

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра

«Педагогика и психология»

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки / специальности)

Организационная психология

(направленность (профиль) / специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему «Арт-терапия как средство гармонизации детско-родительских отношений»

Обучающийся

Е. Шаншиева

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. психол. наук Т.В. Чапала

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2024

Аннотация

Актуальность темы исследования заключается в том, что на сегодняшний день существует запрос на поиск и разработку стратегий социально-психологической помощи семьям, стремящимся наладить конструктивное взаимодействие в семейной среде. Поэтому важной задачей является нахождение адекватного инструментария, который поможет семьям овладеть новыми моделями взаимодействия, потому что это залог полноценного и гармоничного развития ребенка. Для решения этой задачи эффективной является арт-терапевтическая форма работы.

Во введении раскрывается актуальность исследования по выбранному направлению, ставится проблема, цель и задачи исследования, определяются объект, формулируется гипотеза, ставятся цель и задачи, указывается методологическая база исследования.

В первой главе изучены теоретические основы арт-терапии и детско-родительских отношений.

Во второй главе определена методология проведения исследования и разработана программа просвещения родителей в сфере арт-терапии для гармонизации детско-родительских отношений.

В третьей главе проведено эмпирическое исследование просвещения в сфере влияния арт-терапии на гармонизацию детско-родительских отношений. Была проведена диагностическая работа в сфере детско-родительских отношений, разработана программа арт-терапии и просвещения родителей в данной области, а также оценена эффективность проведенных мероприятий.

Заключение посвящено основным выводам и предложениям по проведенному исследованию.

Работа содержит введение, три главы, шесть параграфов, заключение, объём работы 56 страниц, на которых размещены 25 таблиц. При написании диплома использовалось 61 источник научных работ.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы понятий арт-терапии и детско-родительских отношений.....	7
1.1 Теоретические основы арт-терапии.....	7
1.2 Основы и аспекты детско-родительских отношений.....	9
Глава 2 Методология исследования.....	15
2.1 Выбор методов и методик эмпирического исследования.....	15
2.2 Программа арт-терапии для гармонизации детско-родительских отношений.....	18
Глава 3 Эмпирическое исследование.....	21
3.1 Анализ результатов первичного исследования.....	21
3.2 Анализ эффективности проведенной работы.....	43
Заключение.....	50
Список используемой литературы и используемых источников.....	52
Приложение А Методики исследования.....	57

Введение

Актуальность темы исследования заключается в том, что на сегодняшний день существует запрос на поиск и разработку стратегий социально-психологической помощи родителям и семьям, стремящимся наладить конструктивное взаимодействие в семейной среде. Поэтому важной задачей является нахождение адекватного инструментария, который поможет семьям овладеть новыми моделями взаимодействия, а следовательно – будет способствовать налаживанию более гармоничного взаимодействия в семье, потому что это залог полноценного и гармоничного развития ребенка. Для решения этой задачи эффективной является арт-терапевтическая форма работы. Групповая форма арт-терапевтической работы благодаря своему формату дает возможность развивать ценные социальные умения, «примерять», овладевать новыми ролями или моделями поведения или проявлять латентные качества, наблюдая при этом, как именно трансформация ролевого поведения влияет на отношения с окружающими.

Объект выпускной квалификационной работы – детско-родительские отношения.

Цель работы: изучение гармонизации детско-родительских отношений через совместное творчество (арт-терапии).

В соответствии с поставленной целью определен ряд задач:

- анализ теоретических работ авторов, исследующих арт-терапию, как способ гармонизации детско-родительских отношений;
- сбор эмпирических данных;
- анализ полученных результатов и разработка рекомендаций.

В первой главе изучены теоретические основы арт-терапии и детско-родительских отношений.

Во второй главе определена методология проведения исследования и разработана программа просвещения родителей в сфере арт-терапии для гармонизации детско-родительских отношений.

В третьей главе проведено эмпирическое исследование просвещения в сфере влияния арт-терапии на гармонизацию детско-родительских отношений. Была проведена диагностическая работа в сфере детско-родительских отношений, разработана программа арт-терапии и просвещения родителей в данной области, а также оценена эффективность проведенных мероприятий.

Теоретико-методологической основой исследования стали:

- подход к семье системного характера, подсистема отношений между родителями и детьми. Авторами данного подхода являются Ю.Е. Алешина, М. Боуэн, А.Я. Варга, А.Г. Лидерс, С.Ю. Минухин, О.А. Обозова, О.А. Карабанова, В.П. Сатир и другие авторы;
- гуманистический подход в системе межличностных отношений к рассмотрению личности. Л.Я. Гозман, К.Д. Хорни, А.Х. Маслоу, Р.Р. Мэй, А.Б. Орлов, К.Р. Роджерс, В.Э. Франкл, Э.С. Фромм, В.И. Кабрин, Г.У. Олпорт являются представителями данного подхода;
- арт-терапевтический подход в гармонизации детско-родительских отношений: П. Брюс, Д. Малклер, Д. Фосха, Л. Нортона, К. Майер, М.Л. Бренда.
- в отечественных исследованиях представлена концепция арт-терапевтической помощи. Данная концепция получила свое развитие в трудах таких авторов как: Е.О. Шестернякова, Т.В. Гаврилова, О.Ю. Чубрикова.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что психологическое просвещение родителей и совместное арт-терапевтическое творчество гармонизирует детско-родительские отношения.

Методы и методики исследования:

Теоретические методы (анализ и обобщение литературных источников по проблеме исследования).

Психодиагностические методы:

- «Рисунок семьи» в адаптации Е.Е. Крайгиной;
- «Ролевые игры» в интерпретации Т.Л. Богдановой;
- «Диагностика детско-родительских отношений» авторов А.Я. Варга и В.В. Столина;
- Методика «Диагностика тревожности детей и взрослых» Ю.К. Бабанской и Ю.Л. Лебедевой;

Методы математической статистики: количественный анализ с использованием методов математической статистики: анализ значимости категорий по критерию Фишера, сравнительный анализ с применением t-критерия Стьюдента и критерия значимости-р.

База исследования: в исследовании приняли участие 20 воспитанников и их семей старшей группы ДОУ «NAFISA EDUCATION» г. Ташкент. В группе: 12 мальчиков и 8 девочек. Дети 2018–2019 года рождения.

Глава 1 Теоретические основы понятий арт-терапии и детско-родительских отношений

1.1 Теоретические основы арт-терапии

Арт-терапия представляет собой вид терапии, который представляет собой выражение собственных эмоций через тот или иной вид творчества с целью поддержания или достижения психологического комфорта [2, с. 34].

Творческое выражение всегда считалось многообразным средством для выражения эмоционального состояния, для коммуникативных взаимодействий между автором и наблюдателем предмета искусства, а также для эффективной терапевтической работы [1, с. 23].

Арт-терапия, как средство психологической терапии стали применять сравнительно недавно. Занимательным фактом является то, что в одно и то же время профессия арт-терапевта была официально признана в США и Европе, причем независимо друг от друга [15, с. 10].

Впервые термин «арт-терапии», и самой методики терапевтической помощи впоследствии, были применены художником из Великобритании Адрианом Хиллом. Он в 1942 году обнаружил положительное влияние на психологическое и даже частично физическое состояние людей, которые находились на стационарном лечении туберкулеза, в результате проведения с ними занятий творчеством. Также, существуют и другие авторы, в большинстве занятые изучением сферы психического здоровья, которые одновременно описали подобные методики психологической помощи, основанной на методах сегодняшней арт-терапии. Но обучения профессии арт-терапевта еще не было официально организовано, поэтому ее оказанием занимались специалисты чаще творческого профиля, под руководством психологов и психотерапевтов [29, с. 7].

Наибольший вклад в развитие направления арт-терапии, как метода психологической помощи внесли такие ученые как американский

психотерапевт и педагог Маргарет Наумбург, американские педагоги Хелен Квайтковска и Френсис Кейн, австрийский психотерапевт и художник Эдит Крамер, а также редактор первого американского журнала об арт-терапии Элкинор Ульман [30, с. 11].

Родоначальницей методов психологической помощи посредством арт-терапии является американский психотерапевт и педагог Маргарет Наумбург. Она, будучи родом из Нью-Йорка, открыла там школу Уолдена. Арт-терапия, как психологическая методика помощи, в Америке была начата с Маргарет. Ее исследования были по большей части основаны на детской психологии. Ввиду того, что она была педагогом, Маргарет были проведены множество исследований по эффективности применения методов арт-терапии для детей. По результатам этих исследований она обнаружила, что занятия творчеством, в условиях арт-терапевтического подхода, позволяют детям гармонично развиваться, а также улучшать собственные навыки в различных сферах. Ее методы были схожи с психоаналитическим подходом, только вместо разговорного выражения подавленных или неосознанных чувств, применялись творческие средства [36, с. 17].

Она разработала теорию о том, что проработка негативного влияния какого-либо аспекта психического состояния может быть осуществлена посредством сочетания его символического выражения с когнитивным и вербальным процессом. Это и легло в основу методов психологической помощи посредством арт-терапии [37, с. 4].

Маргарет Наумбург внесла в развитие направления арт-терапии неоценимый вклад, написанные ею пособия, такие как: «Исследования «свободного» выражения проблемного поведения детей как средства диагностики и терапии», «Шизофреническое искусство: его значение в психотерапии», «Динамически ориентированная арт-терапия: ее значение», являются актуальными и на сегодняшний день [54, с. 16].

Арт-терапия, как метод психологической коррекции часто используют в тандеме с различными клиническими методиками с целью повышения эффективности проводимых сессий [4, с. 67].

В настоящее время арт-терапия продолжает развиваться, психологи предлагают множество методов психологической помощи посредством творческого самовыражения, что, несомненно, является эффективным средством осознания собственных чувств и эмоций, приработки негативных эмоций, гармонизации эмоционального фона и многого другого [39, с. 43].

1.2 Основы и аспекты детско-родительских отношений

Психология детско-родительских отношений - это сфера психологической науки, изучающая взаимоотношения детей и их родителей, а также влияние этих взаимоотношений на развитие ребенка [11, с. 19].

Одной из ключевых концепций детско-родительских отношений является теория привязанности основоположниками которой стали психологи Джон Боулби и Мэри Эйнсворт. В обширной литературе ранние отношения привязанности между родителями и детьми описываются как прочная эмоциональная связь, которая позволяет детям исследовать окружающую среду, сохраняя при этом близость и контакт, необходимые для здорового развития [12, с. 51]. Таким образом, отношения привязанности между родителем и младенцем обеспечивают самые ранние условия для здоровья отношений детей. Надежная привязанность уравнивает исследование мира, соответствующее развитию, с поиском близости и утешения со стороны человека, осуществляющего уход, в случае стресса. Согласно этой теории, вид эмоциональной связи между ребёнком и его родителями влияет на его развитие [13, с. 91].

Существует различные виды привязанности такие как:

- безопасная;
- избегающая;

- амбивалентная;
- дезорганизованная.

Безопасная привязанность предполагает ощущение ребёнком собственной безопасности во взаимоотношениях с родителем, а также его уверенность в поддержке и сострадании со стороны близких [19, с. 28].

Небезопасные виды привязанности ребёнка к родителям предполагают неуверенность ребёнка в поддержке со стороны родителей, а также собственной безопасности рядом с ними [21, с. 29].

На установление того или иного типа привязанности детей к родителям влияют такие аспекты их взаимоотношений как стиль воспитания, коммуникация, дисциплина, поддержка, способы разрешения конфликтных ситуаций [22, с. 61].

Существуют различные стили воспитания, к основным группам которых можно отнести:

- авторитетный;
- авторитарный;
- попустительский;
- отчужденный [40, с. 73].

Авторитетный стиль воспитания предполагает достаточно высокие ожидания родителя от ребёнка, при этом родитель даёт ребёнку необходимые чувство поддержки и тепла, ребёнок воспринимает родителя как значимого взрослого и старается подражать ему, воспринимает за жизненный ориентир. Данный стиль воспитания считается достаточно благоприятным для гармоничного развития ребёнка [42, с. 52].

Авторитарный стиль воспитания предполагает завышенные ожидания родителя от ребёнка, при этом недостаточный уровень поддержки и эмоциональной близости, что может привести в дальнейшем к таким психологическим проблемам как: проблемы с самооценкой, самоконтролем, коммуникативными и социальными навыками ребёнка [49, с. 33].

Попустительский стиль воспитания представляет собой такой стиль воспитания, при котором родитель недостаточно контролирует ребёнка, имеет низкие ожидания к нему, но при этом даёт ему достаточный уровень эмоциональной поддержки. Такой стиль воспитания может привести к поведенческим проблемам, а также проблемам с самоконтролем у ребёнка [53, с. 18].

Отчужденный стиль воспитания подразумевает низкий уровень эмпатии со стороны родителя к ребёнку, а также отсутствие поддержки и эмоциональной близости, что приводит к многочисленным психологическим проблемам у ребенка, таким как проблемы с самооценкой, самоконтролем, различные поведенческие нарушения и многим другим [60, с. 91].

Немаловажным аспектом в становлении детско-родительских отношений является коммуникация. Наиболее благоприятными для развития ребёнка видами коммуникации считаются открытая и честная коммуникация, отсутствие лжи со стороны родителя, проявление эмпатии, активное слушание и поддержка ребёнка [61, с. 19].

Также на формирование привязанности между детьми и родителями влияет эмоциональная поддержка со стороны родителей, в том числе эмпатия родителей, понимание чувств ребёнка и мотивов его поведения, поддержка и подкрепление положительных успехов, пусть даже самых незначительных [6, с. 164].

Воспитание, установление границ, дисциплина и методы, которыми они достигаются, играют ключевую роль в поведении и эмоциональном состоянии ребёнка. Благоприятными методами поддержания дисциплины и выстраивания допустимых границ являются последовательность, справедливость, логичность в поступках значимого взрослого для ребёнка. Родитель должен избегать манипуляций и разрешать конфликтные моменты конструктивными способами [5, с. 137].

Наиболее эффективным посредником в изменении родительской чувствительности и отзывчивости является содействие развитию

рефлексивной функции родителей (RF). Родитель должен учитывать психические состояния ребенка и свои собственные, что способствует формированию безопасных отношений между родителями и детьми [10, с. 58].

Арт-терапия представляет собой вид терапии, который представляет собой выражение собственных эмоций через тот или иной вид творчества с целью поддержания или достижения психологического комфорта [43, с. 69].

Основоположником «арт-терапии» является британский художник Адриан Хилл, он еще в 1942 году выявил взаимосвязь между улучшением состояния больных туберкулезом и их занятиями изобразительным искусством [59, с. 9].

Наибольший вклад в развитие направления арт-терапии, как метода психологической помощи внесли такие ученые как американский психотерапевт и педагог Маргарет Наумбург, американские педагоги Хелен Квайтковска и Френсис Кейн, австрийский психотерапевт и художник Эдит Крамер, а также редактор первого американского журнала об арт-терапии Элкинор Ульман [52, с. 81].

Воспитание детей – ответственная работа. Родителю может быть трудно сбалансировать потребности ребенка со своими собственными потребностями. Существует четыре основных типа детско-родительских отношений. Дети, которые растут с надежными, избегающими, амбивалентными и дезорганизованными родителями, имеют разные результаты развития [3, с. 47].

Одной из ключевых концепций детско-родительских отношений является теория привязанности основоположниками которой стали психологи Джон Боулби и Мэри Эйнсворт. В обширной литературе ранние отношения привязанности между родителями и детьми описываются как прочная эмоциональная связь, которая позволяет детям исследовать окружающую среду, сохраняя при этом близость и контакт, необходимые для здорового развития. Таким образом, отношения привязанности между

родителем и младенцем обеспечивают самые ранние условия для здоровья отношений детей. Надежная привязанность уравнивает исследование мира, соответствующее развитию, с поиском близости и утешения со стороны человека, осуществляющего уход, в случае стресса. Согласно этой теории, вид эмоциональной связи между ребёнком и его родителями влияет на его развитие [16, с. 53].

Наиболее эффективным посредником в изменении родительской чувствительности и отзывчивости является содействие развитию рефлексивной функции родителей (RF) [20, с. 83].

Воспитание, установление границ, дисциплина и методы, которыми они достигаются, играют ключевую роль в поведении и эмоциональном состоянии ребёнка. Благоприятными методами поддержания дисциплины и выстраивания допустимых границ являются последовательность, справедливость, логичность в поступках значимого взрослого для ребёнка. Родитель должен избегать манипуляций и разрешать конфликтные моменты конструктивными способами [3, с. 61].

Вывод по главе 1

Творческое выражение всегда считалось многообразным средством для выражения эмоционального состояния, для коммуникативных взаимодействий между автором и наблюдателем предмета искусства, а также для эффективной терапевтической работы.

Наибольший вклад в развитие направления арт-терапии, как метода психологической помощи внесли такие ученые как американский психотерапевт и педагог Маргарет Наумбург, американские педагоги Хелен Квайтковска и Френсис Кейн, австрийский психотерапевт и художник Эдит Крамер, а также редактор первого американского журнала об арт-терапии Элкинор Ульман.

Маргарет Наумбург внесла в развитие направления арт-терапии неоценимый вклад, написанные ею пособия, такие как: «Исследования «свободного» выражения проблемного поведения детей как средства диагностики и терапии», «Шизофреническое искусство: его значение в психотерапии», «Динамически ориентированная арт-терапия: ее значение», являются актуальными и на сегодняшний день.

В настоящее время арт-терапия продолжает развиваться, психологи предлагают множество методов психологической помощи посредством творческого самовыражения, что, несомненно, является эффективным средством осознания собственных чувств и эмоций, приработки негативных эмоций, гармонизации эмоционального фона и многого другого.

Одной из ключевых концепций детско-родительских отношений является теория привязанности основоположниками которой стали психологи Джон Боулби и Мэри Эйнсворт.

Отношения привязанности между родителем и младенцем обеспечивают самые ранние условия для здоровья отношений детей. Надежная привязанность уравнивает исследование мира, соответствующее развитию, с поиском близости и утешения со стороны человека, осуществляющего уход, в случае стресса. Согласно этой теории, вид эмоциональной связи между ребёнком и его родителями влияет на его развитие.

Воспитание, установление границ, дисциплина и методы, которыми они достигаются, играют ключевую роль в поведении и эмоциональном состоянии ребёнка. Благоприятными методами поддержания дисциплины и выстраивания допустимых границ являются последовательность, справедливость, логичность в поступках значимого взрослого для ребёнка. Родитель должен избегать манипуляций и разрешать конфликтные моменты конструктивными способами.

Глава 2 Методология исследования

2.1 Выбор методов и методик эмпирического исследования

Цель эмпирического исследования заключалась в изучении гармонизации детско-родительских отношений через совместное творчество (арт-терапию).

Диагностика влияния арт-терапии на детско-родительские отношения проводилась в марте 2024 года в ДООУ «NAFISA EDUCATION» по месту прохождения преддипломной практики г. Ташкента Республики Узбекистан.

В исследовании приняли участие 20 пар родитель-ребенок старшей группы ДООУ. В группе: 12 мальчиков и 8 девочек. Дети 2018–2019 года рождения.

Экспериментальное исследование состояло из трёх этапов.

Констатирующий этап эксперимента. На данном этапе была проведена первичная диагностика уровня ключевых аспектов детско-родительских отношений. Констатирующий этап проводился в марте 2024 года.

Цель констатирующего эксперимента: диагностировать уровень ключевых аспектов детско-родительских отношений, воспитанников старшей группы ДООУ, в начале эксперимента.

Сформулированы следующие задачи констатирующего эксперимента:

- подобрать методики диагностики детско-родительских отношений;
- провести диагностику;
- сделать выводы об исходном уровне детско-родительских отношений.

Формирующий этап эксперимента. На этом этапе была реализована разработанная ранее психологически-просветительная программа арт-терапии, направленная на улучшение детско-родительских отношений.

Контрольный этап эксперимента. На данном этапе осуществлена повторная диагностика уровня ключевых аспектов детско-родительских

отношений, а также проведен анализ результатов, полученных в ходе эксперимента.

Исследовательская работа была направлена на изучение следующих аспектов детско-родительских отношений:

- эмоциональная связь;
- коммуникация;
- адаптивность и гибкость;
- уровень тревожности.

Для этого были выбраны следующие методики:

Методика «Рисунок семьи» в адаптации Е.Е. Крайгиной.

Методика рисунок семьи является проективным тестом, который позволяет оценить уровень эмоциональной связи, а также других социальных аспектов детско-родительских отношений.

Для реализации данной методики испытуемому предлагается нарисовать свою семью, не ограничивая его в методах и фантазии при реализации. Для проведения диагностики по данной методике детям были предоставлены чистые листы бумаги, набор карандашей и фломастеров, неограниченное количество времени для изображения собственной семьи.

Анализ полученных рисунков проводился на основании состава изображенных членов семьи, месторасположения их силуэтов на листе, детализации изображения того или иного персонажа, позы и отношений между изображенными персонажами, а также использования цветовой палитры для того или иного члена семьи [9, с. 110].

При анализе результатов данных рисунков необходимо учитывать индивидуальные особенности семьи ребёнка. Для этого была проведена беседа с каждым ребёнком с целью уточнения контекста проводимого анализа.

Методика «Ролевые игры» в интерпретации Е.Л. Богдановой.

Данная методика направлена на определение внутрисемейных коммуникаций между родителями и детьми. Она позволяет обнаружить

скрытые конфликты и сценарии взаимодействия между членами семьи.

Испытуемым предлагается определённый сюжет, основанный на бытовой жизненной ситуации. Например, решение конфликтных ситуаций или обсуждение повседневных задач. Участникам раздаются роли членов семьи, например, ребёнку можно предложить роль родителя, а родителю роль ребёнка. После чего участники разыгрывают предложенные сюжеты, отражая в них то, как они видят сложившуюся ситуацию. Анализ результатов по данной методике диагностики проводится посредством наблюдения за коммуникативными, а также невербальными средствами выражения собственных чувств и эмоций, оцениваются методы разрешения конфликтных ситуаций в семье и поведенческие особенности членов семьи [8, с. 141].

Методика «Диагностика детско-родительских отношений» авторов А.Я. Варга и В.В. Столина.

Данная методика представляет собой перечень вопросов, направленных на изучение адаптивности и гибкости в детско-родительских отношениях.

Родителям и детям по отдельности предлагаются вопросы, на которые следует ответить максимально откровенно. Анализ результатов проводится с целью выявления паттернов поведения членов семьи при изменении каких-либо обстоятельств, ролей, возникновении трудностей и кризисных ситуаций, а также способности детей и родителей идти на уступки и компромиссы по отношению друг к другу [18, с. 63].

Методика «Диагностика тревожности детей и взрослых» Ю.К. Бабанской и Ю.Л. Лебедевой.

Данная методика направлена на определение уровня тревожности детей и их родителей. Методика представляет собой опросник, отдельно для детей и для родителей, на основании результатов которого можно сделать выводы по актуальному уровню тревожности у испытуемого. Для получения наиболее точных результатов исследования по данной методике также необходимо учитывать поведенческие особенности и провести беседу для

понимания контекста сложившейся ситуации [7, с. 39].

Описание методик для проведения диагностики представлено в приложении А.

Описанные выше методики наиболее всего подходят, чтобы оценить уровень влияния арт-терапии на детско-родительские-отношения. С помощью перечисленных методик можно оценить влияние арт-терапии на такие показатели, как:

- эмоциональная связь;
- коммуникация;
- адаптивность и гибкость;
- уровень тревожности [17, с. 89].

2.2 Программа арт-терапии для гармонизации детско-родительских отношений

Применение методов арт-терапии с целью улучшения взаимоотношений между родителями и детьми зарекомендовала себя как достаточно эффективная программа. Для проведения исследования была разработана программа психологической арт-терапии с целью улучшения взаимоотношений между родителями и детьми [23, с. 53].

Цель программы заключается в гармонизации основных аспектов детско-родительских отношений, посредством творческой деятельности.

Программа рассчитана на месячную продолжительность для того, чтобы можно было получить значимые изменения в исследуемой области детско-родительских отношений.

Программа проведения арт-терапии с детьми и их родителями:

Ознакомительный этап.

На этом этапе испытуемым были разъяснены основные концептуальные аспекты планируемой арт-терапии, а также преимущества ее проведения и потенциальные положительные эффекты от ее применения.

Практический этап.

Основной целью данного этапа, как и всей программы в целом, является проявление эмоций через искусство. В связи с этим на данном этапе были проведены групповые сессии с детьми и их родителями, на которых был предоставлен различный художественный материал: краски, глина, карандаши, фломастеры. Основной задачей проведенных сессий стало выражение собственных чувств и эмоций посредством создания произведения искусства [35, с. 74]. После чего были проведены групповые обсуждения данных произведений, участники комментировали детали и обсуждали свои чувства в поддерживающей среде. На данном этапе были выявлены следующие конфликтные ситуации:

- при рисовании по технике «Дерево семьи», родителям и детям было предложено нарисовать дерево, у которого листики или ветки необходимо представить членами семьи, у двоих детей (семьи №4 и №7) был обнаружен дефицит внимания родителей, так как у одного ребенка ветка, олицетворяющая ребенка, находилась далеко от ветки, олицетворяющей родителей, а у второго – в углу страницы;
- в семье № 10 обнаружен чрезмерный уровень контроля ребенка со стороны матери, при выполнении глиняной поделки совместно с родителями мать постоянно давала указание ребенку, как ему лепить поделку, что вызывало у ребенка недовольство и протестное настроение;
- в семье № 8 обнаружен конфликт ожидания и реальности, при рисовании рисунков по технике «Мечты и реальность», детям и родителям было предложено нарисовать два рисунка, один из которых отражает реальность, а второй мечты, в данной семье были обнаружены значительные расхождения в ожиданиях и реальности;
- в семье №13 обнаружена ревность ребенка по отношению к младшей сестренке, при рисовании по технике «Дерево семьи», родителям и детям было предложено нарисовать дерево, у которого листики или

ветки необходимо представить членами семьи, исследуемый ребенок нарисовал листики, олицетворяющие сестренку и родителей рядом, а себя далеко от них;

- в семье № 5, при создании коллажа «Эмоциональный коллаж», который дети с родителями делали из вырезок из журналов, ребенок часто выбирал картинки, на которых были грустные и злые выражения лиц, по результатам обсуждения его чувств было обнаружено, что родители часто игнорируют чувства и эмоции ребенка.

Также были проведены сессии, в которых ребенок и родитель вместе создавали художественный проект, задачами данных сессий являлось сотрудничество и коммуникация [38, с. 87].

Еще одним видом сессий были нарративные художественные виды терапии, в том числе создание художественных изделий, отражающих важные истории или значимые моменты в отношениях родителей и детей [41, с. 102].

Для разрешения выявленных конфликтных аспектов, в результате предыдущих арт-терапевтических сессий, были проведены занятия, в которых испытуемым было предложено изобразить свои конфликты и недовольства посредством художественных проектов, а также последующие обсуждения по путям их разрешения [44, с. 16].

Испытуемым были предложены техники арт-релаксации, с целью снижения уровня стресса и тревоги. Для этого были предложены рисование руками под медитативную музыку, рисование картин песком и лепка из глины. Эти методы дополнительно задействуют различные сенсорные системы, для усиления эффекта релаксации и самосознания [48, с. 127].

Завершающий этап.

На заключительном этапе программы участникам было предложено провести самоанализ, поделиться своими успехами, ощущениями и идеями по дальнейшей работе над собой, для поддержания достигнутых результатов и дальнейшего прогресса.

Глава 3 Эмпирическое исследование

3.1 Анализ результатов первичного исследования

Целью исследования является изучение гармонизации детско-родительских отношений через совместное творчество (арт-терапии).

Исследовательской базой является дошкольное образовательное учреждение города Ташкента «NAFISA EDUCATION» (сокращенно – ДОУ «NAFISA EDUCATION»).

Выборку исследования составили 20 воспитанников и их семей старшей группы ДОУ «NAFISA EDUCATION». В группе: 12 мальчиков и 8 девочек. Дети 2018–2019 года рождения.

Показатели диагностики были выбраны исходя из научных работ Е.О. Шестерняковой, Т.В. Гавриловой и О.Ю. Чубриковой.

На контрольном этапе исследования была проведена диагностика ключевых показателей детско-родительских отношений, таких как:

- эмоциональная связь;
- коммуникация;
- адаптивность и гибкость;
- уровень тревожности.

Перед проведением диагностики была собрана характеристика семей, путем проведения беседы. Данные характеристики приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Характеристики диагностируемых семей

Состав родителей	Количество детей	Возраст родителей		Образование родителей	
		мама	папа	мама	папа
полная	2	32	36	высшее	высшее
неполная	1	28	33	высшее	среднее
полная	2	35	36	среднее	среднее
полная	3	40	39	высшее	высшее
неполная	1	29	37	среднее	среднее
полная	1	33	39	среднее	высшее
неполная	1	24	35	высшее	высшее

Продолжение таблицы 1

Состав родителей	Количество детей	Возраст родителей		Образование родителей	
полная	2	31	32	среднее	высшее
полная	1	23	29	среднее	среднее
полная	2	38	40	высшее	высшее
полная	1	35	32	высшее	среднее
полная	1	27	29	среднее	высшее
полная	2	38	42	высшее	среднее
полная	1	28	32	среднее	высшее
неполная	1	35	36	высшее	среднее
неполная	1	35	32	высшее	среднее
полная	1	30	33	высшее	среднее
полная	2	28	30	высшее	высшее
полная	2	32	32	среднее	высшее
неполная	1	21	35	высшее	высшее

Большинство семей 70% полные – 14 семей, а неполных – 30%. Большинство родителей 57,5% обладают высшим образованием, остальные родители со средним уровнем образования. По количеству детей семьи распределяются следующим образом: 60% семей имеют одного ребенка, 35% семей имеют двух детей и 5% семей – трех. Средний возраст мамы детей составляет – 31 год, а папы – 34 года.

После чего была проведена диагностика семей по вышеперечисленным методикам. Далее приведены результаты проведения диагностики.

Методика «Рисунок семьи» в адаптации Е.Е. Крайгиной.

Для проведения диагностики по данной методике детям было предложено нарисовать свою семью. Детям были предоставлены чистые листы бумаги, набор карандашей и фломастеров, неограниченное количество времени для изображения собственной семьи.

Выявленные, по результатам беседы, особенности семей:

Семья 2: несмотря на то, что родители в разводе, ребенок получает достаточно внимания от отца и не имеет по этому поводу значительных отрицательных проявлений.

Семья 4: многодетная семья, обнаружен дефицит внимания со стороны

родителей.

Семья 5: неполная семья, родители в разводе, наблюдаются переживания ребенка по поводу недостатка внимания со стороны отца.

Семья 6: несмотря на то, что родители в разводе, ребенок получает достаточно внимания от отца и не имеет по этому поводу значительных отрицательных проявлений.

Семья 7: родители в разводе, присутствует небольшой уровень попустительства со стороны родителей.

Семья 8: обнаружен достаточно авторитарный стиль воспитания.

Семья 9: ребенок воспитывается в условиях попустительства и высокого уровня дозволенности, в связи с чем наблюдаются нежелательные поведенческие проявления.

Семья 10: обнаружена главенствующая роль матери в семье.

Семья 13: родители воспитывают детей от предыдущих браков.

Семья 15: родители в разводе, отец уделяет достаточно внимания ребенку, однако ребенок воспринимает его как друга и сверстника, а роль значимого взрослого отводит только матери.

В остальных семьях не обнаружено значимых отличительных особенностей в семейных отношениях.

Методика рисунок семьи является проективным тестом, который позволяет оценить уровень эмоциональной связи, а также других социальных аспектов детско-родительских отношений [55, с. 112].

Для определения уровня эмоциональной связи были выбраны три уровня эмоциональной связи: высокий (75–100%), выше среднего (50–74%), средний (25–49%), ниже среднего (0–24%). Итоговые значения по показателям диагностики «Рисунок семьи» приведены в таблице 2.

Таблица 2 – Итоговые значения по показателям диагностики «Рисунок семьи»

Показатель	Количество детей	Доля от общего количества детей, %
Площадь рисунка 50% и более листа	13	65
Реальный состав семьи	16	80
Меньшее или большее количество членов семьи	4	20
Выделение одного из членов семьи:		
Мать	3	15
Отец	2	10
другой	-	
Расстояние между членами семьи:		
близкое	11	55
среднее	4	20
значительное	5	25
Наличие предметов между членами семьи	3	15
Наличие животных	3	15
Вид изображения:		
Реалистическое	20	100
Другое	-	
Фон изображения:		
интерьер	2	10
природа	1	5
отсутствует	17	85
Степень проявления положительных эмоций:		
высокая	3	15
средняя	14	70
низкая	3	15
Степень проявления негативных эмоций:		
высокая	1	5
средняя	7	35
низкая	12	60
Степень аккуратности исполнения:		
высокая	2	10
средняя	17	85
низкая	1	5

Таким образом, большинство детей 65% нарисовали рисунок на площади 50% и более предложенного листа, это говорит о высокой самооценке, а 35% детей, нарисовавших маленький рисунок, обладают невысокой самооценкой и уровнем притязаний [56, с. 93].

Реальный состав семьи изобразили 80% детей, отсутствие каких-либо

членов семьи говорит о том, что ребенок не обладает эмоциональной связью с данным человеком или испытывает к нему негативные чувства. Большинство детей не изобразили брата или сестру на рисунке, оба родителя были изображены у всех детей [51, с. 23].

Большинство испытуемых изобразили родителей большего размера, чем остальных персонажей. Три ребенка выделили маму, а двое – папу. Размер персонажа указывает на его значимость для ребенка [57, с. 62].

Расстояние между изображенными членами семьи отражает психологическую близость между ними по мнению ребенка. Так, у 55% расстояние между персонажами близкое, у 20% среднее, а у 25% значительное расстояние.

Предметы между членами семьи присутствуют у 15% детей, это говорит об эмоциональной связи с этими предметами или о том, что они являются своеобразным средством коммуникации [58, с. 92]. У большинства детей, изобразивших предметы на рисунке, преобладают различные гаджеты в этой роли.

Животные были изображены у 15% детей, что отражает их особое отношение к ним, эмоциональную связь.

Реалистичный вид изображения был у всех детей. Это говорит о конкретности выражения своего отношения и эмоций по отношению к членам семьи [50, с. 213].

Фон изобразили на своих рисунках 15% детей, из них 5% изобразили свою семью на фоне природы, что является показателем гармонии и открытости отношений в семье, а 10% детей изобразили семью на доне домашнего интерьера, это указывает на связь семейных отношений с домашней обстановкой. Остальные дети изобразили семью без фона, что может свидетельствовать о нечеткости контекста внутрисемейных отношений [14, с. 72].

Степень проявления положительных эмоций на высоком уровне у 15% испытуемых, на среднем 70%, на низком 15%. Она была определена как

совокупность критериев оценки положительных категорий и оценена по пяти бальной шкале [24, с. 69].

Степень проявления негативных эмоций на высоком уровне у 5% испытуемый, на среднем 35%, на низком 60%. Она была определена как совокупность критериев оценки категорий, отражающих негативные эмоции и оценена по пяти бальной шкале.

Таблица 3 – Таблица распределения критериев по итоговым значениям уровня эмоциональной связи

Критерий	Высокий уровень эмоциональной связи (чел)	Уровень эмоциональной связи выше среднего (чел)	Средний уровень эмоциональной связи (чел)	Уровень эмоциональной связи ниже среднего (чел)
Площадь рисунка 50% и более листа	3	4	5	1
Реальный состав семьи	3	4	7	2
Меньшее или большее количество членов семьи	0	0	1	3
Выделение одного из членов семьи:				
Мать	0	1	2	0
Отец	0	0	2	0
другой	0	0	0	0
Расстояние между членами семьи:				
близкое	3	4	0	0
среднее	0	0	9	0
значительное	0	0	0	2
Наличие предметов между членами семьи	0	0	1	2
Наличие животных	1	1	1	0
Реалистическое	3	4	9	4
Другое	0	0	0	0
интерьер	0	1	1	0
природа	1	0	0	0
отсутствует	2	3	8	4

На основании данных, представленных в таблице 3, был проведен анализ значимости категорий для определения уровня эмоциональной связи

при помощи критерия Фишера с уровнем значимости равным 0,05. Анализ представлен в таблице 4.

Таблица 4 – Определения уровня значимости категорий с применением критерия Фишера

Критерий	Значение p	Интерпретация
Высокая степень проявления положительных эмоций	0,12	различия не значимы
Средняя степень проявления положительных эмоций	0,06	различия не значимы
Низкая степень проявления положительных эмоций	0,12	различия не значимы
Критерий	Значение p	Интерпретация
Высокая степень проявления отрицательных эмоций	0,049	различия значимы
Средняя степень проявления отрицательных эмоций	0,004	различия значимы
Низкая степень проявления отрицательных эмоций	0,52	различия не значимы

По результатам анализа уровня значимости категорий, статистически значимыми категориями при определении уровня эмоциональной связи являются «Высокая степень проявления отрицательных эмоций» и «Средняя степень проявления отрицательных эмоций». Это объясняется тем, что наличие отрицательных эмоций в рассматриваемой методике подразумевает конфликтную ситуацию и в большинстве случаев обусловлен низким или средним уровнем эмоциональной связи.

Методика для определения уровня эмоциональной связи между родителями и детьми «Рисунок семьи» выявила следующие результаты:

Высокий уровень эмоциональной связи выявлен у 3 детей (15% от числа испытуемых) в группе.

Уровень эмоциональной связи выше среднего выявлен у 4 детей (20% от числа испытуемых) в группе.

Средний уровень эмоциональной связи выявлен у 9 детей (45% от числа испытуемых) в группе.

Уровень эмоциональной связи ниже среднего выявлен у 4 детей (20% от числа испытуемых) в группе.

В группе с низкой эмоциональной связью один из детей нарисовал членов семьи на значительном расстоянии друг от друга, что говорит об отсутствии эмоционального контакта между ними, также изображение ребенка выполнено яркими красками, но без улыбки – это подчеркивает эмоциональную открытость ребенка с одной стороны и недовольство сложившейся ситуацией с другой [27, с. 143]. Второй ребенок из группы изобразил родителей со слабо детализированным нейтральным выражением лица, а себя улыбающимся, при этом родители расположены близко друг к другу, а фигура ребенка на расстоянии от них, это говорит об отсутствии эмоционального вовлечения со стороны родителей [28, с. 48]. Еще двое детей нарисовали членов семьи на далеком расстоянии друг от друга, что говорит о низком уровне эмоциональной связи, при этом, у одного из них есть разделительные линии между членами семьи, это ярко подчеркивает внутренне отчуждение между ними [31, с. 95]. Результаты диагностики по методике «Рисунок семьи» представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Результаты диагностики по методике «Рисунок семьи»

Уровень эмоциональной связи	Высокий		Выше среднего		Средний		Ниже среднего	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	3	15	4	20	9	45	4	20

По данным таблицы 5 высокий уровень эмоциональной связи имеют 15% испытуемых. Семьи с данным показателем имеют возможность создать крепкие и глубокие отношения между родителями и детьми. Данный уровень является наиболее редким в данной группе, что говорит о том, что просвещение родителей в данной области немаловажное значение.

Уровень эмоциональной связи выше среднего имеют 20% семей, данный уровень имеют семьи, у которых достаточно крепкие и открытые

взаимоотношения, однако у них имеются аспекты, которые можно улучшить.

Средний уровень эмоциональной связи имеют 45% продиагностированных семей, это самый часто встречающийся уровень в исследуемой группе. Семьи, обладающие данным уровнем эмоциональной связи, обладают доверительными отношениями, но проявляют некоторые негативные эмоции в семейных отношениях или имеют значимый уровень независимости друг от друга.

Низкий уровень эмоциональной связи имеют 20% испытуемых. Семьи, обладающие эмоциональной связью на уровне ниже среднего, имеют менее тесные связи и какие-либо разногласия. Данный уровень предполагает неблагоприятную ситуацию в семье или наличие конфликтной атмосферы.

Подробное описание методики «Рисунок семьи» представлено в приложении А. Анализ результатов диагностики по данной методике проводился посредством наблюдения за коммуникативными, а также невербальными средствами выражения собственных чувств и эмоций, оценивались методы разрешения конфликтных ситуаций в семье и поведенческие особенности членов семьи [34, с. 71].

Для определения уровня коммуникации были выбраны три уровня коммуникации: высокий (67–100%), средний (34–66%), низкий (0–33%).

Итоговые значения по показателям диагностики «Ролевые игры» приведены в таблице 6.

Таблица 6 – Итоговые значения по показателям диагностики «Ролевые игры»

Показатель	Количество испытуемых	Доля от общего количества детей, %
Эмоциональная выразительность	12	60
Сотрудничество	11	55
Адекватность реакций	9	45
Эффективность взаимоотношений	10	50

Таким образом, большинство детей 60% имели высокий уровень эмоциональной выразительности при разыгрывании сценки. Этот показатель

отражает способность детей и их родителей выражать и понимать эмоции друг друга.

Эффективное сотрудничество было обнаружено у 55% семей, что является показателем взаимопонимания и поддержки в детско-родительских отношениях.

Адекватность реакций показали 45% семей, они показали правильные паттерны поведения в большинстве ситуаций и хороший уровень осознанности.

Эффективные взаимоотношения были обнаружены у половины испытуемых семей. Эффективность взаимодействия между родителями и детьми предполагает конструктивность решения конфликтов, эмпатию, достижение общих целей [33, с. 53].

С целью определения статистической значимости критериев методики «Рольевые игры» была составлена таблица распределения критериев по итоговым значениям уровня коммуникации – таблица 7.

Таблица 7 – Таблица распределения критериев по итоговым значениям уровня коммуникации

Критерий	Высокий уровень коммуникации (чел)	Средний уровень коммуникации (чел)	Низкий уровень коммуникации (чел)
Эмоциональная выразительность	6	6	0
Сотрудничество	6	4	1
Адекватность реакций	6	2	1
Эффективность взаимоотношений	5	4	1

На основании данных, представленных в таблице 7, был проведен анализ значимости категорий для определения уровня коммуникации при помощи критерия Фишера с уровнем значимости равным 0,05. Анализ представлен в таблице 8.

Таблица 8 – Определения уровня значимости категорий с применением критерия Фишера

Критерий	Значение p	Интерпретация
Эмоциональная выразительность	0,048	различия значимы
Сотрудничество	0,09	различия не значимы
Адекватность реакций	0,17	различия не значимы

По результатам анализа уровня значимости категорий, статистически значимой категорией при определении уровня коммуникации является «Эмоциональная выразительность». Это объясняется тем, что эмоциональная выразительность является важнейшей составляющей коммуникации, позволяющей передать не только смысловой посыл, но и эмоциональную составляющую [32, с. 95].

По результатам диагностики по этой методике были выявлены следующие результаты: высокий уровень качества семейной коммуникации показали 6 семей (30% от числа испытуемых) в группе. Средний уровень качества семейной коммуникации показали 8 семей (40% от числа испытуемых) в группе.

Низкий уровень развития уровень качества семейной коммуникации показали 6 семей (30% от числа испытуемых) в группе.

Результаты диагностики по методике «Ролевые игры» представлены в таблице 9.

Таблица 9 – Результаты диагностики по методике «Ролевые игры»

Уровень коммуникации	Высокий		Средний		Низкий	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	6	30	8	40	6	30

По данным таблицы 9 высокий уровень семейной коммуникации имеют 30% испытуемых. Семьи с данным показателем обладают открытыми и доверительными отношениями, что дает основу для благополучного

развития детей [45, с. 116].

Средний уровень семейной коммуникации имеют 40% продиагностированных семей, это самый часто встречающийся уровень в исследуемой группе. Семьи, обладающие данным уровнем коммуникации в семье, имеют ограниченную открытость и взаимопонимание. Им следует обратить внимание на то, насколько такой вид коммуникации эффективен в их взаимоотношениях [46, с. 233].

Низкий уровень семейной коммуникации имеют 30% испытуемых. Семьи, обладающие данным уровнем семейной коммуникации, имеют низкую вовлеченность во взаимоотношения, конфликты и отсутствие эмоциональной поддержки. Такой вид коммуникации может привести к ухудшению отношений между родителями и детьми [47, с. 120].

Подробное описание методики «Ролевые игры» представлены в приложении А.

Данная методика представляет собой перечень вопросов, направленных на изучение адаптивности и гибкости в детско-родительских отношениях.

Родителям и детям по отдельности были предложены вопросы, на которые следует ответить максимально откровенно. Анализ результатов был проведен с целью выявления паттернов поведения членов семьи при изменении каких-либо обстоятельств, ролей, возникновении трудностей и кризисных ситуаций, а также способности детей и родителей идти на уступки и компромиссы по отношению друг к другу [25, стр. 12].

Для определения уровня адаптивности и гибкости были выбраны три уровня: высокий (67–100%), средний (34–66%), низкий (0–33%).

Итоговые значения по показателям диагностики «Ролевые игры» приведены в таблице 10.

Таблица 10 – Итоговые значения по показателям методики «Диагностика детско-родительских отношений» авторов А.Я. Варга и В.В. Столина

Показатель	Результаты (чел)	
	Высокие	низкие
Принятие-отвержение	11	9
Кооперация	12	8
Симбиоз	12	8
Маленький неудачник	7	13

Таким образом, 55% испытуемых имели высокий уровень по шкале «Принятие-отвержение», а 45% - низкий.

По шкале «Кооперация» высокие баллы обнаружены у 60% семей, а низкие у 40%. Высокие баллы по этой шкале отражают интерес родителя к интересам ребенка, поддержка его, а также поощрение его самостоятельности. Низкие же баллы подразумевают отсутствие восприятия родителем ребенка как личности, игнорирование его успехов и чувств.

Шкала «Симбиоз» отражает уровень психологической дистанции между ребенком и родителем, высокие баллы предполагают близость между ребенком и родителем, а низкие - значительную психологическую дистанцию в детско-родительских отношениях. Высокие баллы по этой шкале набрали 60% испытуемых, а низкие - 40%.

По шкале «Маленький неудачник» высокие баллы набрали 35% испытуемых, а низкие - 65%. Данная шкала отражает отношение родителей к неудачам ребенка. Низкие баллы по этой шкале отражают веру родителей в ребенка. Высокие же баллы показывают пренебрежительное отношение родителей к успехам ребенка и подчеркнутое отношение к его неудачам [26, стр. 142]. Таблица распределения критериев по итоговым значениям уровня адаптивности и гибкости - таблица 11.

Таблица 11 – Таблица распределения критериев по итоговым значениям уровня адаптивности и гибкости

Критерий	Высокий уровень адаптивности и гибкости (чел)		Средний уровень адаптивности и гибкости (чел)		Низкий уровень адаптивности и гибкости (чел)	
	Высокие	низкие	Высокие	Низкие	высокие	низкие
Принятие-отвержение	1,25	0	2,7	0,9	0	2,1
Кооперация	1,25	0	3,15	0,9	0	1,8
Симбиоз	1,25	0	3,15	1,35	0	1,5
Маленький неудачник	0	1,25	1,8	0,9	0,9	1,8

На основании данных, представленных в таблице 11, был проведен анализ значимости категорий для определения уровня адаптивности и гибкости при помощи критерия Фишера с уровнем значимости равным 0,05. Анализ представлен в таблице 12.

Таблица 12 – Определения уровня значимости категорий с применением критерия Фишера

Критерий	Значение p	Интерпретация
Принятие-отвержение	0,5	различия не значимы
Кооперация	0,2	различия не значимы
Симбиоз	0,2	различия не значимы
Маленький неудачник	0,049	различия значимы

По результатам анализа уровня значимости категорий, статистически значимой категорией при определении уровня адаптивности и гибкости является категория «Маленький неудачник». Это объясняется тем, что родители, которые невысокого мнения о ребенке, по большей части обладают низким уровнем адаптации к изменяющимся условиям.

По результатам диагностики, предназначенной для оценки уровня адаптивности и гибкости, были обнаружены следующие результаты:

Высокий уровень адаптивности и гибкости был обнаружен у 5 семей (25% от числа испытуемых) в группе.

Средний уровень выявлен у 9 семей (45% от числа испытуемых) в группе.

Низкий уровень адаптивности и гибкости выявлен у 6 семей (30% от числа испытуемых) в группе.

В ходе проведения диагностики по методике «Диагностика детско-родительских отношений» авторов А.Я. Варга и В.В. Столина получены результаты, которые представлены в таблице 13.

Таблица 13 – Результаты диагностики по методике «Диагностика детско-родительских отношений»

Уровень коммуникации	Высокий		Средний		Низкий	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	5	25	9	45	6	30

По данным таблицы 13 высокий уровень адаптивности и гибкости имеют 25% испытуемых. Семьи с данным показателем обладают развитой адаптивностью к изменениям, происходящим в жизни, что дает им возможность легко подстраиваться под изменяющиеся условия и оставаться эмоционально стабильными.

Средний уровень адаптивности и гибкости имеют 45% продиагностированных семей, это самый часто встречающийся уровень в исследуемой группе. Семьи, обладающие данным уровнем адаптивности и гибкости в семье, могут адаптироваться к изменениям в жизни, однако испытывают при этом определенные трудности.

Низкий уровень адаптивности и гибкости имеют 30% испытуемых. Семьи, обладающие данным уровнем адаптивности и гибкости, сложно приспосабливаются к возникающим изменениям, склонны ему сопротивляться. Это часто приводит к возникновению стрессовых и тревожных состояний.

Методика «Диагностика тревожности детей и взрослых»

Ю.К. Бабанской и Ю.Л. Лебедевой.

Данная методика направлена на определение уровня тревожности детей и их родителей. Методика представляет собой опросник, отдельно для детей и для родителей, на основании результатов которого можно сделать выводы по актуальному уровню тревожности у испытуемого.

Для получения наиболее точных результатов исследования по данной методике были учтены поведенческие особенности и проведены беседы для понимания контекста сложившейся в семье ситуации.

Для определения уровня тревожности были выбраны три уровня: высокий (67–100%), средний (34–66%), низкий (0–33%).

Итоговые значения по показателям диагностики «Диагностика тревожности детей и взрослых» приведены в таблице 14.

Таблица 14 – Итоговые значения по показателям методики «Диагностика тревожности детей и взрослых»

Показатель	Количество испытуемых	Доля от общего количества испытуемых, %
Высокая частота возникновения тревоги	8	40
Наличие физических реакций на тревогу	7	35
Влияние тревоги на психологическое состояние	9	45
Эффективность методов борьбы с тревогой	7	35

Высокая частота возникновения тревожных состояний имеется у 40% испытуемых, тогда как 60% испытуемых показали низкий и средний уровень частоты тревожных состояний.

С целью определения статистической значимости критериев методики «Диагностика тревожности детей и взрослых» была составлена таблица распределения критериев по итоговым значениям уровня тревожности – таблица 15.

Таблица 15 – Таблица распределения критериев по итоговым значениям уровня тревожности

Критерий	Высокий уровень тревоги (чел)	Средний уровень тревоги (чел)	Низкий уровень тревоги (чел)
Высокая частота возникновения тревоги	7	1	0
Наличие физических реакций на тревогу	5	2	0
Влияние тревоги на психологическое состояние	6	3	0
Эффективность методов борьбы с тревогой	0	2	5

На основании данных, представленных в таблице 15, был проведен анализ значимости категорий для определения уровня тревожности при помощи критерия Фишера с уровнем значимости равным 0,05. Анализ представлен в таблице 16.

Таблица 16 – Определения уровня значимости категорий с применением критерия Фишера

Критерий	Значение p	Интерпретация
Высокая частота возникновения тревоги	0,03	различия значимы
Наличие физических реакций на тревогу	0,05	различия не значимы
Влияние тревоги на психологическое состояние	0,07	различия не значимы
Эффективность методов борьбы с тревогой	0,042	различия значимы

По результатам анализа уровня значимости категорий, статистически значимыми категориями при определении уровня тревожности являются категории «Высокая частота возникновения тревоги» и «Эффективность методов борьбы с тревогой». Эти категории оказали наибольшее влияние на итоговый результат уровня тревожности. Это объясняется тем, что частота тревожных состояний напрямую влияет на общее психологическое состояние

и вызывает стресс, а умение справляться с тревогой значительно облегчает это состояние.

По результатам методики, предназначенной для оценки уровня тревожности, были обнаружены следующие результаты:

Высокий уровень тревожности был обнаружен у 7 семей (35% от числа испытуемых) в группе.

Средний уровень выявлен у 8 семей (40% от числа испытуемых) в группе.

Низкий уровень тревожности выявлен у 5 семей (25% от числа испытуемых) в группе.

В ходе проведения диагностики по методике «Диагностика тревожности детей и взрослых» Ю.К. Бабанской и Ю.Л. Лебедевой получены результаты, которые представлены в таблице 17.

Таблица 17 – Результаты диагностики по методике «Диагностика тревожности детей и взрослых»

Уровень коммуникации	Высокий		Средний		Низкий	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	7	35	8	40	5	25

По данным таблицы 17 высокий уровень тревожности имеют 35% испытуемых. Семьи с данным показателем имеют чрезмерные беспокойства и страхи, имеющие физические проявления. Такой уровень тревожности мешает нормальной жизнедеятельности.

Средний уровень тревожности имеют 40% продиагностированных семей, это самый часто встречающийся уровень в исследуемой группе. Семьи, обладающие данным уровнем тревожности, имеют выраженные беспокойства или страхи, которые влияют на эмоциональное состояние.

Низкий уровень тревожности имеют 25% продиагностированных семей. Этот уровень подразумевает незначительные проявления

тревожности.

Подробное описание методики «Диагностика тревожности детей и взрослых» представлено в приложении А.

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что на констатирующем этапе у большинства испытуемых преобладают средние показатели по всем диагностическим методикам. Однако обнаружены и дети, которым необходима психологическая помощь.

Для проведения формирующего этапа исследования были выбраны 10 детей (экспериментальная группа), с наименьшими показателями по результатам диагностики. По половой принадлежности группу составили 6 мальчиков и 4 девочки. С родителями этих детей была проведена беседа, с целью выявления типа воспитания. По результатам беседы было выявлено, что у 3 детей в семье преобладает попустительский тип воспитания, у 4 детей в семье преобладает авторитарный тип воспитания, 2 детей воспитываются в условиях отчужденного типа воспитания, 1 ребенок воспитывается в условиях гиперопеки. Распределение семей по группам представлено в таблице 18.

Таблица 18 – Показатели исследуемых параметров детско-родительских отношений по группам

Семья №	Показатель уровня эмоциональной связи (%)	Показатель уровня коммуникации (%)	Показатель уровня адаптивности и гибкости (%)	Показатель уровня тревожности (%)
Контрольная группа				
№ 1	83	93	94	58
№ 2	91	85	83	64
№ 3	79	88	71	41
№ 4	75	73	76	38
№ 5	71	77	70	65
№ 6	70	68	65	21
№ 7	69	59	48	10
№ 8	59	61	51	15
№ 9	55	65	35	31
№ 10	48	61	45	30

Продолжение таблицы 18

Семья №	Показатель уровня эмоциональной связи (%)	Показатель уровня коммуникации (%)	Показатель уровня адаптивности и гибкости (%)	Показатель уровня тревожности (%)
Экспериментальная группа				
№ 11	39	35	59	71
№ 12	44	39	48	75
№ 13	40	44	39	83
№ 14	45	47	65	91
№ 15	51	11	12	95
№ 16	50	15	19	68
№ 17	20	14	23	69
№ 18	18	23	30	35
№ 19	12	29	31	44
№ 20	10	32	25	51

Далее был проведен сравнительный анализ выраженности основных исследуемых параметров детско-родительских отношений с использованием t-критерия Стьюдента, представленный в таблице 19.

Таблица 19 – Сравнительный анализ выраженности исследуемых параметров детско-родительских отношений

Показатели методик	Средние значения		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости p	Вывод
	Контрольная группа	Экспериментальная группа			
А уровень эмоциональной связи	70	32,9	5,74	0,0001	статистически значимое различие отсутствует
В уровень семейной коммуникации	73	28,9	7,95	0,0001	статистически значимое различие отсутствует
С уровень адаптивности и гибкости	63,8	35,1	3,87	0,001	статистически значимое различие
Д уровень тревожности	37,3	68,2	-3,58	0.002	статистически значимое различие

По данным сравнительного анализа, можно предположить, что

выявленные различия могут быть связаны с особенностями нервной системы детей или со стилем семейного воспитания, а именно, возможного недостатка внимания и поддержки со стороны родителей.

У семей контрольной группы обнаружены более высокие значения по показателям эмоциональной связи, семейной коммуникации, адаптивности и гибкости. То есть, семьи контрольной группы, по сравнению с семьями из экспериментальной группы, в большей мере обладают такими аспектами детско-родительских отношений, как спокойствие, стабильность, уверенность в своих силах и способностях, социальная смелость, способность открыто общаться, выстраивать взаимоотношения со взрослыми и сверстниками, высокий уровень адаптации при изменении каких-либо условий.

Полагаем, что выявленные особенности могут быть обусловлены меньшей степенью подверженности семей контрольной группы влияниям внешней среды, поскольку они в силу своей решимости, уверенности, эмоциональной стабильности способны решать возникающие трудности. С другой стороны, у этих детей, вероятно, имеется необходимая опора и поддержка в семье, придающая им уверенность в освоении окружающего мира, отношений с людьми.

При этом семьи из контрольной группы обладают более низкими показателями по уровню тревожности, по сравнению с семьями из экспериментальной группы.

Проанализировав имеющиеся различия в параметрах детско-родительских отношениях семей до проведения арт-терапевтической программы, можно отметить, что семьи экспериментальной группы отличаются низким уровнем эмоциональной связи, семейной коммуникации, адаптивности и гибкости. Также у них обнаружены более высокие показатели уровня тревожности.

Исходя из этого, проведение арт-терапевтической работы решено проводить с семьями экспериментальной группы.

С целью гармонизации детско-родительских отношений для родителей были опубликованы просветительские ролики на темы:

- «Типы воспитания и их влияние на развитие ребенка»;
- «Рекомендации по коррекции стиля воспитания»;
- «Методы и приемы арт-терапии для гармонизации детско-родительских отношений».

Основной целью данного этапа, как и всей программы в целом, является проявление эмоций через искусство. В связи с этим на данном этапе были проведены групповые сессии с детьми и их родителями, на которых был предоставлен различный художественный материал: краски, глина, карандаши, фломастеры. Основной задачей проведенных сессий стало выражение собственных чувств и эмоций посредством создания произведения искусства. После чего были проведены групповые обсуждения данных произведений, участники комментировали детали и обсуждали свои чувства в поддерживающей среде.

С данной группой была реализована разработанная программа арт-терапии, направленная на гармонизацию детско-родительских отношений. Для проведения занятий были приглашены родители детей. В ходе проведения арт-терапевтических сессий, проводимых в групповом формате, родителям и детям были предложены различные методики арт-терапии, направленные на гармонизацию детско-родительских отношений.

На заключительном этапе программы участникам было предложено провести самоанализ, поделиться своими успехами, ощущениями и идеями по дальнейшей работе над собой, для поддержания достигнутых результатов и дальнейшего прогресса.

3.2 Анализ эффективности проведенной работы

На этапе формирующего эксперимента в экспериментальной группе была реализована программа по гармонизации детско-родительских отношений посредством арт-терапии.

Применение методов арт-терапии с целью улучшения взаимоотношений между родителями и детьми зарекомендовала себя как достаточно эффективная программа. Для проведения исследования была разработана программа психологической арт-терапии с целью улучшения взаимоотношений между родителями и детьми.

После этого была проведена повторная диагностика таких аспектов, как:

- эмоциональная связь;
- коммуникация;
- адаптивность и гибкость;
- уровень тревожности.

Цель контрольного эксперимента - определить эффективность разработанной ранее программы и просветительской работы с родителями.

В ходе заключительного этапа исследования были поставлены следующие задачи:

- провести повторное обследование по вышеописанным методикам;
- сформулировать выводы об эффективности разработанной программы.

На заключительном этапе исследования была осуществлена повторная диагностика уровня ключевых показателей детско-родительских отношений в группе, которая занималась с родителями арт-терапевтическими сессиями по разработанной программе, с целью определения ее эффективности. Также проведен анализ результатов, полученных в ходе эксперимента.

Результаты повторной диагностики приведены ниже.

Методика «Рисунок семьи» в адаптации Е.Е. Крайгиной.

Методика для определения уровня эмоциональной связи между родителями и детьми «Рисунок семьи» выявила следующие результаты:

Высокий уровень эмоциональной связи выявлен у 3 воспитанников (30% от числа испытуемых) в группе.

Уровень эмоциональной связи выше среднего выявлен у 4 детей (40% от числа испытуемых) в группе.

Средний уровень эмоциональной связи выявлен у 2 детей (20% от числа испытуемых) в группе.

Уровень эмоциональной связи ниже среднего выявлен 1 ребенка (10% от числа испытуемых) в группе. Результаты диагностики представлены в таблице 20.

Таблица 20 – Результаты повторной диагностики по методике «Рисунок семьи»

Уровень эмоциональной связи	Высокий		Выше среднего		Средний		Ниже среднего	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	3	30	4	40	2	20	1	10

Результаты повторной диагностики по методике «Рисунок семьи» позволяют сделать вывод о том, что уровень эмоциональной близости между родителями и детьми в данной группе имеет положительную динамику.

По результатам диагностики в данной методике были выявлены следующие результаты:

Высокий уровень качества семейной коммуникации показали 3 семей (30% от числа испытуемых) в группе.

Средний уровень качества семейной коммуникации показали 5 семей (50% от числа испытуемых) в группе.

Низкий уровень развития уровня качества семейной коммуникации показали 2 семьи (20% от числа испытуемых) в группе.

Результаты диагностики по методике «Ролевые игры» представлены в таблице 21.

Таблица 21 – Результаты повторной диагностики по методике «Ролевые игры»

Уровень коммуникации	Высокий		Средний		Низкий	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	3	30	5	50	2	20

Результаты повторной диагностики по методике «Ролевые игры» отражает повышение открытости и эффективности во внутрисемейной коммуникации между родителями и детьми.

Методика «Диагностика детско-родительских отношений» авторов А.Я. Варга и В.В. Столина.

По результатам диагностики по данной методике, предназначенной для оценки уровня адаптивности и гибкости, были обнаружены следующие результаты:

Высокий уровень адаптивности и гибкости был обнаружен у 4 семей (25% от числа испытуемых) в группе.

Средний уровень выявлен у 6 семей (45% от числа испытуемых) в группе.

Низкий уровень адаптивности и гибкости не выявлен в группе.

В ходе проведения диагностики по методике «детско-родительских отношений» авторов А.Я. Варга и В.В. Столина получены результаты, которые представлены в таблице 22.

Таблица 22 – Результаты повторной диагностики по методике «Диагностика детско-родительских отношений»

Уровень коммуникации	Высокий		Средний		Низкий	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	4	40	6	60	0	0

Результаты повторной диагностики адаптивности и гибкости показал, что низкий уровень адаптивности и гибкости в детско-родительских отношениях отсутствует. Что говорит о положительной динамике данного показателя.

Методика «Диагностика тревожности детей и взрослых» Ю.К. Бабанской и Ю.Л. Лебедевой.

По результатам повторной диагностики по методике, предназначенной для оценки уровня тревожности, были обнаружены следующие результаты:

Высокий уровень тревожности был обнаружен у 2 семей (20% от числа испытуемых) в группе.

Средний уровень выявлен у 3 семей (30% от числа испытуемых) в группе.

Низкий уровень тревожности выявлен у 5 семей (50% от числа испытуемых) в группе.

В ходе проведения повторной диагностики по методике «Диагностика тревожности детей и взрослых» Ю.К. Бабанской и Ю.Л. Лебедевой получены результаты, которые представлены в таблице 23.

Таблица 23 – Результаты повторной диагностики по методике «Диагностика тревожности детей и взрослых»

Уровень коммуникации	Высокий		Средний		Низкий	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
Количество	2	20	3	30	5	50

Результаты повторной диагностики уровня тревожности имеет положительную динамику в сравнении с первичной диагностикой, однако высокий уровень тревожности, все еще диагностирован в двух семьях, что говорит о том, что им следует продолжать психологическую терапию в данной сфере.

Для проведения сравнительного анализа по результатам первичной и повторной диагностики параметров детско-родительских отношений в экспериментально группе составлена таблица 24.

Таблица 24 – Показатели исследуемых параметров детско-родительских отношений первичной и повторной диагностики

Семья №	Показатель уровня эмоциональной связи (%)	Показатель уровня коммуникации (%)	Показатель уровня адаптивности и гибкости (%)	Показатель уровня тревожности (%)
Первичная диагностика				
№ 11	39	35	59	71
№ 12	44	39	48	75
№ 13	40	44	39	83
№ 14	45	47	65	91
№ 15	51	11	12	95
№ 16	50	15	19	68
№ 17	20	14	23	69
№ 18	18	23	30	35
№ 19	12	29	31	44
№ 20	10	32	25	51
Повторная диагностика				
№ 11	96	94	83	70
№ 12	94	89	92	73
№ 13	89	78	79	52
№ 14	78	56	80	48
№ 15	77	60	65	41
№ 16	75	59	60	10
№ 17	79	63	59	11
№ 18	60	67	55	20
№ 19	59	24	68	17
№ 20	29	28	67	14

Далее был проведен сравнительный анализ выраженности основных исследуемых параметров детско-родительских отношений с использованием t-критерия Стьюдента, представленный в таблице 25.

Таблица 25 – Сравнительный анализ выраженности исследуемых параметров детско-родительских отношений

Показатели методик	Средние значения		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости р	Вывод
	Первичная диагностика	Повторная диагностика			
А уровень эмоциональной связи	32,9	73,6	-5,09	0,0001	статистически значимое различие
В уровень семейной коммуникации	28,9	61,8	-3,6	0,001	статистически значимое различие
С уровень адаптивности и гибкости	35,1	70,8	-5,24	0,0001	статистически значимое различие
Д уровень тревожности	68,2	35,6	3,34	0.002	статистически значимое различие

По данным сравнительного анализа, можно сделать вывод о том, что по результатам повторной диагностики показатели эмоциональной связи, уровня семейной коммуникации, адаптивности и гибкости в экспериментальной группе показывают значимую положительную динамику. По показателям уровня тревожности исследуемых семей отмечена отрицательная динамика.

В результате сравнительного анализа обнаружены статистически значимые различия по всем аспектам исследуемых параметров, обладающих положительной динамикой, что говорит о том, что разработанная программа арт-терапии, а также просветительская работа в этом направлении показали эффективность в гармонизации детско-родительских отношений.

По результатам повторной диагностики ключевых показателей детско-родительских отношений можно сделать вывод о том, что большинство детей

показали положительную динамику в основных аспектах, исследуемых при диагностике.

По результатам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что разработанная программа арт-терапевтических занятий и просветительская работа с родителями в данном направлении оказывают благотворное влияние на те аспекты детско-родительских отношений, которые являются формирующими. Анализ полученных результатов показывает, что разработанная программа арт-терапевтических занятий, направленная на гармонизацию отношений между родителями и детьми эффективна и оказывает положительное влияние на детско-родительские отношения.

Заключение

Арт-терапия представляет собой вид терапии, который представляет собой выражение собственных эмоций через тот или иной вид творчества с целью поддержания или достижения психологического комфорта.

Воспитание детей – ответственная работа. Родителю может быть трудно сбалансировать потребности ребенка со своими собственными потребностями. Существует четыре основных типа детско-родительских отношений. Дети, которые растут с надежными, избегающими, амбивалентными и дезорганизованными родителями, имеют разные результаты развития.

Цель эмпирического исследования заключалась в изучении гармонизации детско-родительских отношений через совместное творчество (арт-терапию).

В исследовании приняли участие 20 пар родитель-ребенок старшей группы ДОУ. В группе: 12 мальчиков и 8 девочек. Дети 2018–2019 года рождения.

Исследовательская работа была направлена на изучение следующих аспектов детско-родительских отношений:

- эмоциональная связь;
- коммуникация;
- адаптивность и гибкость;
- уровень тревожности.

Для этого были выбраны следующие методики:

- методика «Рисунок семьи» в адаптации Е.Е. Крайгиной.
- методика «Ролевые игры» в интерпретации Л. Богдановой.
- методика «Диагностика детско-родительских отношений» авторов А.Я. Варга и В.В. Столина.
- методика «Диагностика тревожности детей и взрослых» Ю.К. Бабанской и Ю.Л. Лебедевой.

Для проведения исследования была разработана программа психологической арт-терапии с целью улучшения взаимоотношений между родителями и детьми.

Цель программы заключается в гармонизации основных аспектов детско-родительских отношений, посредством творческой деятельности.

Программа рассчитана на месячную продолжительность для того, чтобы можно было получить значимые изменения в исследуемой области детско-родительских отношений.

Полученные результаты первичной диагностики позволяют сделать вывод, что на констатирующем этапе у большинства испытуемых преобладают средние показатели по всем диагностическим методикам. Однако обнаружены и дети, которым необходима психологическая помощь.

С данной группой была реализована разработанная программа арт-терапии, направленная на гармонизацию детско-родительских отношений. Для проведения занятий были приглашены родители детей. В ходе проведения арт-терапевтических сессий, проводимых в групповом формате, родителям и детям были предложены различные методики арт-терапии, направленные на гармонизацию детско-родительских отношений.

На заключительном этапе исследования была осуществлена повторная диагностика уровня ключевых показателей детско-родительских отношений в группе, которая занималась с родителями арт-терапевтическими сессиями по разработанной программе, с целью определения ее эффективности. Также проведен анализ результатов, полученных в ходе эксперимента.

По результатам повторной диагностики ключевых показателей детско-родительских отношений можно сделать вывод о том, что большинство детей показали положительную динамику в основных аспектах, исследуемых при диагностике.

Список используемой литературы

1. Азарова Л. Н. Формирование эстетически развитой личности методом цветотерапии. Искусство и образование. 2017. № 2. С. 108.
2. Алешина, Ю. Е. Методы семейной терапии. М. : Издательский центр "Академия", 2005. 251 с.
3. Анастаси А. М. Психология. Индивидуальные и различия в поведении. М. : Эксмо-Пресс, Апрель-Пресс, 2001. 725 с.
4. Асильдерова, М. М. Социально-психологическое сопровождение адаптационного периода младших школьников. Учебное пособие. М. : Директмедиа Пабблишинг, 2023. 213 с.
5. Бабанская, Ю. К., Лебедева, Ю. Л. Психология общения и межличностных отношений. М. : Академический проект, 2002. 251 с.
6. Бережковская, Е. Л. Психология развития и возрастная психология. М. : Юрайт, 2023. 358 с.
7. Богданова, Е. Л. Психология стресса и психотерапия. СПб. : Питер, 2009. 251 с.
8. Болотова, А. К. Настольная книга практикующего психолога. М. : Юрайт, 2024. 342 с.
9. Болотова, А. К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. М. : Юрайт, 2024. 342 с.
10. Боуэн, М. Family Therapy in Clinical Practice. N.Y. : Jason Aronson, 1978. 251 p.
11. Варга, А. Я., Столин, В. В. Родительско-детские отношения и их диагностика. М. : Издательство МГУ, 1989. 251 с.
12. Венгер, А. Л., Морозова, Е. И. Клиническая психология развития. М. : Юрайт, 2024. 313 с.
13. Ветренко, С. В. Психология младших школьников. М. : Юрайт, 2024. 117 с.
14. Владимирова, Н. Психология пространства. М., 2007.

15. Воронова, А. А. Арт-терапия для детей и их родителей. Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. 253 с.
16. Выготский, Л. С. Психология развития ребенка. М. : Эксмо-Пресс, 2003. 512 с. (Библиотека всемирной психологии).
17. Гаврилова, Т. В. Методология и методы психолого-педагогических исследований. СПб. : Речь, 2007. 251 с.
18. Гамезо, М. В. Возрастная и психология. Пособие для всех специальностей вузов. М. : Общество России, 2003. 256 с.
19. Гиппенрейтер, Ю. Б. Поведение ребенка в руках родителей. М. : АСТ, 2021. 126 с.
20. Гиппенрейтер, Ю. Б., Рудаков, А. В. Загадки морали дошкольника. М. : АСТ, 2021. 156 с.
21. Гозман, Л. Я., Алешина, Ю. Е. Социально-психологические исследования семьи: проблемы, перспективы // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1985. № 4. С. 10–20.
22. Голод, С. И. Стабильность семьи. М. : Издательство Астрель, 2008. 346 с.
23. Гонина, О. О. Психология дошкольного возраста. М. : Юрайт, 2024. 461 с.
24. Головей, Л. А. Практикум по психологии. Л. А. Головей, Е. СПб. : Речь, 2005. 688 с.
25. Давыдов, В. В. Теория обучения. В. В. Давыдов. М., 2009. 544 с.
26. Данси, Р. Б. Вы первый учитель своего ребенка: методика раннего развития Вальдорфской школы: 0–6 лет. М. : Бомбора: Эксмо, 2023. 445 с.
27. Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. И. Б. Дерманова. СПб., 2002. С. 142–146.
28. Дубровина, И. В., Данилова, Е. Е. Психология. 3-е изд., стереотипное. М. : изд. Академия, 2012. 464 с.

29. Духовская, Х., Кейн, Ф. Family Art Therapy. Cambridge : Brookline Books, 1978. 251 с.
30. Искусство-терапия: [сборник / К. Мартинсоне и др.; под ред. К. Мартинсоне]. СПб. : Речь, 2014. 351 с.
31. Исследование ребенка от рождения до школы. Л. Ф. Обухова. М. : Юрайт, 2023. 276 с.
32. Кабрин, В. И. Психология личности: теории, концепции, исследования. М. : Академический проект, 2011. 251 с.
33. Карабанова, О. А. Возрастная психология: Конспект лекций. М. : Эксмо, 2007. 251 с.
34. Крайгина, Е. Е. Психология общения: Учебное пособие. М. : Гардарики, 2006. 251 с.
35. Кравцова, Е. Е. Проблемы готовности детей к школе. Е. Е. Кравцова. М., 1991. 152 с.
36. Крамер, Э. Art as Therapy with Children. N.Y. : Schocken Books, 1971. 251 p.
37. Лебедева, Л. Д., Никонорова, Ю. В., Тараканова, Н. А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии: [учебное пособие]. 4-е изд., стер. СПб. : Речь, 2013. 332 с.
38. Маслоу, А. Х. A Theory of Human Motivation. Psychological Review, 50(4), 1943. 370-396 p.
39. Минухин, С. Families and Family Therapy. Cambridge : Harvard University Press, 1974. 251 p.
40. Мирау, С. Свободные и любимые: современный подход к воспитанию детей на основе безусловного принятия. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2022. 253 с.
41. Мулкей, Д. The Word and the World: Explorations in the Form of Sociological Analysis. London : Allen & Unwin, 1985. 251 p.

42. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. 5-е изд., стереотип. В. С. Мухина. М. : Центр Академия, 2000.
43. Наумбург, М. Introduction to Art Therapy: Studies of the "Free" Art Expression of Behavior Problem Children and Adolescents as a Means of Diagnosis and Therapy. N.Y. : Teachers College Press, 1950. 251 p.
44. Нортон, Л. Writing a Nursing Research Proposal. Nursing Standard, 19(23), 2004. 42-47 p.
45. Немов, Р. С. Общая психология. Введение в психологию. М. : Юрайт, 2024. 728 с.
46. Немов, Р. С. Общая психология. Познавательные процессы и психические состояния. М. : Юрайт, 2024. 1272 с.
47. Немов, Р. С. Общая психология. Психология личности. М. : Юрайт, 2024. 941 с.
48. Овчарова, Р. В. Практическая психология в начальной школе. М. : ТЦ Сфера, 2002. 240 с.
49. Обозова, О. А. Семейная психология. М. : Издательство МГУ, 1990. 251 с.
50. Орлов, А. Б. Акмеология: личностное и профессиональное развитие человека. М. : Издательство МГУ, 1996. 251 с.
51. Олпорт, Г. У. The Nature of Prejudice. Cambridge : Addison-Wesley, 1954. 251 p.
52. Роджерс, К. Р. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston : Houghton Mifflin, 1961. 251 p.
53. Сатир, В. Conjoint Family Therapy. Palo Alto : Science and Behavior Books, 1964. 251 p.
54. Ульман, Э. Art Therapy: Problems of Definition. Art Psychotherapy, 2(3), 1975. 173-181 p.
55. Фосха, Д. The Transforming Power of Affect: A Model for Accelerated Change. N.Y. : Basic Books, 2000. 251 p.

56. Франкл, В. Э. Man's Search for Meaning. Boston : Beacon Press, 1946. 251 p.
57. Фромм, Э. Escape from Freedom. N.Y. : Farrar & Rinehart, 1941. 251 p.
58. Хорни, К. Д. Our Inner Conflicts: A Constructive Theory of Neurosis. N.Y. : W. W. Norton & Company, 1945. 251 p.
59. Хилл, А. Teaching and Learning: Lessons from Psychology. N.Y. : Psychology Press, 2004. 251 p.
60. Чубрикова, О. Ю. Психология детско-родительских отношений. М. : Форум, 2012. 251 с.
61. Шестернякова, Е. О. Психология отношений в семье. М. : Эксмо, 2003. 251 с.

Приложение А

Методики исследования

Методика «Рисунок семьи» в адаптации Е.Е. Крайгиной

Ребенку дают простой карандаш средней мягкости и стандартный чистый лист бумаги формата А4. Использование каких-либо дополнительных инструментов исключается.

Педагог: «Нарисуй, пожалуйста, свою семью».

Не следует давать какие-то указания или уточнения. На возникающие у ребенка вопросы, такие, как «Кого надо рисовать, а кого не надо?», «Надо нарисовать всех?», «А дедушку рисовать надо?» и т. д., отвечать следует уклончиво, например: «Рисуй так, как тебе хочется».

Наблюдение

Пока ребенок рисует, вы должны ненавязчиво производить наблюдение за ним, отмечая такие моменты, как:

- порядок заполнения свободного пространства;
- порядок появления персонажей рисунка;
- время начала и окончания работы;
- возникновение трудностей при изображении того или иного персонажа или элементов рисунка (чрезмерная сосредоточенность, паузы, заметная медлительность и т. д.);
- время, затраченное на выполнение отдельных персонажей;
- эмоциональный настрой ребенка во время изображения того или иного персонажа рисунка.

По окончании рисунка попросите ребенка подписать или назвать всех изображенных персонажей рисунка. После того как рисунок будет завершен, наступает второй этап исследования – беседа. Беседа должна носить легкий, непринужденный характер, не вызывая у ребенка чувства сопротивления и отчуждения.

Продолжение Приложения А

Методика «Ролевые игры» в интерпретации Т.Л.Богдановой

Методика диагностики детско-родительских отношений через ролевые игры в интерпретации Л. Богдановой представляет собой эффективный способ понимания и анализа взаимодействия между родителями и детьми. Вот инструкция к проведению этой методики:

Подготовка: подготовьте необходимые материалы для проведения игры, такие как ролевые карточки с описанием персонажей, сценарии ситуаций, бланки для записей результатов и т. д.

Определение целей: определите цели и задачи диагностики. Например, это может быть выявление типов взаимодействия между родителями и детьми, выявление проблемных ситуаций или оценка уровня эмпатии и понимания.

Разработка сценариев: разработайте несколько сценариев с различными ситуациями, которые могут возникнуть в детско-родительских отношениях. Эти сценарии должны быть достаточно реалистичными и отражать разнообразные аспекты взаимодействия.

Создание ролей: создайте ролевые карточки для участников, определяя, кто будет играть роль родителя, а кто - роль ребенка. Каждая карточка должна содержать краткое описание персонажа и его характеристики.

Объяснение правил: перед началом игры объясните участникам правила и цели диагностики. Убедитесь, что они понимают, что цель игры - не критика личности, а понимание и анализ типов взаимодействия.

Проведение игры: предложите участникам вжиться в роли персонажей и разыграть сценарии. Обсудите результаты их взаимодействия, выявляя ключевые моменты и аспекты детско-родительских отношений.

Обсуждение и анализ: по окончании игры проведите обсуждение с участниками, анализируя результаты и выявляя сильные и слабые стороны взаимодействия. Подведите итоги, обсудите возможные способы улучшения отношений.

Продолжение Приложения А

Методика «Диагностика детско-родительских отношений» авторов А. Я.

Варга и В.В. Столина

Я всегда сочувствую своему ребенку.	
Я считаю своим долгом знать все, о чем думает мой ребенок.	
Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.	
Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.	
Я испытываю к ребенку чувство симпатии.	
Я уважаю своего ребенка.	
Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.	
Мой ребенок часто мне неприятен.	
Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.	
Бывают случаи, когда недоброе отношение к ребенку приносит ему пользу.	
По отношению к своему ребенку я испытываю досаду.	
Мой ребенок ничего не добьется в жизни.	
Мне кажется, что другие дети потешаются над моим ребенком.	
Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые заслуживают осуждения.	
Мой ребенок отстает в психологическом развитии и для своего возраста выглядит недостаточно развитым.	
Мой ребенок специально ведет себя плохо, чтобы досадить мне.	
Мой ребенок, как губка, впитывает в себя все самое плохое.	
При всем старании моего ребенка трудно научить хорошим манерам.	
Ребенка с детства следует держать в жестких рамках, только тогда из него вырастет хороший человек.	
Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.	
Я всегда принимаю участие в играх и делах ребенка.	
К моему ребенку постоянно «липнет» все дурное.	
Мой ребенок не добьется успехов в жизни.	
Когда в компании говорят о детях, мне становится стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как другие дети.	
Я жалею своего ребенка.	
Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, то они кажутся мне <u>воспитаннее и разумнее</u> , чем мой ребенок.	
Я с удовольствием провожу с ребенком свое свободное время.	
Я часто жалею о том, что мой ребенок взрослеет, и с нежностью вспоминаю то время, когда он был еще совсем маленьким.	
Я часто ловлю себя на том, что с неприязнью и враждебно отношусь к ребенку.	

Продолжение Приложения А

Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг того, что лично мне не удалось в жизни.	
Родители должны не только требовать от ребенка, но и сами приспосабливаться к нему, относиться к нему с уважением, как к личности.	
Я стараюсь выполнять все просьбы и пожелания моего ребенка.	
При принятии решений в семье следует учитывать мнение ребенка.	
Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.	
Я часто признаю, что в своих требованиях и претензиях ребенок по-своему прав.	
Дети рано узнают о том, что родители могут ошибаться.	
Я всегда считаюсь с ребенком.	
Я испытываю дружеские чувства по отношению к ребенку.	
Основная причина капризов моего ребенка – это эгоизм, лень и упрямство.	
Если проводить отпуск с ребенком, то невозможно нормально отдохнуть.	
Самое главное – чтобы у ребенка было спокойное, беззаботное детство.	
Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.	
Я разделяю увлечения моего ребенка.	
Мой ребенок кого угодно может вывести из себя.	
Огорчения моего ребенка мне всегда близки и понятны.	
Мой ребенок часто меня раздражает.	
Воспитание ребенка – это сплошная нервотрепка.	
Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.	
Я не доверяю своему ребенку.	
За строгое воспитание дети потом благодарят своих родителей.	
Иногда мне кажется, что я ненавижу своего ребенка.	
В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.	
Мне близки интересы моего ребенка, я их разделяю.	
Мой ребенок не в состоянии сделать что-либо самостоятельно, и если он это делает, то обязательно получается не так, как нужно.	
Мой ребенок вырастет не приспособленным к жизни.	
Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.	
Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребенка.	
Я восхищаюсь своим ребенком.	
Ребенок не должен иметь секретов от родителей.	
Я невысокого мнения о способностях моего ребенка и не скрываю этого от него.	
Ребенок должен дружить с теми детьми, которые нравятся его родителям.	

Уровень адаптивности и гибкости оценивается как _____

Продолжение Приложения А

Методика «Диагностика тревожности детей и взрослых» Ю. К. Бабанской и
Ю. Л. Лебедевой

Список вопросов для диагностики тревожности у взрослых:

1. Как часто вы чувствуете себя беспокойным или тревожным?
2. Как долго длится ваше состояние тревоги в течение дня?
3. Есть ли конкретные ситуации или события, которые вызывают у вас тревожность?
4. Каковы ваши физические симптомы тревоги (например, сердцебиение, потливость, дрожь)?
5. Каковы ваши эмоциональные реакции на тревожные ситуации (например, страх, беспокойство, раздражение)?
6. Как тревожность влияет на ваш сон и аппетит?
7. Существует ли у вас неприятные мысли или предчувствия о будущем?
8. Как вы справляетесь с тревожными ситуациями (например, использование стратегий саморегуляции, общение с близкими)?
9. Как долго вы испытываете тревожность после того, как ситуация, вызвавшая ее, завершается?
10. Влияет ли тревожность на вашу работоспособность и повседневные дела?
11. Считаете ли вы свой уровень тревожности нормальным для вас или он является проблемой, требующей вмешательства?
12. Как часто вы обращаетесь за помощью или поддержкой в связи с вашей тревожностью?

Продолжение Приложения А

Список вопросов для диагностики тревожности у детей:

1. Как часто ты чувствуешь себя взволнованным или беспокойным?
2. Бывает ли у тебя плохое настроение без видимой причины?
3. Что ты чувствуешь, когда ты волнуешься или тревожишься?
4. Какие ситуации или события делают тебя наиболее тревожным?
5. Как ты реагируешь на тревожные ситуации (например, плач, крик, трудности с концентрацией)?
6. Есть ли что-то, что помогает тебе справиться с тревожностью (например, общение с другом, игры, рисование)?
7. Бывают ли у тебя неприятные сны или кошмары?
8. Есть ли у тебя физические симптомы тревожности (например, боли в животе, головная боль, сонливость)?
9. Как часто ты думаешь о том, что что-то плохое может случиться?
10. Как ты себя чувствуешь после того, как ситуация, вызвавшая тревогу, заканчивается?
11. Есть ли что-то, что ты хотел бы сделать или изменить, чтобы чувствовать себя менее тревожным?
12. Бывает ли у тебя желание поговорить о своих чувствах и беспокойствах с кем-то?