

**Шкирман Роза Сергеевна**

студентка

**Смирнова Светлана Викторовна**

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Амурский государственный университет»

г. Благовещенск, Амурская область

## **ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ ДЕТСКОЙ МЯГКОЙ ШКОЛЫ В ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЯХ**

*Аннотация:* в данной статье представлена информация об исследование эффективности психокоррекционной программы Детской Мягкой Школы в детско-родительских отношениях. Для доказательства эффективности использовалась диагностическая программа и Т-критерия Вилкоксона, с помощью которого была проведена обработка полученных данных и было выявлено, что психокоррекционная программа оптимизирует качество детско-родительских отношений.

*Ключевые слова:* детско-родительские отношения, телесно-ориентированная терапия, Детская Мягкая Школа, диагностическая программа, психокоррекционная программа, критерий Вилкоксона.

Проблематика детско-родительских отношений остается неизменно острой на протяжении всего развития психологической науки и практики. В зарубежной психологической литературе большое внимание данной проблеме уделялось в русле психоаналитического и гуманистического направления. В отечественной психологии эта проблематика рассматривалась Л.И. Божович, А.И. Захаровым, А.Я. Варгой, В.В. Столиным и т. д. И все они приходили к мнению, что родительское отношение предопределяет развитие ребенка, его отношение к себе, родителям и окружающим людям и влияет на формировании его эмоциональной и личностной сфер. Выбираемое отношения к ребенку зависит от значения, кото-

рое родитель придает миру и самому себе, от его целей, направленности устремлений и тех подходов, которые он использует при решении жизненных вопросов. Неадекватное родительское отношение оказывает неблагоприятное влияние на психологическое здоровье ребенка [3, с. 175].

Широкое распространение получили различные направления помощи родителям по организации оптимального взаимодействия с ребёнком. Одним из таких направлений является телесно-ориентированная терапия, как одна из самых современных и эффективных в психологической практике. Главное ее отличие заключается в том, что привычная психологическая работа дополняется работой с телом человека, а это является особенно важным, когда речь идет о коррекции детско-родительских отношений [1, с. 76].

В настоящее время недостаточно разработаны теоретические аспекты использование телесно-ориентированной терапии у детей. Хотя следует отметить, что отдельные методы, с успехом применяются в детской практике. Одним из таких методов является система Детской Мягкой Школы, разработанная Э.Л. Глушковой и направленная на освоение культуры движения, гармоничное развитие личности, улучшение взаимопонимания между родителем и ребенком.

Основными принципами системы Детской Мягкой Школы являются позитивное мышление, игра, ситуативный подход, работа в паре, безопасность, единство тела и психики, постепенность и последовательность, индивидуальный подход, динамическое расслабление, диалог, идем туда, где сложно, интеграция родителей в мир детства и малышей в социум, учить тому, что умеешь сам. Основным инструментом являются физические упражнения, построенные на основе этих принципов. Условно их можно разделить на пять групп: акробатика, толкание, заломы и выкручивания, прилипание, выползание. Главное условие для полноценной работы – дети занимаются вместе с родителями. Такие занятия восстанавливают зачастую сильно ослабленную внутреннюю связь между родителями и детьми [2, с. 25].

Занятие Э.Л. Глушковой проводятся в Москве уже более 25 лет, в Благовещенске психологами более 8 лет. Однако в российской практике исследование эффективности занятий Детской Мягкой Школы как метода коррекции детско-родительских отношений не проводилось.

Исследование проводилось на базе клуба фитнеса и красоты «Спарт» по адресу: ул. 50 лет Октября 27. В клубе оборудовано специальное помещение с инвентарем: гимнастические маты и мячи, шары от сухого бассейна, мягкие подушки и Bosu-сфера. Выборка состояла из 14 пар: мать и ребенок. В констатирующем эксперименте принимали участие 14 матерей в возрасте от 25–35 лет. В формирующем эксперименте 14 пар: мать и ребенок в возрасте от 1,5–4 лет.

Исследование проходило в четыре этапа. На первом этапе проведен констатирующий эксперимент I порядка для изучения детско-родительских отношений в общей выборке. Он включал разработку и проведение диагностической программы: методика PARI Е.С. Шефера, Р.К. Белла и опросник «Взаимодействие родителя с ребенком» И.М. Марковской. На основании результатов проведенной диагностической программы, с помощью метода рандомизации были скомплектованы контрольная и экспериментальная группы по 7 испытуемых

На втором этапе проведен формирующий эксперимент в экспериментальной группе, включающий апробирования психокоррекционной программы Детской Мягкой Школы, направленной на оптимизацию детско-родительских отношений. Она состояла из трех взрослых занятий и двенадцать детско-родительских, которые проводились два раза в неделю. На третьем этапе после двух месяцев был проведен констатирующий эксперимент II порядка в экспериментальной и контрольной группе, с помощью той же диагностической программы. На четвертом этапе анализировались и интерпретировались результаты исследования.

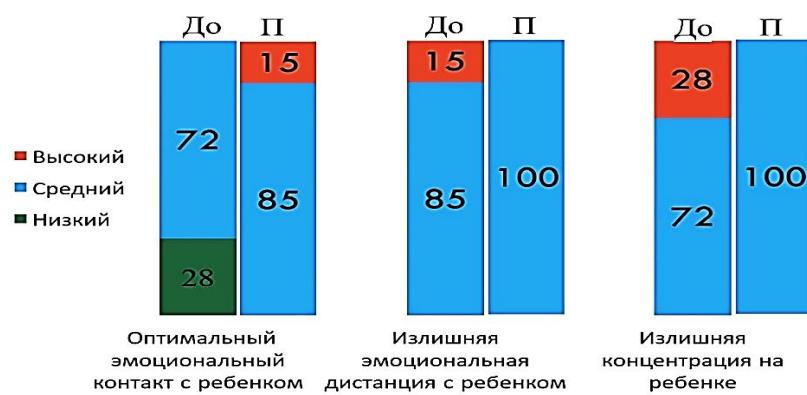


Рис. 1. Тип детско-родительских отношений в экспериментальной группе

Анализ результатов методики PARI Е.С. Шефера и Р.К. Белла показал, что что после проведения психокоррекционной программы в экспериментальной группе уменьшилось количество испытуемых с высоким показателем по типам излишняя эмоциональная дистанция на 15%, излишняя концентрация на ребёнке на 28%, с низким показателем по типу оптимального эмоционального контакта на 28%. Можно предположить, что между родителем и ребенком улучшились партнерские отношения. Ему предоставляется самостоятельность, поощряется инициативность и активность. Родители внимательнее стали к эмоциональным проявлениям ребенка (рис. 1). В контрольной группе анализ результатов показал, что после двух месяцев количество испытуемых с показателем, находящимся в норме, по 3 типам детско-родительских отношений не изменился.

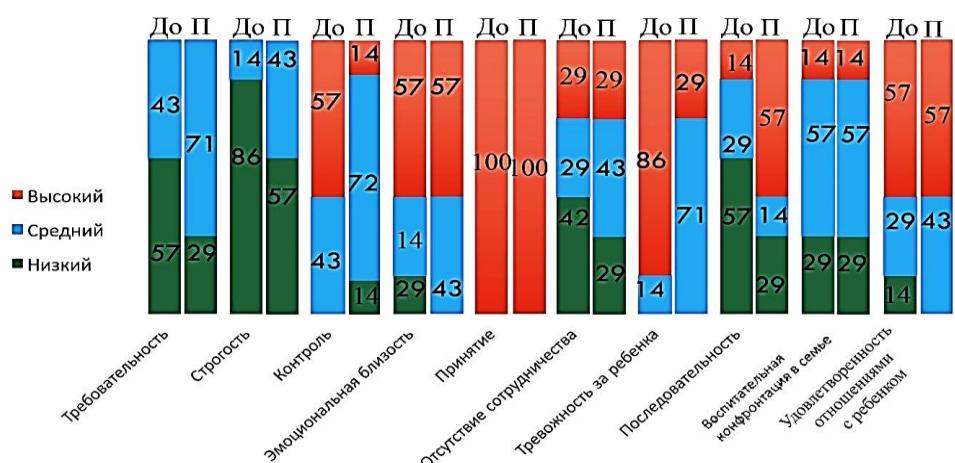


Рис. 2. Особенности взаимодействия родителя с ребенком в экспериментальной группе

Анализируя результаты опросника «Взаимодействие родителя с ребенком» можно сделать вывод, что в экспериментальной группе после проведения психокоррекционной программы уменьшалось количество испытуемых с высоким показателем по шкалам контроль на 43% и тревожность за ребенка на 57%, с низким показателем по шкалам требовательность на 28%, строгость на 29%, отсутствие сотрудничества на 13%, последовательность на 28%, эмоциональная близость на 29% и удовлетворенность отношениями с ребенком на 14%. Можно предположить, что у родителей снизилось контролирующее поведение, тревожность по отношению к ребенку и стремление оградить его от жизненных трудностей. Они стали более последовательны и постоянны в своих требованиях к ребенку и внимательнее к личностным и поведенческим его проявлениям (рис. 2). В контрольной группе анализ результатов показал, что после двух месяцев количество испытуемых с высоким, низким и среднем показателем по шкалам, представленным в диаграмме практически не изменился.

Чтобы убедиться, что изменения были неслучайными в экспериментальной группе после проведения психокоррекционной программы и отсутствовали в контрольной группе после двух месяцев, использовался Т – критерий Вилкоксона.

Были выдвинуты две гипотезы:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении и тенденцию сохранения их на прежнем уровне.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении и тенденцию сохранения их на прежнем уровне.

С помощью Т-критерия Вилкоксона была проведена обработка полученных данных. Проанализировав результатов исследования детско-родительских отношений в экспериментальной группе, получим  $T_{эмп} = 1$ . Критические значения Т при  $n = 7$  следующие:  $0,01 = 0$ ;  $0,05 = 3$ . Сравниваем  $T_{эмп}$ . и  $T_{крит.}$  получаем

Тэмп.  $\leq$  Ткрит, следовательно сдвиг в типичную сторону по интенсивности преобладает, а значит гипотеза  $H_0$  отвергается, а гипотеза  $H_1$  принимается. Таким образом результаты исследования изменились, психокоррекционная программа имела результаты.

Проанализировав результатов исследования детско-родительских отношений в контрольной группе, получим Тэмп = 7. Критические значения Т при  $n = 7$  следующие:  $0,01 = 0$ ;  $0,05 = 3$ . Сравниваем Тэмп. и Ткрит., получаем Тэмп.  $\geq$  Ткрит. значит сдвиг в типичную сторону по интенсивности не преобладает. Следовательно, гипотеза  $H_1$  отвергается, а гипотеза  $H_0$  принимается. Таким образом после двух месяцев результаты исследования не изменились в контрольной группе.

По результатам диагностической программы и статистического критерия Вилкоксона было доказано, что психокоррекционная программа Детской Мягкой Школы оптимизирует качество детско-родительских отношений. После ее проведения в экспериментальной группе снизилась излишняя эмоциональная дистанция с ребенком, излишняя концентрация на ребенке, повысился оптимальный эмоциональный контакт. Родители стали более последовательны и постоянны в своих требованиях к ребенку и внимательнее к личностным и поведенческим его проявлениям. Также снизилось контролирующее поведение, тревожность по отношению к ребенку. В контрольной группе после двух месяцев изменения не произошли.

### ***Список литературы***

1. Басков В.Ю. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии. – М.: ИОИ, 2006. – 165 с.
2. Глушкова Э.Л. Детская Мягкая Школа. – М.: Дрофа, 2009. – 65 с.
3. Ковалёв А.Г. Психология семейного воспитания. – М.: Проспект, 2006. – 354 с.