далеко їздити, та й пізно заняття закінчується», «Я думаю, що підхід вихователя, педагога, тренера неправильний по відношенню до моєї дитини», «У нас не вийшло прийти (в черговий раз на заняття) за сімейними обставинами».

Виправдовуючи себе і свої вчинки, мати впевнена в корисності своїх дій щодо дитини: «А раптом впаде і вдариться» або «Він у мене ще маленький, шкода ж».

Найчастіше матері з таким стилем ставлення мало рефлексують, проте активно діють автоматично і несвідомо. Наприклад, годують вже дорослу дитину з ложки, одягають її (бо так звично і зручно матері), можуть часто дзвонити дитині, контролюючи кожен її крок («а раптом, щось трапиться»). Висловлення матері «Давай я тобі допоможу» зазвичай закінчується стовідсотковим виконанням дій за дитину.

Така поведінка матері сприяє формуванню інфантильних рис особистості дитини, або викликає протест і агресію.

Отже, рефлексивні стратегії матері – рефлексія спрямована на захист від переживання тривожності, фрустрації, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захист від тривоги, невпевненості в своїх діях щодо дитини за допомогою викликання провини в інших, раціоналізації обставинами.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Переваги маскулінних якостей в дитині».

Стиль материнського ставлення «Переваги маскулінних якостей в дитині» характеризується емоційним відкиданням матері, неусвідомлюваним неприйняттям дитиною жіночого гендеру [152]. При наявності переваги

маскулінних якостей спостерігається неусвідомлюване неприйняття дитини жіночої статі.

Встановлено достовірний статистично значущий позитивний зв'язок цього стилю з показником захисної рефлексії «Обсяг захисної рефлексії при репродукції образу» (П₅) ($r = 0,14$) і негативний зв'язок з показником «апелююче мислення» (П₂₀) ($r = -0,12$) та «мотивацією та цілепокладанням діяльності» (П₂₂) ($r = -0,15$).

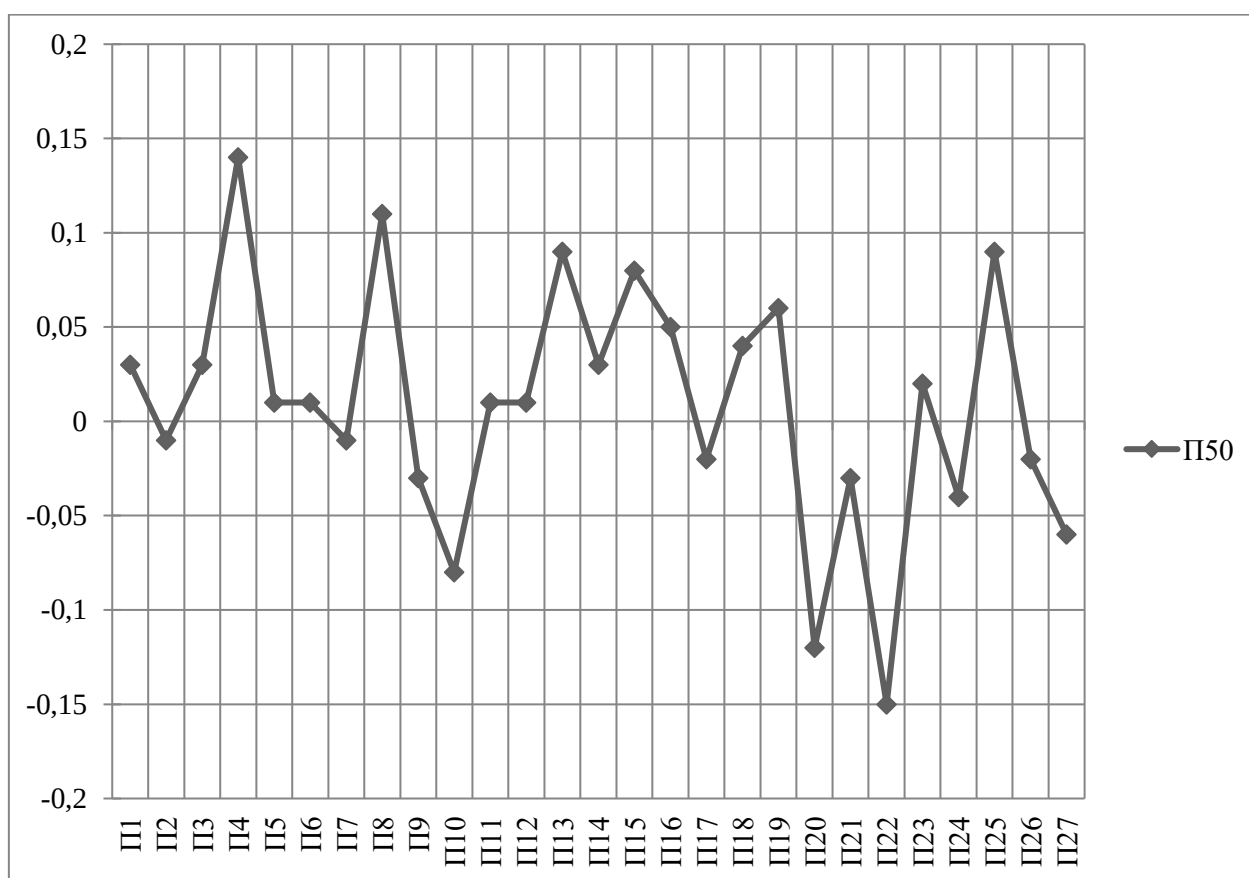


Рис.2.8. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Шкала Переваги маскулінних якостей в дитині»

Схильна до образу мати емоційно відкидає дитину і відчуває себе винуваною. І, або у неї немає чіткого уявлення про те, якою в результаті повинна бути дитина, щоб вона їй подобалася, або вона, навпаки, має чіткий образ дитини і намагається її дотягнути до цього образу. Матері здається, що її дитина не володіє тими якостями і рисами характеру, які варто було б мати

дитині. Ще в ранньому віці дитини, мати неусвідомлено обирає їй іграшки невідповідно до її статі. Чим більше мати не приймає риси і якості дитини, що не відповідають її неусвідомленій мрії (хотіла хлопчика, а народилася дівчинка), тим більше вона емоційно відкидає дитину, тим більше вона переживає негативні емоції, відчуває провину, образу і заздрість. Мати завжди бачить в дитині будь-які недоліки, вказує дитині на них, вимагає від дитини виправитися в своїх проявах.

Перевагу маскулінних якостей у дитини можна впізнати у висловлюваннях матері: «Я ж дивлюся як у інших мам діти більш рішучі, сильні», «Краще щоб це був хлопчик (а не дівчинка), менше було б проблем». Висловлювання, які використовує мати, звучать так: «Перестань плакати, вередувати, а то нічого не отримаєш!», або «Подивися, який Іван молодець, не плаче, сидить спокійно, а Катруся наша поводитьсь як маленька!», або «Так не можна поводитися, з тобою ніхто не буде гратися!».

Вибудовуючи образ ідеальної дитини, мати ігнорує її реальні потреби і можливості. У зв'язку з цим, будь-яка невідповідність очікувань матері з тим, як реально себе проявляє дитина (відповідно своєї статті) викликає у матері негативні емоції, які змушують її відчувати провину. Чим більше мати хоче бачити в дитині фемінінні риси, (ніжність, турбота, кокетство), тим більше вона буде прагнути розвивати в дитині ці якості, ламаючи при цьому справжню природу дитини, роблячи її «зручною» для себе. В процесі гри з дитиною така мати може легко образитися на дитину (у разі, якщо вона перевищить свої сили) аж до відмови від гри, нав'язавши провину дитині за неналежну поведінку. Мати закриває обличчя руками, імітуючи плач і показуючи те, як вона засмучена дитиною. Така поведінка матері має патогенний вплив.

Фрази, які використовує мати, звучать так: «Перестань плакати, вередувати, а то нічого не отримаєш» або «Хіба хлопчики ображають дівчаток? Так не можна поводитися, з тобою ніхто не буде грати».

Отже, рефлексивні стратегії матері – рефлексія спрямована на захист від переживання тривожності, фрустрації, образи, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захист від негативних переживань, невпевненості в своїх діях по відношенню до дитини за допомогою апелюючого мислення (звернення до авторитетних осіб) та порівняння дитини з маскуліним образом.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Переваги фемінінних якостей в дитині».

Стиль ставлення «Переваги фемінінних якостей в дитині» характеризується емоційним відкиданням матері, неусвідомлюваним неприйняттям дитини чоловічої статі [152].

Встановлено позитивний статистично достовірний зв'язок цього стилю материнського ставлення з показниками «Захисної рефлексії при переживанні заздрості» (П13) ($r = 0,12$) і «Захисту від почуття провини» (П10) ($r = 0,15$) і негативно значущий зв'язок з показником рефлексії не співпадає з профілем Ставлення матері до дитини обумовлюється не потребами дитини і її особистісними особливостями, а її уявленнями про те які риси повинні бути притаманні взагалі жінці (дівчинці).

Поведінка дитини, що відхиляється від очікувань матері, фруструє її, змушує бути організованою відповідно до заданої мети (бажаного результату). Це підтверджується наявністю суттєво значущого позитивного зв'язку з показником рефлексії «Прийняття рішення та здійснення діяльності» (П23) ($r = 0,16$) і показником рефлексії «Системна рефлексія» (П25) ($r = 0,16$). Мати самодетермінована у виборі засобів досягнення мети без апелювання до авторитетів («Сама знаю, що мені робити»).

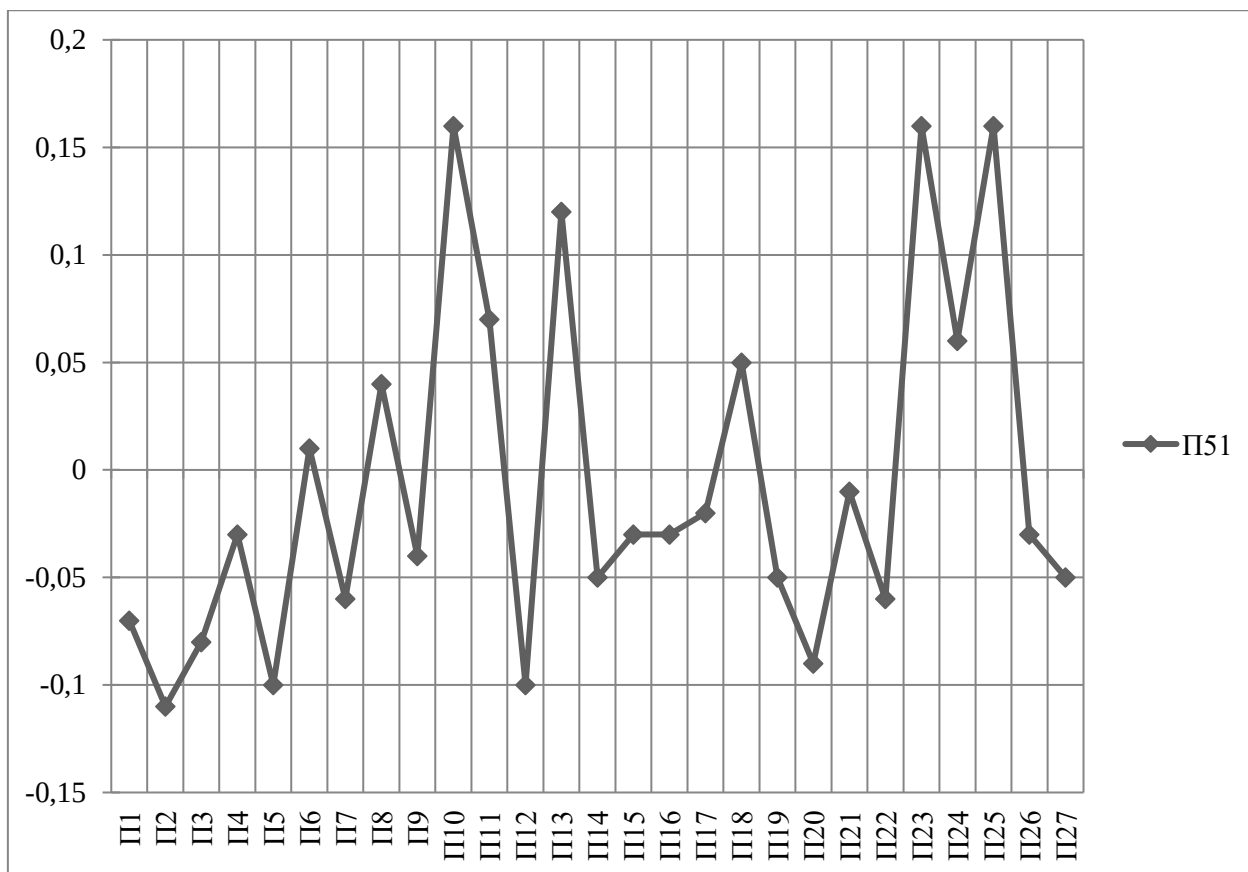


Рис.2.9. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Шкала переваги фемінінних якостей в дитині»

Отже, рефлексивні стратегії матері – рефлексія спрямована на захист від переживання тривожності, провини, заздрості, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захист від негативних переживань за допомогою активації провини в дитині, відходу від травмуючих ситуацій в безпідставні фантазії, порівняння дитини з фемінінним образом, примірювання його на неї.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Відштовхування».

Стиль материнського ставлення «Відштовхування» характеризується негативним емоційним ставленням до дитини. За Г.Я. Варгою, мати вважає свою дитину поганою, невдахою. Мати може відчувати злість щодо дитини [32].

Встановлено достовірний статистично значущий позитивний зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показниками захисної рефлексії у вигляді «Захисту від провини» (П10) ($r = 0,16$) і «Відходу від ситуації» (П15) ($r = 0,18$).

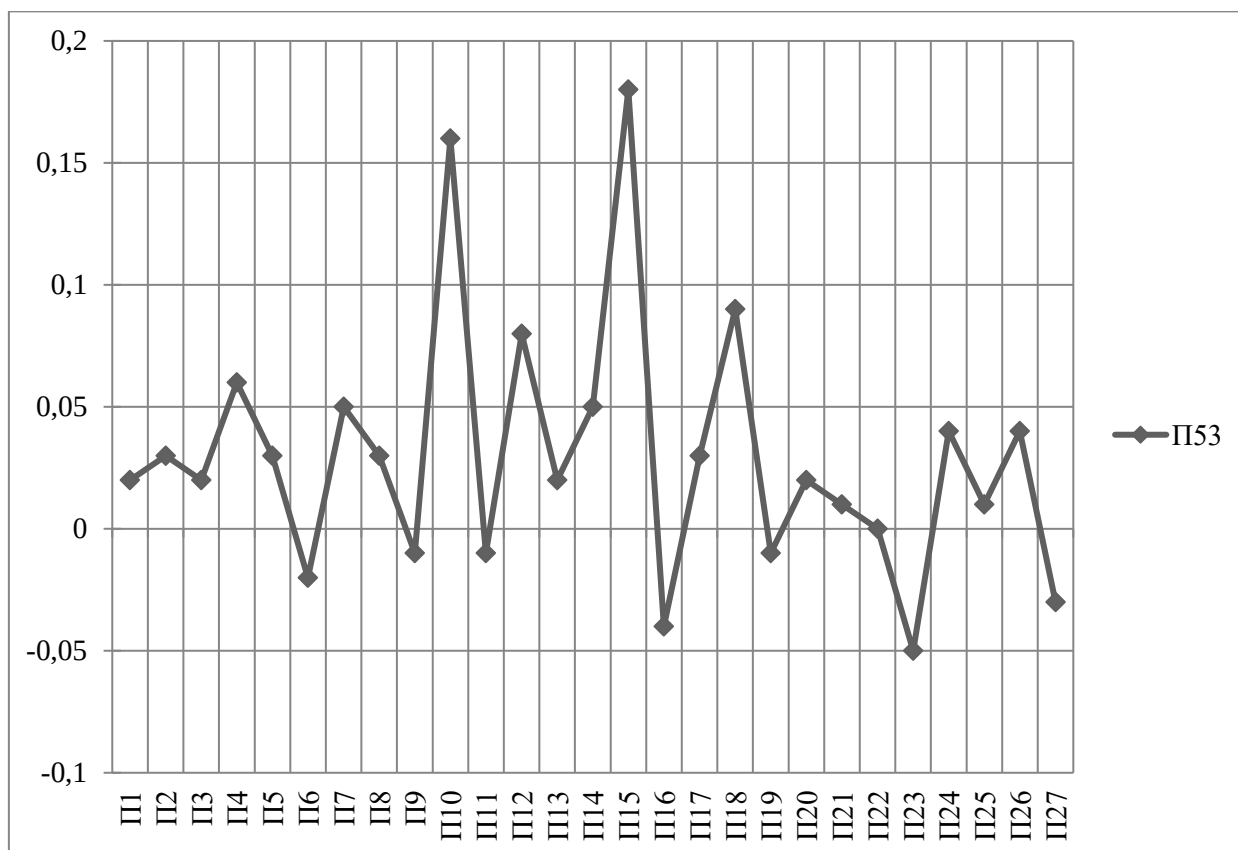


Рис.2.10. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Відштовхування»

Чим більше мати не приймає свою дитину, тим більше вона відчуває почуття провини. Захищаючись від терору провини, вона несвідомо обирає поведінкову тактику відходу від травмуючих ситуацій, замість того, щоб конструктивно вирішувати проблему. Так, захищаючись від переживання провини, мати з цим стилем батьківського ставлення зайвий раз знайде собі більш «важливе» заняття, переклавши виховання дитини на бабусю, педагога, няню, психолога. У разі невдач дитини, за її помилки і погану поведінку буде кого звинувачувати: «Бабуся розпестила, некомпетентні педагоги, весь в батька, такий же впертий». При цьому «праведний» гнів матері спрямований

на найближче соціальне оточення. Емоційне відкидання дитини матір'ю проявляється в небажанні задовольняти базові потреби дитини в прийнятті, спілкуванні, емоційному контакті. На прохання дитини «взяти на ручки», «почитати книжку», «погратися», мати знайде масу причин, щоб уникнути емоційного контакту з нею: «Ти дуже важкий, я тебе не підніму», «Давай іншим разом пограємо, почитаємо, мама зараз зайнята».

Переживання образи дитиною у відповідь на материнські відмови в проханнях, викликає у матері почуття провини, патогенне коло переживань і психологічні захисти запускаються знову. Такий тип ставлення шкідливий як для дитини, так й для матері.

Найменша неслухняність дитини викликає роздратування у матері: «Зараз я тебе до бабусі відведу, швидко навчишся, як правильно розмовляти зі старшими», або «Ти, що негідник? Зовсім нічого не розумієш?».

Отже, рефлексивна стратегія матері – рефлексія спрямована на захист від переживання агресивності і фрустрації та почуття провини, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захищаючись від емоційно травмуючої її ситуації, мати обирає поведінкову тактику або втечі, відходу від ситуації, або перекладає відповідальність за виховання дитини на інших осіб (няню, бабусю, педагогів, психологів, тощо).

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Прийняття».

Стиль материнського ставлення «Прийняття» характеризується інтегральним емоційним ставленням до дитини. Матері подобається дитина такою, якою вона є. Мати поважає дитину та її інтереси, проводить багато часу з нею [32].

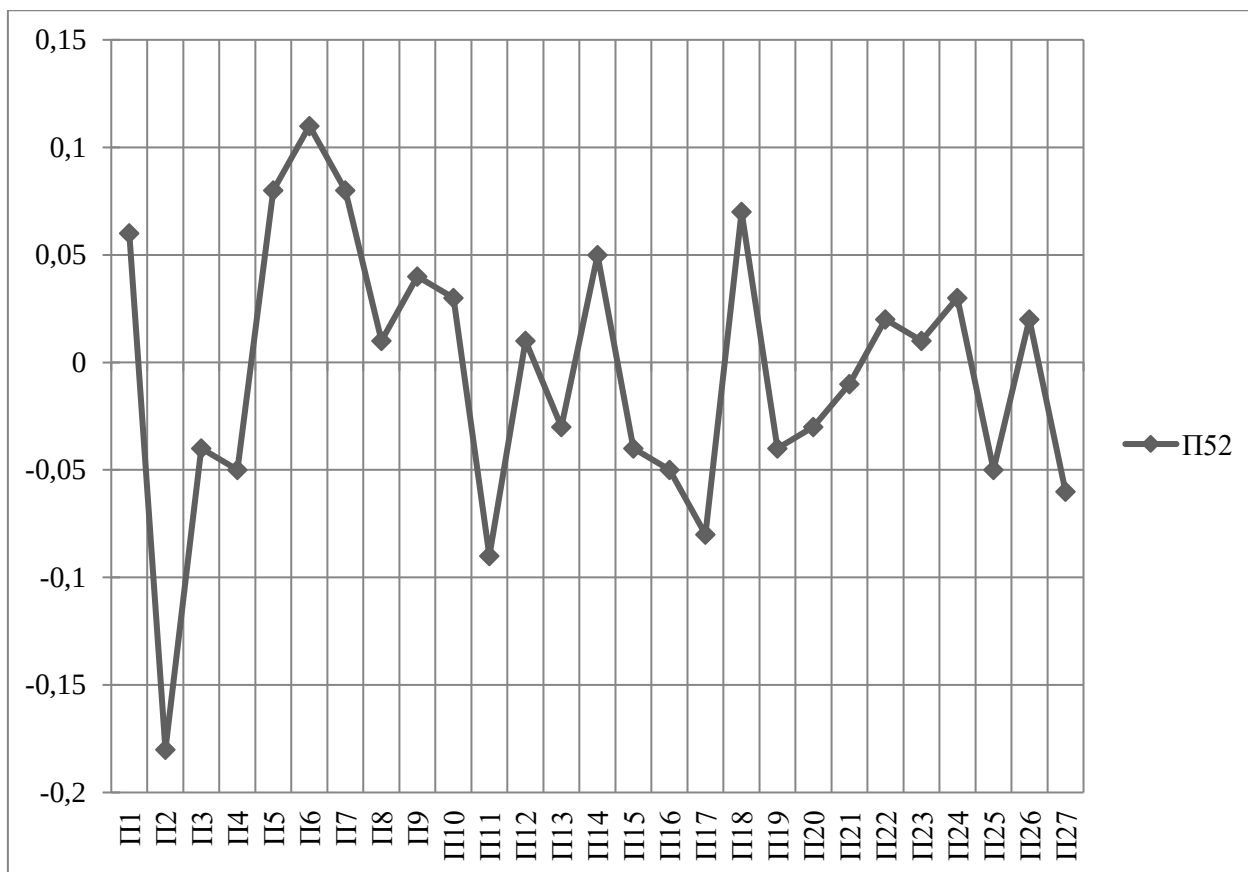


Рис. 2.11. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Прийняття»

Встановлено достовірний статистично значущий негативний зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показником «Захисної рефлексії при переживанні почуття провини» (П2) ($r = -0,18$). Чим більше мати приймає свою дитину, тим менше вона відчуває перед дитиною та оточуючими почуття провини і сорому.

Спроба матері прийняти дитину, приводить її до думок про неможливість вплинути на поведінку дитини і тому вона прагне піти в резонерські спекуляції і безпідставні фантазії, які є з позиції Д. О. Леонтьєва формою психологічного захисту через відхід від неприємної ситуації. В даному випадку цей догляд проявляється у вигляді захисту від провини. Стиль «Прийняття» заснований на помилкових патогенних установках («Моя дитина краще за всіх», «Тільки від мене залежить її майбутнє»). Такий стиль виховання можна віднести до патогенного (що призводить до страждання і

дитини, і матері), оскільки стратегія і тактики цього стилю спрямовані не на реальну мету – розвиток особистості дитини, а носять захисний характер.

Висловлювання, які використовує мати, звучать так: «Не вередує, подивися, як дивляться на тебе оточуючі» або «Ой, як мені соромно за тебе, більше з тобою нікуди не піду, будеш вдома сидіти».

Отже, рефлексивні стратегії матері – рефлексія спрямована на захист від переживання почуття провини, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захищаючись від негативних переживань, мати йде в поринання у світ фантазій, домальовування образу бажаного результату дитини, який має мало спільного з реальністю

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Кооперація»

Стиль материнського ставлення «Кооперація» характеризується «соціальною бажаністю». За Г.Я. Варгою, значимий дорослий зацікавлений в справах і планах дитини, допомагає в усьому дитині, заохочує ініціативу і самостійність дитини [32].

Встановлено достовірний статистично значущий позитивний зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показниками «Обсяг захисної рефлексії при переживанні сорому» (П3) ($r = 0,18$), «Захистом від почуття провини» (П10) ($r = 0,18$) та «Невідповідністю поведінки інших моїм очікуванням» (П19) ($r = 0,17$).

Мати, нібито з великим інтересом ставиться до дитини, розуміє її потреби, високо оцінює здібності, заохочує самостійність та ініціативу, намагається бути на рівних з нею. Однак Г.Я. Варга, характеризуючи цей стиль, говорить про те, що це лише соціально бажаний образ батьківського ставлення до дитини. Несвідомо збудувавши образ ідеальної дитини, матері здається, що вона знає про її переживання, труднощі, як їй допомогти, що порадити, як підтримати. Збудувавши образ ідеальної матері, вона з усіх сил прагне йому відповідати. Однак реальність ніколи на 100% не відповідає

ідеальному образу. Це змушує матір відчувати сором, провину за те, що їй не вдається відповідати своїм уявленням про «ідеальну матір».

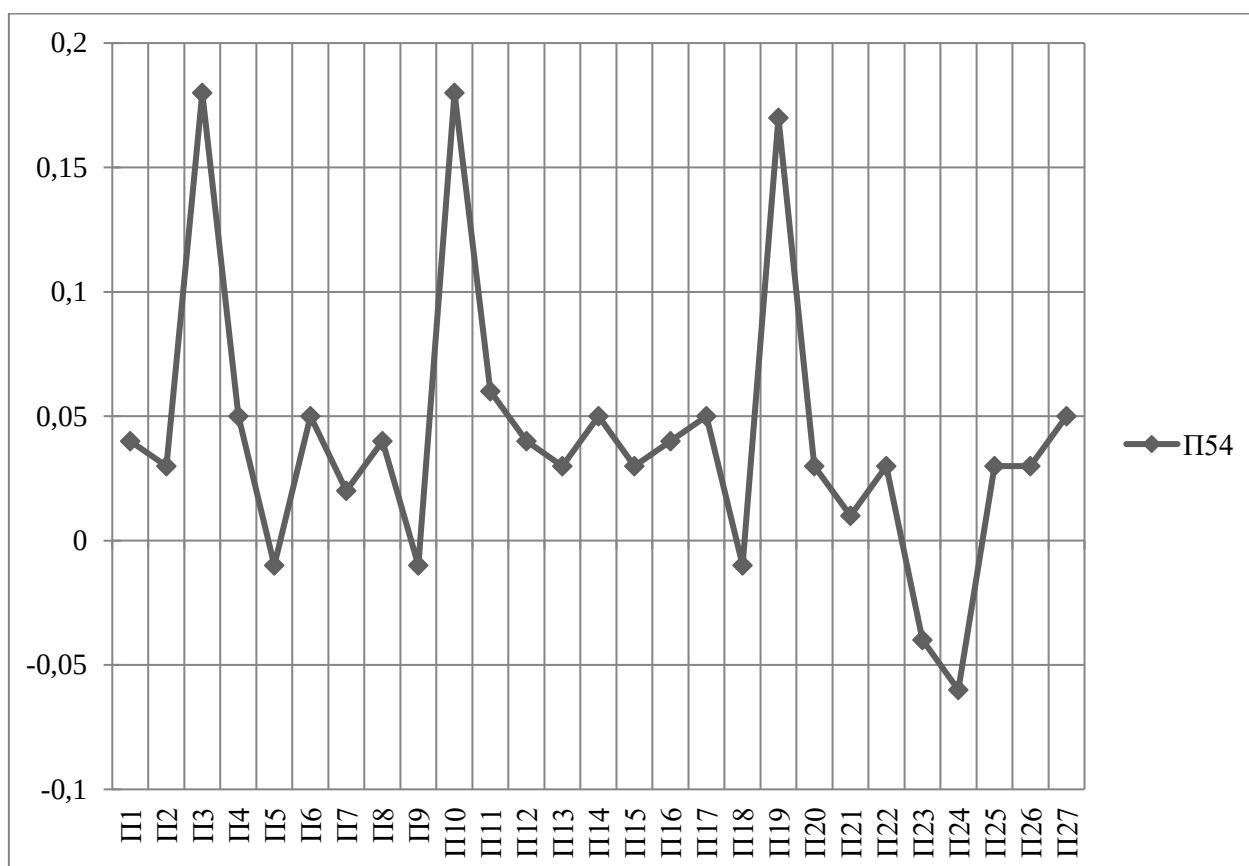


Рис.2.12. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Кооперація»

Невідповідність поведінки дитиною її очікуванням викликає у неї почуття сорому і провини, а ригідність не дозволяє їй відмовитися від образу ідеальної матері. Якщо дитина з яких-небудь причин не виправдовує очікування матері, відмовляється від її допомоги, по-іншому (не як зазвичай) реагує на підтримку матері, мати не отримуючи бажаного результату, запускає в дію той же механізм страждань і захистів від них, перетворюючи бажану турботу в фіксовані поведінкові програми, які і лежать в основі стилю батьківського ставлення до дитини.

Висловлювання, які використовує мати, звучать так: «Ти чому зі мною не розмовляєш, не відповідаєш мені?», або «Невже я зробила щось не так, оскільки ти себе так поводиш?»

Отже, рефлексивні стратегії матері – рефлексія спрямована на захист від переживання почуття сорому і провини, невідповідності очікуванням, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – рефлексією «Невідповідність поведінки інших моїм очікуванням» мати захищається від переживань сорому за те що, дитина не завжди відповідає соціально бажаному образу успішної дитини і соціально бажаного образу гарної матері. Захищаючись від почуття провини, мати вибирає тактику самозвинувачення себе, прагнення до образу «ідеальної матері» і зайва зацікавленість в житті дитини.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Симбіоз»

Стиль материнського ставлення «Симбіоз» характеризується міжособистісною дистанцією в спілкуванні з дитиною. За Г.Я. Варгою, матері важливо відчувати себе з дитиною єдиним цілим, вона прагне задовольнити її потреби [32].

Встановлено статистично значущий позитивний зв'язок цього стилю батьківського ставлення з показником захисної рефлексії «Невідповідність поведінки інших моїм очікуванням» (П 19) ($r = 0,13$).

Чим більше мати схильна вибудовувати певні очікування на адресу дитини (її бачення того, якою має бути дитина, як повинна себе поводити), тим більше вона прагне розчинитися в дитині, бути ближче до неї, задовольнити її потреби, порушуючи її особистий кордон. У своїй уяві мати малює ідеальну картину дитини, ідеальні стосунки з нею, вона впевнена, що знає реальні здібності та схильності своєї дитини, знає, куди піде вчитися, ким стане, де буде працювати, коли і на кому одружиться (вийде заміж). Насправді ж мати втілює у реальність свої власні нереалізовані мрії, і, в разі відхилення дитини

від її за цього маршруту, спочатку емоційно страждає сама, а потім свої переживання мати транслює на дитину.

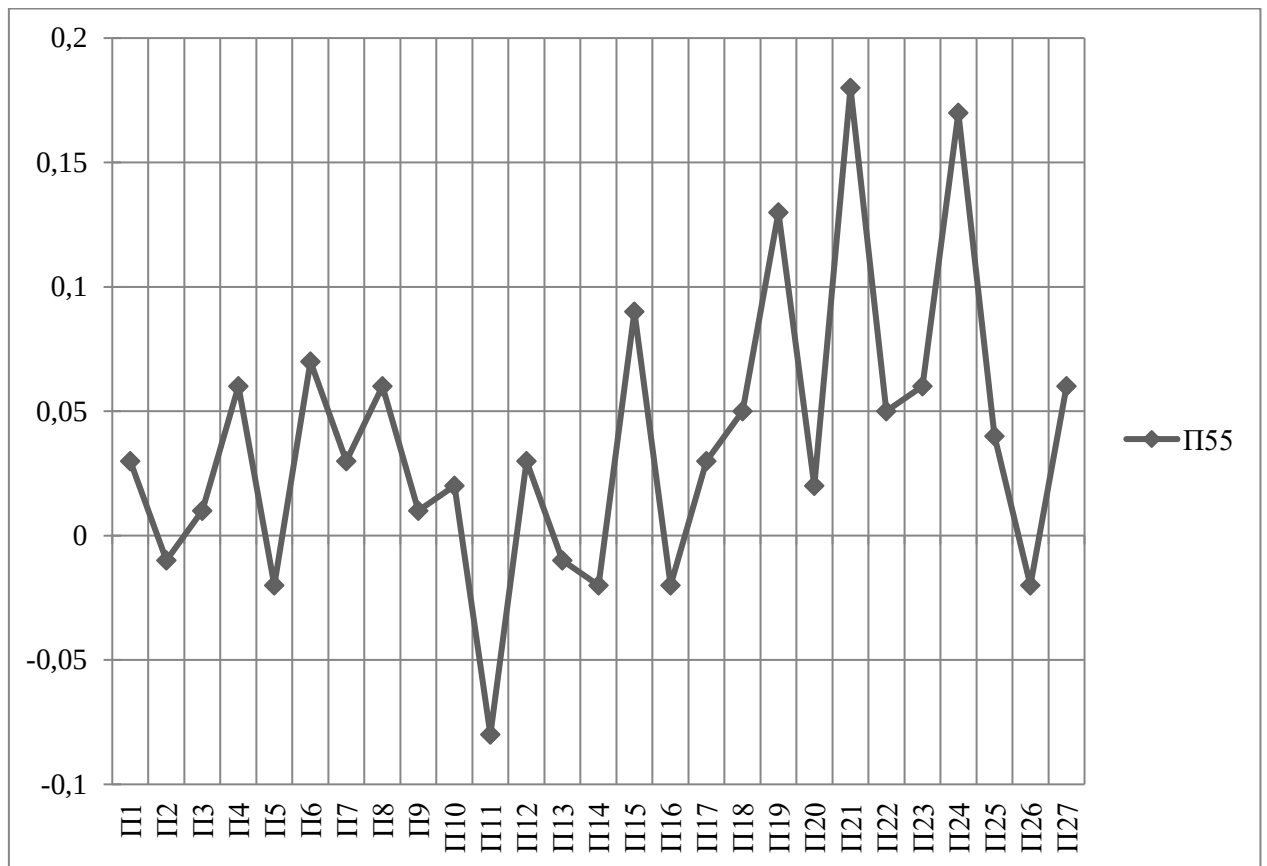


Рис. 2.13. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Симбіоз»

Чим гірше розвинена у матері рефлексія, спрямована на аналіз власної діяльності, тим більше вона хоче бути ближчою до дитини, задовольняти її потреби.

В результаті мати, з характерним для неї стилем ставлення до дитини «Симбіоз», прагне прив'язати дитину до себе. Виявлений нами в ході дослідження статистично значущий прямий зв'язок цього стилю ставлення з показником рефлексії діяльності матері «Загальна рефлексія діяльності» (П24) ($r = 0,17$) говорить про те, що мати «здатна досить чітко уявляти очікуваний результат своєї діяльності, усвідомити засоби і способи власної діяльності, причини і наслідки досягнутих в ній успіхів та невдач» [32]. Така обізнаність

матері забезпечується надмірною зануреністю матері в життя дитини. Однак це ж призводить до безвиході й порушення особистих кордонів дитини, до ігнорування її реальних потреб. «Безмежна» в спілкуванні з дитиною мати – це мати, яка вибудовує очікування на адресу дитини і абсолютно впевнена в реалізації цих очікувань і отриманні бажаного результату. Але, як правило, чим більше очікувань – тим більше розчарувань.

Висловлювання, які використовує мати, звучать так: «Якщо ми хочемо бути успішними, нам потрібно вчитися на відмінно, брати участь у всіх олімпіадах», або «Ти не повинен нічого приховувати від мами, розповідай мені все».

Отже, рефлексивні стратегії матері – рефлексія спрямована на захист від переживання негативних емоцій, пов'язаних з наявністю у матері певних очікувань від дитини (її бачення того, якою має бути дитина, як повинна поводитися), а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захист від негативних переживань за допомогою рефлексивних тактик: :прагнення прив'язати дитину, надмірний контроль та опіка задля уникнення страху сепарації дитини.

Рефлексивний образ матері зі стилем ставлення до дитини «Маленький невдаха»

За Г.Я. Варгою, мати сприймає дитину маленькою, незважаючи на її реальний вік. Інтереси та хобі дитини вона вважає дитячими та несерйозними [32].

Встановлено статистично достовірний позитивний зв'язок цього стилю материнського ставлення з показниками захисної рефлексії: «Обсяг захисної рефлексії при страху невдачі» (П1) ($r = 0,15$), «Захист від страху невдачі» (П12) ($r = 0,18$) та зворотний зв'язок з «Обсягом захисної рефлексії при переживанні сорому» (П3) ($r = -0,17$) та «Раціоналізацією обставинами» (П8) ($r = -0,16$).

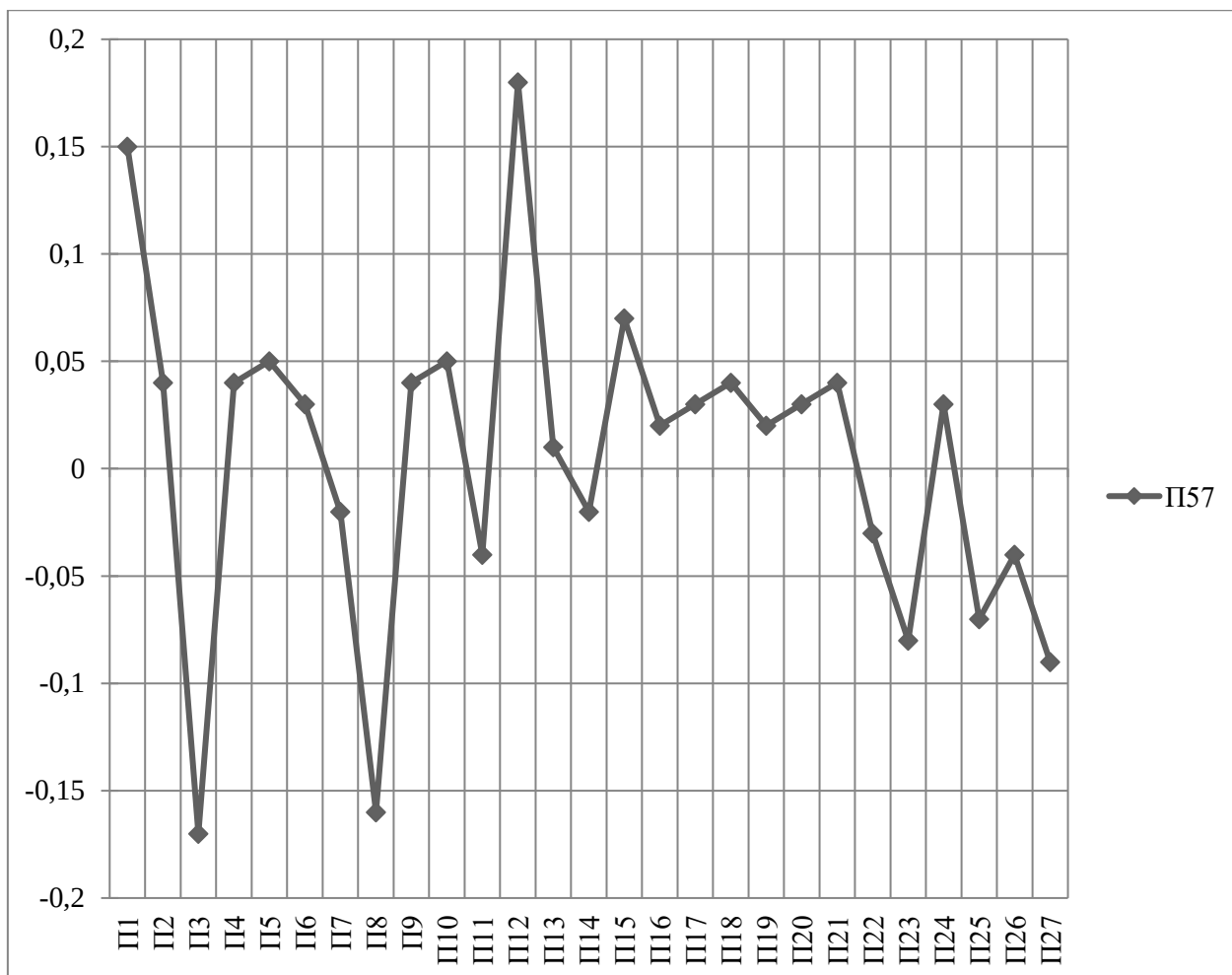


Рис. 2.14. Профіль образу рефлексії матері зі стилем ставлення до дитини «Маленький невдаха»

Сприймаючи свою дитину поганою, непристосованою, невдахою в порівнянні з іншими, мати відчуває страх невдачі. Дитина сприймається як її продовження й тому мати схильна приписувати невдачі дитини собі. «Маленький невдаха» обумовлений думками матері: «Адже бачить, що нічого не виходить, все одно продовжує краще б вже зайнявся іншим, не намагався!». Вона соромиться своєї дитини.

Захищаючись від сорому і страху невдачі, мати з цим стилем ставлення думає так: «Тут і так все зрозуміло, звідки ноги ростуть, виправдовуй не виправдовуй, якщо не дано йому бути художником, то навіщо нервуватись...».

А в поведінці вона прагне показати дитині її неспроможність, неуспішність в тій чи іншій діяльності та нав'язати їй вже знайомий

відпрацьований стереотип поведінки, де не доведеться «червоніти за дитину». Тому будь-який («випадковий» з її точки зору) успіх дитини вона або буде намагатися ігнорувати, або сприймати як належне.

Вважаючи свою дитину маленькою і неспроможною, мати сама переживає страх невдачі, хоч і намагається заперечувати його у себе. Неузгодженість між образом бажаного результату щодо своєї дитини і себе, як успішної матері, з реальною ситуацією і серією невдач у вихованні дитини, викликає негативні переживання сорому, сильне психологічне напруження.

Висловлювання, які використовує мати, звучать так: «Та навіщо тобі це потрібно? Маленький ще» або «Не виходить, не роби, значить це не твоє!»

Отже, рефлексивна стратегія матері – рефлексія спрямована на захист від переживання станів тривожності, пов'язаних з переживанням почуття страху невдачі та відкиданням сорому, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини.

Рефлексивні тактики – захист від переживань страху невдачі та сорому за допомогою агресії проти інших через невідповідність поведінки інших своїм очікуванням.

Висновки до другого розділу

Визначено та описано вихідні засади планування організації та проведення емпіричного дослідження, методи і методики вивчення стилів материнського ставлення до дитини та рефлексивних та емоційних характеристик матерів, презентовано результати кореляційного аналізу взаємозв'язків між емоційними станами, рефлексивними проявами матерів та їх ставленням до дитини, охарактеризовано рефлексивні образи матерів з патогенними стилями ставлення до дитини.

Вибір методик та розробка схеми емпіричного дослідження здійснювались на основі ретельного аналізу психодіагностичних інструментів, валідних до вивчення саногенної рефлексії та стилів материнського ставлення до дитини. Психодіагностичний комплекс склали такі методики: когнітивно-емотивний тест (KET) (Ю.М. Орлов, С.М. Морозюк); тест рефлексії діяльності (В.Д. Шадриков, С.С. Кургінян); опитувальник «Диференціальний тип рефлексії» (Д.О. Леонтьєв, К.М. Лаптева, Є.М. Осін); методика «Самооцінка емоційних станів» (Г. Айзенк); опитувальник для батьків «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) (Е.Г. Ейдемільер, В.В. Юстіцкіс); тест-опитувальник батьківських ставлень (ОБС) (Г.Я. Варга, В.В. Столін).

Емпіричне дослідження передбачало психодіагностичне обстеження 248 матерів віком 20-35 років, які виховують дітей дошкільного віку, запрошених за сприяння Центру соціальних служб Одеської Міської Ради, Центру інтегрованих соціальних послуг, Центру для жінок (жінок з дітьми). Результати дослідження пройшли багатоетапну обробку, що поєднувала якісні та кількісні методи, що містять математичний та статистичний аналіз отриманих даних, з використанням статистичного пакета IBM SPSS Statistics 23.0 Desktop постраждалих від насильства. Достовірність отриманих результатів забезпечувалася репрезентативністю вибірки та застосуванням непараметричного статистичного методу обробки даних U-критерій Манна-Уїтні, коефіцієнта рангової кореляції r-Спірмена.

В нашому дослідженні під стилем поведінки ми розглядаємо форму прояву характерного ставлення, в основі якого лежить досвід повсякденного життя (установки, переконання, мотиви, інтереси та потреби). А стиль поведінки, як зовнішня форма характерних відносин виражається в сукупності захисних стратегій, компенсаторних прийомів поведінки.

Емпірично виявлено взаємозв'язок стилів материнського ставлення до дитини з її емоційними станами та рефлексією. На основі виявлених достовірних відмінностей у емоційних станах матерів, які виховують дітей дошкільного віку, було проведено кореляційний аналіз взаємозв'язків рівня вираженості у них станів агресивності, фрустрованості, тривожності, ригідності та різних параметрів рефлексії. На основі аналізу достовірно значущих кореляційних зв'язків встановлено, що:

показник емоційних станів «Агресивність» на 5% рівні додатно корелює з показниками «Обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі» (0,57), «Агресія проти інших» (0,73), «Захист від страху невдачі» (0,70), «Невідповідність поведінки інших очікуванням» (0,57), а також від'ємно корелює з показниками «Відхід з ситуації» (-0,69) та «Саногенне, реалістичне мислення» (-0,56);

показник емоційних станів «Фрустрація» на 5% рівні: додатно корелює з показниками «Захист від почуття провини» (0,60), «Захист від почуття сорому» (0,72), «Захист від страху невдачі» (0,64), «Захист від заздрості» (0,72), «Відхід з ситуації» (0,57), «Саногенне, реалістичне мислення» (0,59), «Мислення що апелює» (0,63), а також від'ємно корелює з показниками «Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому» (-0,53), «Порушення провини в інших» (-0,62) та «Агресія проти самого себе» (-0,60);

показник емоційних станів «Тривожність» на 5% рівні додатно корелює з показниками «Захист від почуття провини» (0,56), «Захист від почуття сорому» (0,59), «Саногенне, реалістичне мислення» (0,62), а також від'ємно корелює з показником «Мислення що апелює» (-0,54);

показник емоційних станів «Ригідність» на 5% рівні додатно корелює з показниками «Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому» (0,71), «Раціоналізація «знецінення об'єкта» (0,70), «Захист від страху невдачі» (0,79), «Захист від заздрості (0,75), «Захист від почуття сорому» (0,56), «Відхід з ситуації» (0,63), «Мислення що апелює» (0,55), а також від'ємно корелює на 1% рівні з показником «Порушення провини в інших» (-0,77).

Ці дані свідчать про переважно компенсаторний (захисний) характер рефлексії матерів, спрямований на психологічний захист від власних негативних емоційних переживань сорому, провини, страху невдачі та заздрості. Підтвердженням цьому є те, що в ході подальшого дослідження не було виявлено статистично значущих зв'язків патогенних стилів батьківського ставлення з показником саногенної рефлексії «Саногенне мислення».

В основі стилів батьківського ставлення «гіперпротекція», «мінімальність/надмірність вимог-заборон», «мінімальність/суворість санкцій», «розширення сфери батьківських почуттів», «фобія втрати дитини», «прийняття/відкидання», «кооперація», «симбіоз» та «маленький невдаха» знаходяться захисні стратегії від «переживання негативних емоцій», «страху невдачі», «заздрості», «образи», «провини» та «сорому». Такі рефлексивні стратегії матерів є патогенними, оскільки спрямовані на захист від власних переживань, зняття емоційної напруги, а не на вирішення проблем у вихованні та розвитку дитини дошкільного віку. Кожна з цих стратегій має свій специфічний набір рефлексивних тактик їх поведінкової реалізації у ставленні матері до дитини.

Визначено, що кожному стилю материнського ставлення до дитини відповідає якісно та змістовно своєрідний рефлексивний образ. Цю своєрідність представлено не тільки стратегічною спрямованістю на захист від негативних переживань, але характерними рефлексивними та поведінковими тактиками. Ці рефлексивні образи базовані не лише на достовірних взаємозв'язках захисної рефлексії матері, але й дозволяють виділити її рефлексивні стратегії (на що спрямована рефлексія в діяльності, в поведінці, в

ситуаціях, що вимагають свого вирішення) та рефлексивні тактики (характерні розумові автоматизми, що повторюються з високою ймовірністю в подібних проблемних ситуаціях).

У **другому** розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [9, 13, 15, 16, 20, 21, 24, 27, 32, 41, 42, 43, 68, 94, 97, 113, 116, 119, 121, 127, 130, 139, 141, 144, 146, 152, 155, 156, 166, 168, 170, 174].

Матеріали **другого** розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [7, 8, 158].

РОЗДІЛ 3. ФОРМУВАННЯ САНОГЕННОЇ РЕФЛЕКСІЇ МАТЕРІВ

3.1. Обґрунтування та опис програми розвитку саногенної рефлексії матерів

Теоретичний аналіз психологічної літератури та результати констатуювального етапу емпіричного дослідження засвідчили, що існує необхідність впровадження тренінгової програми яка спрямована на формування саногенної рефлексії матерів. Експериментальна частина нашого дослідження, як зазначалося раніше, включала в себе декілька етапів. Останній етап – це розробка тренінгової програми, яка базується у нашій роботі на отриманих раніше теоретико-метологічних та емпіричних даних.

При розробці тренінгової програми ми враховували рефлексивні образи матерів у яких було виявлено вираженість показників захисної рефлексії від переживань почуття провини, заздрості, образи, сорому, страху невдачі.

На формувальному етапі дослідження здійснювалась апробація тренінгової програми, спрямованої на розвиток саногенної рефлексії матері. На контрольному етапі дослідження в експериментальній та контрольній групах двічі здійснювалась діагностика особливостей саногенної рефлексії за методиками: когнітивно-емотивний тест (КЕТ) (Ю.М. Орлов, С.М. Морозюк); тест рефлексії діяльності (В.Д. Шадриков, С.С. Кургінян); опитувальник «Диференціальний тип рефлексії» (Д.О. Леонтьєв, К.М. Лаптева, Є.М. Осін). Беручи до уваги той факт, що стиль ставлення матері до дитини відображає емоційний фон їх стосунку, нами на формувальному етапі було додатково продіагностовано домінуючий емоційний стан значимого дорослого за допомогою «Тематичного апперцептивного тесту» (Г.А. Мюррей) та характер усвідомлюваних і неусвідомлюваних установок у ставленні матері до різних сторін материнського буття за допомогою методики «Незакінчені речення» (С. Леві, Д. М. Сакс).

Порівняння середніх показників в експериментальній та контрольній групах, дозволило нам побачити особливості та можливості реалізації

тренінгової програми розвитку саногенного мислення матерів, необхідного для формування емоційного благополуччя дитини.

Після емпіричного етапу дослідження, респонденткам, у яких було діагностовано рефлексивні образи патогенного стилю ставлення до дитини (з вираженістю захисної рефлексії від переживань почуття провини, заздрості, образи, сорому, страху невдачі), було запропоновано взяти участь у тренінговій програмі, спрямованій на розвиток саногенної рефлексії та конструктивного ставлення до дитини.

Для визначення ефективності впровадження розробленої програми реалізовано експериментальне дослідження за планом для двох еквівалентних груп з попереднім та підсумковим тестуванням. Відповідно до плану перед проведенням експерименту всі випробувані, які виявили бажання стати учасниками апробації були розподілені на експериментальну та контрольну групи за методом попарного відбору, сутність якого полягає у знаходженні пар випробуваних, максимально подібних за значущими для експерименту показниками. Такий спосіб створення еквівалентних груп, за умовою підтвердження їх еквівалентності, допомагає уникнути можливої помилкової варіативності, яка притаманна при рандомізованому розподіленні або залученні реальних груп, а отже, здатний підвищити надійність результатів експерименту.

Отже, експериментальна група (28 осіб) була створена з метою апробації тренінгової програми спрямованої на розвиток саногенної рефлексії значимого дорослого і впливу на емоційне благополуччя дитини.

Контрольна група (26 осіб) була незацікавлена в розвитку саногенної рефлексії та не знайома з технологією саногенного мислення.

Дані початкового етапу експерименту показали, що розвиток саногенної рефлексії респонденток в експериментальній і контрольній групах був приблизно однаковим (табл.3.1). Так, спираючись на дані про середні значення показників захисної рефлексії, можна визначити, що за деякими з них у експериментальній групі вони менш ніж на 1 бал нижчі за оцінки у

контрольній групі. Це показники, що характеризують обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі, почуття провини, образи, проекцію на інших, захист від страху невдачі та від заздрості, самоприниження Я, саногенне, реалістичне мислення, а також апелююче мислення.

Ці дані дають підставу констатувати, що незважаючи на наявність певних відмінностей між експериментальною та контрольною групами, до початку експерименту групи суттєво не відрізнялися, а отже їхня еквівалентність на попередньому етапі експерименту була безсумнівною.

Таблиця 3.1

Відмінності у показниках саногенної рефлексії між учасниками експериментальної та контрольної груп до початку експерименту

Показники	Експериментальна група		Контрольна група		U-критерій Манна-Уїтні
	х	σ	х	σ	
1	2	3	4	5	6
Обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі	14,82	2,26	15,23	2,73	312,0
Обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини	15,57	2,53	16,31	2,38	298,5
Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому	16,61	2,48	15,85	1,99	299,0
Обсяг захисної рефлексії при репродукції образи.	12,71	2,58	13,23	2,20	321,0
Агресія проти інших.	6,75	2,37	6,69	1,38	354,0
Агресія проти самого себе.	7,75	2,37	7,31	1,91	318,0
Раціоналізація «знецінення об'єкта»	5,21	2,17	4,92	1,90	331,0
Раціоналізація обставинами	5,32	1,81	4,96	1,48	320,0

Продовження табл.3.1

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Проекція на інших	5,04	2,56	5,19	2,02	355,0
Захист від почуття провини	7,79	2,35	7,54	1,90	344,0
Захист від почуття сорому	6,11	2,48	5,50	1,61	283,0
Захист від страху невдачі	4,86	2,37	5,23	2,23	339,0
Захист від заздрості	3,68	1,61	3,85	1,54	342,0
Захист від образи	8,68	2,36	8,65	1,20	320,5
Відхід з ситуації	11,89	2,06	11,65	1,65	334,5
Самоприпинення Я	6,04	2,52	6,35	1,83	340,0
Активация провини в інших	3,04	1,37	2,92	1,35	347,0
Саногенне, реалістичне мислення	11,25	2,55	11,42	1,77	360,5
Невідповідність поведінки інших очікуванням	5,04	1,91	4,85	1,78	337,0
Апелююче мислення	3,46	1,82	3,65	1,57	338,5
Інформаційна основа діяльності	17,75	3,00	18,65	3,10	299,0
Мотивація та цілепокладання діяльності	18,07	2,00	18,42	1,79	337,5
Прийняття рішення та здійснення діяльності	19,93	2,37	19,38	1,53	266,0
Загальний показник рефлексії діяльності	55,75	5,52	56,46	4,62	344,5
Системна рефлексія	34,57	3,60	34,62	4,02	342,5
Інтроспекція (самоаналіз)	26,11	3,50	27,23	3,04	278,0
Квазірефлексія (фантазування)	28,54	3,32	27,23	2,86	236,0

Примітка. $\bar{x}$ – середнє арифметичне значення показника, σ – стандартне відхилення.

Перед проведенням тренінгової програми, також було проведено діагностику, присвячену визначенню актуального емоційного стану учасників групи, яка піддалася кількісній та якісній обробці за допомогою методу контент-аналіз. Контент-аналіз є кількісним і якісним методом дослідження

різних матеріалів для визначення власного висновку. Як правило, проведення контент-аналізу складається з трьох етапів: по-перше – визначення об'єкта аналізу, в даному випадку, актуальний емоційний стан матері; по-друге – кількісний підрахунок згадок про об'єкт, які емоційні стани проявляються у фразях респондентів і як часто збігається згадка про одні й ті ж стани; по-третє – інтерпретація та оцінка отриманих даних.

Таким чином, ми отримали результати вираженості актуального емоційного стану респондентів експериментальної та контрольної групи методом контент-аналізу за проективним тестом «Тематичний апперцептивний тест» (ТАТ), які наведені нижче на рисунку 3.1.

З рисунку 3.1 ми бачимо, що у респондентів експериментальної групи відсутні яскраво виражені емоційні стани, але вони переживають «страх» (16), «сумнів» (14) та «смуток» (11). А у респондентів контрольної групи переважно знижений фон настрою та емоційного стану, що виявляється в переважанні «страху» (25), «роздратування» (13), «смутку» (12) та «відчаю» (12). Ці стани можна схарактеризувати як негативні емоційні стани.

Аналізуючи результати, отримані за допомогою методики «Незакінчені речення» (С. Леві, Д. М. Сакс), ми бачимо вираженість у респонденток експериментальної групи показників проблеми окремих шкал, які є в площині наукового інтересу нашого дослідження. Для аналізу та інтерпретації було виділено 11 шкал, зберігаючи їх черговість, представлену в оригінальному варіанті методики, але наповнюючи їх іншим смисловим навантаженням, що відповідає вимогам досліджуваної проблеми:

1 шкала – «Ставлення до батька» – аналіз проєкцій матері щодо батька її дитини;

2 шкала – «Ставлення до себе» – суб'єктивне ставлення до своїх здібностей;

3 шкала – «Нереалізовані потреби» дискомфорт матері та стан фрустрації в досягненні цілей;

4 шкала – «Ставлення до майбутнього» – цілі, плани, мрії, перспективи матері, пов'язані з нею та з її дитиною;

5 шкала – «Страхи і побоювання» – оцінка переживання матір'ю страху за своє життя та дитини;

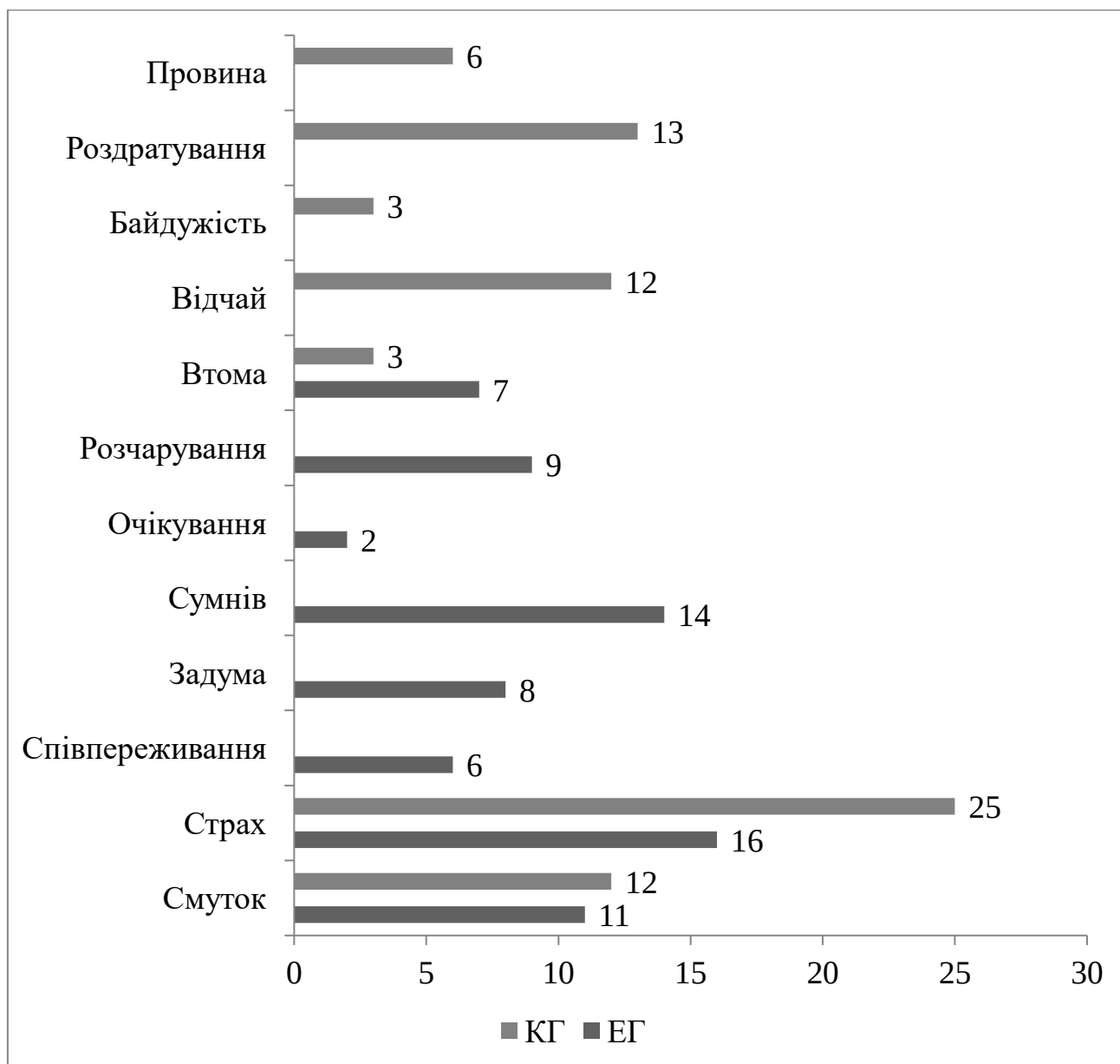


Рис.3.1. Вираженість емоційних станів матерів в експериментальній та контрольній групах

6 шкала – «Ставлення до минулого» – оцінка емоційної прив'язки до подій минулого матері, здатність перед внести аналіз минулих подій в сьогодення і майбутнє;

7 шкала – «Ставлення до протилежної статі» – проекція матері щодо своєї дитини;

8 шкала – «Особисте життя» – впевненість в своїх навичках в особистому житті або здатність встановлювати стосунки;

9 шкала – «Ставлення до сім'ї» – ставлення матері до членів сім'ї та до розуміння ставлення до родини в цілому;

10 шкала – «Ставлення до матері» – проекція ставлення респондентки до своєї матері та особиста проекція на роль «матері»;

11 шкала – «Почуття провини» – вираженість у респондента захисту від почуття провини.

На рисунку 3.2. представлені результати, які демонструють вираженість показників за цими шкалами в експериментальній та контрольній групах.

Бачимо, що є емоційний конфлікт у респондентів обох груп в усіх областях, особливо в таких: «ставлення до майбутнього», «ставлення до протилежної статі», «ставлення до себе», «ставлення до сім'ї». Респонденти демонструють занепокоєння, що сім'я не сприймає матір як зрілу особистість, і тому відчуває труднощі в спілкуванні і з членами сім'ї, і в стосунках з протилежною статтю.

Після фіксування результатів діагностування, з експериментальною групою було апробовано тренінгові програму спрямовану на розвиток саногенної рефлексії матерів у проекції її впливу на емоційне благополуччя дитини.

Мета тренінгової програми полягала у опануванні учасницями технологією саногенного мислення та рефлексії, підвищенні материнської усвідомленості та компетентності у ставленні до дитини, розвитку емоційного інтелекту та розширенні уявлень про віковідповідні психологічні потреби дітей-дошкільників та конструктивні форми їх задоволення.

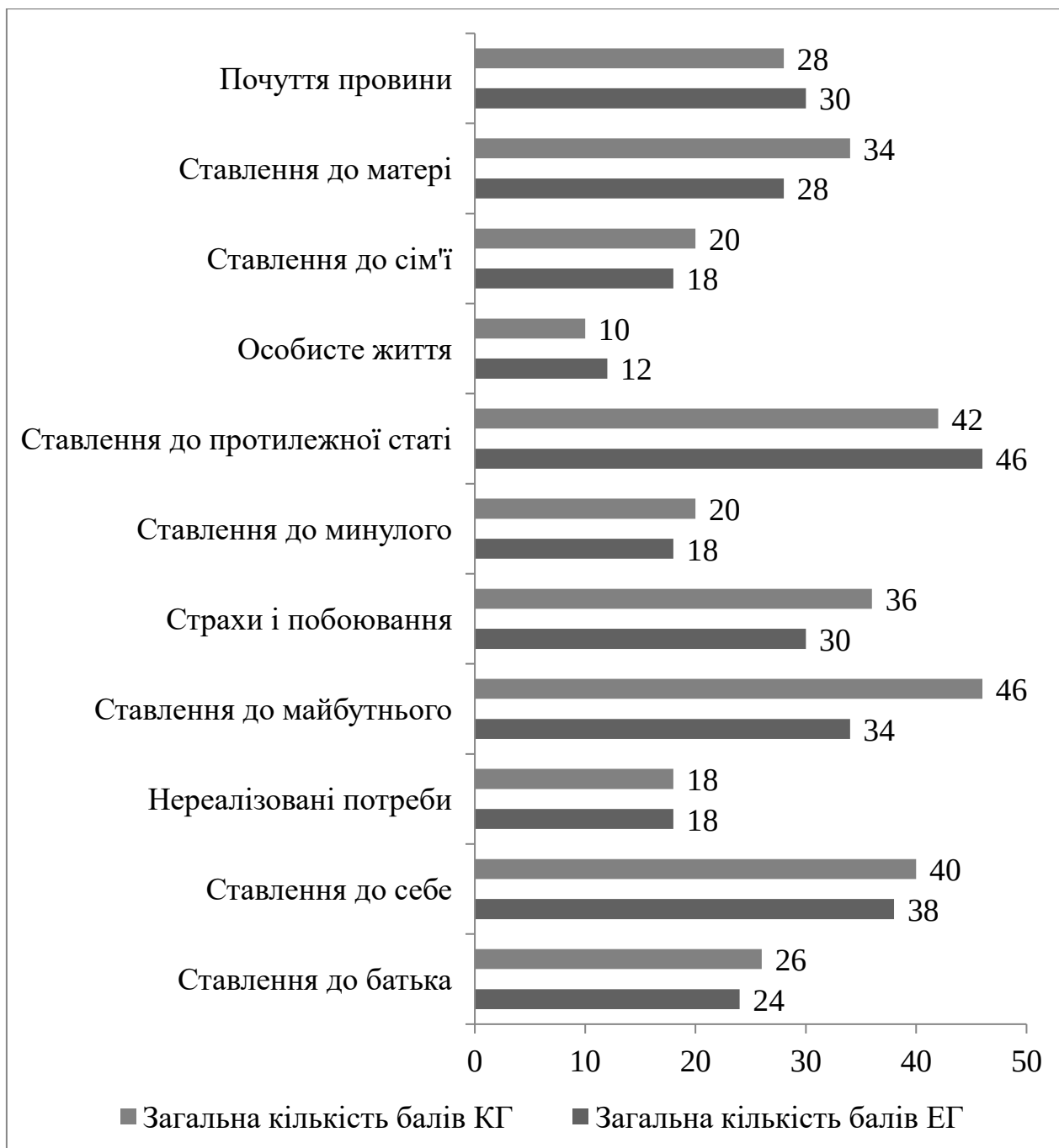


Рис. 3.2. Вираженість показників за шкалами методики «Незакінчені речення» (С. Леві, Д. М. Сакс) в експериментальній та контрольній групах

Для її реалізації сформульовано такі завдання:

- 1) розвиток безумовного прийняття матір'ю своєї дитини;
- 2) сприяння дослідженню особливостей та усвідомленості чинників сприйняття матір'ю своєї дитини, впливу неусвідомлюваних почуттів і установок на виховання; сприяння оздоровленню дитячо-материнських стосунків;

3) ознайомлення зі змістом та наслідками впливу на дитину різних стилів ставлення до дитини;

4) опанування технік саморегуляції психічними станами, розвиток екологічних форм вираження та управління емоціями (гніву, страху, смутку, сорому, провини, заздрості) у стосунках з дитиною;

5) вироблення вміння створювати атмосферу психологічної безпеки для дитини;

6) мотивування матерів до саморозвитку та формування вміння піклуватися про себе;

7) розвивати психологічну компетентність матерів шляхом усвідомлення і осмислення, аутоаналізу, діалогового спілкування.

Програма тренінгу ґрунтувалася на ключових принципах групової роботи: психологічної безпеки, активності, об'єктивації поведінки, партнерського спілкування та добровільності..

Структура і зміст модулів тренінгової програми представлені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Назва	Опис	Зміст
Теоретичний	Аналіз причин і механізмів зародження емоцій, методи управління ними	Теорія і практика саногенного мислення і саногенної рефлексії. Технологія роботи з негативними емоціями. Роздуми про емоції (на прикладі почуття образи і страху невдачі). Способи переживання та регуляції негативних емоцій.

Продовження табл.3.2

Назва	Опис	Зміст
-------	------	-------

Діагностич- ний	Виявлення причин відчуття психологічного та емоційного дискомфорту, що забезпечить мотивацію на зміну наявних у учасників неконструктивних установок, що приводять до негативних емоційних переживань	Вивчення основних механізмів захисту, що запускають переживання образи, провини, заздрощів, страху невдачі, сорому
Практичний	Відпрацювання навичок саногенної рефлексії для підвищення емоційної стійкості	Освоєння нового стилю саногенного мислення та саногенної рефлексії. Аутопсихоаналіз почуття образи та страху невдачі. Визначення основних рефлексивних стратегій в результаті захисту від переживань образи і страху невдачі.
Підсумковий	Проведення контрольного тестування, з метою отримання від учасників контрольної та експериментальної групи уявлення про їх актуальний емоційний стан, їх розуміння емоційного благополуччя.	Отримання уявлення про існуючі переконання в рамках проведення контрольного зрізу тестування з урахуванням проходження експериментальною групою тренінгу з саногенної рефлексії стосовно у проєкції на покращення емоційного благополуччя дитини.

Всі чотири блоки взаємодоповнюють один одного. Теоретичні знання перевіряються в тренінгових вправах. Ситуації, що виникають в тренінгу

рефлексуються учасниками тренінгу та призводять до теоретичних узагальнень, зростання рівня усвідомленості.

Програма тренінгу має в основі теоретико-експериментальну базу з розвитку саногенної рефлексії, яка в результаті сприятиме підвищенню рівня психологічного благополуччя матері для дитини.

Важливою умовою роботи тренінгової групи була підтримка позитивного та довірливого настрою, а також перебування учасників тренінгу після кожного заняття в стані роздумів про те, що обговорювалось на занятті. Форми роботи: групова, індивідуальна, домашні завдання. Тренінгові заняття склались з трьох частин: «розігрів» групи, змістовна (інформаційна) та підсумкова частини.

Робота у тренінговій програмі спрямована на розвиток навичок саногенного мислення та рефлексії. У таблиці 3.3 наведено зміст та структура тренінгової програми.

Таблиця 3.3

Навчально-тематичне планування

Тема заняття	Мета заняття	Зміст заняття
Тренінг з гармонізації дитячо-батьківських стосунків	Вчити батьків безумовно приймати свою дитину; сприяти дослідженню особливостей сприйняття матір'ю своєї дитини, неусвідомлюваних почуттів і установок на виховання; сприяти	Знайомство Вправа «Самопрезентація» та «Очікування» Вправа «Правила роботи» Вправа «Дитина в нас» Дискусія на тему «Хто я як мати?» Вправа «Вплив слів на дитину» Дискусія на тему «Шкідники спілкування» Вправа «Що я знаю про свою дитину?»

Продовження табл.3.3

Тема заняття	Мета заняття	Зміст заняття
--------------	--------------	---------------

	оздоровленню дитячо-батьківських взаємин.	Вправа «Долоньки» Дискусійні обговорення, питання Заключне слово
Управління гнівом	Сприяння усвідомленню матерями негативного впливу проявів гніву на розвиток дитини, розширення способів управління гнівом.	Вправ «Я відчуваю» Експрес-опитування Вправа «Діти вчаться спостерігаючи» Вправа «Наскільки я розгнівана?» Вправа «Візуалізація як спосіб припинення гніву» Вправа «Крок – раз!» Заклучне слово
Вчимося піклуватися про себе	Створення атмосфери психологічної безпеки, мотивування матерів до саморозвитку та формування вміння піклуватися про себе.	Вправа «Знайомство» Вправа «Правила роботи» Вправа «Очікування» Вправа-демонстрація «Наповнюємо склянку» Творче завдання «Вірш про себе» Відео-притча «На що ми витрачаємо життя?» Заклучне слово
Стежкою батьківської мудрості	Сприяння підвищенню психологічної материнської компетентності шляхом усвідомлення і осмислення	Вправа «Знайомство» Притча «Два янголи» Вправа «Мух краще ловити на мед» Інформаційне повідомлення «Три шляхи у вихованні» Вправа-показ «Емоційний світ дитини»

Продовження табл.3.3

Тема заняття	Мета заняття	Зміст заняття
--------------	--------------	---------------

	механізмів діалогічного спілкування; ознайомлення зі стилями батьківського спілкування з дітьми.	Вправа «Потреби дитини для всебічного розвитку» Вправа «Моє спокійне місце» Вправа «Оплески» Заключне слово
--	---	---

Тренінгова програма розрахована на 4 заняття, які мають проводитись у вихідний день раз на тиждень або у два тижні.

Наведемо приклад такого заняття на прикладі заняття з гармонізації дитячо-батьківських відносин. Повний зміст програми наведено у Додатку 3.

Мета:

- *вчити матерів безумовно приймати свою дитину;*
- *сприяти дослідженню особливостей сприйняття матір'ю своєї дитини, неусвідомлюваних почуттів і установок на виховання;*
- *сприяти оздоровленню дитячо-батьківських стосунків.*

Хід заняття:

Знайомство. Вправа «Самопрезентація» та «Очікування». Учасницям видають картки та олівці для оформлення «візитівок». Через деякий час (5-10 хв.) необхідно пред'явити свою «візитівку», розповісти коротко про себе, про свої очікування та побоювання, пов'язані з тренінгом.

Правила роботи групи: (5 хвилин)

- доброзичливе ставлення один до одного;
- не критикувати;
- принцип тут та зараз;
- відкритість у спілкуванні;
- активна участь;
- повага до виступаючого;

- дотримання регламенту.

Вправа «Дитина в нас». Кидаючи м'яч, учасниці звертаються один до одного з фразою: «Мені здається, в дитинстві ти була...» У відповідь кожен може погодитися чи ні з даною їй характеристикою. Ця вправа допомагає учасницям глибше познайомитися, крім того сприяє активізації дитячого его-стану матерів, що створює базу для подальшої психокорекційної роботи. (10 хвилин)

Дискусія на тему «Хто я як мати?» (20хв).

Питання:

- Чи подобається Вам бути матір'ю?
- Чи подобається Вам бути такою матір'ю, якою Ви є насправді?
- Що саме в Ваших материнських функціях Вам подобається найбільше, а що ні? Чому?
- Як добре Ви знаєте свою дитину? За якими критеріями Ви робите такий висновок?
- Якою Ви б хотіли бачити свою дитину?
- Як Вам здається, Ваша дитина змогла би відповідати цьому образу?
- Що для цього потрібно?
- Чи знає Ваша дитина те, якою Ви б хотіли її бачити?
- Вона прагне до того, щоб відповідати цьому образу?
- Ви часто звертаєтеся до фахівців або читаєте в книгах про особливості розвитку особистості дитини. Якщо так, то для чого Ви це робите?

За підсумками дискусії група аналізує відповіді, обговорює спірні питання.

Слово ведучого про проблеми спілкування. (10 хвилин)

Спілкування так само необхідно дитині, як і їжа. Дитина, яка отримує повноцінне харчування і хороший медичний догляд, але позбавлена постійних

контактів з дорослими, погано розвивається не тільки психічно, але й фізично: вона погано росте, худне, втрачає інтерес до життя.

Якщо продовжити порівняння з їжею, то можна сказати, що спілкування може бути не тільки здоровим, але й шкідливим. Погана їжа отруює організм, невірне спілкування, отруює психіку дитини, ставить під удар її психічне здоров'я, емоційне благополуччя, а згодом, звичайно, і її долю.

Завдання.

Давайте уявимо ситуацію: ваша дитина робить щось не так, вам це не подобається. Чи зможете сказати дитині в цей момент, що любите її? Як ви це скажете? (Приклад: якщо ти будеш хорошим хлопчиком (дівчинкою) я буду тебе любити, або не чекай від мене доброго поки ти не перестанеш (лінуватися, битися, грубити і т.п.), доки не почнеш (добре вчитися, допомагати по дому, слухати.)) Давайте прислухаємося до цих фраз. Ми висуваємо ряд умов, тобто, прямо повідомляємо дитині, що її приймають умовно, що її люблять (або будуть любити) тільки якщо. Питання ведучого: в чому ж причина такого оціночного ставлення до дітей? (віра в те, що нагороди і покарання головні виховні засоби). Однак, частіше спрацьовує така закономірність: чим частіше дитину лають, тим гіршою вона стає.

Питання:

- 1) Чи можна ставитися інакше?
- 2) Згадайте, будь ласка, скільки разів за сьогодні або вчора ви обійняли свою дитину?

Ведучий: Різні вчені стверджують, що просто для виживання дитині необхідно чотири обійми на день. А для гарного самопочуття потрібно не менше восьми в день!

Психологами доведено, що потреба в любові є однією з фундаментальних людських потреб та необхідною умовою нормального розвитку дитини.

Вправа (практична – у вправі можна використовувати ляльку).
Задовольніть цю потребу дитини, показавши, що вона вам дорога та потрібна. Як ви це зробите? (привітний погляд, посмішка, ласкаві дотики, прямі слова: як добре, що ти у нас з'явилася, я рада тебе бачити, я люблю, коли ти вдома, мені добре, коли ми разом).

Висновок: це все знаки безумовного прийняття дитини. Отже основний принцип – безумовне прийняття.

Вправа (15 хв.).

Зосередьтеся, розділіть аркуш паперу вертикально навпіл. З ліва поставте «+», з права «-». Запишіть всі випадки, коли ви зверталися до дитини протягом дня з емоціями, позитивними висловлюваннями (радісним вітанням, схваленням, підтримкою) і скільки - з негативними (докором, зауваженням, критикою).

А тепер підрахуйте «+» та «-». Навіть якщо кількість «+» та «-» однакова, то зі спілкуванням не все благополучно. А якщо переважають «-» – варто серйозно задуматися.

Домашнє завдання: Заведіть вдома такий же листочок і заповнюйте його кілька днів. А потім проаналізуйте.

Вправа Вплив слів на дитину (практичний досвід).

Нам потрібні: склянка води – це дитина (чиста, прозора, наївна); сіль – грубі, солоні слова; перець – пекучі, образливі слова; горстка землі – неувага, байдужість.

А зараз все це добре треба перемішати. І що ми отримали? Емоційний стан дитини! Скільки потрібно часу, щоб все це осіло, забулося? А варто лише легенько збовтати – і все піднімається знову догори та знову обернеться стресами, неврозами, гіперактивністю.

Пам'ятайте про це, пам'ятайте про знаки безумовного прийняття дитини, які потрібні їй. Безумовно приймати дитину – означає любити її не за те, що

вона гарна, розумна, здатна, що вона є відмінником, помічником, а просто так, просто за те, що вона є!

Дискусія на тему «Шкідники спілкування». (15 хв.)

Батькам пропонується серія висловлювань, які містять елементи деструктивності. Завдання групи виявити в чому помилковість цих фраз і змінити їх.

* «Якщо ти негайно не сядеш за уроки, я не дозволю тобі ввечері піти гуляти на вулицю», «Або ти зараз же йдеш спати, або я замикаю тебе в темній кімнаті одного» – Погроза.

* «Швидко додому!», «Марш в ліжко!», «Сідай за стіл!» – Накази.

* «Ти знову погано порізав хліб», «Ти дуже неакуратно їси», «Ти нечепура» – Негативна критика.

* «Ти вчинив як дурень», «Ти впертий, як осел» – Образливі прізвиська.

* «Ти повинна слухати кожне моє слово», «Ти повинна робити, так, як я кажу», «Ви не повинні так кричати коли граєтеся» – Слова-«боржники».

Рефлексія.

Домашнє завдання. Самоспостереження (батькам необхідно звернути увагу на те, як вони висувають вимоги дитині, як дитина зазвичай реагує на прохання батьків, а також проаналізувати як часто та яким чином вони хвалять дитину).

Вправа «Що я знаю про свою дитину?». (20 хв.)

• Випишіть у рядок 10 слів, фраз, які найбільш повно характеризують вашу дитину. Оцініть ступінь прояву цих характеристик (10 – яскраво проявляється, 5 – середній ступінь прояву, 1 – проявляється іноді).

Вправа «Долоньки».

Тихо звучить спокійна музика. Ведучий просить всіх присутніх закрити очі і покласти свої руки на коліна долонями вгору. Ведучий підходить до одного з учасників тренінгу, кладе свої долоні на його долоні і сідає на його місце, а той продовжує вправу, і т. д. Вправа виконується мовчки протягом 5–7 хвилин.

Ведучий просить поділитися відчуттями та враженнями тих, до кого підійшли під час вправи («Як змінювався ваш стан?») і до тих, до кого не підійшли («Що Ви відчували?»).

Чому вчить нас ця вправа?

Підсумок ведучого: «Для дітей дуже важливо відчувати дотик, увагу дорослих до себе. Коли долоні однієї людини торкаються до долонь іншої, відбувається контакт двох людей; і третього немає, ніхто не може втрутитися в контакт матері з дитиною – ні батько, ні бабуся, ні інші діти. Звичайно, цей контакт не повинен бути спрямований проти когось третього, інакше це призведе до формування невротичної особистості дитини!

Домашнє завдання для батьків.

Спробуйте виконати наступне:

1) Протягом чотирьох днів після тренінгу, яких за жодних обставин не підвищувати голос на дитину. Можна попросити дитину виконувати ваші розпорядження іншим способом. Головне - без крику.

2) Протягом двох днів після тренінгу намагайтеся працювати над собою та своїми висловлюваннями. Наприклад, замість «Іди спати» питання: «Спати ляжеш зараз або через 10 хвилин?»; «Молока повну склянку налити або половину?»; не «Роби як я скажу», а «Може ти зробиш як я запропоную?».

3) У хвилину сильного роздратування на дитину сісти навпроти неї та протягом хвилини розглядати її від маківки до п'ят, намагаючись виявити в неї свої риси. Як ви думаєте, чим має закінчитися ця вправа?:

- Визначте, скільки з перерахованих характеристик можна віднести до однієї з наступних категорій: позитивна (+); негативна (-); нейтральна (0).

- Поставте себе на місце дитини, яку ви тільки що характеризували та одним словом оцініть свої почуття з приводу цієї оцінки.

Дискусійні обговорення, питання

- Скільки часу в день ви приділяєте спілкуванню з вашою дитиною?
- У який час протягом дня ви найчастіше спілкуєтеся зі своєю дитиною?
- На які теми ви розмовляєте з дитиною найчастіше?
- Ви спілкуєтеся з дитиною також як і з близькими друзями? Чому?
- Чи подобається вам те, як ви спілкуєтеся з дитиною? Чому?

3.2. Апробація та обговорення ефективності тренінгової програми розвитку саногенної рефлексії матері.

На наступному етапі нашого дослідження було проведено перевірку ефективності розробленої тренінгової програми. Для реалізації цього завдання, було організовано зустріч з матерями контрольної та експериментальної груп в рамках контрольного тестування з метою аналізу ефективності проведення програми. Було проведено діагностування особливостей саногенної рефлексії, актуального емоційного стану учасників групи, результати якого пройшли кількісну та якісну обробку за допомогою методу контент-аналізу.

У контрольній групі (26 осіб) не було передбачено оволодіння технологією саногенної рефлексії. Респондентам контрольної групи не давалася установка на самостійну роботу з літературою за технологією саногенного мислення і саногенної рефлексії. Учасницям контрольної групи була запропонована зустріч в рамках контрольного тестування, з метою збору інформації щодо проблемних питань, пов'язаних з вихованням дітей, і аналізу отриманої інформації.

Як було показано у попередньому параграфі, до початку експерименту статистично достовірні відмінності між експериментальною та контрольною групами до початку експерименту були відсутні. Для доказу ефективності впровадження розробленої нами програми необхідно: 1) визначити, чи є

статистично достовірними зміни, що відбулися в результатах дослідження респонденток експериментальної групи після завершення експерименту; 3) визначити зміни, що відбулися в оцінках матерів контрольної групи після завершення експерименту, та ступінь їхньої достовірності; 4) визначити відмінності між показниками рефлексії у учасниць експериментальної та контрольної груп після завершення експерименту та ступінь їхньої достовірності. За логікою експериментування, програма може вважатися ефективною, якщо протягом експерименту в експериментальній групі відбулися значні зміни, що свідчать про зростання саногенного мислення, в той час як у контрольній групі за цей період суттєвих змін не відбулося. При цьому, зважаючи на попередню еквівалентність груп, на підсумковому етапі ми очікуємо, що відмінності між експериментальною та контрольною групами набудуть статистично значущих масштабів.

Виходячи з такої логіки аналізу результатів, перш за все, проведено порівняння оцінок попереднього та після експериментального діагностування саногенної рефлексії в експериментальній групі, яке надало змогу простежити динаміку її рівня протягом експерименту (табл.3.4).

Наведені у таблиці дані про значення показників рефлексії показують, що за період від початку до закінчення експерименту у експериментальній групі статистично достовірно знизились значення показників, які характеризують обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі – у середньому на 1,61 балу ($U=232,5$; $p<0,01$), обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини - на 1,96 балу ($U=218,5$; $p<0,01$), обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому - на 2,11 балу ($U=208$; $p<0,01$), обсяг захисної рефлексії при репродукції образи – на 1,64 балу ($U=239$; $p<0,01$), а також показників агресії проти самого себе – на 1,79 балу ($U=213$; $p<0,01$), самоприпинення – на 1,71 балу ($U=222,5$; $p<0,01$), активація провини в інших – на 0,68 балу ($U=271,5$; $p<0,05$) та невідповідність поведінки інших очікуванням суб'єкта – на 1,07 балу ($U=251$; $p<0,05$).

Таблиця 3.4

**Зміни у вираженості показників саногенної рефлексії матерів
експериментальної групи протягом експерименту**

Показники	До початку експерименту		Після закінчення експерименту		U-критерій Манна-Уїтні
	х	σ	х	σ	
1	2	3	4	5	6
Обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі	14,82	2,26	13,21	2,04	232,5**
Обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини	15,57	2,53	13,61	2,10	218,5**
Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому	16,61	2,48	14,50	2,05	208**
Обсяг захисної рефлексії при репродукції образи.	12,71	2,58	11,07	1,44	239**
Агресія проти інших.	6,75	2,37	5,86	1,11	289
Агресія проти самого себе.	7,75	2,37	5,96	1,75	213**
Раціоналізація «знецінення об'єкта»	5,21	2,17	5,89	1,91	320
Раціоналізація обставинами	5,32	1,81	5,64	1,54	358,5
Проекція на інших	5,04	2,56	5,54	1,91	353
Захист від почуття провини	7,79	2,35	8,29	1,78	340,5
Захист від почуття сорому	6,11	2,48	5,25	1,65	283
Захист від страху невдачі	4,86	2,37	5,57	1,89	332
Захист від заздрості	3,68	1,61	4,14	1,24	323,5

Продовження табл. 3.4

1	2	3	4	5	6
Захист від образи	8,68	2,36	9,18	1,06	374
Відхід з ситуації	11,89	2,06	11,79	1,71	375,5
Самоприпинення Я	6,04	2,52	4,32	1,56	222,5**
Активізація провини в інших	3,04	1,37	2,36	0,99	271,5*

Саногенне, реалістичне мислення	11,25	2,55	14,25	1,71	197**
Невідповідність поведінки інших очікуванням	5,04	1,91	3,96	1,29	251*
Апелююче мислення	3,46	1,82	3,29	1,49	365
Інформаційна основа діяльності	17,75	3,00	18,75	3,00	314
Мотивація та цілепокладання діяльності	18,07	2,00	19,68	1,63	209**
Прийняття рішення та здійснення діяльності	19,93	2,37	21,68	1,59	211,5**
Загальний показник рефлексії діяльності	55,75	5,52	59,39	5,92	228**
Системна рефлексія	34,57	3,60	36,57	3,38	247,5*
Інтроспекція (самоаналіз)	26,11	3,50	27,11	4,10	291,5
Квазірефлексія (фантазування)	28,54	3,32	28,57	3,25	391

Примітки: $\bar{x}$ – середнє арифметичне значення показника, σ – стандартне відхилення; * – зміни статистично достовірні на рівні $p < 0,05$; ** – зміни статистично достовірні на рівні $p < 0,01$

Водночас відбулося суттєве зростання саногенного, реалістичного мислення – у середньому на 3 бали ($U=197$; $p < 0,01$), мотивації та цілепокладання діяльності – на 1,61 балу ($U=209$; $p < 0,01$), прийняття рішення та здійснення діяльності – на 1,75 балу ($U=211,5$; $p < 0,01$), загального показника рефлексії діяльності - на 3,64 балу ($U=228$; $p < 0,01$) та показника системної рефлексії на 2 бали ($U=247,5$; $p < 0,05$). Зміни, що відбулися за рештою показників, виявилися недостатньо значимими.

На підставі наведених даних можна з упевненістю зробити висновок про те, що у групі матерів, які були залучені до впровадження розробленої програми, відбулося послаблення впливу рефлексивних способів захисту від

негативних переживань, та посилення конструктивних, адекватних форм самоаналізу власних вчинків, надання їм дієвого спрямування.

Водночас статистична перевірка змін, що відбулися у вираженості досліджуваних показників у учасниць з контрольної групи після проведення експерименту, показала, що за той же період, протягом якого респондентки з експериментальної групи досягли значної позитивної динаміки у проявах саногенної рефлексії, матері з контрольної групи продемонстрували несуттєві зміни у звичних розумових операціях, спрямованих на захист від небажаних переживань (табл.3.5).

Таблиця 3.5

**Зміни у вираженості показників саногенної рефлексії матерів
контрольної групи, в період від початку до закінчення експерименту**

Показники	До початку експерименту		Після закінчення експерименту		U-критерій Манна-Уїтні
	х	σ	х	σ	
1	2	3	4	5	6
Обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі	15,23	2,73	15,42	2,47	336,5
Обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини	16,31	2,38	15,96	2,37	306
Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому	15,85	1,99	15,73	1,89	323
Обсяг захисної рефлексії при репродукції образи	13,23	2,20	13,85	2,78	300,5
Агресія проти інших	6,69	1,38	6,73	1,46	332,5
Агресія проти самого себе.	7,31	1,91	6,81	1,90	294
Раціоналізація «знецінення об'єкта»	4,92	1,90	4,88	1,73	336

Продовження табл. 3.5

1	2	3	4	5	6
Раціоналізація обставинами	4,96	1,48	5,04	1,40	326
Проекція на інших	5,19	2,02	5,00	1,55	326
Захист від почуття провини	7,54	1,90	7,62	1,42	317

Захист від почуття сорому	5,50	1,61	5,77	1,42	314
Захист від страху невдачі	5,23	2,23	5,19	1,81	333
Захист від заздрості	3,85	1,54	3,88	1,34	324,5
Захист від образи	8,65	1,20	8,58	1,17	329,5
Відхід з ситуації	11,65	1,65	11,46	1,24	326
Самоприпинення Я	6,35	1,83	6,23	1,50	316
Активізація провини в інших	2,92	1,35	2,81	1,17	311,5
Саногенне, реалістичне мислення	11,42	1,77	11,27	1,93	313
Невідповідність поведінки інших очікуванням	4,85	1,78	4,96	1,46	319
Апелююче мислення	3,65	1,57	3,77	1,27	331,5
Інформаційна основа діяльності	18,65	3,10	18,35	2,86	314
Мотивація та цілепокладання діяльності	18,42	1,79	18,38	1,44	331
Прийняття рішення та здійснення діяльності	19,38	1,53	19,46	1,39	329,5
Загальний показник рефлексії діяльності	56,46	4,62	56,19	4,46	321,5
Системна рефлексія	34,62	4,02	34,42	3,67	325,5
Інтроспекція (самоаналіз)	27,23	3,04	27,54	2,16	332,5
Квазірефлексія (фантазування)	27,23	2,86	27,46	1,94	337

Примітки: $\bar{x}$ – середнє арифметичне значення показника, σ – стандартне відхилення.

Дані, наведені у таблиці 3.5 показують, що за період від початку до закінчення експерименту у контрольній групі у середніх значеннях деяких показників рефлексії відбулося невелике зниження, не більш ніж на 0,6 балу. Це показники, що характеризують обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі та образи, агресію проти інших, раціоналізацію обставинами, захист від почуття провини, від почуття сорому, від заздрості, невідповідність поведінки інших очікуванням суб'єкта, апелююче мислення, прийняття рішення та здійснення діяльності, інтроспекцію. Решта показників за цей час

дещо зросла (не більш ніж на 0,5 балу). Разом з тим, статистична перевірка цих змін за допомогою критерію Манна-Уїтні показала, що жодні з аналізованих змін, не можуть вважатися статистично достовірними, оскільки розрахункові значення U-критерію у всіх випадках перевищували U-критичне, яке у даному випадку дорівнювало 247 балів.

Отже, статистична перевірка змін, що відбулися у вираженості досліджуваних показників у учасниць з контрольної групи після проведення експерименту, показала, що за той же період, протягом якого випробувані з експериментальної групи досягли значної позитивної динаміки у розвитку саногенної рефлексії, респондентки з контрольної групи продемонстрували лише певні зміни, які є наслідками впливу випадкових подій, не пов'язаних з ходом експериментування.

Завершальним кроком доказу ефективності впроваджуваної програми було порівняння після експериментальних результатів між експериментальною та контрольною групами яке дозволило продемонструвати, що рівень саногенного мислення учасників експерименту, який до його початку був майже однаковий в обох групах, по його завершенню виявився суттєво відмінним (табл. 3.6).

Так, за середніми значеннями після закінчення експерименту у експериментальній групі виявилися вищими, ніж в експериментальній, вираженість показників саногенного, реалістичного мислення – на 2,98 балу ($U=140$; $p<0,01$), раціоналізації шляхом знецінення об'єкта – на 1,01 балу ($U=252$; $p<0,05$), мотивації та цілепокладання діяльності – на 1,3 балу ($U=201,5$; $p<0,01$), прийняття рішення та здійснення діяльності – на 2,22 балу ($U=184$; $p<0,01$), рефлексії діяльності в цілому – на 3,2 балу ($U=199,5$; $p<0,01$), системної рефлексії – на 2,15 балу ($U=247$; $p<0,05$) та квазірефлексії - на 1,11 балу ($U=247,5$; $p<0,05$).

Таблиця 3.6

Відмінності за показниками саногенної рефлексії між учасниками експериментальної та контрольної груп після експерименту

Показники	ЕГ		КГ		U-критерій Манна-Уїтні
	х	σ	х	σ	
1	2	3	4	5	6
Обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі	13,21	2,04	15,42	2,47	178,5**
Обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини	13,61	2,10	15,96	2,37	166,5**
Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому	14,50	2,05	15,73	1,89	248,5*
Обсяг захисної рефлексії при репродукції образи.	11,07	1,44	13,85	2,78	152,5**
Агресія проти інших.	5,86	1,11	6,73	1,46	237,5*
Агресія проти самого себе.	5,96	1,75	6,81	1,90	266
Раціоналізація «знецінення об'єкта»	5,89	1,91	4,88	1,73	252*
Раціоналізація обставинами	5,64	1,54	5,04	1,40	291,5
Проекція на інших	5,54	1,91	5,00	1,55	309
Захист від почуття провини	8,29	1,78	7,62	1,42	268
Захист від почуття сорому	5,25	1,65	5,77	1,42	299,5
Захист від страху невдачі	5,57	1,89	5,19	1,81	316
Захист від заздрості	4,14	1,24	3,88	1,34	343,5
Захист від образи	9,18	1,06	8,58	1,17	257,5
Відхід з ситуації	11,79	1,71	11,46	1,24	335,5
Самоприпинення Я	4,32	1,56	6,23	1,50	192**
Активізація провини в інших	2,36	0,99	2,81	1,17	297
Саногенне, реалістичне мислення	14,25	1,71	11,27	1,93	140**
Невідповідність поведінки інших очікуванням	3,96	1,29	4,96	1,46	223*
Апелююче мислення	3,29	1,49	3,77	1,27	291

Продовження табл. 3.6

1	2	3	4	5	6
Інформаційна основа діяльності	18,75	3,00	18,35	2,86	331
Мотивація та цілепокладання діяльності	19,68	1,63	18,38	1,44	201,5**
Прийняття рішення та здійснення діяльності	21,68	1,59	19,46	1,39	184**

Загальний показник рефлексії діяльності	59,39	5,92	56,19	4,46	199,5**
Системна рефлексія	36,57	3,38	34,42	3,67	247*
Інтроспекція (самоаналіз)	27,11	4,10	27,54	2,16	336
Квазірефлексія (фантазування)	28,57	3,25	27,46	1,94	243,5*

Примітки: ЕГ – експериментальна група; КГ – контрольна група; $\bar{x}$ – середнє арифметичне значення показника, σ – стандартне відхилення; * – зміни статистично достовірні на рівні $p < 0,05$; ** – зміни статистично достовірні на рівні $p < 0,01$

По завершенню експерименту також виявлено суттєві відмінності між експериментальною та контрольною групами за деякими показниками рефлексії, за якими в експериментальній групі оцінки вищі, ніж у контрольній: «обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі» – у середньому на 2,21 балу ($U=178,5$; $p < 0,01$), «обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини» – на 2,35 балу ($U=166,5$; $p < 0,01$), «обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому» – на 1,23 балу ($U=248,5$; $p < 0,05$), «обсяг захисної рефлексії при репродукції образи» – на 2,78 балу ($U=152,5$; $p < 0,01$), «агресія проти інших» – на 0,87 балу ($U=237,5$; $p < 0,05$) та «самоприниження Я» – на 1,91 балу ($U=192$; $p < 0,01$).

Отже, статистично підтверджено, що матері у експериментальній групі, які до початку експерименту демонстрували розвиток саногенної рефлексії такий самий, як і жінки контрольної групи, після закінчення експерименту стали відрізнятися за проявом звичних розумових операцій, спрямованих на захист від небажаних переживань.

Ці висновки підтверджують отримані результати вираженості актуальних емоційних станів респонденток обох груп методом контент-аналізу за проективним тестом «Тематичний апперцептивний тест» (ТАТ), наведено нижче на рисунку 3.3.

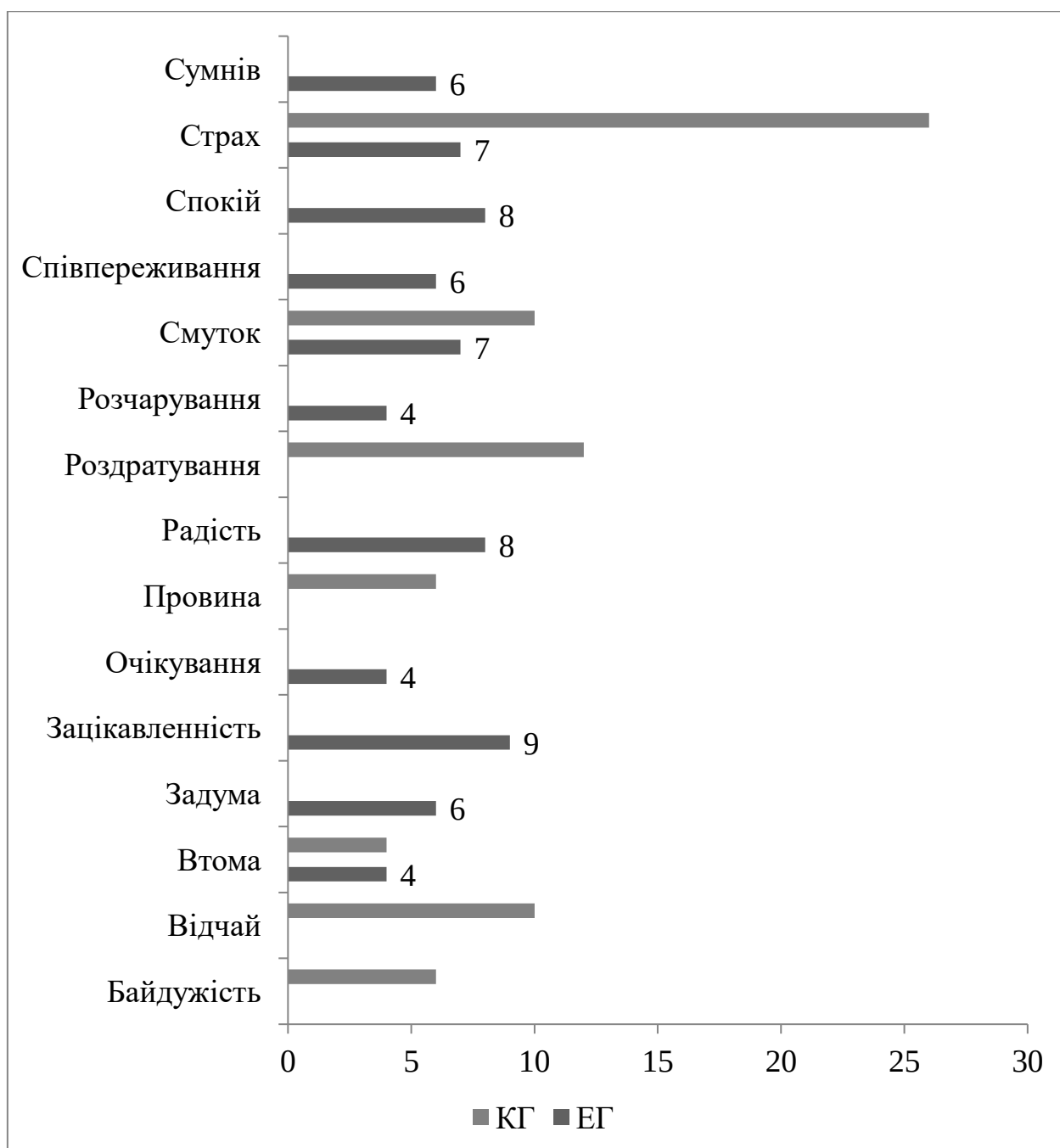


Рис.3.3.Вираженість емоційних станів в експериментальній та контрольній групі (на контрольному етапі)

З рисунку ми бачимо, що у респондентів експериментальної групи відсутні яскраво виражені стани, проте у них переважають «зацікавленість» (9), «спокій» (8) та «радість» (8). Ці стани ми характеризуємо як позитивні емоційні стани. У респондентів контрольної групи переважно знижений фон настрою і емоційного стану, що виявляється в переважанні «смуку», «страху» і «роздратуванні».

Таке явище пов'язане з наявними в учасників експериментальної групи саногенних напрацьованих звичок розуму, які і дозволяють їм відчувати позитивний фон настрою.

Аналізуючи результати, отримані за методикою «Незакінчені речення», ми бачимо вираженість показників виділених раніше 11 шкал, які респондентів діагностують розмаїття материнського ставлення контрольної групи до різних аспектів власного буття.

З рис.3.4. ми бачимо, що є емоційний конфлікт у респондентів експериментальної групи в таких областях: «ставлення до батька» (24), «ставлення до протилежної статі» (26) та «страхи і побоювання» (30). Респондентки демонструють зневагу по відношенню до батька своєї дитини, в зв'язку з приписуванням батькові своєї поведінки і думок щодо виховання дитини, а також до протилежної статі, але прагнуть, щоб їх стосунки стали ближчими.

Пусковими захисними механізмами в експериментальній групі можна вважати проекцію і страх. Але страх не втрати любові та невдачі, а страх самоствердження, контролю над своїми імпульсами, який часто виникає і не прогресує.

У респондентом контрольної групи є емоційний конфлікт в усіх областях, особливо в таких: «ставлення до майбутнього», «ставлення до протилежної статі», «ставлення до себе», «ставлення до сім'ї». Респондентки демонструють занепокоєння, що сім'я не сприймає матір як зрілу особистість, і тому відчуває труднощі в спілкуванні і з членами сім'ї, і в стосунках з протилежною статтю.



Рис.3.4. Вираженість показників за шкалами методики «Незакінчені речення» (С. Леві, Д. М. Сакс) в експериментальній та контрольній групах на контрольному етапі

Дані, представлені в таблиці 3.7, демонструють нам статистично значущі зміни майже всіх показників шкал (крім шкал «ставлення до батька», «нереалізовані потреби» та «особисте життя»).

**Відмінності в прояві вираженості показників за шкалами методики
«Незакінчені речення» в експериментальній та контрольній групах**

Назва шкали	Середні значення		U-критерій Манна-Уїтні
	ЕГ	КГ	
Ставлення до батька	2,4	2,6	10,5
Ставлення до себе	1,4	4	2,1**
Нереалізовані потреби	1,8	1,8	12,8
Ставлення до майбутнього	1	4,6	3,0*
Страхи і побоювання	3	2	10,0
Ставлення до минулого	0,8	2	6,5
Ставлення до протилежної статі	2,6	4,2	6,0
Особисте життя	1,2	1	9,5
Ставлення до сім'ї	1,2	2	6,0
Ставлення до матері	1,2	3,4	2,0**
Почуття провини	1,8	2,8	7

Примітки: ** - на рівні $p \leq 0,01$; * - на рівні $p \leq 0,05$

Відмінності, представлені нами в табл. 3.7 за шкалою «Ставлення до себе» (2,1 $p \leq 0,01$), свідчать про наявність певних якостей та здібностей респондентів, які дозволяють їм приймати чи не приймати свої достоїнства та недоліки, відчувати можливість реалізувати свої цілі. Респонденти контрольної групи частіше використовують фрази: «Якщо моя дитина та значущі для мене люди в будь-чому не згодні зі мною, то я спробую взяти їх точку зору», «....., що я послухаю всі відповіді і подумаю над пропозиціями» (домінування апелюючого мислення). Респондентки експериментальної групи на це ж питання відповідають: «... .., що я вислухаю їх думку, проаналізую і прийму конструктивне рішення».

Відмінності в показниках за шкалою «Ставлення до майбутнього» ($3,0 \leq p \leq 0,05$) також говорять нам про різне ставлення до цілей, планів, мрій, перспектив респонденток, пов'язаних з ними. У відповідях матерів контрольної групи ми бачимо такі відповіді: «Моє майбутнє та майбутнє моєї дитини здається мені темним». «Коли моя дитина стане дорослою я буду відчувати страх та розчарування», «Чим старше діти, тим складніше і страшніше». Респондентки експериментальної групи дають такі відповіді: «Моє майбутнє і майбутнє моєї дитини здається мені успішним», «Коли моя дитина стане дорослою я буду відчувати гордість за неї та її успіхи, радість», «Чим старші діти, тим вони цікавіші, тим більше їм необхідно».

Істотні відмінності за шкалою «Ставлення до матері» ($2,0 \leq p \leq 0,05$) показують нам відмінності в аналізі проєкції респондента ставлення матерів до своєї матері і те, як ця проєкція відображається на виконанні ролі «матері» самою респонденткою. Так, у відповідях контрольної групи ми бачимо: «Як мати я можу все», «Вважаю, що більшість матерів нещасні та втрачені», «Якби у мене не було дитини, я була б більш успішною» (нерозвиненість батьківських почуттів), (гіпер-гіпо-протекція, фобія втрати дитини). Відповіді респондентів експериментальної групи: «Вважаю, що більшість матерів вважають себе ідеальними вихователями», «...неблагополучні». «Як мати я можу передати свої знання та досвід». «Якби у мене не було дитини, я не відчувала б стільки позитивних емоцій».

Дані, отримані нами в ході порівняльного аналізу результатів контрольної та експериментальної груп, дають нам підстави стверджувати, що ця програма розвитку саногенної рефлексії і саногенного мислення може успішно впроваджуватися в практику корекції дитячо-батьківського ставлення.

Висновки до третього розділу

Розроблено тренінгову програму, спрямовану на психологічний розвиток саногенної рефлексії матері з різними стилями її ставлення до дитини. Мета тренінгової програми полягала у опануванні учасницями технологією саногенного мислення та рефлексії, підвищенні материнської усвідомленості та компетентності у ставленні до дитини, розвитку емоційного інтелекту та розширенні уявлень про віковідповідні психологічні потреби дітей-дошкільників та конструктивні форми їх задоволення.

При розробці тренінгової програми враховувались рефлексивні образи матерів, у яких було виявлено вираженість показників захисної рефлексії від переживань почуття провини, заздрості, образи, сорому, страху невдачі. Виділено дві групи респонденток у яких було виявлено виражені показники захисної рефлексії від переживань почуття провини, заздрості, образи, сорому, страху невдачі - експериментальна та контрольна групи.

Апробація тренінгової програми реалізована у три етапи: на констатувальному – визначено особливості проявів рефлексії, емоційних станів та ставлень до різних сторін материнського буття респонденток експериментальної та контрольної груп; на формувальному – реалізовано програму тренінгу; на контрольному – здійснено порівняльний аналіз показників експериментальної і контрольної груп до і після тренінгу та визначено відмінності. Ефективність програми тренінгу підтверджена порівнянням показників рефлексії, емоційних станів та системи ставлень у контрольній та експериментальній групах до та після експерименту.

Апробовано тренінгову програму спрямовану на розвиток саногенної рефлексії матері з метою її проєкції на емоційне благополуччя дитини. Програма дозволила простежити динаміку розумових автоматизмів респондентів експериментальної групи, їх емоційного стану та особливостей поведінки. У експериментальній групі статистично достовірно знизились значення показників, які характеризують обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі, сорому, образи, агресія проти самої себе,

самоприниження, порушення провини в інших та невідповідність поведінки інших очікуванням суб'єкта. Водночас відбулося суттєве зростання саногенного, реалістичного мислення, мотивації та цілепокладання діяльності, прийняття рішення та здійснення діяльності, загального показника рефлексії діяльності та показника системної рефлексії. У групі матерів, які були залучені до впровадження розробленої програми, відбулося послаблення впливу рефлексивних способів захисту від негативних переживань, та посилення конструктивних, адекватних форм самоаналізу власних вчинків, надання їм дієвого спрямування. Водночас статистична перевірка змін, що відбулися у вираженості досліджуваних показників у учасниць з контрольної групи після проведення експерименту, показала, що за той самий період, протягом якого матері з експериментальної групи досягли значної позитивної динаміки у проявах саногенної рефлексії, респондентки з контрольної групи продемонстрували несуттєві зміни у звичних розумових операціях, спрямованих на захист від небажаних переживань.

Результати контент-аналізу даних експериментальної та контрольної груп на предмет домінування у респондентів актуального емоційного стану показали, що у респондентів експериментальної групи різноманітні прояви емоційних станів. У них переважають або нейтральні емоції «спокій», або позитивні «радість». У респондентів контрольної групи спостерігається переважання емоційних станів з негативним відтінком «страх», «смуток».

В процесі обговорення проблемних питань, респонденти експериментальної групи давали більш розгорнуті відповіді, в їх судженнях присутні такі формулювання, як «аналіз», «рефлексувати», «безумовна любов», на відміну від респондентів контрольної групи. У респондентів контрольної групи більше представлені соціально бажані відповіді «впевненість», «підтримка», «прийняття дитини такою, якою вона є». Респонденти відчувають труднощі в більш розгорнутому розумінні та поясненні того чи іншого поняття або феномену.

З'ясовано, що емоційний конфлікт у респондентів контрольної групи виражений найбільш яскраво, ніж у респондентом експериментальної групи. Особливо він знаходить своє відображення в таких областях: «ставлення до майбутнього», «ставлення до протилежної статі», «ставлення до себе», «ставлення до сім'ї». Респонденти контрольної групи демонструють занепокоєння про те, що сім'я не сприймає матір як зрілу особистість, і тому відчуває труднощі в спілкуванні і з членами сім'ї, і в стосунках з протилежною статтю. У респонденток експериментальної групи емоційний конфлікт переважає в таких областях: «ставлення до батька», «ставлення до протилежної статі», «страхи і побоювання». Респонденти демонструють зневагу в зв'язку з приписуванням батькові своєї поведінки і думок щодо виховання дитини) по відношенню до батька своєї дитини, а також до протилежної статі, але прагнуть, щоб їхні стосунки стали ближчими.

Виявлено тенденції в зміні емоційних станів, виразності емоційного конфлікту респондентів експериментальної групи в позитивну сторону, поява у них усвідомлених установок на процес виховання відкривають нові можливості в освоєнні батьками конструктивних стилів виховання, ставлення до дитини за допомогою розвитку у них саногенної рефлексії.

У третьому розділі використані літературні джерела, що знаходяться у списку використаних джерел під номерами: [19, 22, 23, 25, 26, 28, 29, 30, 36, 40, 51, 60, 75, 76, 77, 79, 80, 81, 82, 84, 85, 87, 89, 91, 98].

Матеріали третього розділу дисертації висвітлено в таких публікаціях автора, як: [4, 159].

ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення проблеми дитячо-батьківських взаємостосунків, що виявляється у визначенні її системних теоретико-концептуальних та структурно-функціональних засад з огляду на апелювання до понять рефлексії, ставлення та впливу у теоретичному концепті «саногенна рефлексія матері» як системоутвірної ознаки у здійсненні материнського ставлення до дитини.

1. Теоретичні підходи до вивчення дитячо-батьківських взаємин базуються на ідеях позитивного ставлення батьків до дитини і його відповідного вираження у здійсненні міжособистісної взаємодії у родинному колі з відповідним взаємовпливом її учасників. Запропонований у дисертації погляд на проблему базується на ідеї спеціальної (фахової) підготовки матерів до виконання материнської ролі у плані формування конструктивного стилю поведінки за рахунок використання рефлексивного ставлення до свого поводження з дитиною.

2. Стиль дитячо-батьківських взаємин є системним явищем і має ознаки міжособистісної педагогічної взаємодії, на яку впливає соціально-побутовий контекст родинного буття, детермінований соціальними інститутами через систему нормативних та рольових правил і приписів, які конкретизуються у спілкуванні та безпосередніх міжособистісних стосунках у системі «батьки – дитина». Процесуально взаємини у цій системі відбуваються у вигляді безпосередніх емоційно-побутових контактів з вельми невеликою часткою рефлексивного ставлення батьків (батька, матері) до власних стильових особливостей.

3. Цілісна концепція дитячо-батьківських взаємин, яка має бути основою повноцінного сімейного буття, ураховуючи його багатофакторність, висуває відповідні умови до стилю поведінки батьків, здійснюваного в характерних для них поведінкових патернах як формі ставлення до себе, інших, до соціумної дійсності у цілому, в основі яких лежать світоглядні установки на

кшталт індивідуальної філософія повсякденного життя (переконання, мотиви, інтереси, потреби), які, на жаль, не завжди ними рефлексуються.

4. Стиль материнського ставлення, визначаючись проявами смислових установок матері, здійснюється, як правило, у вигляді мовленнєвих формулювань з різною часткою стереотипності і арефлексивності, в яких відображується ставлення до себе і до дитини. Найтипівіші висловлювання з найбільшою ймовірністю узагальнюються і утворюють зміст її інтерактивного досвіду. Аргументовано, що одним з факторів становлення того чи іншого стилю материнського ставлення до дитини є якість рефлексії матері, як саногенної (конструктивної, спрямованої на вирішення виникаючої проблеми в стосунках за допомогою адекватних ситуації засобів), так і патогенної.

5. Встановлено, що досліджені стилі батьківського ставлення до дитини носять компенсаторний, захисний характер від негативних переживань сорому, провини, страху невдачі та заздрості. Саме тому не було виявлено статистично значущого зв'язку стилів батьківського ставлення з проявами саногенного мислення. Чим більше виражені показники захисної (патогенної) рефлексії матері, тим більше представлені неконструктивні стилі батьківського ставлення до дитини, що вказує на меншу обізнаність стосовно виховної діяльності і більшу представленість квазірефлексії та інтроспекції і, отже, меншу вираженість системної рефлексії матері, яка у зв'язку з цим більше схильна до прояву станів агресивності, фрустрації, ригідності та тривожності.

6. Емпірично виявлено взаємозв'язок стилів батьківського ставлення матері до дитини з її емоційними станами та рефлексією. В основі стилів батьківського ставлення «гіперпротекція», «мінімальність/надмірність вимог-заборон», «мінімальність/суворість санкцій», «розширення сфери батьківських почуттів», «фобія втрати дитини», «прийняття/відкидання», «кооперація», «симбіоз» та «маленький невдаха» знаходяться захисні стратегії від «переживання негативних емоцій», «страху невдачі», «заздрості», «образи», «провини» та «сорому».

7. Отримано зведення щодо рефлексивних образів матері в залежності від стилів їх ставлення до дитини, що дозволило змістовно збагатити стилі батьківського ставлення за рахунок додання рефлексивного компонента. Так, на основі отриманих даних було створено 14 рефлексивних образів, що дозволяють наочно побачити кількісну та якісну характеристику кожного стилю материнського ставлення в залежності від вираженості рефлексивного компонента.

8. Розроблено тренінгову програму, спрямовану на психологічний розвиток саногенної рефлексії матері з різними стилями її ставлення до дитини. При розробці тренінгової програми враховано рефлексивні образи матерів, у яких було виявлено вираженість показників захисної рефлексії від переживань почуття провини, заздрості, образи, сорому, страху невдачі. Апробовано тренінгову програму, спрямовану на розвиток саногенної рефлексії матері з метою впливу на емоційне благополуччя дитини. Програма дозволила простежити динаміку розумових автоматизмів досліджуваних експериментальної групи, їхнього емоційного стану та особливостей поведінки. Виявлено тенденції в зміні емоційних станів, виразності емоційного конфлікту респондентів експериментальної групи в позитивну сторону, появу у них усвідомлених установок на процес виховання, що відкривають нові можливості в освоєнні матерями конструктивних стилів виховання, ставлення до дитини за допомогою розвитку у них саногенної рефлексії.

Перспективами подальших розвідок зазначеної проблеми є вивчення уявлень майбутніх матерів про адекватні прийоми та методи впливу на емоційний стан дитини, формування дитячих навичок слухняності, з метою виявлення психологічного механізму їх розвитку у матерів в ході становлення їх материнської ідентичності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адамян Л.И. Саногенная рефлексия как фактор психологической устойчивости личности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Москва. 2012. 172 с.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. Москва. 1993. 312 с.
3. Азаркина А.В., Волошенко М.А. Психологическая подготовленность будущего социального работника к психолого-коррекционной и профилактической работе с подростками девиантного поведения. *Інноваційна педагогіка*. Випуск 20. Т. 1. 2020. С.104-110.
4. Азаркіна О. В. Практикоорієнтованість професійної підготовки майбутніх фахівців із соціальної роботи. *Професійна підготовка майбутніх фахівців соціономічної сфери: педагогічні інновації*: монографія. Одеса: ФОП Бондаренко М. О., 2019. С. 169-187.
5. Азаркіна О.В. Особливості поведінки обдарованих дітей у процесі навчання і взаємодії з оточенням. *Наука і Освіта*. 2018. №11-12. С.60-63.
6. Азаркіна О.В., Булгакова О.Ю. Взаємодія «батько-дитина» як фактор успішного дистанційного навчання дітей молодшого шкільного віку. *Габітус*. 2020. № 20. С.87-89.
7. Азаркіна О.В., Булгакова О.Ю. Рефлексивний портрет педагога з гіпертимною акцентуацією характеру. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2020. Том 31 (70), № 4. С.191-195.
8. Азаркіна О.В., Булгакова О.Ю. Теоретичні основи вивчення дитячо-батьківських відносин у психологічних дослідженнях. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2020. Том 31 (70), № 3. С.100-104.
9. Алексеенко Т.Ф. Особливості формування соціально-рольової позиції дитини в умовах повної і неповної сім'ї. *Рідна школа*. №6. 2002. С. 26-28.

10. Аметова Є.Р. Про значення сім'ї у формуванні вільної особистості дитини. *Педагогіка і психологія*. №2. 2006. С. 36-43
11. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. Москва. 1977. 317 с.
12. Андреева Т.В. Психология современной семьи: *монография*. Санкт-Петербург. Речь. 2005. 436 с.
13. Аргайл М. Психология счастья [2-е изд., перераб. и доп]. Санкт-Петербург. Питер, 2003. 271 с.
14. Баумринд Д. Практическая психология. Москва. 1995. 411с.
15. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. Москва. 1982. С.56-72.
16. Божович Л.И. Психологические вопросы готовности ребенка к школьному обучению. *Вопросы психологи ребенка дошкольного возраста*. Москва. Просвещение, 1995. - 231 с.
17. Большой психологический словарь [сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко]. Санкт-Петербург. 2004. 672 с.
18. Бондаренко О.И. Страх неудачи у матерей и их стиль ухода за детьми в семье. *Прикладная психология и педагогика*. 1999. Выпуск 3. С. 51-56.
19. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. Київ.: МАУП, 2001. 96 с.
20. Боулби Дж. Привязанность. Москва. Гардарики. 2003. 480с.
21. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. Москва. Академический проект. 2006. 240 с.
22. Бреслав Г.М. Психология эмоций [4-е изд., перераб. и доп]. Москва. Смысл, 2016. 672 с.
23. Брушлинский А. В. Проблема субъекта в психологической науке. *Психологический журнал*. 1991. Т. 12. № 6. С. 41-46.
24. Булгакова О. Ю. Психологічні вимоги до лабораторного моделювання взаємодії. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія : Психологічні науки. 2016. Вип. 2(2). С. 16-20.

25. Булгакова О. Ю. Психологічні фактори безпеки життєдіяльності підлітків. *Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія*. 2013. Т. 18, Вип. 22(1). С. 81-86.
26. Булгакова О. Ю. Усвідомлення небезпечної поведінки дітьми підліткового віку : монографія [під заг. ред. О. Я. Чебикіна]. *Акад. пед. наук України, Півд. наук. центр*. Одеса. 2006. 212 с.
27. Булгакова О.Ю. Психологічний аспект соціальної взаємодії. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, III(27), Issue: 51, 2015. pp. 78-82
28. Бурлачук, Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике. Санкт-Петербург Питер, 2004. 520 с.
29. Бутузова Л.П., Безверхня К.О. Гендерні відмінності у ставленні студентів до цивільного та офіційного шлюбів. *Dynamics of the development of world science. Abstracts of the 8th International scientific and practical conference*. Perfect Publishing. Vancouver, Canada. 2020. pp. 283-291.
30. Бутузова Л.П., Дмитрієва С.М. Особистісні патерни заздрісності та совісності в юнацькому віці. *Вісник Київського інституту бізнесу та технологій*. №3(42). 2019. С.11-18.
31. Бутузова Л.П., Пархомчук Л. В.Особливості спілкування із батьком у дівчат із неповної сім'ї. *The world of science and innovation. Abstracts of the 5th International scientific and practical conference*. Cognum Publishing House. London, United Kingdom. 2020. pp. 638-650.
32. Варга А. Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. Санкт-Петербург. Речь. 2001. 144 с
33. Веккер Л.М. Признаки вторичного образа, или представления: неустойчивость, фрагментарность, обобщенность. *Психика и реальность: единая теория психических процессов*. Москва: Смысл. 1998. 685 с.
34. Винникотт Д.В. Маленькие дети и их матери. Москва. Класс. 1998. 287с.
35. Власова О.І. Педагогічна психологія: навч. посібник. Київ. Либідь. 2005. 400 с.

36. Власова О.І. Психологічні особливості матері як чинник формування якості прихильності дитини. *Вісник Національного університету оборони України*. 2015. Вип. 2. С. 41-46.
37. Выготский Л.С. Воспитание детей. Москва. Логос, 2010. 356 с.
38. Гасанова Д.И. Рефлексивные технологии в развитии познавательной активности будущих педагогов. Москва. Янус-К, 2016. 265 с.
39. Гегель Ф. В. Энциклопедия философских наук. Т. 1. *Наука и логика*. Москва. Мысль, 1974. 454 с.
40. Гільман А. Ю. Саногенне і патогенне мислення: теорія і важливі напрями психологічної практики. *Наукові записки*. Серія «Психологія». Острог. Видавництво Національного університету «Острозька академія», Вип. 2. 2015. С. 28–39.
41. Еникеев М.И. Психологический энциклопедический словарь: справочное издание. Москва. Проспект, 2012. 558 с.
42. Жихарева Л.В. Психологічні особливості прихильності дитини-дошкільника до матері. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. №2. С. 6-12.
43. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: *Методичний посібник*. Київ. НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с.
44. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. Санкт-Петербург. Питер, 2009. 434 с.
45. Кант И. Критика чистого разума [пер. с нем. Н. Лосского сверен и отредактирован Ц. Г. Арзаканяном и М. И. Иткиным; примеч. Ц. Г. Арзаканяна]. Москва. Эксмо, 2006. 736 с.
46. Карабанова О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие. Москва. Гардарики, 2005. 320 с.
47. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. Москва. Институт психологии РАН, 2004. 450 с.

48. Карпов А.В. Психология рефлексии. Москва. Институт психологии РАН, 2002. 320 с.
49. Кириченко О. І. Формування духовно розвиненої особистості студента в процесі вивчення архітектурних стилів на прикладі фасадів історичних будівель Кіровограда. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. №6 (47). 2011. с.22-32
50. Ковальов С. В. Психология семейных отношений. Москва. Просвещение, 1999. 270с.
51. Кравець В. Психологія сімейного життя: В 2-х ч. Тернопіль, 1995. 695с.
52. Кравченко Т.В. Соціалізація дітей шкільного віку у взаємодії сім'ї і школи [монографія]. Київ. Фенікс, 2009. 416 с.
53. Крайнова Ю.Н. Саногенная рефлексия в структуре эмоциональной компетентности будущих педагогов: дис. ... канд. психол. наук:19.00.07. Москва. 2010. 166 с.
54. Кубрякова Е.С., Демьянков В.З. К проблеме ментальных репрезентаций. Вопросы когнитивной лингвистики. *Институт языкознания*. Тамбов: Тамбовский государственный университет им. Г. Р. Державина, 2007. № 4. С.8.
55. Кулюткин Ю.Н. Рефлексивная регуляция мыслительных действий. *Психологические исследования интеллектуальной деятельности*. Москва. изд-во Московского университета, 1979. С. 22-28.
56. Кушнерчук М.О. Вплив батьківських сценаріїв на економічну свідомість. *Соціальна психологія*. 2006. № 5. С. 40-44.
57. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. Москва. Смысл-Академия, 2007. 508 с.
58. Либин А.В. Стиливые и темпераментальные свойства в структуре индивидуальности человека: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Москва. 1993. 23 с.
59. Макаренко А. С. Книга для родителей: лекции о воспитании детей. Москва. Просвещение. 1969. 359 с.

60. Максимова Н.Ю. Соціальна робота з сім'єю : підручник. Київ : ВПЦ «Київ.ун-т», 2015. 350с.
61. Мид М. Культура и мир детства. Москва. Наука. 1988. 429 с.
62. Морозюк С.Н. Психология характера: феноменология, теория и практика. *Учебное пособие*. Москва. Изд-во «Янус-К». 2013. 211с.
63. Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия, акцентуации характера и эффективность учебной деятельности. Москва. 2000. 265 с.
64. Морозюк С.Н. Саногенный стиль мышления. *Управление эмоциями: модульно-кодированное учебное пособие к циклу курсов по бесконфликтной адаптации к саморазвитию*. Москва. Слайдинг. 2000. 90 с.
65. Морозюк С.Н. Формирование положительного отношения к явлениям общественной жизни у детей среднего дошкольного возраста в процессе обучения: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.01. Москва.1989. 218 с.
66. Мясищев В.Н. Психология отношений. Москва. Воронеж. 1998. 363 с.
67. Овчарова Р.В. Психология родительства: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. Москва. Издательский центр «Академия». 2005. 368 с.
68. Олифинович Н.И. Психология семейных кризисов. Санкт-Петербург. Речь. 2007. 360 с.
69. Олпорт Г. Становление личности: *Избранные труды* [Пер. с англ. Л. В. Трубицыной и Д. А. Леонтьева]. Москва. Смысл, 2002.
70. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности. Москва. Просвещение. 1991. 228 с.
71. Орлов Ю. М. Как беречь любовь. Москва. Слайдинг, 2004. 116 с.
72. Орлов Ю. М. Саногенное (оздоравливающее) мышление. Москва. Слайдинг, 2006. 96 с.
73. Орлова О.Ю. Прикладная психология и педагогика. Выпуск 3. 1999. С. 74-76.
74. Павелків Р. В. Рефлексія як механізм формування індивідуальної свідомості та діяльності особистості. *Вісник післядипломної освіти*. Серія : Соціальні та поведінкові науки. 2019. Вип. 8. С. 84-98.

75. Панкратова Н.В., Солодников В.В. Социальное родительство. 2007. №3(83). С. 105-111.
76. Петрановська Л.В. Таємна опора. *Емоційний зв'язок у житті дитини*. Харків. Vivat. 2018. 224с.
77. Петровский А.В. Теоретическая психология. Москва. Академия, 2003. 496 с.
78. Пиаже Ж. Ж. Речь и мышление ребенка. Москва. ИЛ, 2008. 416 с.
79. Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. *Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів*. Київ. Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с
80. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. Москва. МПСИ, 2000. 305 с.
81. Психология развития. *Учебник для студ. высш. психол. учеб. заведений* [под общ. ред. Т.Д.Марцинковской]. Москва. Академия, 2005. 528 с.
82. Психология человека от рождения до смерти. *Полный курс психологи развития* [под общ. ред. А.А. Реана]. Санкт-Петербург. Прайм-Еврознак, 2002. 656 с.
83. Психология. *Словарь* [под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского]. Москва. Политиздат, 1990. 494 с.
84. Психологія сім'ї: навч. посібник [за заг. ред. В.М. Поліщука.] 2-е вид. Суми: ВТД «Університетська книга». 2008. 282 с.
85. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. [заг. ред. М.С. Корольчука]. Київ. Ніка-Центр, 2010. 296 с.
86. Пугач Л. Все починається з сім'ї. *Психолог*. №6. 2008. С.25-37
87. Радчук Г.К., Тіунова О.В. Сімейне виховання. *Освітній тренінг для батьків: навчально-методичний посібник*. Тернопіль. Навч. книга. Богдан. 2010. 120с.
88. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста [под ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неверович]. Москва. 1986. 211 с.

89. Репина Т.А. Психология дошкольника. *Хрестоматия*. Москва. Академия, 1995. 231 с.
90. Рефлексивное управление [под ред. В.Е. Лепского]. Москва. 2000. 160с.
91. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. Москва. Владос, 1996. 529с.
92. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. В 2 кн. Кн.1.: *Система работы психолога с детьми разного возраста*. Москва. Изд-во ВЛАДОС–ПРЕС, 2006. 338с.
93. Рубинштейн С.Л. Память. Представления. *Основы общей психологии*. Питер. 2017. С. 261.
94. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. Санкт-Петербург. Питер, 2012. 224 с.
95. Рудаков А.Л. Саногенная рефлексия как фактор стрессоустойчивости личности: на примере спортсменов по вольной борьбе: дис. ... канд. психол.наук: 19.00.01. Москва. 2009. 219 с.
96. Санникова О.П. Феноменология личности: *Избранные психологические труды*. Москва. СМИЛ, 2003. 256 с
97. Свердлова Г.А. Роль взаимоотношений матери и ребенка в коррекции сниженной познавательной мотивации ребенка: дис. ... канд. психол. наук:19.00.07. Москва. 1995. 189 с.
98. Седих К.В. Психологія сім'ї : навч. посіб. Київ. ВЦ«Академія» 2015. 192 с.
99. Семенов И.Н. Проблема предмета и метода психологического изучения рефлексии. *Исследование проблем психологии творчества*. Москва. Наука, 1983. 182 с.
100. Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования [Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина]. *Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР*. Москва. Педагогика, 1989. 208 с.
101. Силина О.В. Границы Я и психологическое благополучие детей 2–10 лет. *Клиническая и специальная психология*. 2016. № 3. С. 116 -129. 5 т.

102. Скобло Г.В. Система «мать-дитя» в раннем возрасте как объект психопрофилактики. *Социальная и клиническая психиатрия*. 1992. №2. С. 75-78.
103. Скобло Г.В. Феноменология и генез послеродовых материнских депрессий. *Вопросы психического здоровья детей и подростков: научно-практический журнал психиатрии, психологии, психотерапии исмежных дисциплин*. 2004. № 1. С. 22-28.
104. Слободчиков В.И. Рефлексивное сознание в человеческой жизни. *Психология человека*. Москва. Школа - пресс, 1996. 384 с.
105. Слободчиков И.М. Современные исследования переживания одиночества. *Психологическая наука и образование*. 2007. №3. С. 27-34.
106. Смирнова Е. О. Детская психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб.заведений. Москва. ВЛАДОС, 2006. 366 с.
107. Смирнова Е.О. Изменение в родительском отношении к дошкольнику за последние 10 лет. *Современное дошкольное образование. Теория и практика*. 2010. №1. С. 18-24.
108. Смирнова Е.О. Становление межличностных отношений в раннем онтогенезе. *Вопросы психологии*. 1994. № 6. С.5-15.
109. Смирнова Е.О., Мещерякова С.Ю., Галигузова Л.Н. Межличностные отношения ребенка от рождения до семи лет. НПО «МОДЕК». 2001. 240с.
110. Смолева Т.О. Защитная рефлексия матери - фактор психологического неблагополучия ребенка. *Известия ДГПУ*. 2010. № 3. С. 82-87.
111. Смолева Т.О. Педагогические условия преодоления неуверенности у старших дошкольников: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Москва. 1989. 164с.
112. Смолева Т.О. Рефлексия значимых взрослых как фактор эмоционального благополучия ребенка: *монография*. Иркутск. изд-во Иркутского государственного педагогического университета, 2003. 163 с.
113. Собкин В.С. Ориентации, перспективы, страхи родителей дошкольного возраста. *Вопросы воспитания*. 2011. №8. С. 119-130. 3 т.

114. Социологический энциклопедический словарь. На русском, английском, немецком, французском и чешском языках. [Редактор-координатор - академик РАН Г.В. Осипов]. Москва. Издательство НОРМА, 2000. 488 с.
115. Спиваковская А.С. Обоснование психокоррекции неадекватных родительских позиций. *Семья и формирование личности*. Москва. Наука, 1981. 312 с.
116. Степанов С.Ю. Рефлексивная практика творческого развития человека и организации. Москва. Наука, 2000. 240 с.
117. Стиль (Режим доступа: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Стиль>)
118. Столин В.В. Психология развития ребенка и взаимоотношений родителей и детей как теоретическая основа консультативной практики. *Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования*. Москва. 1989. С. 16-37.
119. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с. Режим доступа: http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf
120. Тичина К. О. Особливості міжособистісних стосунків у сім'ях, що виховують дітей старшого дошкільного віку з тяжкими порушеннями мовлення. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук (доктора філософії) за спеціальністю 19.00.08 «Спеціальна психологія». Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, МОН України, Київ. 2018. 317 с.
121. Токарева Н.М. Основы вікової психології:навчально-методичний посібник. Кривий Ріг, 2013. 283с.
122. Томэ Х. Современный психоанализ. *Практика*. [под общ. ред. А.В. Казанской]. Москва. Яхтсмен, 1996. 776 с. 2 т.
123. Томэ Х. Современный психоанализ. *Теория*. [под общ. ред. А.В. Казанской]. Москва. Яхтсмен, 1996. 576 с. 1 т.
124. Тюков А.О. О путях описания психологических механизмов рефлексии. *Современные комплексные исследования*. 1987. № 1. С. 68-75.

125. Узнадзе Д.Н. Психология установки. Санкт-Петербург. Питер, 2001. 416с.
126. Фельдштейн Д.И. Психология развития человека как личности: *Избранные труды в 2 томах*. Москва. МПСИ; Воронеж: НПОМОДЭК, 2009. 600 с. 1 т.
127. Филиппова Г.Г. Материнство и психическое развитие ребенка. *Психолог в детском саду*. 2001. №1-2. С. 182-195.
128. Филиппова Г.Г. Психология материнства: учеб. пособие. Москва. изд-во института Психотерапии, 2002. 240 с.
129. Філософський енциклопедичний словник. [гол. ред. Шинкарук В.І.]. Інститут філософії ім. Г.С. Сковороди НАНУ, «Абрис». 2002. 743с.
130. Фомина Л. К. Понятие и типы детско-родительских отношений. *Молодой ученый*. 2014. №2. С. 704-707.
131. Фрейд А. Психология детства [пер с нем. Я. Обухова]. Москва. NOTABENE, 2000. 223 с.
132. Фурман А.А., Шандрук С.К. Рефлексивне обґрунтування методологічних підходів до пізнання особистості. *Innovative solutions in modern science: scientific journal*. 5(14). 2017. с.92-107
133. Халутина Ю.А. Особенности жизненной позиции родителей детей старшего дошкольного возраста. *Вопросы психического здоровья детей и подростков*. 2017. №2(17). С. 43-49.
134. Халутина Ю.А. Ценностные - целевые установки родителей по воспитанию детей старшего дошкольного возраста и их связь со стилями воспитания. *Современное дошкольное образование*. 2017. № 7. С. 4-16.
135. Хворост Х.Ю. Феномен саногенного мислення як запорука збереження здоров'я особистості. *Наукові записки. Серія «Психологія»*. Острог: Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2017. Вип. 5. С. 170-177
136. Хорни К. Самоанализ. Собр. соч. в 3-х т. Москва. Смысл, 1997. Т. 2. Гл. 2. С. 309.

137. Чебыкин А.Я. Генезис эмоциональных особенностей у детей разного возраста и пола. Одесса: ЮНЦ АПН Украины, 2004. с. 21- 29.
138. Шадриков В.Д. Ментальное развитие человека. Москва. Аспект-Пресс, 2007. 328 с.
139. Шадриков В.Д. Психологический анализ деятельности. *Системогенетический подход: учебное пособие*. Ярославль: ЯрГУ, 1979. 91 с.
140. Шадриков В.Д. Психология деятельности человека. Москва. Ин-т психологии РАН, 2013. 464 с.
141. Шадриков В.Д. Тест рефлексии деятельности. Москва. Университетская книга, 2015. 100 с.
142. Шандрук С.К. Ігрова форма розвитку професійної миследіяльності як культурний феномен. *Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди*. Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору : темат. вип. Київ. 2013. Дод. 1 до Вип. 31, т. VIII (50). С. 424-439.
143. Шандрук С. К. Психологічні засади розвитку професійних творчих здібностей майбутніх практичних психологів: 19.00.07 : дис. ... д-ра психол. наук. Тернопільський нац. ун-т. Тернопіль, 2016 . 458 с.
144. Шандрук С. К. Тренінг як психодидактичний засіб розвитку професійних творчих здібностей майбутніх практичних психологів. *Технології розвитку інтелекту*. 2015. Т. 1 № 9.
145. Шарден П.Т. Ступени рефлексии. *Феномен человека*. Москва. Наука, 1987. 205 с.
146. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. *Курс лекций*. Москва. ЭКСМО-пресс, 2000. 512 с.
147. Шутц У. Комплементарная функция лидера. *Современная зарубежная социальная психология*. Москва. Издательство Московского университета. 1984. С.162-168.
148. Щедровицкий Г.П. Идея рефлексии в самых общих чертах. *Модели рефлексии*. Новосибирск. ЭКОР, 1995. 702 с.

149. Щедровицкий Г.П. Мышление. *Понимание. Рефлексия*. Москва. Наследие ММК, 2005. 800 с.
150. Э. Берн Трансакционный анализ в психотерапии [пер. с англ. А.А. Грузберга]. Москва. Эксмо, 2009. 416 с.
151. Эйдемиллер Э.Г. Семейная психотерапия. Санкт-Петербург. Питер, 2000. 400 с.
152. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи. Санкт-Петербург. Питер, 2002. 656 с.
153. Эйнсворт М.Д. Привязанности за порогом младенчества. *Детство идеальное и настоящее*. Новосибирск, 1994. 324 с.
154. Эйнсворт М.Д. Детско-материнская привязанность. *Американская психологическая ассоциация*. 1979. т. 11. с. 67-104.
155. Эльконин Д.Б. Психологическое развитие в детском возрасте. Москва. Воронеж: НПО МОДЭК, 2001. 417 с.
156. Ярош Н. С. (2016). Вплив саногенної рефлексії на стрес-долаючу поведінку особистості. *Проблеми сучасної психології*, (34). <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2016-34>
157. Ainsworth, M.D., Blehar, M., Waters E. & Wall. (1978). Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. *Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum*. 282p.
158. Azarkina A., Voloshenko M. (2019). Improvement of the educational process under the present economic conditions. *Strategies for sustainable socio-economic development and mechanisms their implementation in the global dimension: collective monograph* [edited by M. Bezpartochnyi, in 3 Vol.] VUZF University of Finance, Business and Entrepreneurship. Sofia: VUZF Publishing House "St. Grigorii Bogoslov". Vol.3. pp. 252–261.
159. Azarkina, A., Voloshenko, M., & Dzhezhik, O. (2020). The Training Complex as a Component of the Readiness Formation of Students of Technical Specialties for Professional Activity. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 12(1), 198-208. doi:<http://dx.doi.org/10.18662/rrem/209>

160. Baumrind D (1971). Principles of Ethical Conduct in the Treatment of Subjects: Reaction to the Draft Report of the Committee on Ethical Standards in Psychological Research. *American Psychologist* 26: 887–896. doi:10.1037/h0032145. <http://psycnet.apa.org/journals/amp/26/10/887.pdf>
161. Bowlby J. (1975). Family interaction in disturbed and normal families: a methodological and substantive review. *Psychological Bull.* № 1. pp. 33-65
162. Bowlby J. (1988). A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory. *Psychology Press*, 196 p.
163. Bradburn N.M. (1994). The structure of psychological well-being. *N.M.Bradburn*. Chicago, Aldine. pp. 132-139.
164. Brody S. (1956). Patterns of mothering, *Plenum press*, N.Y. 286 p.
165. Bulgakova O. (2018). Students' Psychological Readiness For Social Interaction: System and Subjective Approach. *Hayka i osvima*. № 1. C. 117-123.
166. Carstensen L.L., Fung H., Charles S.T. (2003). Socio emotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*. № 27 pp.103–123.
167. Deci E.L., Ryan R.M. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian Psychology*. Vol. 49. pp. 14-23.
168. Deci E.L., Ryan R.M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 9 (1). pp. 1-11.
169. Diener E., Diener M., Diener C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*. V.69. pp.851-864.
170. Ekman P., Davidson R.J. (1994). The nature of emotion: Fundamental questions. N.Y.: *Oxford University Press*. 312 p.
171. Kagan J. (2010). Once more into the Breach. *Emotion review*. № 2. pp. 91-99.
172. Kahneman D., Diener E., Schwarz N. (1999). Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology. N.-Y.: *Russell Sage Found*. pp. 3–25.

173. Kendel D., Lesser G. (1970) School, Family, and Peer Influences on Educational Plans of Adolescents in the United States and Denmark. *Sociology of Education*. № 43. pp. 270–278.
174. Korthagen F. (2014) Linking theory and practice: changing the pedagogy of teacher education. № 4. P. 28.
175. Mills R.S., Rubin K.H. (1990). Parental beliefs about problematic social behaviors in early childhood. *Child Development*. Vol. 61(1). pp. 138-151
176. Plutchik R., Kellerman H. (1979). A structural theory of ego defenses and emotions. Conte Emotions in personality and psychopathology. *H.R.N.Y.Plenum*. pp. 229-257.
177. Russell A., Russell G. (1988). Mothers' and fathers' explanations of observed interactions with their children. *Journal of Applied Developmental Psychology*. Vol. 9(4). pp. 421–440
178. Ryan R.M., Deci E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychology*. № 55. pp.3-25
179. Steier F. (1991). Self-Reflexivity as Social Process. *Research and Reflexivity*. 420p.
180. Stevenson-Hinde J., Simpson M.J.A. (1981). Mothers' characteristics, interactions and infant's characteristics. *Children Development*. № 52. pp. 1246–1254.
181. Suran B.G., Rizzo J.V. (1979). Special children: An integrative approach. *Glenview, IL: Scott, Foresman*. 532 p.
182. Witkin H.A., Moore C.A., Goodenough D.R., and Cox P.W. (1977). Field dependent and field independent cognitive styles and their educational implications. *Review of Educational Research* (47:1), pp 1–64.

ДОДАТКИ

Додаток А

Когнітивно-емотивний тест (Орлов Ю.М., Морозюк С.М.)

Наші почуття залежать від того, як ми думаємо, тобто оцінюємо ситуацію, що викликає наші переживання. Робота з даними опитувальником для вас - це той випадок, коли з'являється привід дізнатися, як ви схильні звично думати з приводу ваших страхів перед можливою невдачею, осмислювати почуття образи, сорому, провини, що виникають у відносинах з іншими людьми. Цей досвід дозволить вам зробити крок в самопізнанні. Якщо ви знаєте свої звички мислення, то можете в якійсь мірі контролювати свої емоції, заздалегідь передбачити, як будете чинити в цих обставинах.

Вам потрібно уявити ситуації, що були в минулому, і відтворити переживання. Потім відповідно до інструкції відзначте на бланку ті кодові числа фраз, які найбільше схожі на думки, які виникають у вас зараз в зв'язку з уявленнями конкретної ситуації.

Для відповіді на питання досить закреслити хрестиком число на бланку, відповідне певної фразі в опитувальних листах.

У списку подані типові фрази, що виникають в нашій свідомості в подібних ситуаціях. Вам потрібно буде закреслити ті з них, які найбільше схожі на ваші думки. Чи не намагайтеся бути точними, адже думки зараз протікають смутно і їх не завжди можна точно визначити. Висловлюйте свою думку вільно. Ваші відповіді не можуть бути ні вірними, ні невірними. Для нас правильно все те, що ви позначили.

Якщо виявиться, що у вас є думки, зовсім не схожі на наведені в списку, то допишіть їх розбірливо в кінці.

Дякуємо заздалегідь за роботу!

СТРАХ НЕВДАЧІ

Стан страху невдачі виникає в ситуаціях, коли ми передбачаємо, що результат дій може виявитися нижче наших очікувань. Майте на увазі, що чим сильніше ми прагнемо до успіху, чим більше невизначеності в ситуації, тим вище страх невдачі. Цей страх посилюється також від значущості результату і від зв'язку цього страху з іншими емоціями, а також від ставлення інших до успіху.

Згадайте ситуацію, коли ви зазнали невдачі (на іспиті, в очікуваному якості виконаної роботи, в досягненні соціального стану, визнання, оцінки іншими ваших результатів).

Уявіть чітко цю ситуацію, обставини, людей, залучених в неї, спілкування з ними, розмови і т. п.

Відзначте в наведеному нижче списку думки схожі на ті, які зазвичай у вас виникають в подібних ситуаціях (позначте на бланку для відповідей хрестиком кодове число фрази, яка схожа на ваші думки з приводу невдачі).

1. Думаю, як би мені приховати невдачу від інших і не показати, що мене це зворушує.
2. Не дуже то мені це було потрібно.
3. А як я буду про це говорити з батьком або матір'ю, з близькими?
4. Як про це скажу тому, хто мене любить?
5. Що будуть говорити про це ті, кого радує моя невдача?
6. Цікаво, хто ж з моїх знайомих з цього приводу буде зловтішатися?
7. Як мені отримати користь зі своєї невдачі?
8. Вони, напевно, тепер від мене відмовляться, що не побажають мати зі мною справи, вважатимуть невдахою.
9. Чи змінять думку про мене в погану сторону.
10. Їм, ймовірно, буде соромно за мене.
11. Вони не захочуть мати зі мною справи.
12. Я невдаха.

13. Попереду мені ніщо не світить.
14. Я ще раз спробую досягти успіху.
15. Я ні на що не здатний.
16. Цей успіх був мені ні до чого.
17. Невдача випадкова: збіг обставин.
18. За одного битого двох небитих дають; невдачі загартовують.
19. Що, власне, сталося?
20. Успіх багато до чого зобов'язує, а це мені ні до чого.
21. Досвід невдачі важливіше досвіду успіху.
22. Це мені спеціально підлаштували.
23. Ті, хто оцінює успіх, несправедливі до мене
24. Все це мені було ні до чого.
25. Я їм це пригадаю і дещо влаштую.
26. Це позбавляє мене від продовження цього неприємного справи.
27. Я займуся дещо ніж іншим, більш цікавим.
28. Мені не хотілося б це обговорювати з ким-небудь.
29. Не хочу нікого бачити і спілкуватися, побуду один.
30. Мені просто не щастить.
31. А якщо я такий нездатний?
32. Я так і знав, цього досягти було неможливо.
33. Я адже передбачав невдачу!
34. Ну і дурень же я, як я не додумав і дещо упустив!
35. Чому ж так вийшло?
36. У мене в житті більше нічого не вийде доброго.
37. Я гірше всіх.
38. Сам винен, треба було більше працювати (вчитися, тренуватися тощо).
39. У мене є той, хто може допомогти мені пережити це.
40. Мої друзі розділять наслідки моєї невдачі.
41. А які мінуси були б, якби мені пощастило і був успіх?

42. Варто подумати про плюси моєї невдачі.

43. Якщо їх радує мій провал, нехай з ними станеться те саме, що і зі мною.

44. Вони ще гірше, ніж я, але добре це приховують.

45. На зло всім покажу їм, де раки зимують!

46. Щоб вони всі провалилися!

47. Я зроблю це на зло всім моїм заздрісникам!

ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ

Ми переживаємо провину, коли наносимо іншому образу, завдаємо страждання. Ми винні, коли наша поведінка не відповідає очікуванням інших, які для нас значимі, будь то одна людина, члени сім'ї або група, в яку ми входимо.

Згадайте ситуацію, коли ви були винні. Уявіть її чітко: де, з ким, за яких обставин ви були винні.

Вкажіть ті думки, які найчастіше у вас бувають в таких випадках, і відзначте з наведеного списку ті, які найбільше схожі на ваші думки.

48. Життя з цією людиною багато до чого зобов'язує, а це мені ні до чого.

49. Він не підходить мені, занадто крейда. Чи не за моїми масштабами.

50. Він мені нецікавий.

51. Якби це повторилося, я вчинив би інакше.

52. Якби це був тільки сон!

53. Так мені і треба, якщо я такий.

54. Зробив би що завгодно, щоб загладити провину.

55. Нехай мені буде погано або боляче, я заслужив це.

56. Чим мені гірше, тим, напевно, краще, якщо я такий.

57. Нехай би вони зробили зі мною те ж, що і я з ними.

58. Гори воно синім полум'ям, мене це не стосується.

59. Як мені після цього бути з ними?

60. Не хочу бути з тими, хто знає про цей випадок.

61. Зроблю все що завгодно, щоб загладити провину.
62. Не хочу про це думати.
63. Вони самі винні.
64. Вони від мене хочуть більше, ніж я можу.
65. Що ж робити, якщо вони не приймають мене таким, який я є?
66. Мене таким зробила життя, виховання.
67. Я хороший, але обставини ...
68. Будь-який інший зробив би в цих обставинах так само.
69. Так, я такий! Ну і що ж тепер?
70. Вони теж мене ображали і напевно ще скривдять, що ж я переживаю?
71. Нехай вони перетравлять це. Буває гірше.
72. Так їм і треба, я вчинив правильно.
73. Світ так влаштований, і не я його придумав.
74. Нехай ображаються, якщо вони не приймають мене і поганим.
75. Я в цей час поганий, і цим все сказано.
76. Думаю, як попросити вибачення.
77. Немає мені прощення.
78. Я себе ненавиджу.
79. Я гідний презирства.
80. Думати треба було про наслідки, про те, як вони поставляться до цього.
81. Хочу бути один, і тоді ніхто не буде на мене ображатися.
82. У якому випадку вони на мене не образилися б?
83. Швидше б це скінчилося.
84. Треба щось зробити, щоб загладити провину.
85. А як мені слід було б вести себе, щоб на мене не ображалися?
86. Я все одно не зміг би бути таким, щоб на мене не ображалися.
87. Звідки вони взяли, що я повинен бути таким, яким вони хочуть мене бачити?
88. Він не вміє поводитися з грошима, з ним я не вилазила б з потреби.

- 89. Він поганий господар (вона погана господиня).
- 90. Він поганий батько (вона погана мати).
- 91. Він завжди неправильно розуміє мене.
- 92. Він заслуговує такого поводження з собою.
- 93. Він жадібний.
- 94. Вона марнотрат, я не зміг би задовольнити всі її потреби.
- 95. Вони б також відреагували на таке поводження з собою.

ПОЧУТТЯ СОРОМУ

Стан сорому найчастіше виникає в ситуаціях, в яких ваша поведінка, стан, вигляд, становище в суспільстві не відповідають вашим уявленням про самого себе, про те, якими мають бути ваша поведінка, стан, вигляд, суспільне становище. Цей стан сорому в вас посилюється, коли ви дивитеся на себе очима інших.

Згадайте ситуацію, коли ви відчували сором і в наведеному нижче списку відзначте думки, схожі на ті, які зазвичай виникають у вас при цьому.

- 96. Причиною всьому мій темперамент.
- 97. Їхня думка про мене не має для мене ніякого значення.
- 98. У їхньому становищі легко міркувати про високе.
- 99. Їм би такі умови життя, подивилася б я на їх чеснота.
- 100. Хотілося б стати іншим, але ж не зможу.
- 101. Якби це повторилося, я вчинив би інакше.
- 102. Якби це був лише сон!
- 103. Нехай мені буде погано за це.
- 104. Хотів би зникнути, провалитися.
- 105. Я сам в цьому винен.
- 106. Не хочу про це думати.
- 107. Хочу, щоб мене пожаліли.
- 108. Але що робити, якщо так воно є, так вийшло.
- 109. Всі вони такі, так надходять, не тільки я.

110. Я тільки козел відпущення.
111. Я тут ні при чому, все сталося випадково, обставини ...
112. Як я дійшов до такого життя?
113. Я їх ненавиджу.
114. Будь-який інший міг опинитися в такому ж становищі.
115. Мені підробили це.
116. Краще б я з цим не зв'язувався.
117. Так, я такий, зі мною це буває, і я приймаю себе таким.
118. Не хочу бути з тими, хто знає про цей випадок.
119. Я їх ненавиджу.
120. Вони всі такі ж, як і я, але добре це приховують.
121. Виявися вони в цій ситуації, напевно поводитися б гірше.
122. Не один я такий.
123. Всі так роблять, але свідомо і успішно приховують це
124. Зате я поважаю себе в чомусь іншому.
125. Я вам це пригадаю, якщо ви бачили мене в сором.
126. Потім я покажу себе та інших, на що я здатний.
127. Стану краще, а сором - мені нагадування.
128. А чому я повинен бути іншим, ніж я є?
129. Уже завтра перестану про це думати і почну все заново.
130. Так мені і треба, думати треба було.
131. Ех, почати б все спочатку!
132. Є люди, які зрозуміють, хто правий.
133. Покаюся перед друзями скривдженого, розповім, чому я це зробив.
134. Треба йому пояснити, що не треба було б ображатися.
135. Вони ж не праві, очікуючи від мене цього.
136. А як я мав би поводитися, щоб мені не було соромно?
137. Не завжди ж бути пристойним, розумним, чесним, хорошим!

ПОЧУТТЯ ОБРАЗИ

Зазвичай нас турбують різні почуття, наприклад образа на близьких. Образа зазвичай виникає, коли інший по відношенню до вас поводить ся інакше, ніж ви очікуєте.

Згадайте той випадок, коли ви були ображені на близьких, на одного, на старшого (начальника, викладача та інших).

Які думки при цьому виникали у вас?

У списку відзначте ті пропозиції, які найбільше схожі на ваші думки. Чи не намагайтеся бути точними, адже думки зараз протікають смутно і їх не завжди можна точно визначити. Висловлюйте свою думку вільно. Ваші відповіді не можуть бути вірними або невірними. Для нас правильно все те, що ви позначили.

138. А як йому слід було б вести себе, щоб я не образився?
139. Чому себе він вів так, а не інакше?
140. Йому слід було б вести себе інакше
141. Це на нього не схоже.
142. Не чекав, що він буде так себе вести.
143. Йому буде соромно перед його батьками.
144. У мене є той, хто переконає тебе, що ти не правий.
145. Знай, у мене є кому мене пошкодувати.
146. Всі зрозуміють, які я і вона.
147. У мене все одно є захист, і вони мене не ображають.
148. Якби хто не будь пояснив йому, як він несправедливий до мене.
149. Буду молитися, щоб бог його напоумив.
150. Поскаржуся одному кривдника.
151. Я нещасний.
152. Ніхто мене не любить.
153. Нікому я не потрібен.
154. Наступного разу я з ними зроблю так само, як вони зі мною.
155. Я їм ще покажу.
156. Краще б його тут не було зовсім.

157. Я не потребу в його послугах.
158. Нехай мені буде погано.
159. Він потім пошкодує, але буде пізно.
160. Не тільки мені, але і їм погано, нехай.
161. Їм потім буде соромно, що вони так вчинили зі мною.
162. Я подбаю про те, щоб всі знали, як вони мене образили.
163. Я потім поскаржуся на кривдника йому ж.
164. Принагідно я з ними зроблю так само, як і вони зі мною.
165. Перестану мати з ними справу.
166. Не буду спілкуватися з ними.
167. Вони ніколи не побачать на моєму обличчі радості.
168. Я їм не дам поради, показавши свою образу.
169. Чи не покажу їм, що я ображений, хай не радіють.
170. Їм тепер доведеться обходитися без мене.
171. Вони будуть страждати від почуття провини.
172. Більше я цього не винесу.
173. Ніколи не буду для них старатися.
174. Не буду мати з ними справи.
175. Боже! Чому вони такі?
176. Вони могли б бути краще.
177. Чому інші так не поступають зі мною?
178. Мені боляче розчаровуватись в людях.
179. Я образився, але ж він вільний і має право діяти, як йому завгодно.
180. Я б не хотів, щоб він страждав від почуття провини, а свою образу я переживу.

Інструкція. Прочитайте уважно кожне з наведених речень і поставте позначку в бланку відповідей відповідно обраного вами судження при згоді з ним.

Бланк матриця для відповідей когнітивно-емотивного тесту

ППП респондента _____

Дата опросу _____

1	1	3	4	6	7	91	10	12	13	15	16	
	6	1	6	1	6		6	1	6	1	6	
2	1	3	4	6	7	92	10	12	13	15	16	
	7	2	7	2	7		7	2	7	2	7	
3	1	3	4	6	7	93	10	12	13	15	16	
	8	3	8	3	8		8	3	8	3	8	
4	1	3	4	6	7	94	10	12	13	15	16	
	9	4	9	4	9		9	4	9	4	9	
5	2	3	5	6	8	95	11	12	14	15	17	
	0	5	0	5	0		0	5	0	5	0	
6	2	3	5	6	8	96	11	12	14	15	17	
	1	6	1	6	1		1	6	1	6	1	
7	2	3	5	6	8	97	11	12	14	15	17	
	2	7	2	7	2		2	7	2	7	2	
8	2	3	5	6	8	98	11	12	14	15	17	
	3	8	3	8	3		3	8	3	8	3	
9	2	3	5	6	8	99	11	12	14	15	17	
	4	9	4	9	4		4	9	4	9	4	
1	2	4	5	7	8	10	11	13	14	16	17	
0	5	0	5	0	5	0	5	0	5	0	5	
1	2	4	5	7	8	10	11	13	14	16	17	
1	6	1	6	1	6	1	6	1	6	1	6	
1	2	4	5	7	8	10	11	13	14	16	17	
2	7	2	7	2	7	5	7	2	7	2	7	

1	2	4	5	7	8	10	11	13	14	16	17	
3	8	3	8	3	8	3	8	3	8	3	8	
1	2	4	5	7	8	10	11	13	14	16	17	
4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	
1	3	4	6	7	9	10	12	13	15	16	18	
5	0	5	0	5	0	5	0	5	0	5	0	

Дякуємо !

Ключі до підрахунку балів

Числа, зазначені нижче означають номери тверджень опитувальника, за вибір яких випробуваному приписується один бал за відповідним показником. Номер показника відповідає номерам в таблицях.

1. Обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі: 1-47.
2. Обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини: 48-95.
3. Обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому: 96-137.
4. Обсяг захисної рефлексії при репродукції образи: 138-180.
5. Агресія проти інших: 5, 43-47, 71, 72, 74, 113, 119, 125, 126, 154-156, 159, 162-164.
6. Агресія проти себе: 53-55, 57, 79, 103, 105, 112, 130, 151, 152, 158, 160, 171, 172.
7. Раціоналізація «знецінення об'єкта»: 16, 18, 21, 24, 26, 27, 48-50, 88-91, 93, 94.
8. Раціоналізація обставинами: 17, 22, 23, 30, 32, 33, 63, 66-68, 70, 73, 91, 92, 111.
9. Проекція на інших: 23, 44, 63, 89-91, 95, 109, 120-123, 160, 161, 175.
10. Захист від почуття провини: 3-5, 8, 9, 60, 66, 68, 75, 76, 82, 84, 132-135, 146.
11. Захист від почуття сорому: 10, 11, 60, 69, 96, 97, 106, 108, 109, 114, 116, 117, 124, 127, 128, 137.
12. Захист від страху невдачі: 17, 21-24, 26, 30-33, 39-42, 58.
13. Захист від заздрості: 1, 2, 6, 10, 31, 98, 99, 106, 124, 168.
14. Захист від образи: 134, 135, 138-141, 143-145, 147-150, 154, 155, 157, 160-162, 168, 169, 174, 179.
15. Відхід з ситуації: 1, 2, 26-29, 52, 58, 60, 62, 81, 83, 101, 102, 106, 111, 116, 118, 157, 165, 166, 170, 172-174.
16. Самоприпинення Я: 12, 13, 15, 31, 34, 36, 37, 75-79, 103, 105, 112, 130, 151-153.
17. Порушення провини в інших: 144, 159-161, 167, 171.

18. Саноженное, реалістичне мислення: 7, 14, 18, 38, 41, 42, 65, 66, 69, 70, 73, 74, 76, 80, 82, 84-87, 100, 101, 108, 117, 124 , 126, 128, 129, 136-139, 179, 180.

19. Невідповідність поведінки інших очікуванням: 64, 65, 140-142, 175-178.

20. Апелює мислення: 76, 107, 134, 135, 143-150, 162, 163.

Додаток Б

Тест рефлексії діяльності (Шадриков В.Д., Кургінян С.С.)

1. Зазвичай я починаю діяти швидко, не завжди правильно оцінивши обстановку.
2. Я завжди можу адекватно оцінити стоять переді мною завдання і ресурси, необхідні для досягнення бажаних результатів.
3. Часто я витрачаю на оцінку ситуації так багато часу, що задача втрачає актуальність.
4. Найчастіше я приймаю обдумані і зважені рішення, що дозволяють отримати бажані результати.
5. Беручи рішення, я намагаюся врахувати всі можливі наслідки-вия, зважую всі «за» і «проти». Цей процес часто затягує рішення і призводить до того, що можливість виявляється упущена.
6. Часто я не можу точно сказати, чому прийняв те чи інше рішення.
7. Зазвичай я приймаю рішення швидко, спонтанно, без зайвих роздумів. Це може призводити до помилки, але зате я не стою на місці.
8. Мені важко приймати рішення, я завжди довго думаю і Зімніть-ваюсь.
9. Я вважаю за краще діяти спонтанно, зайві роздуми і планування тільки забирають час.
10. Роздуми про те, як виконати ту чи іншу дію, Сотні-мают у мене так багато часу і сил, що часто я навіть не приступаю до задуманого.
11. Я часто стикаюся з невдачами, оскільки у мене не вистачає терпіння заздалегідь продумати свої дії.
12. Я часто відмовляюся від задуманого, оскільки бачу дуже багато можливих ризиків, чинників, які важко врахувати, на-чину сумніватися у власних можливостях і т. Д.
13. Я здатний швидко оцінювати обстановку і змінювати план дію-вий в залежності від обставин.
14. Часто при вирішенні завдання я спонтанно перескакую з одного дії на інше, відволікаюся, не можу довести справу до кінця.

15. Часто я терплю невдачі через те, що не встигаю відстежити через трансформаційних змін ситуації, внести корективи в свою діяльність.

16. Я дуже втомлююся від того, що по ходу дій ситуація весь час змінюється, надходить нова інформація, необхідно все враховувати-вати і вносити корективи у свої плани.

17. Зазвичай у мене є чіткі орієнтири, що дозволяють мені контролювати хід своєї діяльності і досягати запланованих результатів.

18. Зазвичай я дію спонтанно і не аналізую проміжні результати. Тільки в кінці можна оцінити, діяв я правильно чи ні.

19. Часто я не розумію, чому зазнав невдачі.

20. Кінцеві результати моєї роботи зазвичай відповідають первоначально задумом або перевершують їх.

Обробка результатів тесту та їх інтерпретація. Переклад варіантів відповідей на пункт тесту в бали здійснюється так:

за відповідь «безперечно ні» ставиться 1;

за відповідь «скоріше ні» - 2;

за відповідь «складно відповісти» - 3;

за відповідь «скоріше так» - 4;

за відповідь «безперечно так» - 5.

Далі проводиться підрахунок суми балів, отриманих за відповідь по пункту, що входить у конкретну шкалу, згідно з ключем:

Шкала «інформаційна основа дій» (9 пунктів): 1, 6, 7, 9, 11, 14, 15, 18, 19.

Шкала «мета та цілепокладання діяльності» (5 пунктів): 2, 4, 13, 17, 20.

Шкала «прийняття рішень та здійснення діяльності» (6 пунктів): 3, 5, 8, 10, 12, 16.

Загальний показник рефлексії діяльності (ЗРД) розраховується за сумою балів на відповіді пунктів, що складають тест опитувальника в цілому.

Додаток В

Опитувальник «Диференціальний тип рефлексії»

(Леонт'єв Д.А., Лаптева Е.М., Осін Є.М.)

Опитувальник «Диференціальний тип рефлексії» - авторська психодіагностична методика, розроблена з метою діагностики типу рефлексії як стійкої особистісної риси. Розроблено Д.А. Леонт'євим, Е.М. Лаптевой, Е.Н. Осиним і А.Ж. Саліхова в 2009 році.

Будь ласка, оцініть запропоновані твердження, відзначаючи галочкою ту відповідь, який найкращим чином відображає Вашу думку.

	Ні	Скоріше ні, ніж так	Скоріше так, ніж ні	Так
1 Я зазвичай замислююся про причини того, що зі мною відбувається				
2 Іноді увага до власних переживань відволікає мене від справ.				
3 Я люблю мріяти про те, чого в моєму житті немає.				
4 Аналізуючи власні дії, я дізнаюся про себе щось нове.				
5 Я схильний довго переживати з приводу того, що відбувається.				
6 Я можу замріявся і забути про все.				
7 Вивчення інших людей допомагає мені краще розуміти самого себе.				

8 Коли у мене щось йде не так, мені важко від цього відволіктися.				
9 Я люблю пофантазувати.				
10 Часто корисно зупинитися, щоб краще зрозуміти ситуацію в цілому.				
11 Мені буває важко перейти від роздумів до дії.				
12 Мені цікаво уявляти себе в різних ситуаціях.				
13 В разі конфлікту корисно спробувати побачити ситуацію очима опонента.				
14 Початок якому у-небудь справі, я довго турбуюся про те, що вийде в результаті.				
15 Я люблю уявляти в своїй уяві випадкові зустрічі.				
16 Самопізнання допомагає розуміти інших людей.				
17 Коли я помічаю, що тривожуся про щось, я починаю переживати ще сильніше.				
18 Займаючись чимось, я нерідко подумки переношуся зовсім в інше місце.				

19 Щоб зрозуміти ситуацію, потрібно вміти співвідносити свої почуття з тим, що їх викликає.				
20 Нерідко я не можу позбутися думок про моїх поточних проблемах.				
21 Мені подобається подумки подорожувати по місцях, де я ще не був.				
22 Найбільше я дізнаюся про себе, коли я аналізую те, що я зробив або роблю.				
23 Часом я настільки сильно переживаю свої помилки, що не в змозі нічого зробити, щоб їх виправити.				
24 Я часто фантазую про те, як моє життя могла б скластися інакше.				
25 Розбіжність поглядів інших людей з моїми служить для мене джерелом цінної інформації.				
26 Я постійно думаю про своїх невдачах.				
27 Мені легко захопитися сторонніми думками.				
28 Я звертаю увагу на те, як я реаую на людей і події.				

29 Коли в моєму житті відбувається щось незвичайне, я бачу в цьому привід задуматися.				
30 У багатьох ситуаціях буває корисно спочатку розібратися у власних бажаннях і почуттях.				

Варіант відповіді	Бали
Так	4 бали
Скоріше так, ніж ні	3 бали
Скоріше ні, ніж так	2 бали
Ні	1 бал

Шкала	Пункти	М	σ
Системна рефлексія	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 29, 30	39,58	5,15
Інтроспекція	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26	25,11	5,68
Квазірефлексія	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27	27,39	5,69

Додаток Г

Методика «Самооцінка емоційних станів» (Айзенк Г.)

Методика призначена для діагностики таких психічних станів як: **тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність.**

Інструкція до тесту

Пропонуємо вам опис різних психічних станів. Якщо вам цей стан часто притаманний, поставте 2 бали, якщо цей стан буває, але зрідка, поставте 1 бал, якщо зовсім не буває - 0 балів.

Тестовий матеріал

1. Не відчуваю в собі впевненості.
2. Часто через дрібниці червонію.
3. Мій сон неспокійний.
4. Легко засмучуюся.
5. Непокоюся про лише уявні неприємності.
6. Мене лякають труднощі.
7. Люблю копатися в своїх недоліках.
8. Мене легко переконати.
9. Я недовірливий.
10. Я насилу переношу час очікування.
11. Нерідко мені здаються безвихідними положення, з яких все-таки можна знайти вихід.
12. Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом.
13. При великих неприємностях я схильний без достатніх підстав звинувачувати себе.
14. Нещастя і невдачі нічому мене не вчать.
15. Я часто відмовляюся від боротьби, вважаючи її безплідною.
16. Я нерідко відчуваю себе беззахисним.
17. Іноді в мене буває стан відчаю.
18. Я відчуваю розгубленість перед труднощами.

19. У важкі хвилини життя іноді поводжуся по-дитячому, хочу, щоб пожаліли.
20. Вважаю недоліки свого характеру невинними.
21. Залишаю за собою останнє слово.
22. Нерідко в розмові перебиваю співрозмовника.
23. Мене легко розсердити.
24. Люблю робити зауваження іншим.
25. Хочу бути авторитетом для інших.
26. Не задовольняюсь малим, хочу найбільшого.
27. Коли розгніваюся, погано себе стримую.
28. Волю краще керувати, ніж підкорятися.
29. У мене різка, грубувата жестикуляція.
30. Я мстивий.
31. Мені важко змінювати звички.
32. Нелегко переключати увагу.
33. Дуже насторожено ставлюся до всього нового.
34. Мене важко переконати.
35. Нерідко у мене не виходить з голови думку, від якої слід було б звільнитися.
36. Нелегко зближуються з людьми.
37. Мене засмучують навіть незначні порушення плану.
38. Нерідко я проявляю впертість.
39. Неохоче йду на ризик.
40. Різко переживаю відхилення від прийнятого мною режиму дня.

Обробка результатів тесту

Підрахуйте суму балів за кожну групу питань:

- I. Питання №1-10 - тривожність
- II. Питання №11-20 - фрустрація;
- III. Питання №21-30 - агресивність;

IV. Питання №31-40 - ригідність.

Інтерпретація результатів тесту

I. Тривожність:

- 0-7 балів - тривожність відсутня;
- 8-14 балів - тривожність середня, допустимого рівня;
- 15-20 балів - висока тривожність.

II. Фрустрація:

- 0-7 балів - маєте високу самооцінку, стійкі до невдач, чи не боїтеся труднощів;
- 8-14 балів - середній рівень, фрустрація має місце;
- 15-20 балів - низька самооцінка, уникає труднощів, боїться невдач, фрустрований.

III. Агресивність:

- 0-7 балів - спокійний, витриманий;
- 8-14 балів - середній рівень агресивності;
- 15-20 балів - агресивний, не витриманий, є труднощі при спілкуванні і роботі з людьми.

IV. Ригідність:

- 0-7 балів - ригідності немає, легка переключаємість;
- 8-14 балів - середній рівень;
- 15-20 балів - сильно виражена ригідність, незмінність поведінки, переконань, поглядів, навіть якщо вони розходяться, не відповідають реальній обстановці, життя.

Бланк опитувальника

Прізвище, імя _____

I	II	III	IV
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.
5.	5.	5.	5.
6.	6.	6.	6.
7.	7.	7.	7.
8.	8.	8.	8.
9.	9.	9.	9.
10.	10.	10.	10.
Всього:	Всього:	Всього:	Всього:

Додаток Д

Опитувальник для батьків «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) (Ейдеміллер Е.Г., Юстицкис В.В.)

Шановний батько! Пропонований Вам опитувальник містить твердження щодо процесу виховання дітей. Твердження пронумеровані. Такі самі номери є в Бланку для відповідей (наведений наприкінці опитувальника).

Читайте по черзі твердження. Якщо Ви загалом згодні з ним, то на Бланку відповідей обведіть кружечком номер твердження. Якщо Ви загалом не згодні – закресліть цей самий номер у Бланку відповідей. Якщо дуже важко вибрати відповідь, то поставте на номері знак запитання. Намагайтеся, щоб таких відповідей було до п'яти.

В опитувальнику немає “неправильних” або “правильних” тверджень. Висловлюйте власну думку – цим Ви допоможете психологу.

Для батьків дітей віком 3–10 років

1. Усе, що я роблю, я роблю заради мого сина (дочки).
2. У мене часто бракує часу займатися сином (дочкою), поспілкуватися з ним (нею), пограти.
3. Мені доводиться дозволяти моїй дитині те, що не дозволяють своїм дітям багато інших батьків.
4. Не люблю, коли син (дочка) звертається до мене із запитаннями. Краще, щоб він (вона) здогадався(лась) сам(а).
5. У моєї дитини більше обов'язків щодо власного обслуговування, підтримання порядку, ніж у більшості дітей її віку.
6. Мою дитину дуже важко примусити зробити те, чого вона не хоче робити.
7. Було б краще, якби діти не замислювались, чи правильно поведуться їхні батьки.
8. Мій син (дочка) легко порушує заборони.

9. Якщо хочеш, щоб син (дочка) став (стала) людиною, не залишай безкарним жодного його (її) поганого вчинку.
10. Якогога менше намагаюся карати сина (дочку).
11. Коли я в доброму настрої, часто прощаю синові (дочці) те, за що іншого разу покарав(ла) би.
12. Я люблю сина (дочку) сильніше, ніж дружина (чоловік).
13. Молодші діти мені подобаються більше, ніж старші.
14. Якщо син (дочка) довго впирається чи злиться, у мене буває відчуття, що я повівся (повелась) з ним (нею) неправильно.
15. У нашій сім'ї довго не було дитини, хоча ми її дуже чекали.
16. Спілкування з дітьми взагалі втомлює.
17. У сина (дочки) є риси, які дратують мене.
18. Виховання сина (дочки) було б набагато успішнішим, якби чоловік (дружина) не заважав(ла) би.
19. Більшість чоловіків легковажніші, ніж жінки.
20. Більшість жінок легковажніші, ніж чоловіки.
21. Мій син (дочка) для мене – найголовніше в житті.
22. Часто не знаю, що робить у цей момент моя дитина.
23. Якщо іграшка дитині подобається, я куплю її, скільки б вона не коштувала.
24. Мій син (дочка) нетямущий(а). Легше самому щось зробити, ніж попросити його (її).
25. Моєму сину (дочці) часто доводиться (або доводилось) доглядати за молодшим братом (сестрою).
26. Часто нагадую, нагадую сину (дочці) зробити щось, а врешті-решт зроблю це сам(а).
27. Батьки в жодному разі не повинні припускати, щоб діти помічали їхні недоліки.
28. Мій син (дочка) сам(а) вирішує, з ким йому (їй) грати.
29. Діти повинні не тільки любити своїх батьків, а й боятися їх.
30. Я дуже рідко сварюся на сина (дочку).

31. Іноді я дуже суворий(а), а іноді все дозволяю дитині.
32. Я і дитина розуміємо одне одного краще, ніж з чоловіком (дружиною).
33. Мене засмучує, що син (дочка) надто швидко дорослішає.
34. Якщо дитина впирається, бо погано почувається, краще зробити так, як вона хоче.
35. Моя дитина росте слабкою і хворобливою.
36. Якби в мене не було дітей, я б досяг(ла) у житті набагато більше.
37. У сина (дочки) є недоліки, яких не вдається позбутися, хоча я наполегливо з ними борюся.
38. Часто коли я караю сина (дочку), чоловік (дружина) одразу починає дорікати мені в надмірній суворості й утішати дитину.
39. Чоловіки схильніші до подружньої зради, ніж жінки.
40. Жінки схильніші до подружньої зради, ніж чоловіки.
41. Турбота про сина (дочку) потребує багато часу.
42. Мені багато разів доводилось пропускати батьківські збори.
43. Прагну, щоб моя дитина була забезпечена краще від інших дітей.
44. Від товариства сина (дочки) можна сильно втомитися.
45. Мені часто доводилося доручати синові (дочці) важкі для його (її) віку справи.
46. Моя дитина ніколи не прибирає за собою іграшки.
47. Головне, чому батьки можуть навчити своїх дітей, – це слухатися.
48. Моя дитина сама вирішує, скільки, чого і коли їй потрібно.
49. Чим суворіше ставляться батьки до дитини, тим краще для неї.
50. За характером я – м'яка людина.
51. Якщо синові (дочці) щось від мене потрібно, він (вона) намагається вибрати момент, коли я в доброму настрої.
52. Коли я думаю про те, що колись син (дочка) виросте і я буду йому (їй) не потрібен(на), у мене псується настрій.
53. Чим старші діти, тим важче з ними.

54. Найчастіше впертість дитини спричинюється тим, що батьки не вміють знайти до неї підхід.
55. Я постійно турбуюся про здоров'я сина (дочки).
56. Якби в мене не було дітей, моє здоров'я було б набагато кращим.
57. Окремі серйозні недоліки сина (дочки) не зникають, незважаючи на заходи, яких я вживаю.
58. Мій син (дочка) недолюблює мого (мою) чоловіка (дружину).
59. Чоловік гірше розуміє почуття іншої людини, ніж жінка.
60. Жінка гірше розуміє почуття іншої людини, ніж чоловік.
61. Заради сина (дочки) мені багато від чого в житті довелося і доводиться відмовлятися.
62. Батьки, що надто багато метушаться біля своїх дітей, викликають у мене роздратування.
63. Я витрачаю на сина (дочку) набагато більше грошей, ніж на себе.
64. Не люблю, коли син (дочка) щось просить. Я сам(а) краще знаю, що йому (їй) потрібно.
65. У мого сина (дочки) важче дитинство, ніж у більшості його (її) приятелів.
66. Вдома син (дочка) робить тільки те, що йому (їй) хочеться, а не те, що потрібно.
67. Діти повинні поважати батьків більше, ніж інших людей.
68. Якщо моя дитина не лягає спати тоді, коли належить, я не наполягаю.
69. Я суворіше ставлюся до свого сина (дочки), ніж інші батьки до своїх дітей.
70. Від покарань мало пуття.
71. Члени нашої сім'ї не однаково суворі із сином (дочкою). Одні пестять його (її), інші, навпаки, дуже суворі.
72. Мені б хотілося, щоб мій син (дочка) не любив нікого, крім мене.
73. Мені подобаються маленькі діти, тому я не хотів(ла) би, щоб син (дочка) надто швидко дорослішав(ла).
74. Часто я не знаю, як правильно поводитися з сином (дочкою).

75. Через поганий стан здоров'я сина (дочки) мені доводиться йому (їй) багато чого дозволяти.
76. Виховання дітей – важка і невдячна справа. їм віддаєш усе, а натомість не отримуєш нічого.
77. На мого (мою) сина (дочку) мало впливає добре слово. Єдине, що на нього (неї) діє, – це постійні суворі покарання.
78. Мій чоловік (дружина) намагається підбурювати сина (дочку) проти мене.
79. Чоловіки частіше, ніж жінки, діють нерозважливо, не обміркувавши можливих наслідків.
80. Жінки частіше, ніж чоловіки, діють нерозважливо, не обміркувавши можливих наслідків.
81. Я весь час думаю про сина (дочку), про його (її) справи, здоров'я тощо.
82. Про дитину я часто згадую тоді, коли вона щось накоїла чи з нею щось трапилося.
83. Мій син (дочка) вміє домогтися від мене того, що хоче.
84. Мені більше подобаються тихі, спокійні діти.
85. Намагаюся якомога раніше привчити дитину допомагати у хатніх справах.
86. У мого сина (дочки) мало домашніх обов'язків.
87. Навіть якщо діти впевнені, що батьки помиляються, вони мають чинити так, як їм кажуть.
88. У нашій сім'ї так заведено, що дитина робить те, що хоче.
89. Іноді найкраще покарання – побиття.
90. Багато недоліків у поведінці моєї дитини зникнуть самі собою з віком.
91. Коли син (дочка) щось накоїть, я намагаюсь виручити його (її). Якщо все гаразд, я знову залишаю його (її) у спокої.
92. Якби мій син не був би моїм сином, а я була б молодшою, то, напевно, закохалася б у нього.
93. Мені цікавіше говорити з маленькими дітьми, ніж з дорослими.
95. Тільки завдяки нашим величезним зусиллям син (дочка) залишив-ся(лась) жити.

96. Часто заздрю тим, хто не має дітей.
97. Якщо дати сину (дочці) волю, він (вона) негайно використає це на шкоду собі чи оточуючим.
98. Часто коли я кажу сину (дочці) одне, то чоловік (дружина) спеціально каже протилежне.
99. Чоловіки частіше, ніж жінки, думають тільки про себе.
100. Жінки частіше, ніж чоловіки, думають тільки про себе.
101. Я витрачаю на сина (дочку) більше сил і часу, ніж на себе.
102. Я мало знаю про справи сина (дочки).
103. Бажання мого сина (дочки) для мене – закон.
104. Мій син дуже любить спати зі мною.
105. У мого сина (дочки) поганий шлунок.
106. Батьки потрібні дитині лише доти, поки вона не виросла. Потім вона дедалі рідше згадує про них.
107. Заради сина (дочки) я приніс (принесла) би будь-яку жертву.
108. Моєму синові (дочці) потрібно приділяти набагато більше уваги, ніж я можу.
109. Мій син (дочка) уміє бути таким(ою) милим(ою), що я йому (їй) усе прощаю.
110. Мені б хотілося, щоб син одружився тоді, коли йому виповниться 30 років.
111. Руки і ноги мого сина (дочки) часто бувають дуже холодними.
112. Більшість дітей – егоїсти. Вони зовсім не думають про здоров'я і почуття батьків.
113. Якщо не віддавати сину (дочці) увесь час і сили, то все може погано скінчитися.
114. Коли все гаразд, я майже не цікавлюся справами сина (дочки).
115. Мені дуже важко сказати своїй дитині “Ні”.
116. Мене засмучує, що син (дочка) дедалі менше має потребу в мені.
117. Стан здоров'я мого сина (дочки) гірший, ніж у більшості інших дітей.

118. Багато дітей надто мало вдячні батькам.
119. Мій син (дочка) не може обходитися без моєї постійної допомоги.
120. Багато часу син (дочка) буває не вдома – у яслах, дитячому саду, у родичів.
121. У сина (дочки) дуже багато часу на ігри та розваги.
122. Крім сина (дочки), мені ніхто у світі не потрібний.
123. У мого сина (дочки) переривчастий і неспокійний сон.
124. Часто думаю, що надто рано оженився (вийшла заміж).
125. Усе, чому навчилася моя дитина дотепер, вона має завдячувати тільки мені.
126. Справами сина (дочки) здебільшого займається чоловік (дружина).
127. Я не можу пригадати, коли в останнє відмовив(ла) своїй дитині в купівлі чогось.
128. Мій син казав мені: “Виросту, одружуся з тобою, мамо”.
129. Мій син (дочка) часто хворіє.
130. Сім’я не допомагає мені, а лише ускладнює моє життя.

Бланк відповідей

Бланк відповідей					ДЗ (*)	
1	21	41	61	81	Г+	7
2	22	42	62	82	Г–	8
3	23	43	63	83	У+	8
4	24	44	64	84	У–	4
5	25	45	65	85	Т+	4
6	26	46	66	86	Т–	4
7	27	47	67	87	З+	4
8	28	48	68	88	З–	3
9	29	49	69	89	С+	4
10	30	50	70	90	С–	4
11	31	51	71	91	Н	5
12	32	52	72	92	РРЧ	6
13	33	53	73	93	ПДК	4

14	34	54	74	94	ВН	5
15	35	55	75	95	ФУ	6
16	36	56	76	96	НРЧ	7
17	37	57	77	97	ПНК	4
18	38	58	78	98	ВК	4
19	39	59	79	99	ПЖК	4
20	40	60	80	100	ПМК	4
101	107	113	119	125	Г+	
102	108	114	120	126	Г–	
103	109	115	121	127	У+	
104	110	116	122	128	РРЧ	
105	111	117	123	129	ФУ	
106	112	118	124	130	НРЧ	

Ф.И.О.

Фамилия и имя сына

(дочери) _____

Сколько ему (ей)

лет _____

Кто заполнял (отец, мать, другой

воспитатель) _____

* – эта часть бланка испытуемым не показывается

Обработка результатов

проводится следующим образом. На бланке регистрации ответов номера этих ответов расположены так, что номера, относящиеся к одной шкале, расположены в одной строке. Это дает возможность быстрого подсчета баллов по каждой шкале. Для этого нужно подсчитать число обведенных номеров. За вертикальной чертой на бланке регистрации ответов указано диагностическое значение (ДЗ) для каждой шкалы. Если число баллов достигает или превышает ДЗ, то у обследуемого родителя диагностируется тот или иной тип воспитания. Буквы за вертикальной чертой – это применяемые в данных методических рекомендациях сокращенные названия шкал. Названия некоторых шкал подчеркнуты. Это значит, что к результату по горизонтальной строке

(набранному числу баллов) надо прибавить результат по дополнительной шкале, находящейся в нижней части бланка, под горизонтальной чертой и обозначенной теми же буквами, что и основная.

Додаток Е

Тест-опитувальник батьківських відносин (ОБС)

(Г.Я. Варга, Столін В.В.)

Тест-опитувальник батьківського ставлення є психодіагностичним інструментом, орієнтованим на виявлення батьківського ставлення до дітей. Батьківське ставлення приймається як система різноманітних почуттів по відношенню до дитини, особливостей виховання і розуміння характеру і особистості дитини, її вчинків.

Структура тесту була побудована на основі математичного значення значущих факторів. В результаті факторизації даних було отримано 5 факторів: «прийняття-відштовхування», «кооперація», «симбіоз», «авторитарна гіперсоціалізація», «маленький невдаха».

На кожне твердження дайте відповідь «так» або «ні».

Запитання тесту:

1. Я завжди співчуваю своїй дитині.
2. Я вважаю своїм обов'язком знати все, що думає моя дитина.
3. Я поважаю свою дитину.
4. Мені здається, що поведінка моєї дитини значно відхиляється від норми.
5. Потрібно якомога довше тримати дитину осторонь від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують.
6. Я відчуваю до дитини прихильність.
7. Добрі батьки оберігають дитину від життєвих труднощів.
8. Моя дитина часто неприємна мені.
9. Я завжди намагаюсь допомогти своїй дитині.
10. Бувають випадки, коли глумливе ставлення до дитини приносить їй велику користь.
11. Я відчуваю досаду щодо своєї дитини.
12. Моя дитина нічого не досягне у житті.
13. Мені здається, що діти знущаються над моєю дитиною.
14. Моя дитина часто здійснює такі вчинки, які окрім презирства нічого не варті.
15. Для свого віку моя дитина не зовсім зріла.
16. Моя дитина поводиться спеціально, щоб досадити мені.

17. Моя дитина вбирає у себе все погане, як губка.
18. Мою дитину важко навчити гарних манер, при найбільшому старанні.
19. Дитину потрібно тримати у суворих рамках, тоді з неї виросте порядна людина.
20. Я люблю, коли друзі моєї дитини приходять до нас додому.
21. Я схвалюю свою дитину.
22. До моєї дитини липне все погане.
23. Моя дитина не досягне успіхів у житті.
24. Коли в компанії знайомих говорять про дітей мені трохи соромно, що моя дитина не така розумна і здібна, як хотілось би..
25. Я жалію свою дитину.
26. Коли я порівнюю свою дитину з її ровесниками, вони здаються мені дорослішими і у поведінці і у судженнях.
27. Я із задоволенням проводжу з дитиною свій вільний час.
28. Мені шкода, що моя дитина росте і дорослішає.
29. Я часто ловлю себе на ворожому ставленні до дитини.
30. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла всього того, що мені не вдалося у житті.
31. Батьки повинні пристосовуватись до дитини.
32. Я намагаюся виконати всі прохання моєї дитини.
33. Приймаючи сімейні рішення слід враховувати і думку дитини
34. Головна причина капризів моєї дитини – егоїзм, впертість і лінь.
35. У конфлікті з дитиною я часто можу визнати, що вона по-своєму права.
36. Діти рано дізнаються, що батьки можуть помилятися.
37. Я завжди зважаю на свою дитину.
38. Я відчуваю приязнь до дитини.
39. Я дуже цікавлюсь життям своєї дитини.
40. Неможливо нормально відпочити, якщо проводиш час з дитиною.
41. Найголовніше, щоб у дитини було спокійне і безхмарне дитинство.
42. Іноді мені здається, що моя дитина – нездатна ні до чого доброго.
43. Я поділяю захоплення своєї дитини.
44. Моя дитина може вивести із себе будь-кого.
45. Я поділяю гіркоту, смуток своєї дитини.
46. Моя дитина часто дратує мене.
47. Виховання дитини – суцільне тріпання нервів.
48. Суворі дисципліна у дитинстві – розвиває сильний характер.
49. Я не довіряю своїй дитині.
50. За суворе виховання діти дякують потім.
51. Інколи мені здається, що я ненавиджу свою дитину.

52. У моєї дитини більше недоліків, ніж позитивних якостей.
53. Я поділяю інтереси своєї дитини.
54. Моя дитина не спроможна що-небудь зробити самостійно, а якщо і зробить, то обов'язково не так.
55. Моя дитина виросте непристосованою до життя.
56. Моя дитина подобається мені такою, якою вона є.
57. Я ретельно стежу за станом здоров'я своєї дитини.
58. Не рідко я захоплююсь своєю дитиною.
59. Дитина не повинна мати секретів від батьків.
60. Я не високої думки про здібності своєї дитини і не приховую цього від неї.
61. Дуже бажаю, щоб дитина товаришувала з тими дітьми, які подобаються її батькам.

Ключі до тесту

- 1.«Прийняття-відхилення»** - 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 29, 34, 37, 38, 40, 42, 43, 44, 45, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 60.
- 2. «Кооперація»** - 6, 9, 21, 25, 31, 33, 39, 35, 36.
- 3. «Симбіоз»** - 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.
- 4. «Авторитарна гіперсоціалізація»** - 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.
- 5. «Маленький (-а) невдаха»** - 9, 11, 13, 17, 22, 23, 54, 61.

Порядок підрахунку тестових балів

При підрахунку тестових балів за всіма ознаками враховується відповідь «вірно». Високий тестовий бал по відповідних шкалах інтерпретується як:

- відштовхування;
- соціальна бажаність;
- симбіоз;
- гіперсоціалізація;
- інфантилізація.

Додаток Ж

Кореляційний взаємозв'язок захисної рефлексії матері зі різними стилями батьківського ставлення

	П32	П33	П34	П35	П36	П37	П38	П39	П40	П41	П42	П43	П44	П45	П46	П47	П48	П49	П50	П51	П52
П1	0,09	0,05	0,08	-0,02	-0,03	-0,01	0,05	0,15*	-0,09	0,08	-0,07	-0,03	-0,02	-0,02	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	-0,07	0,06
П2	0,02	0,03	0,03	0,01	0,04	0,02	0,01	-0,02	0,04	0,04	0,02	-0,02	0,05	0,02	-0,06	0,03	-0,10	-0,01	-0,01	-0,11	-0,18**
П3	0,02	-0,01	0,08	-0,03	0,05	0,03	0,06	0,04	0,06	0,02	0,03	-0,04	0,02	0,03	-0,01	0,02	0,01	0,06	0,03	-0,08	-0,04
П4	0,06	-0,02	0,05	-0,02	0,02	0,01	-0,03	-0,06	0,01	0,04	0,02	-0,02	0,05	0,02	0,04	0,09	-0,03	-0,01	0,14*	-0,03	-0,05
П5	0,10	-0,06	-0,02	-0,03	0,09	0,05	-0,01	0,03	-0,08	-0,02	-0,01	-0,13	0,03	0,01	0,00	-0,04	-0,04	0,02	0,01	-0,10	0,08
П6	0,03	-0,02	0,06	-0,02	-0,08	-0,12	-0,06	-0,07	0,04	-0,06	-0,03	0,01	-0,08	-0,04	0,03	-0,04	0,06	-0,02	0,01	0,01	0,11
П7	-0,02	0,08	-0,04	-0,09	-0,08	-0,08	0,02	0,04	0,06	0,02	-0,05	-0,07	-0,02	-0,03	-0,04	-0,07	-0,03	-0,01	-0,01	-0,06	0,08
П8	0,04	-0,01	-0,02	-0,07	0,01	-0,07	-0,05	-0,02	-0,02	0,02	0,01	0,02	0,06	0,03	0,13*	-0,01	0,02	0,02	0,11	0,04	0,01
П9	0,02	0,08	0,07	0,05	-0,03	-0,08	-0,03	0,04	0,06	0,06	-0,05	0,02	-0,09	-0,04	0,01	0,04	-0,02	0,04	-0,03	-0,04	0,04
П10	0,14*	0,01	-0,03	0,02	-0,05	-0,06	0,04	0,08	0,02	0,10	0,02	0,05	-0,03	-0,03	0,02	-0,02	0,04	0,04	-0,08	0,16*	0,03
П11	0,15*	0,07	-0,08	-0,11	-0,09	-0,08	0,01	0,13*	0,01	0,02	-0,08	-0,02	-0,04	-0,04	0,07	-0,05	0,01	0,03	0,01	0,07	-0,09
П12	-0,06	0,11	0,03	-0,05	-0,03	-0,04	-0,02	-0,05	0,03	0,07	-0,02	-0,07	0,02	0,01	0,02	0,09	-0,01	-0,03	0,01	-0,10	0,01
П13	0,15*	-0,05	0,02	-0,02	0,08	0,07	-0,07	-0,02	0,19**	-0,18**	-0,01	-0,16*	-0,03	-0,02	-0,07	-0,06	-0,03	-0,03	0,09	0,12*	-0,03
П14	0,03	0,09	0,03	-0,02	-0,01	-0,05	-0,05	0,04	0,04	0,07	-0,02	0,06	0,07	0,05	0,04	0,03	-0,01	0,03	0,03	-0,05	0,05
П15	0,09	0,06	0,07	-0,03	-0,03	-0,06	0,03	0,08	0,10	0,06	-0,01	0,08	0,05	-0,02	0,04	0,04	-0,05	0,06	0,08	-0,03	-0,04
П16	0,09	0,11	0,08	0,01	0,04	-0,08	-0,06	0,08	0,07	0,15*	-0,02	0,06	0,09	0,01	0,06	0,07	-0,05	0,07	0,05	-0,03	-0,05
П17	0,08	-0,04	0,02	0,03	0,01	0,04	0,11	0,07	-0,04	-0,11	0,06	-0,09	-0,11	-0,03	-0,07	-0,01	0,05	0,01	-0,02	-0,02	-0,08
П18	-0,04	-0,02	0,05	0,02	0,03	-0,01	-0,07	-0,05	-0,05	-0,04	-0,01	-0,01	-0,06	-0,06	-0,08	0,06	-0,04	0,07	0,04	0,05	0,07
П19	0,03	-0,06	-0,08	-0,03	-0,02	0,03	0,02	0,04	-0,05	-0,03	-0,03	-0,06	0,05	-0,05	0,02	-0,04	-0,03	-0,08	0,06	-0,05	-0,04
П20	0,04	-0,04	-0,04	-0,02	-0,01	0,09	0,15*	0,03	-0,07	-0,07	0,02	0,14*	-0,05	-0,01	-0,06	-0,12	0,02	-0,04	-0,12*	-0,09	-0,03

Примітки. П1 - обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі, П2 - обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини, П3 - обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому, П4 - обсяг захисної рефлексії при репродукції образи, П5 - агресія проти інших, П6 - агресія проти самого себе, П7 - раціоналізація «знецінення об'єкта», П8 - раціоналізація обставинами, П9 - проекція на інших, П10 - захист від почуття провини, П11 - захист від почуття сорому, П12 - захист від страху невдачі, П13 - захист від заздрості, П14 - захист від образи, П15 - відхід з ситуації, П16 - самоприпинення Я, П17 - порушення провини в інших, П18 - саногенне, реалістичне мислення, П19 - невідповідність поведінки інших очікуванням, П20 - мислення що апелює

Додаток 3

Зміст тренінгової програми:

Заняття №1

Тренінг з гармонізації дитячо-батьківських відносин (2 год.)

Мета:

- *вчити батьків безумовно приймати свою дитину;*
- *сприяти дослідженню особливостей сприйняття батьком своєї дитини, неусвідомлюваних почуттів і установок на виховання;*
- *сприяти оздоровленню дитячо-батьківських відносин.*

Хід заняття:

Знайомство (15 хвилин).

Вправа 1 «Самопрезентація». Учасникам видають картки і олівці для оформлення «візиток». Через деякий час (5-7 хв.) необхідно пред'явити свою «візитівку», розповісти коротко про себе, про свої очікування і побоювання, пов'язані з тренінгом.

Правила роботи групи: (5 хвилин)

- доброзичливе ставлення один до одного;
- не критикувати;
- принцип тут та зараз;
- відкритість у спілкуванні;
- активна участь;
- повага до виступаючого;
- дотримання регламенту.

Вправа 2 «Дитина в нас». Кидаючи м'яч, учасники звертаються один до одного з фразою: «Мені здається, в дитинстві ти була...» У відповідь кожен може погодитися чи ні з даною йому характеристикою. Ця вправа допомагає учасникам глибше познайомитися, крім того сприяє активізації дитячого его-стану батьків, що створює базу для подальшої психокорекційної роботи. (10 хвилин)

Вправа 3 Дискусія на тему «Хто я як батько?» (20хв).

Питання:

- Чи подобається Вам бути батьком?
- Чи подобається Вам бути таким батьком яким Ви є насправді?
- Що саме в Ваших батьківських функціях Вам подобається найбільше, а що ні? Чому?
- Як добре Ви знаєте свою дитину? За якими критеріями Ви робите такий висновок?
- Якою Ви б хотіли бачити свою дитину?
- Як Вам здається, Ваша дитина змогла би відповідати цьому образу?
- Що для цього потрібно?
- Чи знає Ваша дитина то, якою Ви б хотіли її бачити?
- Вона прагне до того, щоб відповідати цьому образу?
- Ви часто звертаєтеся до фахівців або читаєте в книгах про особливості розвитку особистості дитини. Якщо так, то для чого Ви це робите?

За підсумками дискусії група аналізує відповіді, обговорює спірні питання.

Слово ведучого про проблеми спілкування. (10 хвилин)

Спілкування так само необхідно дитині, як і їжа. Дитина, яка отримує повноцінне харчування і хороший медичний догляд, але позбавлена постійних контактів з дорослими, погано розвивається не тільки психічно, але й фізично: вона погано росте, худне, втрачає інтерес до життя.

Якщо продовжити порівняння з їжею, то можна сказати, що спілкування може бути не тільки здоровим, але й шкідливим. Погана їжа отрує організм, невірне спілкування, отрує психіку дитини, ставить під удар її психічне здоров'я, емоційне благополуччя, а згодом, звичайно, і її долю.

Завдання.

Давайте уявимо ситуацію: ваша дитина робить щось не так, вам це не подобається. Чи зможете сказати дитині в цей момент, що любите її? Як ви це скажете? (Приклад: якщо ти будеш хорошим хлопчиком (дівчинкою) я буду

тебе любити, або не чукай від мене доброго поки ти не перестанеш (лінуватися, битися, грубити і т.п.), доки не почнеш (добре вчитися, допомагати по дому, слухати.) Давайте прислухаємося до цих фраз. Ми висуваємо ряд умов, тобто, прямо повідомляємо дитині, що її приймають умовно, що її люблять (або будуть любити, тільки якщо. Питання ведучого: в чому ж причина такого оціночного ставлення до дітей? (віра в те, що нагороди і покарання головні виховні засоби). Однак, частіше спрацьовує така закономірність: чим частіше дитину лають, тим гірше вона стає.

Питання:

- 1) Чи можна ставитися інакше?
- 2) Згадайте, будь ласка, скільки разів за сьогодні, або вчора, ви обійняли свою дитину?

Ведучий: Різні вчені стверджують, що просто для виживання дитині необхідно чотири обійми на день. А для гарного самопочуття потрібно не менше восьми в день!

Психологами доведено, що потреба в любові є однією з фундаментальних людських потреб та необхідною умовою нормального розвитку дитини.

Вправа (практична – у вправі можна використовувати ляльку).
Задовольнити цю потребу дитини, показавши, що вона вам дорога та потрібна. Як ви це зробите? (привітний погляд, посмішка, ласкаві дотики, прямі слова: як добре, що ти у нас з'явилася, я рада тебе бачити, я люблю, коли ти вдома, мені добре, коли ми разом).

Висновок: це все знаки безумовного прийняття дитини. Отже основний принцип – безумовне прийняття.

Вправа 4 (15 хв.).

Зосередьтеся, розділіть аркуш паперу вертикально навпіл. З ліва поставте «+», з права «-». Запишіть всі випадки, коли ви зверталися до дитини протягом дня з емоціями, позитивними висловлюваннями (радісним вітанням,

схваленням, підтримкою) і скільки - з негативними (докором, зауваженням, критикою).

А тепер підрахуйте «+» та «-». Навіть якщо кількість «+» та «-» однакова, то зі спілкуванням не все благополучно. А якщо переважають «-» – варто серйозно задуматися.

Домашнє завдання: Заведіть вдома такий же листочок і заповнюйте його кілька днів. А потім проаналізуйте.

Вправа 5 Вплив слів на дитину (практичний досвід).

Нам потрібні: склянка води – це дитина (чиста, прозора, наївна); сіль – грубі, солоні слова; перець – пекучі, образливі слова; горстка землі – неувага, байдужість.

А зараз все це добре треба перемішати. І що ми отримали? Емоційний стан дитини! Скільки потрібно часу, щоб все це осіло, забулося? А варто лише легенько збовтати – і все піднімається знову догори та знову обернеться стресами, неврозами, гіперактивністю.

Пам'ятайте про це, пам'ятайте про знаки безумовного прийняття дитини, які потрібні їй. Безумовно приймати дитину – означає любити її не за те, що вона гарна, розумна, здатна, що вона є відмінником, помічником, а просто так, просто за те, що вона є!

Дискусія на тему «Шкідники спілкування». (15 хв.)

Батькам пропонується серія висловлювань які містять елементи деструктивності. Завдання групи виявити в чому помилковість цих фраз і змінити їх.

* «Якщо ти негайно не сядеш за уроки, я не дозволю тобі ввечері піти гуляти на вулицю», «Або ти зараз же йдеш спати, або я замикаю тебе в темній кімнаті одного» – Загроза.

* «Швидко додому!», «Марш в ліжко!», «Сідай за стіл!» – Накази.

* «Ти знову погано порізав хліб», «Ти дуже неакуратно їси», «Ти нечупара» – Негативна критика.

* «Ти вчинив як дурень», «Ти впертий як осел» – Образливі прізвиська.

* «Ти повинна слухати кожне моє слово», «Ти повинна робити, так як я говорю», «Ви не повинні так кричати коли граєте» – Слова-«боржники».

Рефлексія.

Домашнє завдання. Самоспостереження (батькам необхідно звернути увагу на те, як вони висувають вимоги дитині, як дитина зазвичай реагує на прохання батьків, а також проаналізувати як часто та яким чином вони хвалять дитину).

Вправа 6 «Що я знаю про свою дитину?». (20 хв.)

- Випишіть у рядок 10 слів, фраз, які найбільш повно характеризують вашу дитину. Оцініть ступінь прояву цих характеристик (10 – яскраво проявляється, 5 – середній ступінь прояву, 1 – проявляється іноді).

Вправа 7 «Долоньки».

Тихо звучить спокійна музика. Ведучий просить всіх присутніх закрити очі і покласти свої руки на коліна долонями вгору. Ведучий підходить до одного з учасників тренінгу, кладе свої долоні на його долоні і сідає на його місце, а той продовжує вправу, і т. д. Вправа виконується мовчки протягом 5–7 хвилин.

Ведучий просить поділитися відчуттями та враженнями тих, до кого підійшли під час вправи («Як змінювався ваш стан?») і до тих, до кого не підійшли («Що Ви відчували?»).

Чому вчить нас ця вправа?

Підсумок ведучого: «Для дітей дуже важливо відчувати дотик, увагу дорослих до себе. Коли долоні однієї людини торкаються до долонь іншої, відбувається контакт двох людей; і третього немає, ніхто не може втрутитися в контакт батька з дитиною – ні другий з батьків, ні бабуся, ні інші діти. Звичайно, цей контакт не повинен бути спрямований проти когось третього, інакше це призведе до формування невротичної особистості дитини!

Домашнє завдання для батьків.

Спробуйте виконати наступне:

1) Протягом чотирьох днів після тренінгу, ні при яких обставинах не підвищувати голос на дитину. Можна попросити дитину виконувати ваші розпоряджень іншим способом. Головне - без крику.

2) Протягом двох днів після тренінгу намагайтеся працювати над собою та своїми висловлюваннями. Наприклад, замість «Іди спати» питання: «Спати ляжеш зараз або через 10 хвилин?»; «Молока цілий стакан налити або половину?»; «Зі школи прийдеш відразу або на півгодини затримаєшся?»; не "Роби, як я скажу», а «Може бути ти зробиш, як я запропоную?».

3) У хвилину сильного роздратування на дитину сісти навпроти неї та протягом хвилини розглядати її від маківки до п'ят, намагаючись виявити в неї свої ризики. Як ви думаєте, чим має закінчитися ця вправа?:

- Визначте, скільки з перерахованих характеристик можна віднести до однієї з наступних категорій: позитивна (+); негативна (-); нейтральна (0).
- Поставте себе на місце дитини, яку ви тільки що характеризували та одним словом оцініть свої почуття з приводу цієї оцінки.

Дискусійні обговорення, питання (10 хв.)

- Скільки часу в день ви приділяєте спілкуванню з вашою дитиною?
- У який час на протязі дня ви найчастіше спілкуєтеся зі своєю дитиною?
- На які теми ви розмовляєте з дитиною найчастіше?
- Ви спілкуєтеся з дитиною також як і з близькими друзями? Чому?
- Чи подобається вам те, як ви спілкуєтеся з дитиною? Чому?

Заняття №2

Управління гнівом

Мета: сприяти усвідомленню батьками негативного впливу проявів гніву на розвиток дитини, розширити репертуар способів управління гнівом.

Матеріали: інтерактивна дошка, проектор, аркуші з матеріалом «Способи управління гнівом», табличка «План управління гнівом».

Тривалість заняття: 2 години

Вступне слово (3хв.)Психолог ознайомлює учасників із темою заняття, завданнями, звертає увагу на правила роботи в групі.

1. Вправа «Я відчуваю» (5 хв.)

Мета: уточнити почуття присутніх на занятті.

*Хід вправи:*учасники по колу продовжують вислів «Сьогодні я відчуваюся...». Батьки мають підібрати метафори, щоб розповісти про те, як вони відчуваються. Наприклад:

- як «тихе озеро»;
- як «дикобраз»;
- як «кіт, що спить на подушці».

2. Експрес-опитування (7 хв.)

*Мета:*надати інформацію батькам про прояви гніву та навчити розпізнавати його.

Хід вправи: психолог наголошує на тому, що кожна людина вкладає свій зміст у поняття «гнів». Гнів це один із способів реагування на життєві труднощі і стресові ситуації та пропонує дати відповідь на такі запитання:

- Коли, в яких ситуаціях, ми відчуваємо «гнів»?
- Як ми його відчуваємо?
- Як ми його проявляємо?

Коментар психолога

Гнів - це відчуття, пов'язане із реакцією опору нашого організму шляхом вироблення адреналіну. Ціль такої реакції - вироблення енергії, щоб захистити себе. Гнів - нормальна емоція. Відчувати та виявляти гнів - це природньо. Але якщо гнівне контролювати та проявляти його неадекватно, він може руйнувати наше здоров'я та благополуччя, а також благополуччя оточуючих. Важливо навчитися розпізнавати гнів, опанувати здорові способи його скеровування та виявлення. Більш ніж 2000 років тому грецький філософ Аристотель сказав: «Гніватись може кожен - це просто; але гніватись на того, кого треба, правильною мірою, у правильний час, з правильної причини та правильним

чином не просто». Людина виявляє гнів у різноманітні способи, але в цілому їх можна згрупувати таким чином:

- зовнішній - у формі претензій та агресії;
- внутрішній - у формі депресії.

Способам вираження свого гніву ми в основному навчаємося з дитинства від людей, за якими спостерігаємо та серед яких живемо. Деякі люди вважають, що ніколи не слід виявляти свій гнів, що його необхідно заховати подалі всередину себе. Інші, вважають, що здоровіше виплескувати свій гнів.[8, с.134]

3.Вправа «Діти вчаться спостерігаючи» (20 хв.)

Мета: допомогти батькам усвідомити негативний вплив проявів гніву на розвиток дитини.

Хід проведення: психолог розповідає батькам, що діти вчаться, спостерігаючи за ними. Вони також навчалися, спостерігаючи, як їхні батьки справляються зі своїм гнівом.

Далі психолог об'єднує учасників у пари і просить їх відповісти на запитання:

- З чого ви розуміли, що батьки, вчителі чи вихователі сердилися?
- Як вони виражали свій гнів?
- Як ви почувалися, коли вони це робили?
- Наведіть приклади подолання гніву так, як це робили ваші батьки?
- Які прийоми подолання гніву характерні для вас?

Рефлексія:

- Як почувалися, виконуючи завдання?
- Що ви зрозуміли? Які висновки зробили для себе?

4.Інформаційне повідомлення (10 хв.)

Мета: допомогти батькам усвідомити негативний вплив проявів гніву на розвиток дитини.

Хід вправи: психолог розповідає учасникам про те, що для них як батьків однією із важливих навичок є управління гнівом. Звертає увагу на спогади

дитинства, про які розповіли учасники, та говорить про те, що існує багато способів, через які батьки неналежним чином виражають свій гнів, який ображає дітей. Акцентує увагу на тому, що аби їхні діти не почували себе так, як почували себе учасники групи у дитинстві, потрібно навчитися справлятися з гнівом, знати, як з ним впоратися.

Далі психолог презентує батькам аркуші з матеріалом «Способи управління гнівом» та коментує позиції. Ці способи можна застосовувати, коли ми сердимося на дітей або на дорослу людину:

1)Розпізнати. Перший та найбільш важливий спосіб управління гнівом - розпізнати момент, коли ми починаємо почувати себе розгніваними. У кожного з нас є свої ранні попереджувальні прояви. Вони можуть бути фізичними (помічаємо, що відбувається із нашим організмом, наприклад, виникає важкість у животі, напруженість, головний біль). Вони можуть бути емоційними (плач, відчуття розпачу, готовності вибухнути). Це може бути самонавіювання (наприклад, «Я погана мати», «Він такий розбишака», «Це неможливо витримати»).

2)Дихати. Для того, щоб справитись із гнівом, треба глибоко дихати. Існує прийом «три глибокі вдихи» та рахування до 10. Чим більше ми гнівалися, тим кориснішим можуть бути глибокі вдихи. Пам'ятайте про те, що слід дихати повільно.

3) Справлятися.

Зробіть перерву. Переконайтеся, що діти у безпеці (з родичем, подругою або сусідкою). Прогуляйтеся. Підіть у ванну кімнату. Прийміть душ. Якщо ви збираєтеся застосувати цей спосіб та сердитесь на якусь людину, повідомте їй, що ви берете «тайм-аут» та повернетесь, коли заспокоїтесь. Скажіть щось на кшталт: «Я розлючена. Я зараз не можу з тобою говорити. Я беру «тайм-аут». Поговоримо, коли я повернуся».

Поговоріть із кимось. Зателефонуйте комусь, кому ви довіряєте. Це може бути друг, консультант, священник, «гаряча лінія». Розмовляючи з

кимось, ми можемо позбутися гніву, нікому не завдавши шкоди. Це також допомагає стримати свої емоції, не придушуючи їх.

«Випустіть пару» безпечно. Іноді допомагає фізична активність. Пробіжіться, покричіть або погаласуйте так, щоб діти вас не чули. Підіть до спальні та побийте подушку або порвіть газету. Не виливайте свій гнів словесно чи фізично на тих, кого ви любите.

Змініть самонавіювання з негативного на позитивне. Навіть проста фраза, така наприклад, як «Я можу із цим упоратися», може бути ефективною.[8, с.145]

До уваги ведучого!

СПОСОБИ УПРАВЛІННЯ ГНІВОМ

РОЗПІЗНАВАННЯ того моменту, коли ви починаєте сердитися.

У кожного з нас є свої ранні попереджувальні прояви.

- **Фізичні** - що дозволяють РОЗПІЗНАВАТИ, що відбувається в організмі, наприклад, важкість у животі, головний біль.
- **Емоційні** - плач, відчуття, що «це неможливо витримати» і т.д.
- **Самонавіювання** - уміння РОЗПІЗНАВАТИ, що ви собі говорите. Чи ви промовляєте собі такі негативні речі як «Я жахлива матір», «Він такий розбишака, це просто неможливо»?

Для того, щоб справлятися із гнівом треба глибоко **ДИХАТИ**. Існує прийом «три глибокі видихи» та рахування до 10. Чим ви сердитіші, тим важливішим для вас є глибокі видихи. Пам'ятайте, що дихати треба повільно.

*Ще одним способом приборкати гнів є уміння з ним **СПРАВЛЯТИСЯ**.*

- **Зробіть перерву.** Переконайтеся, що діти у безпеці (з родичем, подругою або сусідкою). Прогуляйтеся. Підіть у ванну кімнату та закрийте двері. Прийміть душ. Якщо ви збираєтеся застосувати цей спосіб та сердитесь на якусь людину, повідомте їй, що ви берете «тайм-аут» та повернетесь, коли заспокоїтесь. Скажіть щось на кшталт: «Я

розлючена. Я зараз не можу з тобою говорити. Я беру «тайм-аут». Поговоримо, коли я повернуся».

- **Поговоріть із кимось.** Зателефонуйте комусь, кому ви довіряєте. Це може бути друг, консультант, священник, «гаряча лінія». Розмовляючи з кимсь, ми можемо позбутися гніву, нікому не завдавши шкоди. Це також допомагає стримати свої емоції, не придушуючи їх.
- **«Випустіть пару» безпечно!** Іноді допомагає фізична активність. Пробіжіться, покричіть або погаласуйте так, щоб діти вас не чули. Підіть до спальні та побийте подушку або порвіть газету. Не виливайте свій гнів словесно чи фізично на тих, кого ви любите.

Змініть самонавіювання з негативного на позитивне. Навіть проста фраза, така наприклад, як «Я можу із цим упоратися», може бути ефективною.

5.Вправа «Наскільки я розгнівана?»(25 хв.)

Мета: відпрацювати навички розпізнавання гніву, розглянути життєві ситуації та обговорити шляхи їх вирішення.

Хід вправи: психолог звертає увагу на екран, де відображено шкалу «Ранні попереджувальні прояви гніву»

Ранні попереджувальні прояви гніву

ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНІ ПРОЯВИ	ЯК РОЗПІЗНАВАТИ
Головний біль	Ви не контролюєте ситуацію: шалена агресія.
Обличчя палає, живіт болить НЕБЕЗПЕКА!	Ви легко можете розпізнати гнів. Ви можете його контролювати.
Зціплені зуби, вибух енергії РАННЄ ПОПЕРЕДЖЕННЯ	Трохи розлючений: Потрібно слідкувати, щоб помітити гнів.

Далі психолог об'єднує батьків у малі групи по 3 - 4 особи та представляє їм одну або більше ситуацій із життя. Батькам пропонується обговорити

ситуації, скориставшись шкалою «Ранні попереджувальні прояви гніву» та скласти «План управління гнівом»

ПЛАН УПРАВЛІННЯ ГНІВОМ							
Подія	Розпізнавання різних попереджувальних ознак			ДИХАТИ		Навички справлятися з гнівом	
	фізичні	емоційні	самонавіювання	так	ні		

Ситуації

- Ви втомлені, заходите в дім і бачите іграшки, розкидані по всій підлозі, а ви лише вчора увечері прибрали. Ви, звичайно, засмучені.
- Ранок лише починається, а ваші двоє дітей кричать, сперечаючись, де чії іграшки. Ви відчуваєте втому та роздратування.

Рефлексія:

- Які почуття виникали під час виконання вправи?
- Які труднощі виникали під час вправи?
- Чи вдалося вам визначитися зі стратегією подолання гніву?
- Чи можна вважати, що складання власного плану управління гнівом є ефективним?

Вправа 6. «Візуалізація як спосіб зменшення гніву (10 хв.)

Мета: продемонструвати візуалізацію як спосіб стабілізації психоемоційного стану.

Хід вправи: психолог просить батьків зручно влаштуватися (як для нетривалої релаксації). Пропонує їм закрити очі, дихати діафрагмою та позбутися напруження з кожним видихом і створити у своїй уяві власний образ свого спокійного та врівноваженого «Я», яким би вони хотіли, щоб він був...

Думайте про те, як ви виглядаєте... А тепер ви ідете та розмовляєте... Як ви одягнуті... Як ви ставитеся до себе... своїх дітей...тощо... Просто уявіть себе такою та станьте такою на декілька секунд... Потім, перебуваючи у стані комфорту, відкривайте очі та повертайтеся у реальність.

Психолог заохочує батьків наступного разу, коли вони відчують, що гніваються та починають напружуватися зупинитися і знов створити в уяві бажаний образ.

Вправа 7. «Крок - раз!» (5 хв.)

Мета: створення позитивної атмосфери.

Хід вправи: психолог пропонує батькам стати в коло. Учасники групи стають у широке коло, тримаючись за руки. Кожен по колу говорить: «Сьогодні я...(навчився, відчув, зрозумів)», і вся група робить крок уперед. Після промовляння всіх досягнень коло має стати щільним.

На завершення заняття психолог просить батьків, щоб впродовж наступного тижня вони звертали увагу на прояви гніву. Вміння правильно справлятися з цією емоційною реакцією має напрочуд важливе значення для виховання. Багатьох із нас не вчили справлятися із своїм гнівом, тому - це нове та складне завдання. Пам'ятайте, що робити все слід поступово: крок за кроком.

І злість, і гнів –
Порадники погані,
Бо важко оцінити стан речей,
Коли знаходишся в такому стані,
Що громовиця блимає з очей...

Мине лиш трішки часу,
Зрозумієш,
Що пустоту породжує цей грім...
Коли слова ти в гніві часто сієш,
То паростки зневіри прийдуть в дім....

ПОЗИТИВНІ РЕЗУЛЬТАТИ ДЛЯ ВАС ТА ДЛЯ ВАШОЇ ДИТИНИ

1. Запитайте себе «Чого б я хотіла, щоб моя дитина навчилася в результаті цієї ситуації?» Завжди пам'ятайте цю ціль.
2. Будьте реалістичними у своїх очікуваннях. Беріть до уваги вік вашої дитини та інші обставини.
3. Свідомо сприймайте почуття вашої дитини та власні почуття.
4. Вирішіть, за що варто «боротися». Іноді важливо, щоб батьки досягли свого. Іноді цілком нормально дати право вирішувати дитині.
5. Запропонуйте дитині вибір між двома варіантами, кожен з яких буде для вас прийнятним.
6. Попередьте про зміни, що наближаються. Нам усім потрібен час для безболісного переходу від одного виду діяльності до наступного.
7. Говоріть про існуючу проблему, поки не дійдете до прийнятного висновку, навіть якщо це не буде остаточне рішення. Це допомагає вашій дитині розвивати навички вирішення проблем.
8. Пам'ятайте, що усіх проблем не вирішити - ми лише люди. Нам слід по-доброму ставитися до себе.
9. Припускайте, що існує більше ніж одна правильна відповідь. Підходьте до питання творчо. Будьте відкритим.
10. Заручіться допомогою третьої сторони, якщо це буде доцільним.

ІНФОРМАЦІЙНІ МАТЕРІАЛИ

1. ГНІВ

Коли ми відчуваємося розлюченими, ми можемо не усвідомлювати, як ми поведимося, та можемо зробити щось таке, що зашкодить або буде небезпечним для нас та для оточуючих. Гнів, який проявляється таким чином, є неконтрольованою емоцією. Він на деякий час заволодіває нами. Подумайте про дворічну дитину, в якій спостерігається вибух роздратування. Це роздратування повністю оволодіває дитиною, вона не бачить з нього виходу та не може реагувати на звертання до її почуттів чи здорового глузду. Те ж стосується і дорослих. Якби це був єдиний спосіб вираження почуття гніву, ми

би повністю заблокували всі шляхи до нормального спілкування та віддали б наші стосунки та рідних нам людей на поталу злу.

Люди, які виражають себе закриваючись у собі та пригнічуючись, скеровують гнів усередину себе. Вони знають, що претензії та агресія не є доцільними способами вираження гніву. Коли люди спрямовують свій гнів усередину себе, його часто можуть не помічати та сприймати за щось інше («просто він такий є», «вона ніколи не розлючується»). Для людей, які спрямовують свій гнів усередину себе та входять в стан депресії, важливо отримати допомогу фахівців через консультації.

Гнів, що виражається як лють та вибух роздратованості

Ситуація, в якій вирує гнів, може порушити баланс. Лють спричиняє лють. І в той час, коли може видатись, що було б добре «дати йому вихід», треба зрозуміти, що проблема нікуди не зникне після того, як буря вщухне, а люди, особливо діти, можуть постраждати.

То ж чому тоді ми виражаємо свій гнів так, що це завдає стільки шкоди? Одна з відповідей пов'язана з унікальним та складним поєднанням індивідуального темпераменту та походження кожного з нас. Ми вчимося на власному досвіді. Якщо ми виростаємо в сім'ї, де часто б'ють дітей, то ми схилиємось до думки, що це є нормальна поведінка людини, коли вона гнівається. Існує більша імовірність, що в дорослому віці ми будемо поводитися так, як навчилися в дитячому. Якщо нам завжди повторювали, що ми дурні, то ми вважатимемо, що ми такі є, і ми напевно говоритимемо своїм дітям, що вони дурні. Якщо ми виховувалися в сім'ї, яка вважала, що дисципліна — це метод навчити дітей чемно поводитися через пояснення, то ми передамо такі знання і своїм дітям. Ми маємо вроджену схильність до повторення ставлення та поведінки, яких навчилися самі, навіть якщо вони можуть призвести до неприємних та небезпечних результатів.

В деяких культурах хлопчиків та дівчаток по-різному вчать виражати гнів. Вважається, що хлопчики та чоловіки можуть виражати гнів фізично, в той час коли дівчатка та жінки мають виражати свій гнів (якщо виражати

взагалі) непомітно, «як справжні леді». В інших культурах - все навпаки або по-іншому: вираження гніву є неприйнятним ні для чоловіків, ні для жінок.

Все це зводиться до того, що ми навчаємося виявляти свій гнів з дитинства. Свій досвід ми набуваємо від батьків, оточення, культури та передаємо його дітям. Це замкнуте коло. Якщо ми хочемо змінити цей цикл, нам потрібно розвинути в собі певні навички, оволодіти прийомами ефективного подолання гніву та напрацювати стратегії щодо цього.

2. ГНІВ - ЦЕ НОРМАЛЬНО, А АГРЕСІЯ - ПРОБЛЕМА

Гнів може бути здоровою, корисною емоцією, що сигналізує нам, що щось не так, - так само, як і фізичний біль є важливим сигналом про те, що виникла проблема зі здоров'ям. Гнів починає бути проблемою тоді, коли переростає в агресію. Попередження агресії - наша основна мета.

У всіх свій стиль

Немає навіть двох сімей, в яких були б однакові діти, родина, фінансові труднощі та негаразди. Окрім того, усі батьки думають по-різному, так само як по-різному виглядають та проявляють свій гнів. В результаті у кожного виробляється власний стиль гніватися. Хтось із батьків розлючується, коли дитина грубіянить у відповідь, а інший - коли дитина надто спокійна та нічого не говорить у відповідь. В одного може розболітися голова, в іншого - живіт.

Багато людей (особливо жінок) проявляють свій гнів «таємно». Це зазвичай ті люди, які кажуть «Я ніколи не серджусь!» Тут важливо зазначити, що коли ви говорите про стилі виявлення свого гніву, існує багато скритих способів щодо цього, зокрема:

- людина замикається у собі;
- саркастично висловлюється;
- дивиться «вовком»;
- непривітна (холодна) у ставленні;
- похмура, в поганому настрої.

Така реакція чітко свідчить про гнів, хоча вона швидше пасивна, чим активна. Проблема з такою пасивною реакцією полягає в тому, що вона часто

призводить до депресії та навряд чи допомагає подоланню основної причини гніву. Депресія також часто є реакцією на гнів, особливо в особи, яка реагує пасивно. Попередження депресії напряду пов'язано із здоровим управлінням гнівом!

3. ГНІВ ТА САМОНАВІЮВАННЯ

Наші думки впливають на наше самопочуття у різноманітні способи, в тому числі через самонавіювання. Наші розмови з самим собою є вираженням наших власних думок. Те, що ми собі говоримо, часто передус супроводжує або переслідує те, що ми відчуваємо. В моменти гніву наше самонавіювання відіграє важливу роль у визначенні та формуванні наших емоцій. Наприклад: «Кожен раз, як я її бачу, вона меле ті самі дурниці!»; «Чому він від мене ніяк не відчепиться!» Такі фрази, що ми собі говоримо, не лише підливають масла у вогонь, а відіграють ключову роль у тому, що людина продовжує гніватися навіть після інциденту. Гнів часто відновлюється та «підігрівається» внутрішнім діалогом із самим собою. З іншого боку, те, що ми собі говоримо, може бути неоціненним засобом контролювання гніву та регулювання нашої поведінки у конфліктних ситуаціях.[8, с.151]

Заняття №3

Вчимося піклуватися про себе

Мета: створити атмосферу психологічної безпеки, мотивувати батьків до саморозвитку та сформувати вміння піклуватися про себе.

Матеріали: інтерактивна дошка, проектор, плакат з малюнком пісочного годинника, стікери, маркери, ручки, графин з водою, харчовий барвник, дві склянки, анкети.

Тривалість заняття: 1,5-2 години

Вступне слово (Зхв.) Психолог ознайомлює учасників програми з темою, завданнями, періодичністю занять.

Психолог. Бути батьками - найважливіша та найскладніша робота. Ми всі навчаємося вихованню дитини, а не народжуємося з цими знаннями. Цикл

занять, який ми сьогодні розпочинаємо - це точка відліку, можливість для Вас, шановні батьки, дізнатися більше про власний стиль виховання дитини та стилі виховання інших батьків, це чудова можливість, за потреби, дещо змінити, аби покращити якість свого життя та життя своїх дітей.

Батьки є найпершими та найважливішими вчителями своїх дітей та прикладом для наслідування. Батьки вчать своїх дітей словом та власним прикладом. Потрібно вчитися бути батьками. Цей процес триває постійно. Єдиного правильного способу бути батьком/матір'ю не існує. Сьогодні ми спробуємо зрозуміти дуже важливу думку: **«Якщо батьки з дня у день знаходять можливість для саморозвитку та піклування про себе, від цього отримує користь уся сім'я»**. Дійсно, щоб піклуватися про дітей, батьки мають піклуватися про себе. Про це йдеться і в епіграфі нашої зустрічі.

2.Вправа «Знайомство» (15 хв.)

*Мета:*сприяння встановленню дружньої, теплої атмосфери у групі; налаштування батьків на діалог; зняття емоційного напруження.

*Матеріали:*невеликі аркуші паперу, фломастери.

Хід вправи: батькам потрібно написати у стовпчик букви, з яких складаються їхні імена. На кожну букву імені потрібно написати позитивну якість, що притаманна їм найбільшою мірою. Наприклад, ім'я Дана можна скласти з таких прикметників:

Добра(Д)

Акуратна (А)

Наполеглива(Н)

Активна (А)

До уваги ведучого!

СПИСОК ПОЗИТИВНИХ ПРИКМЕТНИКІВ

А - амбітний, активний, артистичний

Б - безстрашний, безтурботний, бравий

В - веселий, винахідливий, витривалий, відповідальний

Г - гідний, гордий, готовий все віддати, грайливий

Д - дисциплінований, дієвий, добрий, дружній

Е - енергійний

Ж - жвавий, життєрадісний

З - загадковий, задумливий

І - ініціативний

К - красивий

3.Вправа «Правила роботи» (5 хв.)

Мета: прийняття правил роботи групи.

Хід вправи: учасниками обговорюються та приймаються правила роботи групи, психолог фіксує їх на ватмані.

Орієнтовні правила групової взаємодії:

1. Спілкуватися за принципом «тут і тепер».
2. Бути відкритими груповому процесу, щирими і довіряти.
3. Висловлюватися від свого імені (принцип «Я- висловлювання»).
4. Приймати себе та інших.
5. Дотримуватись конфіденційності.
6. Бути активними.
7. Не оцінювати судження інших.
8. Дотримуватись регламенту.

4.Вправа «Очікування» (5 хв.)

Мета: визначення особистих очікувань учасників щодо занять.

Хід вправи: психолог просить учасників поміркувати, чого вони очікують від занять, сформулювати їх у вислів, записати на стікерах, озвучити присутнім і прикріпити на плакат із зображенням годинника у верхній його частині.

5.Вправа- демонстрація «Наповнюємо склянку»(15 хв.)

Мета: заохочення батьків до піклування про себе, формування здатності долати життєві труднощі.

Хід справи: психолог додає кілька крапель харчового барвника у графин із водою (краще використовувати синій, червоний або зелений барвник) та розповідає учасникам про те, що вода у графині – це своєрідний символ батьківського емоційного ресурсу.

Психолог розповідає, що відтоді, як з'явилося людство, батьки виховували дітей за допомогою «розгалужених сімейних систем» (бабусі та дідусі, дядьки, тітки, двоюрідні брати та сестри). Батьки жили та помирали у тому самому селі або місті, в якому й народжувалися. Нині, коли за останні 50 років сім'я, як соціальний інститут зазнала багатьох змін, сімейної системи підтримки майже не існує. Батьки, в більшості випадків, самостійно, без допомоги родичів, займаються вихованням дитини. Однак, на певному етапі батьківства без помічників і вихідних батьки часто стикаються з внутрішньою напругою, втомою, коли опускаються руки, і нічого не хочеться робити.

Стаючи батьками, люди у цілому знають, що це означає: вони мають піклуватися про дитину - забезпечувати її їжею, одягом, домівкою, піклуванням та любов'ю, яка їй потрібна для успішного зростання. Але батькам не розповідають, як це робити і природно, що деякі фактори безпосередньо впливають на емоційний стан батьків, який поступово порушується, що в кінцевому підсумку призводить до нервового зриву і перевтоми. Тому сьогодні ми зосередимось на тому, як можна збагатити себе та піклуватися про себе, щоб краще дбати про своїх дітей.

Психолог звертається до групи з проханням допомогти в унаочненні заняття. Той, хто погодиться, має підняти дві склянки (одну із забарвленою водою, а іншу - порожню) так, щоб усі їх добре бачили. Потім психолог розпочинає демонстрацію і пропонує уявити, що наш день починається з відчуття, що ми добре відпочили, а у нашій сім'ї все гаразд (просить того, хто допомагає, показати усім склянку, наповнену водою – мама або тато себе добре почувають, відчувають життєву енергію, сили та ентузіазм). Ми підводимося з ліжка, а дитина починає кричати, бо вона не може знайти свою улюблену іграшку. Ми займаємося дитиною (психолог просить помічника

перелити трішки води у порожню склянку – життєва енергія поступово втрачається).

А тепер наша дитина вирішила, що вже не любить вівсяну кашу і скидає тарілку на підлогу (вилийте із склянки ще трохи води – життєва енергія продовжує втрачатися). Потім ми починаємо прання, яке запланували на сьогодні.

Коли батьки зрозуміють, у чому сенс цієї демонстрації, психолог може їх залучати до складання сюжету, попросивши описати, що може відбуватися впродовж дня (підгоріло молоко, постійно дзвонить телефон, діти б'ються, прорвало кран тощо). Усі ці події виснажують (вилийте ще трохи води). Склянка майже порожня. Якщо таке триває цілий день, з чого потрібно починати завтра? (підніміть порожню склянку – з відчуття втоми і роздратованості). Та раптом зателефонувала сестра і сказала, що у неї вихідний день і вона, якщо потрібно, може допомогти по господарству чи у догляді за дитиною (вилийте воду назад у склянку – можливість відновити життєві сили та енергію). Давайте поміркуємо, що наповнює нашу склянку?

Психолог просить батьків дати інший приклад того, що «наповнює нашу склянку», заохочуючи учасників зазначати все приємне, що трапляється впродовж дня. Наприклад, малюк обнімає і каже, що любить, сусідка доглянула дітей, поки ви ходили до крамниці.

Після вправи психолог говорить учасникам, наскільки матері чи батькові буває важко прожити день, впродовж якого не відбувається нічого позитивного. Якщо склянка порожня, нам нічого дати нашим дітям, близьким, друзям. А нам іноді здається, що піклуватися про себе - це егоїзм. Але ж піклуватися про себе та «наповнювати склянку» - це єдиний спосіб, яким можна «напувати» інших людей. [8, с.62]

Рефлексія:

- Які емоції викликала у вас ця вправа?

- Що ж ми можемо зробити, щоб наша склянка не стала порожньою?

До уваги ведучого!

Ця демонстрація є потужним засобом показати батькам, як важливо піклуватися про себе. Вони побачать, що їхня здатність долати життєві труднощі зростає або спадає залежно від того, наскільки вони вміють піклуватися про себе самих.

Коментар психолога. Виховання дитини - це важка праця, до якої часто мами і тати виявляються невідповідними. Безсонні ночі, постійні тривоги за здоров'я дитини, страх зробити щось не так, відсутність вільного часу - все це супроводжує життя батьків. У багатьох сім'ях до цього списку додаються також фінансові труднощі, відсутність допомоги з боку родичів, невирішене житлове питання та інше.

Природно, що всі ці фактори безпосередньо впливають на емоційний стан батьків, який поступово впливає на формування стилю спілкування батьків із дитиною. Існує безліч різних стилів сімейного виховання.

Далі психолог пропонує письмово дати відповіді на запитання опитувальника, щоб зрозуміти, який стиль спілкування використовує родина.

6.Творче завдання «Вірш про себе» (20 хв.)

Мета: розвивати позитивне ставлення до себе, почуття власної гідності.

Хід проведення: психолог роздає кожному учаснику бланк і просить скласти білий вірш про себе, продовжуючи перші його рядки.

Вірш про себе

Я, ніби пташка, тому що...

Я перетворююсь на тигра, коли...

Я можу бути вітерцем, тому що...

Я, ніби мурашка, коли...

Я склянка води...

Я почуваю, що я шматочок таючого льоду...

Я – прекрасна квітка...

Я почуваю, що я скала.

Я – стежка...

Я, ніби риба...

Я – цікава книжка...

Я – пісенька....

Я – миша...

Я, ніби буква «О» ...

Я – світлячок.....

Я відчуваю, що я смачний сніданок...

Невже це, насправді, Я!!!

Рефлексія:

- Як ви себе відчуваєте зараз?

- Що дало виконання цього завдання особисто для Вас?

7. Відео-притча «На що ми витрачаємо життя?» (5 хв.)

8. Підбиття підсумків (5 хв.)

Мета: розвивати саморефлексію, підвести підсумки заняття.

Хід вправи: психолог пропонує учасникам заняття по колу перенести свої стікери прикріплені на пісочному годиннику вниз, якщо їхні очікування сьогодні справдилися і відповісти на запитання:

- Що нового вам вдалося дізнатися про себе?

- Що Ви хотіли б змінити в собі за підсумками роботи сьогодні?

Заняття 4

Стежиною батьківської мудрості

Мета: сприяти підвищенню психологічної компетентності батьків шляхом усвідомлення і осмислення механізмів діалогічного спілкування, ознайомити зі стилями батьківського спілкування з дітьми.

Матеріали: інтерактивна дошка, проектор, плакат з зображенням дівчинки (А - 4), великий аркуш паперу, ілюстровані журнали, клей, ножиці, фломастери, аудіо запис мелодії для релаксації.

Тривалість заняття: 1-1,5 години

Вступне слово(3хв.) Психолог повідомляє, що тема заняття присвячена найважливішому в житті кожної дитини - батьківській любові. Кожна мама чи

тато вважають себе люблячими батьками, і це природно, бо дійсно люблять своїх дітей. Сьогодні кожна мама чи тато спробує усвідомити те, що батьківська любов принесе дитині більше щастя, якщо вона буде постійно бачити і відчувати її. Але, спочатку, пропоную згадати, прийняті на першому занятті, правила для ефективної діяльності на сьогоднішній зустрічі.

1.Вправа «Знайомство» (7 хв.)

Мета: створення доброзичливої атмосфери, налаштування батьків на діалог, формування позитивних думок у батьків про власних дітей.

Хід вправи: кожен по черзі представляє свою сім'ю, називає ім'я та вік дитини. Відповідно до завдань, висвітлених на екрані, батькам потрібно розповісти про:

- що вам найбільше подобається у вашій дитині;
- якою діяльністю ви любите займатися з дитиною (якою іграшкою гратися, яку книжку читати та ін.).

2.Притча «Два ангели» (3 хв.)

Мета: сприяти підвищенню рівня батьківської компетентності і розвитку партнерських відносин із дітьми.

Хід вправи. Психолог зачитує притчу.

За день до свого народження дитина запитала у Бога:

- Я знаю, для чого йду в цей світ. Але не знаю, що я повинна робити?

- Я дам тобі двох ангелів, яких ти вибрала ще раніше. Вони завжди будуть поряд з тобою, навіть тоді, коли ти не будеш відчувати їхньої присутності. Вони будуть тебе навчати. Кожен із них буде говорити те, що тобі потрібно знати, і, з'єднавши думки обох ангелів, ти дізнаєшся, ти зрозумієш, що потрібно робити.

- Але як я їх зрозумію. Я не знаю їхньої мови?

- Ангели будуть вчити тебе свої мови. Вони будуть оберігати тебе від усіх нещасть, допоможуть тобі пристосуватися до свого світу, пробуджувати твоє істинне Я, але пам'ятай, що саме ти їх вибрала, і прийми їх, якими б вони не були! Люби їх!

- Як і коли я повинна повернутися до Тебе?

- Твої два ангели розкажуть тобі про все. І якщо когось не буде поруч, будь спокійною - ти просто вибрала так, що хтось з них повинен бути на відстані, а можливо, навіть в іншому вимірі...

- А як звати моїх ангелів?

- Неважливо, як їх звати, в них багато імен. Ти ж будеш називати їх «Мамою» і «Татом».

Коментар психолога. Материнство і батьківство багато в чому подібні до професії, і дуже нелегкої, яка передбачає ненормований робочий день. Щодня діти звертаються до батьків із різноманітними запитаннями, проханнями. На кожному етапі розвитку дитини важливо використовувати різні мови (стилі спілкування) любові. Тому для батьків важливо обрати саме ту, яка веде до серця дитини.

3.Вправа «Мух краще ловити на мед»(5 хв.)

Мета: показати, що підхід із позиції сили не завжди найефективніший засіб спілкування та виховання, спонукати батьків до змін у спілкуванні з дитиною.

Хід вправи: психолог об'єднує батьків у пари. Необхідно стати один до одного обличчям. Один із пари затискає руку в кулак і тримає кулак перед напарником. Психолог повідомляє завдання одному з кожної пари – якомога швидше розтиснути кулак партнера. Через 10 секунд психолог зупиняє вправу.

Рефлексія:

- Який спосіб Ви використовували, щоб спонукати партнера розтулити долоню ?

Коментар психолога. Насправді найпростіший, найефективніший спосіб – це просто чемно попросити. У спілкуванні відбувається так само – без примусу та за умови поваги до дитини ви отримаєте результат.

Проводить обговорення вправи, наголошуючи, що деякі учасники намагалися змусити партнерів розтиснути долоню силою, проте, що більше сили вони докладали то більше був опір. Як правило, комусь з учасників

спадає на думку використати найпростіший спосіб – чемно попросити.

До уваги ведучого!

З приводу цієї вправи психолог ініціює обговорення ефективності різних стилів спілкування з дитиною в родині, фокусуючи увагу на корисності дій без примусу.

4. Інформаційне повідомлення «Три способи виховання»(10 хв.)

У кожній сім'ї своєрідний стиль спілкування. Власне - вміння взаємодіяти з дітьми дуже важлива річ. Ви можете запитати, де знайти час на спілкування, адже сьогодні динаміка життя надто швидка. Усе відбувається поспіхом. Пригадайте, як починається ранок у вашому домі. Зранку ви віддаєте дітям накази, нагадуючи, як вони мають поводитися протягом дня.

Наступного разу зустрічаємося з дітьми вже ввечері. Спільна вечеря, розмова - саме такі хвилини і створюють сімейний комфорт і можуть згуртувати і зміцнити сім'ю. Однак, знову спілкування обмежується короткими фразами.

Дослідники стверджують, що батьки розмовляють із дітьми приблизно 15-20 хвилин на день. Із них 10-12 хвилин припадає на роздавання наказів. Важливо знати стилі батьківської поведінки.

Авторитарний (ВЛАДА)

Батьки віддають накази та чекають їх безумовного виконання. Цей шлях опирається на переконання дорослого, що батьки завжди краще знають і мають рацію завжди. Дитина повинна підкорятися їхній волі і краще без дискусій. Така поведінка батьків викликає в дитини почуття страху, злості, гніву, несправедливості, приниження, сорому. У дитини з'являється переконання, що батьки її не розуміють, можливо не люблять.

У поведінці дитини можуть з'явитися опір, брехня, покірність, лицемірство, агресія. Дитина думає: **«Ніхто не прислухається до моєї думки, а значить мої думки дурні та нічого не варті. Я ні на що не здатна, якщо мене треба постійно контролювати, перевіряти.»**

Можливі наслідки для дитини: залежність від думок та оцінок інших,

нездатність творчо мислити, самостійно вирішувати проблеми, знижена самооцінки, відсутність віри у власні сили.

Ліберальний (ПОСТУПЛИВІСТЬ)

Слабо або взагалі не регламентують поведінку дітей. На цьому шляху батьки заради «святого спокою» поступаються дитині, хоча це суперечить їхнім почуттям і потребам. Дітям надана необмежена свобода. Вони схильні до неслухняності, імпульсивності. Дитина в такій родині **будує стосунки на рівні вимог: «ДАЙ!», «ХОЧУ!», «НЕ ХОЧУ!», «БУДУ - НЕ БУДУ!»**. Тобто дитини почувається у вигазі: «Я перемогла. Батьки все зроблять заради мене, потрібно тільки бути впертою».

Можливі наслідки для дитини: у дитини може розвинути імпульсивний спосіб реагування, егоїзм, нездатність підпорядковуватися суспільним та етичним нормам, а також працювати в колективі (виникають проблеми в школі та з ровесниками).

Авторитетний (ДІАЛОГ) Теплі стосунки. Діти дуже добрі адаптовані, впевнені у собі, у них адекватна самооцінка. Батьки передають важливі для них цінності враховуючи почуття та потреби дитини, а в ситуації конфлікту шукають спільне рішення. Така родина відрізняється високою відповідальністю за дитину і свідомим ставленням до її виховання.

Тому дитина задоволена сама собою, відчуває повагу до власної думки, має почуття власної гідності та відповідальності за свої вчинки. У дитини розвивається впевненість у собі, повага до потреб і почуттів інших.

Отже, ефективний шлях у вихованні – **це діалог, підтримка, прийняття.**

Коментар психолога. Сім'я – особлива атмосфера, куди дитина несе свою радість і горе, роздуми і сумніви. Саме від сімейного спілкування віє теплотою, турботою про дітей і чуйністю. Психологи стверджують, що саме сімейне спілкування – запорука доброго настрою і душевного спокою дитини. З іншого боку – ніде люди не ранили так боляче, як вдома. Стиль поведінки батьків позначається на становленні дитини. Самооцінка дитини **завжди** залежить від звернень до неї дорослих, зокрема батьків. Спілкування з

дитиною в кожній родині відбувається по-різному, і завдяки наступній вправі спробуємо зробити висновок, як краще спілкуватися з дитиною.

5.Вправа-показ «Емоційний світ Дитини»(10 хв.)

Мета: продемонструвати ефект дії візуалізації та літературної метафори неприйняття дитини і не толерантного спілкування.

Хід вправи: психолог проговорюючи текст, відриває по маленькому шматочку від зображення дівчинки (*настрій упав**)

Психолог. Результатом повноцінного спілкування є підтримка дитини через розуміння і повагу. Чи завжди, навіть розуміючи, приймаючи свою дитину, ми надаємо їй підтримку? Я пропоную вам познайомитись з Машею.

Маша прокинулась від сонечка. Почула як на кухні мама дзвенить посудом. І раптом згадала, що забула розповісти як Танька підстриглась. Вискочила на кухню. Мама повернулась.

- Мама! Якби ти знала, яка смішна зачіска була вчора у Таньки!

- **Чому ти босоніж? - грізно обірвала мама.**

Маша швидко повернулась у свою кімнату, взула капці і прибігла знову.

- **Зуби почистила? Іди вмивайся, а то спізнишся!**

- Ну, мама! – весело посміхаючись, потягнула її за руку Маша.

- Я кому сказала. Завжди ти всіх відволікаєш!

Виходячи з ванної, Маша зустріла тата

- **Як довго ти завжди сидиш у ванній! Що там можна робити?**

*Настрій упав**

Мама вже фарбувала губи.

- Мамочка - зітхнувши сказала Маша, - мені на чергування потрібна пов'язка у школу.

- Яка пов'язка, хіба не можна було раніше сказати?

- Я говорила – тихо сказала Маша.

- **Іди, ми сьогодні всі запізнимося через твою пов'язку.**

*Настрій упав**

По дорозі у школу Маша наздогнала вчителя.

- Доброго ранку, Олена Сергіївна, я такий цікавий твір написала...

- **Добре, добре, потім на уроці – відмахнулась вчителька і стала розмовляти з колегами.**

Настрій упав*

Маша ледь дочекалася уроку літератури. Вона вчора весь вечір писала твір, їй так хотілось, щоб її похвалили.

А на уроці Олена Сергіївна довго пояснювала теоретичний матеріал, а Маша чекала, коли ж вже, нарешті, будуть зачитувати домашнє завдання і думала, якими словами почне свою розповідь. Замислившись вона задивилась у вікно.

- **Маша, куди ти дивишся і про що думаєш?**

Після уроку Маша підійшла до вчителя:

- Олена Сергіївна, я хотіла б пояснити...

- **Іди в їдальню, Маша!**

Настрій упав*

В їдальні дуже смачно пахло булочками, але..

- **Де ти була до цих пір. Булочок вже немає!**

Настрій упав*

Вдома на Машу чекав сюрприз. Приїхала бабуса.

- Внучечка, а я тобі пиріжечків з капустою привезла.

- Бабуса, я не люблю з капустою, я люблю з повидлом.

Бабуса образилась і поїхала, не дочекавшись батьків. Маші стало ще гірше – адже прийде мама і розізлиться, а що вона скаже?

Настрій упав*

Уроки робити не хотілось. Ввечері прийшла мама, підійшла до ліжка дівчинки:

- Давай попліткуємо...

А Маша плакала

Рефлексія:

- Що ви відчували, коли слухали розповідь?

- Чи хотіла мама та інші дорослі образити дівчинку? А чому ж тоді Маші так погано?

Коментар психолога. Ця вправа називається «Емоційний світ дитини». У спілкуванні з дитиною важливо говорити спокійно і м'яко, навіть тоді, коли ви незадоволені. Слід менше вимагати від дитини і частіше просити її: **«Ти не міг би....»**, **«Може зробиш....»**, **«Мені б було приємно, якщо б ти...»**. Не забувайте хвалити свою дитину. Пам'ятайте, дитина не тільки готується до життя – вона вже живе.

6. Колаж «Потреби дитини для всебічного розвитку». (20 хв.)

Мета: сприяти усвідомленню потреб, бажань, можливостей, а також прав дітей у сім'ї.

Хід вправи: учасники створюють колаж на тему «Потреби дитини». По завершенню роботи батьки презентують свої напрацювання.

Рефлексія:

- Які у вас відчуття після виконання вправи?
- Що Ви зрозуміли про своє спілкування з дітьми?
- Що необхідно змінити в своїй поведінці з дітьми?

7. Вправа «Моє спокійне місце» (під музичний супровід) (5 хв.)

Мета: сприяти розвитку регуляції емоційного стану.

Хід вправи: психолог пропонує згадати або придумати місце, де кожен почував би себе в безпеці і йому було б спокійно. Це може бути берег моря, квітуча галявина в лісі, освітлена теплим літнім сонцем, грайливий водоспад. Уявіть собі, що ви перебуваєте саме в цьому спокійному місці. Відчуйте пахощі, прислухайтеся до шелесту трави або шепоту хвиль, подивіться навколо, доторкніться до теплої поверхні піску або жорсткого стовбуру сосни. Намагайтесь уявити це як можна чіткіше, у дрібних деталях. Прислухайтеся до своїх почуттів...

Коментар психолога. У ситуаціях, коли Ви відчуваєте смуток, злість, розчарування Ви можете уявити це місце. Воно допоможе Вам заспокоїтися і відновити свої ресурси.

8. Вправа «Оплески» (3 хв.)

Мета: розвивати саморефлексію, підвести підсумки набутого на занятті.

Хід вправи: психолог пропонує учасникам заняття подякувати один одному і на завершення уявити на одній долоні посмішку, на іншій – радість. А щоб ці позитивні емоції не втекли від нас, їх треба міцно-преміцно поєднати в оплески!

9. Підбиття підсумків (5 хв.)

Мета: підвести підсумки заняття.

Рефлексія:

- Як почувалися впродовж заняття?
- Що нового для себе дізналися?
- Чи зможете використати отримані знання у спілкуванні зі своєю дитиною?

Додаток И

ІНДИВІДУАЛЬНІ ДАНІ ПОКАЗНИКІВ РЕФЛЕКСІЇ, ОТРИМАНІ В ХОДІ ЕКСПЕРИМЕНТУ

Таблиця 1.

Індивідуальні дані, отримані в експериментальній групі випробуваних до початку експерименту

№	П1	П2	П3	П4	П5	П6	П7	П8	П9	П10	П11	П12	П13	П14	П15	П16	П17	П18	П19	П20	П21	П22	П23	П24	П25	П26	П27
1	14	12	13	13	4	5	2	3	2	5	4	4	2	7	9	5	2	12	4	3	13	16	18	47	40	25	27
2	16	14	15	15	6	7	4	5	4	7	6	6	4	9	11	7	4	14	6	5	15	18	20	53	42	27	29
3	13	11	12	12	3	4	1	2	1	4	3	8	1	6	8	4	1	11	8	2	12	15	17	44	30	24	26
4	18	16	17	17	8	9	6	7	6	9	8	5	6	11	13	9	3	16	5	7	17	20	22	59	44	29	31
5	15	13	14	14	5	6	3	4	3	6	5	6	3	8	10	6	3	13	6	4	14	17	19	50	32	26	28
6	17	15	16	16	7	8	5	6	5	8	7	5	5	10	12	8	5	15	5	6	16	19	21	56	36	28	30
7	14	12	13	13	4	5	2	3	2	5	4	5	2	7	9	5	2	12	5	3	13	16	18	47	31	25	27
8	19	17	18	18	9	10	7	8	7	9	9	1	7	11	11	10	4	13	1	2	12	20	22	54	35	29	31
9	16	14	15	15	6	7	4	5	4	7	6	2	4	9	11	7	4	14	2	0	16	18	20	54	33	27	29
10	18	16	17	17	8	9	6	7	6	9	8	4	6	11	13	9	2	10	4	2	18	20	22	60	35	29	31
11	15	13	14	14	5	6	3	4	3	6	5	4	3	8	10	6	3	13	4	2	18	17	19	54	32	26	28
12	10	13	14	9	5	6	3	4	4	7	5	3	3	9	10	6	0	9	3	1	17	18	20	55	33	27	29
13	12	15	16	11	7	8	5	6	6	9	7	2	5	11	12	8	2	11	2	0	16	20	22	58	35	29	31
14	14	17	18	13	9	10	7	6	8	11	9	5	5	11	14	10	4	9	5	3	19	20	22	61	35	29	31
15	11	14	15	8	6	7	4	5	5	8	6	7	4	10	11	7	1	10	7	5	21	19	21	61	34	28	30
16	16	19	20	11	7	8	9	4	6	9	7	4	3	9	14	8	2	5	4	2	18	18	20	56	33	27	29
17	13	16	17	10	8	9	6	7	7	10	8	5	6	12	13	9	3	12	5	3	19	21	23	63	36	30	32
18	15	18	19	12	10	11	4	9	9	9	7	2	4	10	15	6	5	8	2	4	20	19	21	60	30	28	30
19	12	15	16	9	7	8	5	6	6	9	7	7	5	11	12	8	2	11	7	5	21	20	22	63	35	29	31
20	17	20	21	14	10	11	5	7	8	8	6	9	2	8	14	6	4	7	6	4	20	17	19	56	28	26	25
21	14	17	18	11	9	10	7	8	8	11	9	6	3	9	14	6	4	13	6	4	20	18	20	58	33	27	29
22	16	19	20	13	11	12	9	6	2	5	3	7	1	7	10	2	3	11	4	2	18	20	22	60	35	19	31
23	13	16	17	10	8	9	6	7	7	10	8	4	2	8	13	5	3	12	8	6	22	17	19	58	32	26	28
24	18	17	21	14	10	11	8	5	0	3	1	9	2	5	9	1	1	8	8	6	22	18	20	60	33	17	29
25	15	18	19	12	6	7	8	5	9	12	10	2	4	10	15	3	5	14	7	5	21	19	21	61	34	28	30
26	17	20	18	14	5	6	7	4	3	6	4	8	5	4	15	2	5	13	7	5	21	15	15	51	40	20	17
27	14	17	18	11	5	6	7	4	8	11	9	0	4	10	14	2	4	10	5	3	19	19	21	59	34	28	30
28	13	12	14	10	1	2	3	2	2	5	0	6	2	2	11	4	4	9	5	3	19	12	12	43	38	18	20

Примітки. П1 - обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі, П2 - обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини, П3 - обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому, П4 - обсяг захисної рефлексії при репродукції образи, П5 - агресія проти інших, П6 - агресія проти самого себе, П7 - раціоналізація «знецінення об'єкта», П8 - раціоналізація обставинами, П9 - проєкція на інших, П10 - захист від почуття провини, П11 - захист від почуття сорому, П12 - захист від страху невдачі, П13 - захист від заздрості, П14 - захист від образи, П15 - відхід з ситуації, П16 - самоприниження Я, П17 - порушення провини в інших, П18 - саногенне, реалістичне мислення, П19 - невідповідність поведінки інших очікуванням, П20 - мислення що апелює, П21 - інформаційна основа діяльності, П22 - мотивація та цілепокладання діяльності, П23 - прийняття рішення та здійснення діяльності, П24 - загальний показник рефлексії діяльності, П25 - системна рефлексія, П26 - інтроспекція (самоаналіз), П27 - квазірефлексія (фантазування).

Таблиця 2.

Індивідуальні дані, отримані в контрольній групі випробуваних до початку експерименту

№	П1	П2	П3	П4	П5	П6	П7	П8	П9	П10	П11	П12	П13	П14	П15	П16	П17	П18	П19	П20	П21	П22	П23	П24	П25	П26	П27
1	16	12	14	15	8	4	3	4	3	9	6	4	1	8	10	7	4	15	3	4	14	16	17	47	39	26	27
2	18	19	15	12	6	9	4	4	3	5	5	4	3	9	10	7	2	12	5	4	16	18	19	53	41	28	25
3	15	16	16	17	8	6	2	6	2	9	5	5	2	9	10	3	3	13	4	3	13	16	16	45	29	25	26
4	10	18	17	14	5	8	6	6	6	3	3	2	6	8	10	8	0	14	5	2	18	20	21	59	43	30	27
5	12	15	18	16	5	5	3	5	3	6	6	7	3	7	10	6	2	10	6	5	15	18	18	51	31	27	28
6	18	12	16	13	7	8	5	4	5	8	4	9	5	10	11	8	4	13	5	6	17	20	20	57	35	29	30
7	16	17	13	18	4	5	2	3	3	5	6	6	2	7	10	5	3	9	5	4	14	17	17	48	30	26	27
8	18	19	18	15	7	10	3	8	6	9	5	7	5	11	11	7	2	11	3	5	13	21	21	55	34	30	31
9	15	16	15	17	6	7	4	5	4	7	5	4	4	9	11	7	3	9	2	2	17	19	19	55	32	28	29
10	10	17	17	14	8	9	6	7	6	9	8	4	6	8	11	9	5	10	4	2	19	21	21	61	34	30	31
11	12	18	14	14	5	6	3	4	3	6	5	4	3	8	10	6	2	13	4	2	19	18	18	55	31	27	28
12	18	12	14	11	5	6	3	4	5	7	5	3	3	9	10	6	4	9	3	1	18	19	19	56	32	28	29
13	15	15	16	11	7	8	5	6	6	7	7	2	5	9	12	8	2	11	2	0	17	21	21	59	34	30	31
14	17	17	18	13	7	10	4	6	7	9	9	5	7	8	13	8	4	9	5	3	20	21	21	62	34	30	31
15	15	14	15	11	6	7	4	3	5	8	6	7	4	7	11	7	2	10	6	5	22	20	20	62	35	29	30
16	17	19	20	11	7	8	9	5	6	9	7	4	4	10	14	8	3	12	4	3	19	19	19	57	36	28	29
17	14	16	17	10	8	9	6	2	7	9	8	5	6	9	13	9	0	12	5	5	20	20	22	62	37	31	28
18	19	18	19	12	6	4	4	7	8	9	7	2	4	10	15	6	2	9	2	4	21	18	20	59	40	29	26
19	16	15	15	12	7	9	5	4	6	9	6	7	5	11	12	8	4	11	7	5	22	19	21	62	36	30	27
20	18	12	12	14	9	6	5	6	8	8	3	9	2	8	13	6	4	12	6	6	21	16	18	55	38	27	21
21	15	17	17	11	9	8	7	3	8	9	5	6	3	9	14	6	2	13	6	5	21	17	19	57	34	28	25
22	10	19	14	13	9	5	8	6	3	9	3	7	4	9	10	2	3	11	4	5	19	19	21	59	36	22	27
23	12	16	16	10	7	9	6	7	7	9	6	4	2	8	13	5	5	12	8	3	23	16	18	57	33	27	24
24	18	17	13	14	7	11	8	5	3	3	4	9	2	7	11	6	2	10	8	2	23	17	19	59	34	22	25
25	15	18	18	12	6	7	6	5	9	9	6	2	4	10	14	3	4	14	6	5	22	18	20	60	24	22	26
26	17	20	15	14	5	6	7	4	3	6	3	8	5	7	14	4	5	13	8	4	22	15	19	56	38	19	20

Примітка. П1 - обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі, П2 - обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини, П3 - обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому, П4 - обсяг захисної рефлексії при репродукції образи, П5 - агресія проти інших, П6 - агресія проти самого себе, П7 - раціоналізація «знецінення об'єкта», П8 - раціоналізація обставинами, П9 - проекція на інших, П10 - захист від почуття провини, П11 - захист від почуття сорому, П12 - захист від страху невдачі, П13 - захист від заздрості, П14 - захист від образи, П15 - відхід з ситуації, П16 - самоприниження Я, П17 - порушення провини в інших, П18 - саногенне, реалістичне мислення, П19 - невідповідність поведінки інших очікуванням, П20 - мислення що апелює, П21 - інформаційна основа діяльності, П22 - мотивація та цілепокладання діяльності, П23 - прийняття рішення та здійснення діяльності, П24 - загальний показник рефлексії діяльності, П25 - системна рефлексія, П26 - інтроспекція (самоаналіз), П27 - квазірефлексія (фантазування).

Таблиця 3.

Індивідуальні дані, отримані в експериментальній групі випробуваних після експерименту

№	П1	П2	П3	П4	П5	П6	П7	П8	П9	П10	П11	П12	П13	П14	П15	П16	П17	П18	П19	П20	П21	П22	П23	П24	П25	П26	П27
1	13	13	12	10	5	4	5	4	9	10	4	6	2	10	15	2	2	14	2	2	14	17	20	51	41	25	26
2	12	11	12	9	4	3	2	4	6	7	6	7	5	11	12	2	2	14	3	5	16	19	22	57	43	26	28
3	16	12	14	12	6	4	7	6	3	10	3	4	3	9	10	4	4	15	3	2	13	16	19	48	31	24	25
4	12	12	15	11	6	4	4	6	3	9	8	4	3	10	10	4	2	15	5	3	18	21	24	63	45	28	30
5	15	12	12	12	6	6	6	5	5	11	5	5	2	9	10	3	3	14	4	4	15	18	21	54	33	26	27
6	10	11	17	12	5	8	3	4	6	8	7	4	6	10	10	3	0	13	5	6	17	20	23	60	37	26	29
7	12	15	12	11	5	5	3	7	3	10	4	7	3	9	10	3	2	16	6	3	14	17	20	51	32	27	26
8	12	12	16	13	7	8	5	9	5	8	4	9	5	10	11	5	3	17	5	2	13	21	24	58	36	27	30
9	16	12	13	12	4	5	7	6	3	8	6	6	3	7	10	5	3	14	5	1	17	19	22	58	34	29	28
10	12	13	11	11	7	4	4	7	6	9	5	7	5	11	11	3	2	16	3	2	19	21	24	64	36	31	30
11	15	16	15	12	6	7	9	4	4	7	4	4	4	9	11	3	3	13	2	2	19	18	21	58	35	28	26
12	10	17	17	9	6	9	6	4	6	9	6	4	6	8	11	6	3	16	3	1	18	19	22	59	34	29	32
13	12	18	14	11	5	6	4	6	3	6	3	4	3	8	10	6	2	13	4	1	17	21	23	61	36	31	32
14	13	12	14	13	5	6	5	6	5	7	8	3	3	9	10	6	4	15	3	3	20	21	23	64	36	31	32
15	11	15	16	8	7	8	5	5	6	7	5	5	5	9	12	4	2	16	2	5	22	20	22	64	35	30	31
16	14	14	18	11	7	4	7	4	7	9	7	5	7	8	13	7	3	16	5	2	19	19	21	59	34	29	29
17	15	14	15	10	6	7	9	7	5	8	4	7	4	10	11	7	2	17	6	3	20	22	24	66	37	32	33
18	12	12	12	12	4	8	6	9	6	10	7	4	4	10	14	4	3	12	4	4	21	20	22	63	31	30	31
19	14	16	17	9	8	5	8	6	7	7	8	5	6	9	13	5	0	12	5	5	22	22	23	67	36	31	32
20	13	15	14	12	6	4	8	7	8	10	7	2	4	10	15	6	2	17	2	4	21	18	20	59	33	28	26
21	16	15	15	12	7	9	7	8	6	9	6	7	5	11	12	5	2	11	4	4	21	20	21	62	38	29	29
22	18	12	12	14	7	6	7	6	8	11	3	9	4	8	13	6	1	12	6	2	19	22	23	64	40	19	31
23	15	17	17	9	6	8	3	3	8	9	5	6	3	9	14	6	2	13	4	4	23	19	20	62	37	28	28
24	10	10	14	11	6	5	8	6	3	6	3	7	4	9	10	2	3	13	4	6	23	20	21	64	38	17	29
25	12	16	16	10	7	7	6	5	7	9	6	4	4	8	13	5	3	12	4	5	22	21	22	65	39	30	30
26	13	13	13	10	7	4	8	4	5	3	4	9	4	8	11	4	2	15	3	5	22	18	18	58	40	20	20
27	15	14	18	12	4	7	6	5	9	9	6	4	4	10	14	3	4	14	6	3	20	21	22	63	39	30	30
28	12	12	15	12	5	6	7	5	3	6	3	8	5	8	14	2	2	14	3	3	20	21	20	41	38	18	20

Примітка. П1 - обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі, П2 - обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини, П3 - обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому, П4 - обсяг захисної рефлексії при репродукції образи, П5 - агресія проти інших, П6 - агресія проти самого себе, П7 - раціоналізація «знецінення об'єкта», П8 - раціоналізація обставинами, П9 - проекція на інших, П10 - захист від почуття провини, П11 - захист від почуття сорому, П12 - захист від страху невдачі, П13 - захист від заздрості, П14 - захист від образи, П15 - відхід з ситуації, П16 - самоприпинення Я, П17 - порушення провини в інших, П18 - саногенне, реалістичне мислення, П19 - невідповідність поведінки інших очікуванням, П20 - мислення що апелює, П21 - інформаційна основа діяльності, П22 - мотивація та цілепокладання діяльності, П23 - прийняття рішення та здійснення діяльності, П24 - загальний показник рефлексії діяльності, П25 - системна рефлексія, П26 - інтроспекція (самоаналіз), П27 - квазірефлексія (фантазування).

Таблиця 4.

Індивідуальні дані, отримані в контрольній групі випробуваних після експерименту

	П1	П2	П3	П4	П5	П6	П7	П8	П9	П10	П11	П12	П13	П14	П15	П16	П17	П18	П19	П20	П21	П22	П23	П24	П25	П26	П27
1	17	14	13	18	7	3	2	2	4	6	5	3	1	6	12	5	3	16	2	4	13	17	19	49	40	27	27
2	15	19	14	15	4	9	3	5	3	4	5	4	1	9	10	7	2	15	4	3	16	17	19	52	41	27	26
3	17	16	16	15	7	6	2	4	4	7	4	3	2	9	11	4	3	14	4	3	13	16	16	45	29	25	27
4	14	18	17	10	6	8	6	6	6	7	4	3	4	8	10	8	1	14	5	3	18	20	20	58	40	29	27
5	19	15	16	12	8	5	3	5	3	6	6	5	3	7	10	7	2	12	6	5	15	18	18	51	31	27	26
6	16	15	16	18	5	8	5	6	3	8	4	6	5	9	10	8	4	13	5	6	18	20	20	58	37	29	29
7	18	10	13	17	5	5	3	3	3	5	4	6	2	7	10	6	3	8	5	4	14	17	17	48	29	28	27
8	15	12	18	15	7	8	3	8	6	9	5	7	5	8	12	6	2	10	3	5	13	20	21	54	34	31	30
9	15	18	15	17	6	7	4	5	4	7	5	4	4	9	10	7	3	9	2	3	17	19	19	55	32	28	29
10	10	17	15	14	6	9	6	5	6	9	8	7	6	8	11	7	5	10	4	3	19	21	21	61	34	29	31
11	12	15	14	14	7	6	6	4	3	6	5	4	3	8	10	6	2	10	4	2	19	18	18	55	32	27	28
12	18	17	14	11	8	4	3	4	5	8	5	3	3	9	10	6	4	10	5	1	18	19	19	56	32	28	29
13	15	14	16	11	6	9	5	6	6	8	7	3	5	9	12	7	2	11	4	3	17	19	21	57	34	30	31
14	17	19	18	13	7	6	4	7	4	7	9	5	5	8	11	8	1	9	5	3	20	20	21	61	34	30	29
15	15	14	15	11	9	8	4	3	5	8	8	7	4	9	11	7	2	10	6	5	22	20	20	62	35	29	30
16	17	19	20	11	9	8	8	5	6	9	7	4	4	8	11	8	3	11	4	3	19	19	19	57	32	28	29
17	14	16	17	10	8	9	6	4	7	9	8	5	6	9	13	8	1	12	5	5	20	20	22	62	37	30	28
18	19	18	19	12	6	4	6	7	5	9	7	4	4	10	13	6	2	9	6	4	21	18	20	59	40	25	26
19	16	15	15	12	7	9	5	4	6	8	6	7	5	11	12	8	4	11	7	5	22	19	21	62	36	30	27
20	18	12	14	14	9	6	6	6	6	8	6	9	5	8	13	6	4	12	6	6	19	16	18	53	38	27	26
21	15	17	17	11	6	8	7	5	8	9	5	6	3	11	14	6	2	11	6	5	21	17	19	57	34	28	26
22	10	19	14	14	9	5	8	6	4	9	5	7	4	9	12	3	3	11	4	5	19	19	21	59	36	26	27
23	12	16	16	19	7	4	6	7	7	9	6	4	5	8	13	4	5	12	8	3	20	16	19	55	33	27	24
24	18	17	13	14	7	9	7	4	4	8	6	9	4	7	13	6	2	10	6	2	21	17	19	57	34	22	25
25	15	18	18	19	5	6	5	5	8	9	6	4	4	10	12	3	4	11	6	4	22	18	20	60	26	26	26
26	14	15	16	13	4	8	4	5	4	6	4	6	4	9	12	5	4	12	7	3	21	18	19	58	35	23	24

Примітка. П1 - обсяг захисної рефлексії при репродукції невдачі, П2 - обсяг захисної рефлексії при репродукції почуття провини, П3 - обсяг захисної рефлексії при репродукції сорому, П4 - обсяг захисної рефлексії при репродукції образи, П5 - агресія проти інших, П6 - агресія проти самого себе, П7 - раціоналізація «знецінення об'єкта», П8 - раціоналізація обставинами, П9 - проекція на інших, П10 - захист від почуття провини, П11 - захист від почуття сорому, П12 - захист від страху невдачі, П13 - захист від заздрості, П14 - захист від образи, П15 - відхід з ситуації, П16 - самоприпинення Я, П17 - порушення провини в інших, П18 - саногенне, реалістичне мислення, П19 - невідповідність поведінки інших очікуванням, П20 - мислення що апелює, П21 - інформаційна основа діяльності, П22 - мотивація та цілепокладання діяльності, П23 - прийняття рішення та здійснення діяльності, П24 - загальний показник рефлексії діяльності, П25 - системна рефлексія, П26 - інтроспекція (самоаналіз), П27 - квазірефлексія (фантазування).