**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО**

**АВТОНОМНОГО ОКРУГА - ЮГРЫ**

**СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Факультет психологии и педагогики

Кафедра психологии

**ДИПЛОМНАЯ РАБОТА**

**Взаимосвязь копинг-стратегий младших школьников с детско-родительскими отношениями**

Исполнитель: Санникова Е.А.,

студентка группы 0991

Научный руководитель:

Бортникова Л.Г.

**Сургут 2014**

**Содержание**

Введение

Глава 1. Теоретические обоснование взаимосвязи копинг-стратегий младших школьников и особенностей типов детско-родительских отношений

.1 Особенности копинг-стратегий в младшем школьном возрасте

.2 Взаимосвязь копинг-стратегий младших школьников и типов детско-родительских отношений

# Глава 2. Экспериментальное изучение особенностей копинг-стратегий младших школьников с учетом типа детско-родительских отношений

# .1 Методы и методики исследования

# .2 Анализ результатов исследования

# Заключение

Список литературы

Приложение

**Введение**

**Актуальность.** На современном этапе развития общества проблема формирования социально-психологической адаптации детей - одна из наиболее актуальных. Умение справляться с трудными ситуациями, вырабатывая при этом широкий набор конструктивных способов преодоления стресса является важным показателем уровня развития личности.

Влияние родителей на развитие ребенка очень велико. Дети, растущие в атмосфере любви и понимания, имеют меньше проблем, связанных со здоровьем, трудностей с обучением в школе, общением со сверстниками, и наоборот, как правило, нарушение детско-родительских отношений ведет к формированию различных психологических проблем и комплексов.

Для маленького ребёнка семья - это целый мир, в котором он живёт, действует, делает открытия, учится любить, ненавидеть, радоваться, сочувствовать. Будучи её членом, ребёнок вступает в определённые отношения с родителями, которые могут оказывать на него как положительное, так и негативное влияние.

Эффективность адаптации человека к требованиям трудной, экстремальной ситуации (действительной или воображаемой), отражено в понятии coping behavior (преодоление, совладание), под которым понимают активные, преимущественно сознательные усилия личности, предпринимаемые в ситуации угрозы и направленные на овладение трудной ситуацией. Копинг позволяет человеку обеспечивать поддержание, укрепление здоровья и благополучия, а может способствовать их разрушению.

Стратегиям копинг-поведения ребенок овладевает, взаимодействуя с взрослыми и детьми, в первую очередь, в семье, а затем и в социуме.

Каким образом, ребенок усваивает тот или иной способ совладания и какие факторы влияют на его выбор - является предметом научного интереса в последнее время (W. Kliewer, 1991; Н.А.Сирота, 1994; Н.Ф. Михайлова, 1998; Г.Сапоровская, Е.В. Куфтяк, 2005; И.М. Никольская, P.M. Грановская, 2006;.B. Петунс, 2006; H.A. Агеева, С.А. Долженков, Т.А. Осипович, A.BКиселева, 2007; И.В. Борисова, 2007 и др.)

Однако большинство исследователей не рассматривает формирование копинг-поведения у детей в соответствии с динамикой их возрастного развития, а ограничивается его изучением только в определенном возрасте, либо в целом - охватывая слишком большой возрастной период. Такой подход дает лишь общие или фрагментарные представления, не позволяя осуществить, с одной стороны, более точной половозрастной дифференциации в изучении механизмов копинг-поведения, а с другой стороны, оценить влияние предикторов - всю совокупность внутренних и внешних (средовых) факторов этого процесса.

Исходя из вышеизложенного основная **цель** даннойработы - выявить, теоретически подтвердить и эмпирически доказать взаимосвязь копинг-стратегий младших школьников с детско-родительскими отношениями.

Исходя из общей цели исследования основными **задачами** стали:

) теоретически обосновать сущность понятий детско-родительские отношения, копинг-стратегии, определить взаимосвязь.

) изучить типы детско-родительских отношений.

) экспериментально изучить копинг-стратегии детей младшего школьного возраста.

) изучить взаимосвязь копинг-стратегий и детско-родительских отношений младших школьников.

**Объект исследования -** копинг-стратегии младших школьников.

**Предмет исследования -** взаимосвязь копинг-стратегий младших школьников с особенностями типов детско-родительских отношений.

**Гипотеза:** копинг-стратегии младших школьников обусловлены тпиом детско-родительских отношений:

у младших школьников в семьях с детско-родительскими отношениями по типу симбиоз, ведущими копинг-стратегиями являются «обнимаю, прижимаю, глажу» и «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным».

у младших школьников из семей с детско-родительскими отношениями по типу кооперация, наиболее используемыми копинг-стратегиями, как и по типу симбиоз, выступают «обнимаю, прижимаю, глажу» и «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» так же с целью защиты используют, «прощу прощения, говорю правду», «смотрю телевизор, слушаю музыку», «мечтаю, представляю себе что-нибудь».

у младших школьников из семей с детско-родительскими отношениями по типу авторитарная гиперсоциализация, ведущей копинг-стратегией является «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» далее, по снижению значимости следует - «прощу прощения, говорю правду», «смотрю телевизор, слушаю музыку», «рисую, пишу, читаю».

у младших школьников из семей с детско-родительскими отношениями по типу маленький неудачник: «обнимаю, прижимаю, глажу» и «прощу прощения, говорю правду», «смотрю телевизор, слушаю музыку», «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным», «рисую, пишу, читаю».

**Теоретической и методологической основой** послужили: транзакционная теория стресса и копинга Р. Лазаруса, С. Фолькмана; психоаналитические теории З. Фрейда, А. Фрейд, А. Маслоу; теория жизненного цикла развития человека Э. Эриксона; теория психологии отношений В.М. Мясищева; теоретические положения о социальной природе психики Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна; работы о развитии стресса и противодействия ему В.А. Бодрова, Л.И. Анциферовой, Р.М. Грановской, Н.А.Сирота, В.А. Ялтонского, У. Баумана и др.; А.Я. Варга, Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкого, и др.

**Методы исследования:** теоретический анализ проблемы исследования, эмпирические методы: рисуночный тест Кинетический рисунок семьи (Р. Бернс и С. Коуфман), методика Неоконченные предложения, тест-опросник родительского отношения (А. Я. Варга, В. В. Столин), опросник копинг-стратегий школьного возраста (И.М.Никольская, Р.М.Грановская, методы обработки данных - количественный (статистические методы) и качественный (контент-анализ).

**Практическая значимость** определяется возможностью широкого применения полученных в исследовании результатов и выводов для психолого-педагогической работы с детьми (младшего школьного возраста).

**Структура и объем работы**. Работа состоит из введения, двух глав, списка использованной литературы и приложения.

**Глава 1. Теоретические аспекты исследования копинг-стратегий младших школьников и особенностей типов детско-родительских отношений**

**1.1 Особенности копинг-стратегий в младшем школьном возрасте**

Когда человек попадает в ситуацию стресса, адаптация может проходить с использованием психологической защиты или копинговых механизмов. Следует различать механизмы психологической защиты и копинговые стратегии (или совладающее поведение). В 1960-х новое научное течение, первоначально относящееся к сфере изучения защитных механизмов, получило название исследования копинга или в русском переводе Л.И. Анциферовой - совладающего поведения. Проблема психологического совладания со стрессом, наряду с многочисленными исследованиями в мировой психологической науке (R.S. Lazarus, 1980,1986; R.S. Lazarus, S. Folkman, 1984; N.S. Endler, J.D.A. Parker, 1990), с 90-х годов стала сферой научных интересов российских ученых (Л.А. Китаев-Смык, 1983, Л.И. Анцыферова, 1994, В.М. Ялтонский, 1995, Н.Ф. Михайлова, 1998, P.M. Грановская, И.М. Никольская, 2000, Т.Л. Крюкова, 2001, М.В. Сапоровская, 2002, Е.В. Куфтяк, 2003, О.Б. Подобина, 2004, Е.А. Белан, 2004). Психологическую защиту и копинг-стратегии рассматривают как важнейшие формы адаптационных процессов и реагирования личности на стрессовые ситуации.

Понятие «копинг» ввел в активное использование Р. Лазарус. Он писал, что копинг - это стремление к решению проблемы, которое предпринимает индивид, если требования среды имеют огромное значение для его хорошего самочувствия (как в ситуации, связанной с опасностью, так и в ситуации направленной на большой успех), поскольку эти требования активируют адаптивные возможности. Выбор эффективной копинговой стратегии влияет на успешность поведения личности в стрессовой ситуации. На умении эффективно строить свое поведение базируется сохранение целостности личности и ее дальнейшее позитивное развитие.

Термин «психологическая защита» был введен З.Фрейдом и изначально подразумевал под собой процесс вытеснения из сознательного в бессознательное. В дальнейшем работы психоаналитиков привели их к тому, что механизмы психологической защиты - это неосознаваемый психический процесс, направленный на минимизацию отрицательных переживаний.

По своему содержанию понятие копинга близко к понятию психологической защиты. Действительно, если происходит стрессовое событие, человек реагирует на него либо подсознательно, либо потенциально осознанными целенаправленными адаптивными действиями. Поскольку понятия копинг-стратегий и защитных механизмов личности развивались в рамках разных психологических традиций, немаловажен вопрос об их взаимосвязи и различиях.

П.Крамер [Cramer, 1998] выделяет два основных критерия, отличающих копинг-стратегии и защитные механизмы: осознанный / бессознательный характер и произвольная / непроизвольная природа процессов. Впоследствии был предложен еще один критерий: направленность на искажение / пересмотр состояния [Miceli, Castelfranchi, 2001].

Для разграничения автоматизмов психологической защиты и осознанных стратегий совладания В. А. Ташлыков предлагает следующую схему анализа [60]:

 инерционность. Механизмы психологической защиты не приспособлены к требованиям ситуации и являются ригидными. Техники сознательного самоконтроля являются пластичными и приспособлены к ситуации.

 непосредственный и отложенный эффекты. Механизмы психологической защиты стремятся к возможно более быстрому уменьшению возникшего эмоционального напряжения. При использовании сознательного самоконтроля человек может многое вытерпеть и даже доставляет себе иногда мучения

 тактический и стратегический эффекты. Механизмы психологической защиты близоруки, создают возможность только разового снижения напряжения (принцип действия - здесь и сейчас), тогда как стратегии совладания рассчитаны на перспективу.

 разная мера объективности восприятия ситуации. Механизмы психологической защиты приводят к искажению восприятия действительности и самого себя. Механизмы самоконтроля связаны с реалистическим восприятием, а также со способностью к объективному отношению к самому себе.

Таким образом, несмотря на близость сравниваемых понятий, их можно разделить. Кроме указанных критериев различения, надо отметить принципиальную возможность обучения совладанию - применению осознанных стратегий за счет овладения определенной последовательностью действий, которая может быть описана и воспринята человеком [69]. Опираясь на вышеуказанные исследования, а также определения, мы делаем вывод,что различие между механизмами защиты и копингами видится в разной степени их осознанности, рефлексивности, целенаправленности, подконтрольности, активности во взаимодействии с реальностью.

Далее мы рассмотрим взаимосвязь понятий совладание и копинг. Рассмотрим классификацию копинг-стратегий, ознакомимся с такими понятиями как: копинг-стратегии (копинговые действия), копинг поведение.

Совладание (англ.coping) - психические процессы и поведение, направленные на преодоление и переживание стрессовых ситуаций, особенно психосоциального характера. (психологический словарь)

Копинг - стратегии (состоят из копинговых действий) - это те приемы и способы, с помощью которых и происходит процесс совладания. (С.Фолкман, Р.С.Лазарус)

Копинг-поведение - является целенаправленным поведением и позволяет человеку справиться со стрессом адекватными личностным особенностям и ситуации способами через осознанные стратегии действий, которые либо адаптируют к требованиям ситуации, либо помогают преобразовать ее. (Т.Л.Крюкова)

Опираясь на определения, мы видим, что понятия копинг и совладание синнонимичны. В своей работе мы употребляем как и понятие копинг, так и совладание, так как они тождественны.

Копинг-стратегии - широкое понятие с длинной и сложной историей. Впервые термин «копиг» появился в психологической литературе в 1962 году; Л. Мэрфи применил его, изучая, каким образом дети преодолевают кризисы развития. Четыре года спустя, в 1966 году Р. Лазарус в своей книге «Psychological Stress and Coping Process» («Психологический стресс и процесс совладания с ним») обратился к копингу для описания осознанных стратегий совладания со стрессом и с другими порождающими тревогу событиями.временем понятие «копинг» стало включать в себя реакцию не только на «чрезмерные или превышающие ресурсы человека требования», но и на каждодневные стрессовые ситуации. Содержание копинга при этом осталось тем же: копинг - это то, что делает человек, чтобы справиться со стрессом: он объединяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии, которые используются, чтобы справиться с запросами обыденной жизни. Мысли, чувства и действия образуют копинг-стратегии, которые используются в различной степени в определенных обстоятельствах.

Поскольку интерес к копинг-стратегиям возник в психологии относительно недавно и из-за сложности самого феномена совладания с трудностями, исследователи ещё не пришли к одной единой классификации копинг-поведения. Работы по копинг-стратегиям пока ещё являются достаточно разрозненными, поэтому чуть ли не каждый новый исследователь при изучении проблематики копингового поведения предлагает свою собственную классификацию. При этом, чтобы хоть как-то систематизировать имеющиеся подходы к копинг-стратегиям, уже прилагаются усилия по классификации самих классификаций.

)Проблемно-фокусированные/эмоционально-фокусированные копинг-стратегии

Исследователи, первые использовавшие понятие копинга в психологии, предложили и первую классификацию копинг-стратегий. Лазарус и Фолкман предложили дихотомическую классификацию копинг-стратегий, выделив их следующую направленность:

• проблемно-фокусированные стратегии (11 копинговых действий);

• эмоционально-фокусированные стратегии (62 копинговых действия) [Losoya et al., 1998].

Другими исследователями предлагались похожие классификации копинг-стратегий. Так, например, Моос и Шеффер [Moos, Shaefer, 1986] выделяют три копинг - стратегии:

• сфокусированная на оценке (установление для себя значения ситуации);

• сфокусированная на проблеме (принятие решений и совершение конкретных действий для преодоления стресса);

• сфокусированная на эмоциях (управление чувствами и поддержание эмоционального равновесия).

Перлин и Шулер [Pearlin, Schooler., 1976] предлагают аналогичную предложенной Моосом и Шеффером классификацию, выделяя в ней три следующих копинг - стратегии:

• стратегия изменения способа видения проблемы;

• стратегия изменения проблемы;

• стратегия управления эмоциональным дистрессом [Муздыбаев, 1998].

Эти две классификации практически повторяют классификацию Лазаруса и Фолкмана. При этом Моос и Шеффер и, соответственно, Перлин и Шулер выделяют в стратегии «фокусировка на проблеме» действия двух типов: когнитивные («фокусировка на оценке» и «изменение способа видения проблемы», соответственно) и поведенческие («фокусировка на проблеме» и «стратегия изменения проблемы», соответственно).

Многие из классификаций копинг-стратегий, возникавшие вслед за классификацией Лазаруса и Фолкмана, составлялись в той же традиции, предлагая дихотическое разделение копинг-стратегий по принципу «работа с проблемой» / «работа с отношением к проблеме». Таким образом, многие классификации копинг-стратегий, в основном, сводятся к различению между активными, фокусированными на проблеме усилиями справиться с внешними запросами проблемы против более интроспективных усилий переформулировать или когнитивно переоценить проблему так, что она лучше соответствует внешним требованиям. [Berg et al., 1998]

)Когнитивные / поведенческие / эмоциональные копинг-стратегии

Кроме того, некоторые исследователи предлагают классификации, в которых копинг-стратегии различаются в зависимости от типов процессов (эмоциональных, поведенческих, когнитивных), лежащих в их основе. Так, Никольская и Грановская выделяют три больших группы копинг-стратегии, проходящих на следующих уровнях: поведение, эмоциональная проработка подавленного и познание.

 Поведение. Разнообразные поведенческие стратегии снятия очага напряженности, обусловленного внешними и внутренними факторами.

 Эмоциональная проработка подавленного. Эмоциональная проработка с целью снятия очага напряжения или с целью поиска социальной поддержки.

 Познание. Стратегии, позволяющие нейтрализовать напряженность стресса через изменение субъективной оценки ситуации и соответствующее изменение уровня ее контроля.

Есть и классификации, имеющие дело только с одним типом процессов. Так, например, Коплик рассматривая чисто когнитивные копинг-стратегии, предлагает дихотическую классификацию: стратегия поиска информации и стратегия закрытости для информации. Напротив, Виталиано выделяет три способа эмоционально-ориентированного преодоления: самообвинение, избегание и предпочтительное истолкование [цит. по Нартова-Бочавер]. Другая теория [Fabes, Eisenberg & Eisenbud, 1993] также выделяет три вида эмоционального совладания, но в основе этой классификации лежит не тип демонстрируемой реакции, а то, на что направлены действия по совладанию: на регуляцию внутренней (переживаемой) эмоции; регуляцию поведения, связанного с переживанием эмоции; регуляцию контекста, вызывающего эмоцию [цит. по Losoya, 1998].

)Эффективные / неэффективные копинг-стратегии

В то же время, некоторые исследователи пришли к тому, что стратегии лучше всего сгруппировать в копинговые стили, представляющие собой функциональные и дисфункциональные аспекты копинга. Функциональные стили представляют собой прямые попытки справиться с проблемой, с помощью других или без неё, в то время как дисфункциональные стили связаны с использованием непродуктивных стратегий. В литературе принято называть дисфункциональные копинг-стили «избегающим копингом».

Фрайденбер предлагает классификацию, в которой 18 стратегий сгруппированы в три категории;

• обращение к другим (обращение к другим за поддержкой, будь это сверстники, родители или кто-то ещё;

• непродуктивный копинг (стратегии избегания, которые связаны с неспособностью справиться с ситуацией);

• продуктивный копинг (работать над проблемой, сохраняя оптимизм, социальную связь с другими и тонус).

Как видно, копинг-стратегия в категории «Обращение к другим» стоит особняком от категорий «эффективного» и «неэффективного» копинга. Таким образом, несмотря на то, что данная классификация основана на измерении «эффективности / неэффективности», исследователями здесь все же предпринята попытка выделить ещё одно измерение - «социальная активность», которое с точки зрения исследователей не может однозначно оцениваться как продуктивное или непродуктивное.

На сегодняшний день проблематика копинг-стратегий активно исследуется в самых разных сферах и на примере самых разных типов деятельности. Серьёзное внимание уделяется изучению связи копинг-стратегий, которые применяет индивид, с его эмоциональным состоянием, успешностью в социальной сфере и т. д. При этом копинг-стратегии оцениваются с точки зрения их эффективности / неэффективности, а за критерий эффективности принимается понижение чувства уязвимости к стрессам.

Такие стратегии, как поиск социальной поддержки, агрессивный копинг (например, вербальная/физическая агрессия для того, чтобы решить проблему или выразить чувства), отрицание также, похоже, связаны с компетентностью и способностью к адаптации. В пользу эффективности стратегии «поиск социальной поддержки» свидетельствуют и данные, полученные в других исследованиях.

Экспериментальные исследования предоставляют различные данные относительно того, как оценивать такую стратегию, как избегающий копинг (избегание стрессовых мыслей или ситуаций на поведенческом и когнитивном уровне). Возможно, что избегающий копинг положительно связан с социальной успешностью в том случае, когда стрессовая ситуация является неконтролируемой и когда избегание помогает предотвратить разрастание негативной ситуации. Кроме того, исследователи предполагают, что избегающий копинг может быть полезен в ситуациях непродолжительного стресса, но в случае длительных стрессовых ситуаций избегание расценивается как неадаптивная реакция.

Неоднозначно оценивается и такая копинг-стратегия, как «позитивная переоценка ситуации» <http://www.psychologos.ru/articles/view/pozitivnaya\_pereocenka\_situacii>. С одной стороны, придание проблеме позитивного значения уменьшает стресс и служит эмоциональному приспособлению к нему; с другой стороны, изменение отношения отвлекает от решения конкретных практических проблем. Тем не менее, представляется, что стратегия позитивной переоценки может быть эффективна в ситуации, когда субъект не может контролировать результат.

Копинг - стратегии успешно осуществляются при соблюдении 3 условий (И.М. Никольская, Р.М Грановская, 2001г.):

• достаточно полном осознании возникших трудностей;

• знании способов эффективного совладания именно с ситуацией данного типа;

• умением своевременно применить их на практике.

Современная социальная действительность делает трудные ситуации важными элементами взаимодействия человека с окружающим миром. В многочисленных исследованиях совладающего поведения установлено, что факторами, влияющими на выбор стиля и стратегии совладающего поведения, являются как особенности ситуации и воспринимаемый контроль над ней, так и особенности личности. Чаще всего среди личностных детерминант называют:

• самооценку, самопринятие, локус контроля и уровень тревожности;

• возраст, пол и гендер;

• социальную компетентность, принадлежность человека к большому и малому социуму (этнической группе и социальному слою), социальный опыт, приобретенный в семье, школе и социальную роль.

Более подробно остановимся на таком критерии, как возраст. В нашем случае - младший школьный возраст (7-11лет).

Исследователь преодоления трудных жизненных ситуаций младшими школьниками Е.Г. Суркова считает, что «процесс преодоления трудных жизненных ситуаций у младших школьников представляет собой многоуровневое системное образование, на успешность которого в наибольшей степени влияет эмоциональный фактор».

Трудными ситуациями для младших школьников являются (по степени убывания): потеря, болезнь, смерть животного; плохие школьные отметки; травмы и опасные для жизни ситуации; материальные утраты и нарушение покоя взрослых; напряженные отношения с родителями и другими членами семьи; болезнь и смерть близких людей; разные страхи; проблемы с учебой; отношения со сверстниками; прочие напряженные ситуации (проблемы одиночества, отношение к врачам, боли и болезни, неудовлетворенные желания). Исследователи И.М. Никольская и P.M. Грановская (2000) обращают внимание на то, что методом опроса возможно было выявить только те ситуации, о которых дети сами захотели рассказать. В другом исследовании (Данилова Е.Е., 1990) было показано, что для детей 9-11 лет трудными являются повседневные ситуации, затрагивающие самооценку, самоуважение, то есть различные аспекты «Я».

И.М. Никольская и P.M. Грановская (2000) анализируют особенности совладающего поведения младших школьников. Авторами, в частности, выявлены наиболее популярные и эффективные, с точки зрения младших школьников, способы поведения. К эффективным относятся способы (стратегии), связанные с:

 восстановлением физических сил,

 установлением отношения привязанности и телесного контакта,

 использованием детских развлечений - как отвлекающих занятий,

 погружением в т. н. «детскую работу» (рисование, чтение, мечтания).

К малоэффективным относятся способы, связанные с:

 эмоциональным реагированием через горе и страдание,

 аффективным реагированием как вариантом активного протеста;

 вербальной и физической агрессией, направленной на другого человека.

Возрастная динамика в частоте использования различных способов совладающего поведения заключается в следующем: младшие дети (7-9 лет) переключаются на посторонние занятия чаще старших (10-11 лет), те, в свою очередь, на уровне тенденции, несколько чаще осмысливают и рационализируют сложившуюся ситуацию. Младшие дети не указали способ, эффективнее других помогавший им. В целом им больше помогают деструктивные способы поведения. Старшие дети обнаружили такие способы, как установление отношений привязанности, телесного контакта и обращение за помощью к Богу как Высшей Силе.

И.М. Никольская и P.M. Грановская (2000), анализируя результаты, полученные с помощью опросника Р. Кеттелла, сделали вывод о том, что младшим школьникам, отличительными признаками которых являются напряженность, легкая возбудимость, низкий самоконтроль, тревожность, склонность к риску, недоброствестность, низкий уровень интеллекта, доминантность, свойственны стратегии аффективного реагирования («схожу с ума», «бью, ломаю, швыряю», «воплю, кричу», «кусаю ногти» и пр.). «Для детей с такими особенностями в трудных жизненных ситуациях типичны реакции активного протеста...». Расслабленные, сдержанные, добросовестные, обладающие высоким контролем дети предпочитают стратегии «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» и способы, связанные с детской работой (замещающими занятиями). Тревожные, чувствительные, послушные и осторожные дети используют стратегию «молюсь». Экстравертированные дети склонны отвлекаться от решения проблем, оставаться спокойным. Интровертированные, напротив, - фиксируются на проблеме, придают большое значение своим переживаниям и чувствам. Хорошо адаптированные дети обладают более высоким уровнем развития практического интеллекта, соответственно, они и выбирают более эффективные стратегии совладания; также они более сориентированы на собственную деятельность, направленную на достижение, в меньшей степени - на самозащиту с проявлениями агрессии; они менее тревожны, больше доверяют себе и обладают высокой самооценкой.

Подводя итоги параграфа, можно сказать, что вопрос копингов в психологии возник относительно недавно, поэтому четкой единой модели классификации в настоящее время нет. Также исследования показывают, что негативные последствия столкновения с трудными жизненными ситуациями могут быть смягчены адаптивными стратегиями их преодоления (совладания). Именно поэтому копинг-стратегии являются важным фактором психологического благополучия, здоровья и успешности деятельности. Однако большая часть позитивных результатов связана с обобщенным делением стратегий совладания на проблемно- и эмоционально-ориентированные, а также по критериям приближения (активности) и избегания. Многообещающими являются исследования разнообразия копинг-стратегий и гибкости их применения. В нашей работе мы опирались на исследования Р. М. Грановской и И. М. Никольской. Психологическое предназначение совладания состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям ситуации, позволяя ему овладеть ею, ослабить или смягчить эти требования, постараться избежать или привыкнуть к ним и таким образом погасить стрессовое воздействие ситуации. Поэтому главная задача совладающего поведения - обеспечение и поддержание благополучия человека, физического и психического здоровья и удовлетворенности социальными отношениями.

**1.2** **Взаимосвязь копинг-стратегий младших школьников и типов детско-родительских отношений**

Для маленького ребёнка семья - это целый мир, в котором он живёт, действует, делает открытия, учится любить, ненавидеть, радоваться, сочувствовать. Будучи её членом, ребёнок вступает в определённые отношения с родителями, которые могут оказывать на него как положительное, так и негативное влияние. Вследствие этого ребёнок растёт либо доброжелательным, открытым, общительным, либо тревожным, грубым, лицемерным, лживым.

Влияние родителей на развитие ребенка очень велико. Дети, растущие в атмосфере любви и понимания, имеют меньше проблем, связанных со здоровьем, трудностей с обучением в школе, общением со сверстниками, и наоборот, как правило, нарушение детско-родительских отношений ведет к формированию различных психологических проблем и комплексов.

Содержание понятия «детско-родительские отношения» в психолого-педагогической литературе однозначно не определено. Во-первых, оно представляется как подструктура семейных отношений, включающая в себя взаимосвязанные, но неравнозначные отношения: родителей к ребенку - родительское (материнское и отцовское) отношение; и отношение ребенка к родителям. Во-вторых, эти отношения понимают как взаимоотношение, взаимовлияние, активное взаимодействие родителя и ребенка, в котором ярко проявляются социально-психологические закономерности межличностных отношений (Н.И. Буянов, А.Я. Варга, А.И. Захаров, О.А. Карабанова, А.Г. Лидерс, И.М. Марковская, А.С. Спиваковская, Т.В. Якимова и др.). В зарубежной психологии специфика детско-родительских отношений традиционно исследуется в рамках психоаналитического (З. Фрейд, Э. Эриксон, Д. Винникот, Э. Берн и др.), бихевиористского (Дж. Уотсон, Б. Скиннер, А. Бандура и др.) и гуманистического (Т. Гордон, К. Роджерс, Дж. Байярд, В. Сатир и др.) направлений.

Остановимся на определениях понятий, которыми мы будем пользоваться в данном параграфе.

Семья - социально-педагогическая группа людей, предназначенная для оптимального удовлетворения потребностей в самосохранении и самоутверждении каждого каждого ее члена.( Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгина )

Детско-родительские отношения - система отношений к ребенку, разнообразных чувств, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков (А.Я. Варга, В.В. Столин).

Родительское отношение - это многомерное образование, включающее в себя, по крайней мере, три структурные единицы: интегральное принятие или отвержение ребенка; межличностную дистанцию, т.е. степень близости к ребенку; форму и направление контроля за поведением ребенка. Причем каждое из трех измерений представляет собой сочетание в разной пропорции эмоционального, когнитивного и поведенческого компонента отношения (А.Я.Варга)[5].

Одним из главных вопросов при рассмотрении детско-родительских отношений в семье является понятие «роли». Роль ребенка в системе семейных отношений может быть различной. Ее содержание определяется, главным образом, той потребностью родителей, которую ребенок удовлетворяет, а именно: ребенок может быть компенсацией неудовлетворительных супружеских отношений. При этом ребенок выступает в роли средства, с помощью которого один из родителей может усилить свою позицию в семье. Если данная потребность компенсации и усиления позиции удовлетворяется, то ребенок занимает место кумира.

Ребенок может быть знаком социального статуса семьи, символизируя ее социальное благополучие. При этом ребенок, выполняет роль объекта для социальной презентации; ребенок может быть элементом, который связывает семью, не давая ей разрушиться. В этом случае на ребенка ложится большая психологическая нагрузка, вызывая эмоциональное напряжение.

Положение ребенка в семье может быть охарактеризовано той ролью, которую ему «предписано играть» родителями во внутрисемейных отношениях [54, с.85].

«Кумир» - «мамино сокровище», «папино сокровище».

«Козел отпущения» - ребенок используется членами семьи для выброса негативных эмоций.

«Делегат» - через данного ребенка семья контактирует с внешним миром, предъявляя себя социуму как успешную социальную группу. От такого ребенка родители часто ожидают воплощения своих несбывшихся надежд.

Выделяются и другие роли: «ребенок-обуза»; «ребенок-раб», «ребенок-любовник» (одинокая, как правило, мать настаивает на «отношениях для двоих», закрепощает ребенка в узах своей любви); «ребенок как оружие» в борьбе с супругом; ребенок - «заместитель мужа» (от него требуют постоянного внимания, заботы, чтобы он был рядом и делился своей личной жизнью) (В.Н. Дружинин).

Как мы видим, роль ребенка в семье может быть разнообразной и не всегда нести положительный характер. Далее в нашей работе мы рассмотрим типы детско-родительских отношений,

Интерес многих современных исследователей к сфере детско-родительских отношений объясняется значимостью роли взрослого для детского развития и в настоящий момент принято выделять когнитивный и эмоциональный компоненты этого взаимодействия ребёнок - взрослый.

Чаще всего в психолого-педагогических исследованиях для определения, анализа типа детско-родительских отношений используются два критерия: степень эмоциональной близости, теплоты родителей к ребенку (любовь, принятие, тепло или эмоциональное отвержение, холодность) и степень контроля за его поведением (высокая - с большим количеством ограничений, запрещений; низкая - с минимальными запретительными тенденциями).

Более точно охарактеризовать детско-родительские отношения и соответствующее поведение позволяет учет сочетания крайних вариантов проявления этих факторов (критериев). Выделяются четыре типа воспитания (Г. Крайг, 2000).

Авторитетный (теплые отношения, высокий уровень контроля).

Авторитарный (холодные отношения, высокий уровень контроля).

Либеральный (теплые отношения, низкий уровень контроля).

Индифферентный (холодные отношения, низкий уровень контроля).

А.Е. Личко и Э.Г. Эйдемиллер выделили три типа детско-родительских отношений:

 гипопротекция(гипоопека) характеризуется отсутствием необходимой заботы о ребенке;

 доминирующая гиперпротекция предполагает окружение ребенка излищней, навязчивой заботой, полностью блокирующей его самостоятельность и инициативу;

 эмоциональное отвержение проявляется в неприятии ребенка во всех его проявлениях. Может проявляться явно и скрыто(издевки,высмеивания)

Э. Фромм предложил следующую структуру детско-родительских отношений. Он выделил в детско-родительских отношениях такие координатные линии, как контролируемость - неконтролируемость и условность - безусловность. Родительское отношение в этой структуре является фундаментальной основой развития ребенка. Э. Фромм, создавая данную модель, провел разграничение между особенностями материнского и отцовского отношения к ребенку. Материнская любовь безусловна - мать любит своего ребенка за то, что он есть. Материнская любовь неподвластна контролю со стороны ребенка, и ее нельзя заслужить (либо она есть, либо ее нет). Отцовская любовь обусловлена - отец любит за то, что ребенок оправдывает его ожидания. Отцовская любовь управляема, ее можно заслужить, но ее можно и лишиться.

Другой популярной структурой детско-родительских отношений является структура, предложенная Э. Эйдемиллером и В. Юстицкисом. Авторами выделяются количественные и качественные компоненты.

. Количественная характеристика - уровень протекции в процессе воспитания (количество сил, времени, уделяемых родителем ребенку).

. К качественным характеристикам относятся степень удовлетворения потребностей ребенка (мера удовлетворения материально-бытовых и духовных потребностей ребенка), количество и качество требований к ребенку (обязанности и запреты, а также санкции за невыполнение обязанностей и нарушение запретов), неустойчивость стиля воспитания (резкая смена стиля родительского отношения, требований к ребенку) [4].

А. Я. Варга добавила к эмоциональному и поведенческому компоненту еще один - когнитивный, который отражает неадекватное видение ребенка родителями. На основании выделенных компонентов были определены типы родительского отношения.

А.Я. Варга и В.В. Столин выделяют 4 типа родительского отношения:

. Принимающе-авторитарный - субъективное благополучие родителей: теплое отношение и принятие ребенка с требованиями социальных успехов и достижений при контроле в этих областях.

. Отвергающий с элементами инфантилизации и социальной инвалидизации - эмоциональное отвержение ребенка, низкая ценность его индивидуально-характерологических свойств, отношение как к более младшему по сравнению с реальным возрастом, приписывание дурных наклонностей.

. Симбиотический - стремление установить с ребенком тесный напряженный эмоциональный контакт, соучавствовать во всех мелочах его жизни.

. Симбиотическо-авторитарный - гиперпротекция и тотальный контроль поведения психической жизни ребенка, блокирование осуществления детской потребности в психико-социальной идентификации.

Параметры измерения родительского отношения: «Принятие-отвержение», «Кооперация» социальная желательность, «Симбиоз», «Авторитарная гиперсоциализация», «Маленький неудачник» (инфантилизация-инвалидизация)

Подводя итоги, А. Я. Варга и В.В. Столин сделали вывод о том, что реальная структура родительского отношения состоит не из эмоционального, поведенческого и когнитивного компонентов, а из их устойчивых сочетаний [2].

Как уже отмечалось выше, детско-родительские отношения очень неоднозначны, факт их противоречивости и амбивалентности был клинически подтвержден в работе А.Я. Варги. Она считает, что такие элементы эмоционального компонента родительского отношения, как симпатия - антипатия и уважение - неуважение, бесконечно разнообразны по содержанию в зависимости от времени и ситуации. Родительское отношение имеет устойчивые и неустойчивые черты, устойчивые черты внеситуативны, они проявляются в таких базовых модальностях, как, например, принятие - непринятие, и во многом определяют тип родительского отношения. Неустойчивые черты ситуативны, подвержены воздействию различных внешних и внутренних факторов, они оказывают незначительное влияние на родительское отношение в целом, однако в крайних вариантах эти черты могут закрепиться в своеобразный «неустойчивый» тип родительского отношения, крайне неблагоприятный для развития личности ребенка.

Характер и степень влияния на ребенка определяет множество отдельных факторов и прежде всего личность самого родителя как субъекта взаимодействия:

 его пол (тот же, что и у ребенка, или противоположный);

 возраст (юная, несовершеннолетняя мать, пожилой родитель, родитель позднего ребенка);

 темперамент и особенности характера родителя (активный, нетерпеливый, вспыльчивый, властный, снисходительный, небрежный, сдержанный и др.);

 религиозность;

 национально-культурная принадлежность (европейская, английская, немецкая, японская, американская и другие модели воспитания);

 социальное положение;

 профессиональная принадлежность;

 уровень общей и педагогической культуры.

Оптимальная родительская позиция должна отвечать трем главным требованиям: адекватности, гибкости и прогностичности.

Адекватность позиции взрослого основывается на реально точной оценке особенностей своего ребенка, на умении увидеть, понять и уважать его индивидуальность. Родитель не должен концентрироваться только на том, чего он хочет в принципе добиться от своего ребенка; знание и учет его возможностей и склонностей - важнейшее условие успешности развития.

Гибкость родительской позиции рассматривается как готовность и способность изменения стиля общения, способов воздействия на ребенка по мере его взросления и в связи с различными изменениями условий жизни семьи.

Прогностичность позиции выражается в ее ориентации на «зону ближайшего развития» ребенка и на задачи завтрашнего дня. Это опережающая инициатива взрослого, направленная на изменение общего подхода к ребенку с учетом перспектив его развития.

Активной стороной в построении детско-родительского взаимодействия является взрослый человек - родитель. Он целенаправленно организует взаимодействие, направляет его, подчиняя конкретной цели. Важной характеристикой при этом становится то, на что ориентируется родитель, какие условия принимает во внимание при построении взаимодействия

Обратимся к анализу копинг-стратегий как результату усвоения демонстрируемых родителями форм поведения. В процессе онтогенеза у каждого ребенка формируется индивидуальный уникальный стиль совладающего поведения, управляющий состоянием и преодолевающий стрессы повседневной жизни. Как отмечали еще Л.С.Выготский и А.Р.Лурия, в «торможении примитивных функций и выработке сложных культурных форм приспособления и заключается переход от примитивных детских форм поведения к поведению взрослого культурного человека» [Выготский, Лурия, 1993, с. 158]. Важным и малоизученным является изучение совладающего поведения российской семьи как группы и особенностей совладающего поведения представителей семей с различными типами детско-родительских отношений (Т.Л. Крюкова, 2004). Большую роль в становлении детских копинг-стратегий играют ранние взаимодействия ребенка в семье.

Формирование механизмов совладания у ребенка происходит не только на основе имеющегося у него личностного опыта, но и поверхностно, через усвоение реального поведения других людей. Внешний поведенческий компонент совладания может усваиваться и копироваться посредством подражания, которое Л.С.Выготский считал источником возникновения всех специфических человеческих свойств сознания и видов деятельности [Выготский, 1991]. Л.Ф.Обухова описывает подражание как форму ориентировки ребенка в разных аспектах окружающей действительности, необходимую для решения актуальных и специфических для каждого возраста задач развития [Обухова, 1998]. Содержание подражания (идентификации), по мнению автора, начиная с трехлетнего возраста представляет собой моделирование поведения взрослого. «Ребенком перенимаются различные настроения, чувства, наиболее “принятые” в семье:... это впитывается ребенком, создавая у него внутренние умения переживать то или иное чувство» [Субботский, 1981, с. 96].

Копинг может быть продуктивным и непродуктивным. Продуктивный копинг обычно имеет позитивные последствия для семейного функционирования: разрешение проблемы, трудной ситуации, снижение уровня напряжения, тревоги, дискомфорта, душевный подъем и радость преодоления. Непродуктивный копинг связан с преобладанием эмоциональных реакций на ситуацию, своеобразном «застревании» на них и проявляется в виде погружения в переживания, самообвинении, обвинении друг друга, вовлечении одним членом семьи других в свое непродуктивное состояние. Такое поведение характеризуется наивной, инфантильной оценкой происходящего.

Продуктивность совладания в семье зависит от наличия в ней семейных ресурсов. Факторами устойчивости семьи к стрессу являются: общие задачи по воспитанию детей, наличие работы, удовлетворенность членов семьи своей деятельностью, совместные интересы и дела, разделение ценностей, в том числе и духовных, любовь и верность друг другу, ответственность за семью, сексуальная гармония. Кроме того, большое значение имеют: умение членов семьи решать проблемы; налаженное общение; удовлетворенность взаимоотношениями и ролевой структурой в семье; социальная поддержка; хорошее здоровье; опора на себя и близких родственников.

Как видно из примеров, приведенных выше, единой основы классификаций типов детско-родительских отношений нет. Иногда за основу брались эмоциональные компоненты воспитания, иногда способы воздействия на ребенка, иногда родительские позиции и тд. В нашей работе мы опирались на классификацию родительских отношений А.Я. Варга и В.В. Столин. Взаимосвязь копинг-стратегий и типа детско-родительских отношений очевидна. Младший школьник видит себя глазами близких взрослых, его воспитывающих. Если оценки и ожидания в семье не соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям ребенка, его представление о себе кажутся искаженными.

# **Глава 2. Эмпирическое изучение особенностей копинг-стратегий детей младшего школьного возраста в семьях с разным стилем семейного воспитания**

## **.1 Характеристика методов и методик исследования**

# копинг школьник родительский отношение

Целью данного параграфа является экспериментальное изучение типов детско-родительских отношений и копинг-стратегий в младшем школьном возрасте. Методы исследования представляют собой способы, приемы проведения исследований. Их грамотное применение способствует получению достоверных и полных результатов исследования возникших в организации проблем.

Я изучала копинги применяя следующие методы и методики:

.Анализ научных, литературных, специальных источников, наблюдение, беседа, использование Интернет-ресурса.

2.Рисуночный тест Кинетический рисунок семьи (Р. Бернс и С. Коуфман). Для исследования межличностных отношений в семье (глазами ребёнка);

.Методика Неоконченные предложения. Чтобы получить дополнительные сведения об отношении родителей к детям и детей к родителям;

.Тест-опросник родительского отношения (А. Я. Варга, В. В. Столин) для выяснения родительского отношения к ребёнку.

.Опросник копинг-стратегий школьного возраста (И.М.Никольская, Р.М.Грановская.

.Методы математической статистики и обработка эмпирических данных.

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ №6 г. Сургут. Нами было обследовано 30 детей (состав смешанный) младшего школьного возраста и их семьи.

.Анализ научно-методической литературы осуществлялся на протяжении всего исследования.

.Кинетический рисунок семьи предложен Р. Бернсом и С. Кауфманом в 1972 г. для диагностики внутрисемейных отношений.

Сама техника основана на анализе и интерпретации рисунков. Методики основаны на анализе и интерпретации рисунков семьи, как правило, применяются при обследовании детей. Исторически использование методики Рисунок семьи связано с общим развитием проективной психологии.

Ребёнку предлагается лист бумаги, карандаши (можно цветные). Ставится условие: необходимо нарисовать свою семью так, чтобы её члены были чем-либо заняты.

В протоколе фиксируется время выполнения задания, все вопросы и высказывания испытуемого, стирания, поправки и прочее.

Беседа после окончания рисования включает в себя примерно такие вопросы:

. Кто нарисован на рисунке?

. Что делает каждый член семьи?

. Где они находятся?

. Им весело или скучно?

. Кто из них самый счастливый и почему?

. Кто самый несчастный, почему?

Кроме вопросов ребенку можно предложить решение нескольких ситуаций для выявления позитивных я негативных отношений в семье:

. Представь себе, что ты имеешь два билета в цирк. Кого бы ты позвал пойти с собой?

. Представь, что вся твоя семья идет в гости, но один из вас заболел и должен остаться дома. Кто он?

. Ты строишь из конструктора дом (вырезаешь бумажное платье для куклы) и у тебя не получается. Кого ты позовешь на помощь?

. Ты имеешь N число билетов (на один меньше, чем членов в семье) на интересную кинокартину. Кто останется дома?

. Представь себе, что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там пожить?

. Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья села играть, но вас одним человеком больше, чем надо. Кто не будет играть?

Формативными особенностями считается качество изображения: тщательность прорисовки или небрежность в рисовании отдельных членов семьи, красочность изображения, положение объектов на листе, заштрихованность, размеры.

Содержательными характеристиками рисунка являются: изображение деятельности членов семьи, их взаимное расположение по отношению друг к другу и к ребёнку, присутствие или отсутствие членов семьи и самого ребёнка, а также соотношение людей и вещей на рисунке.

Анализ результатов рисунков осуществлялся по следующим показателям (приложение 1):

.Наличие беспокойства у детей об отношении к ним взрослых.

.Эмоциональное напряжение и дистанция.

.Дискомфорт.

.Наличие враждебности по отношению к взрослым.

На основании этих показателей выявили уровни влияния семейных отношений на ребёнка.

К высокому уровню детско-родительских отношений относим рисунки, где ребёнку комфортно в семье, на рисунке присутствуют все члены семьи, в центре рисунка - сам ребёнок в окружении родителей; изображает себя и родителей нарядными, тщательно прорисовывает каждую линию, на лицах взрослых и ребёнка - улыбка, прослеживается спокойствие в позах, движениях.

Средний уровень детско-родительских отношений: отсутствие кого-либо из членов семьи, наличие беспокойства, ребёнок рисует себя грустным, вдали от родителей, наличие враждебности по отношению к взрослым через штриховку деталей, отсутствие некоторых частей тела (рук, рта).

Низкий уровень детско-родительских отношений: наличие одного из родителей с предметом, угрожающим для ребёнка (ремень), запуганное выражение лица ребёнка, ощущение эмоционального напряжения через использование в рисунке тёмных красок.

Наличие враждебности по отношению к родителям прослеживается через прорисовку таких деталей, как разведённые руки, растопыренные пальцы, оскаленный рот и т.д.

.Методика Неоконченные предложения.

Методика применяется во II-III классах с каждым учащимся индивидуально. Экспериментатор зачитывает начало предложения и записывает окончание предложения, которое говорит школьник. Такие условия используются в целях облегчения процедуры обследования для школьников, а также для ее ускорения. Обработка полученных результатов проводится см. приложение 2.

Детям предлагается закончить ряд предложений без предварительного обдумывания. Опрос ведётся в быстром темпе, чтобы ребёнок отвечал первое, что придёт ему в голову (Приложение 3).

.Для выявления родительского отношения к детям был предложен тест-опросник родительского отношения А.Я. Варга, В.В. Столина (приложение 4). Тест-опросник включает в себя 61 одно утверждение, требующее ответа Да или Нет.

Родительское отношение понимается авторами как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков.

Опросник состоит из пяти шкал:

Шкала 1. Принятие - отвержение. Шкала отражает интегральное эмоциональное отношение к ребенку. Содержание одного полюса шкалы: родителю нравится ребенок таким, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему. Родитель стремится проводить много времени вместе с ребенком, одобряет его интересы и планы.

На другом полюсе шкалы: родитель воспринимает своего ребенка плохим, не приспособленным, неудачливым. Ему кажется, что ребенок не добьется успеха в жизни из-за низких способностей, небольшого ума, дурных наклонностей. По большей части родитель испытывает к ребенку злость, досаду, раздражение, обиду. Он не доверяет ребенку и не уважает его.

Шкала 2. Кооперация. Социально желательный образ родительского отношения. Содержательно эта шкала раскрывается так: родитель заинтересован в делах и планах ребенка, старается во всем помочь ребенку, сочувствует ему. Родитель высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности ребенка, испытывает чувство гордости за него. Он поощряет инициативу и самостоятельность ребенка, старается быть с ним на равных. Родитель доверяет ребенку, старается встать на его точку зрения в спорных вопросах.

Шкала 3. Симбиоз. Отражает межличностную дисциплину в общении с ребенком. При высоких баллах по этой шкале можно считать, что родитель стремится к симбиотическим отношениям с ребенком. Содержательно эта тенденция описывается так - родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родитель постоянно ощущает тревогу за ребенка, он ему кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителя повышается, когда ребенок начинает автономизироваться волей обстоятельств, так как по своей воле родитель не предоставляет ребенку

Шкала 4. Авторитарная гиперсоциализация. Отражает форму и направление контроля за поведением ребенка. При высоком балле по этой шкале в родительском отношении отчетливо просматривается авторитаризм. Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения. За проявлениями своеволия ребенка сурово наказывают. Родитель пристально следит за социальными достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами.

Шкала 5. Маленький неудачник. Отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. При высоких значениях по этой шкале в родительском отношении имеются стремления инфантилизировать ребенка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит ребенка младшим по сравнению с реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли, чувства ребенка кажутся родителю детскими, несерьезными. Ребенок представляется не приспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет своему ребенку, досадует на его неуспешность и неумелость. В связи с этим старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия.

Обработка результатов: при подсчете тестовых баллов по всем шкалам учитывался ответ верно.

Таблица 2.1. Ключ к тест-опроснику

|  |  |
| --- | --- |
| Название шкалы | Пункт шкалы |
| Принятие - отвержение | 3 4 8 10 12 14 15 16 18 20 24 26 27 29 37 38 39 40 42 43 44 45 46 47 49 52 53 55 56 60 |
| Кооперация | 6 9 21 25 31 34 35 36 |
| Симбиоз | 1 5 7 28 32 41 58 |
| Авторитарная гиперсоциализация | 2 19 30 48 50 57 59 |
| Маленький неудачник | 9 11 13 17 22 28 54 61 |

Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируется как отвержение, социальная желательность, симбиоз, гиперсоциализация, инфантилизация. Тестовые нормы приводятся в виде таблиц процентильных рангов тестовых баллов по соответствующим шкалам.

С целью выявления копинг-поведения исследуемых детей был использован «опросник копинг-стратегий школьного возраста».

Детям предлагалось ответить на вопросы: «Подумай о том, что ты делаешь, когда чувствуешь напряжение или беспокоишься о чем-то. Обычно это бывает, когда случаются неприятные события». «Отметь крестиком в I столбце те копинг-стратегии (способы поведения), которые ты чаще всего используешь в трудных и неприятных для себя ситуациях». Теперь прочти этот список еще раз и во II столбце отметь крестиком те способы, которые тебе обычно помогают справиться с напряжением и беспокойством. Напиши, что еще ты делаешь в такой напряженной, тревожной и неприятной ситуации. Нарисуй на обороте листа ту неприятную ситуацию, которую ты вспомнил.

**2.2 Анализ результатов исследования**

Целью данного параграфа является экспериментально изучение типов детско-родительских отношений и их связи с копинг-стратегиями младших школьников.

1. «Кинетический рисунок семьи» тест Р. Бернса и С. Коуфмана.

Анализ рисунков показал, что из 30 семей к высокому уровню детско-родительских отношений можно отнести только 9 семей (30 %).

В качестве примера разберём несколько рисунков. Настя С. помещает себя в центр в окружении папы и мамы. Изображает себя и родителей весёлыми, счастливыми, все линии чётко прорисовывает, на рисунке много цветов. Всё это свидетельствует о благополучии в детско-родительских отношениях.

На рисунке Гали К. изображена вся семья за ужином. На лицах взрослых и ребёнка - улыбки, линии чётко прорисованы, в позах взрослых и ребёнка прослеживается спокойствие. По рисунку видно, что девочке в этой семье комфортно и уютно.

К среднему уровню детско-родительских отношений можно отнести 15 семей (50 %). В качестве примера рассмотрим рисунок Артёма С. Ребёнок нарисовал всю семью, все члены семьи улыбаются, кроме самого Артёма (у него вообще отсутствует рот). Руки у всех расставлены в стороны. Всё говорит о том, что ребёнку не очень комфортно в этой семье.

К низкому уровню детско-родительских отношений мы отнесли 6 семей (20 %). Рассмотрим в качестве примера рисунок Игоря Р. Мальчик изобразил только себя и папу, они достаточно удалены друг от друга, что говорит о чувстве отверженности. Помимо этого, папа занимает достаточно агрессивную позицию: пуки раскинуты в стороны, пальцы длинные, подчёркнутые. Мама на рисунке отсутствует. Анализируя этот рисунок, можно понять, что ребёнок не удовлетворён своим положением в семье и отношением к нему родителей.

После того, как дети нарисовали семью, мы предложили ряд вопросов, ответы на которые позволили нам выявить причины, вызывающие у детей тревожность в системе детско-родительских отношений:

физическое наказание;

отсутствие общения с родителями;

неблагополучная обстановка в семье (алкоголизм одного из родителей);

общение с ребёнком на повышенных тонах.

После проведения методики рисуночного теста определились следующие отношения детей к членам семьи:

) Любовь к матери - 8,4%

) Дружеские отношения с отцом - 17,2%

) Нормальная семья - 21,5%

) Мать управляет семьей - 8,5%

) Не находит взаимопонимания с матерью - 13,2%

) Не считают родителей своей семьей - 13,2%

) Не уважают родителей - 4,1%

) Авторитет родителей - 4,1%

) Плохие взаимоотношения с отцом - 4,1%

)Близкие отношения с бабушкой - 8,5%

) Любовь к брату - 12,8%

) Любовь к сестре - 4,1%

) Чувствуют себя одинокими в семье - 4,1%

) Находят любовь с животными - 12,8%

) Самовлюбленность - 4,1%

) Эгоцентризм - 4,1%

) Хочет семейных отношений - 12,8%

) Уверенность в помощи родителей - 4,1%

Результаты теста представлены на рис.2.1.



Рис.2.1.Результаты теста Кинетический рисунок семьи (в %).

Итак, нами было выявлено 6 детей (20 %-низкий уровень детско-родительских отношений), не удовлетворены своим положением в семье. 9 детей в семье имеет положительные детско-родительские отношения. В этих семьях царит благоприятная обстановка, забота. 15 детей (50%-средний уровень детско-родительских отношений) часто испытывают дискомфорт, хотя и удовлетворены. На наш взгляд, это происходит, потому что присутствует чрезмерная опека или чрезмерная строгость, что вызывает повышенную тревожность в поведении детей.

Следовательно, 15 детей имеют тревожность.:

страх наказания;

боязнь сделать что-то не так, за что потом его не будут любить;

Для преодоления тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях, необходима программа, направленная на их коррекцию.

Тест «Неоконченное предложение».

Результаты этого обследования помогли нам выявить отношения детей к родителям. Позитивные отношения наблюдаются у 9 детей (30 %).

Так, Света В. ответила: «Мой папа очень весёлый», «Моя мама и я любим стряпать»; Серёжа А.: «Моя мама добрая», «Мой папа и я играем в конструктор»; Стас В.: «Моя мама целует меня».

Негативные отношения испытывают 6 детей (20 %).

Так, Вадим К. ответил: «Думаю, что моя мама редко обнимает меня»; Игорь Р.: «Моя мама ругается»; Артём А.: «Я чувствую себя счастливым, когда мой папа уезжает».

В 50 % случаях дети иногда испытывают эмоциональный дискомфорт в семье. Так, Аня С. пояснила: «Мой папа и я никогда не играем», «Мы с мамой любим гулять».

Хорошие взаимоотношения сложились в 9 семьях (30 %): Настя С., Денис П., Алёша К., Полина К., Света В., Серёжа А., Стас В., Катя П., Наташа Б.

Так, Денис П. сказал: «Когда уходят из дома мама и папа, я скучаю»; Катя П.: «Я играю дома с мамой и папой. Они меня любят».

В 21 семье (70 %) детей не устраивают отношения с обоими родителями или с одним из них. Руслан М.: «Когда я шумно играю, папа кричит на меня»; Аня К.: «Меня мама часто наказывает за то, что я не играю с братиком»; Игорь Р.: «Когда уходят из дома мама и папа, я боюсь оставаться один».

По результатам нашего исследования нами были выявлены причины, вызывающие тревожность у ребёнка:

боязнь физического наказания;

страх остаться дома одному;

отсутствие родительской ласки;

крики родителей за проступки.

Данные проявления наблюдались в ответах у 21 ребёнка (70 %). Из них у 15 (50 %) - наблюдалось наличие некоторых причин, вызывающих тревожность. У 6 детей (20 %) были отмечены все эти причины и лишь в 9 (30 %) случаях тревожность не наблюдалась.

По результатам данной методики можно сделать вывод, что во многих семьях дети испытывают тревожность в отношениях с родителями, между ними нет взаимопонимания.

Для выявления родительского отношения к детям был предложен тест-опросник родительского отношения. Родителям были предложены бланки с вопросами (61 вопрос). На каждый вопрос предполагался либо положительный, либо отрицательный ответ.

Основанием для оценки служил ключ к опроснику, который позволил выявить уровень родительских отношений.

На наш взгляд, наиболее оптимальным является такой уровень родительских отношений, как кооперация - это социально желаемый образ родительского поведения. Родитель высоко оценивает способности своего ребёнка, испытывает чувство гордости за него, поощряет инициативу и самостоятельность, старается быть с ним на равных.

К нейтральному уровню можно отнести отношения по типу «симбиоз» и «маленький неудачник». Родитель видит своего ребёнка младше по сравнению с реальным возрастом, стремится удовлетворить его потребности, оградить от трудностей и неприятностей жизни, не предоставляет ему самостоятельности.

К отрицательному уровню родительских отношений мы отнесли такой тип родительских отношений, как отвержение и «авторитарная гиперсоциализация». Родитель воспринимает своего ребёнка плохим, неприспособленным. Требует от него безоговорочного послушания и дисциплины. По большей части испытывает к ребёнку злость, раздражение, досаду.

Проанализировав ответы родителей, мы получили следующую картину родительского отношения к детям: Оптимальные родительские отношения к ребёнку наблюдаются в 10 семьях (33 %). К нейтральному уровню можно отнести 14 семей (47 %). Родительские отношения, которые носят отрицательный характер, проявляются в шести семьях (20 %).

Результаты, полученные при обследовании родителей по данной методике, представлены в на диаграмме 2.1.

Рис.2.1. Распределение стилей семейного воспитания в выборке

На рис. 2.1. видно, что наибольший показатель по данной выборке испытуемых имеет стиль воспитания «Симбиоз» - 10 и «Кооперация» - 10 наблюдений из 30. Средний показатель - 6 наблюдений из 30 получил стиль «Авторитарная гиперсоциализация». И относительно небольшое количество выборов у стиля «Маленький неудачник» - 4.

Таким образом, процентное соотношение стилей семейного воспитания в данной выборке составили:

симбиоз - 34 % от общего количества наблюдений;

авторитарная гиперсоциализация - 20%;

маленький неудачник - 13%;

кооперация- 33 % от общего числа наблюдений.

Итак, можно утверждать, что 34% родителей данной выборки стремится к симбиотическим отношениям со своим ребенком. То есть, родители ощущают себя с ребенком единым целым, стремятся удовлетворить все его потребности, оградить от трудностей и неприятностей жизни. Они постоянно ощущают тревогу за ребенка, он им кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителей, с высокими показателями по шкале симбиоз повышается, когда ребенок начинает автономизироваться.

У 20% родителей, с высоким баллом по шкале авторитарная гиперсоциализация в отношении к ребенку просматривается авторитаризм. Такие родители требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Они стараются навязать ребенку во всем свою волю, с трудом могут встать на его точку зрения. За проявлениями своеволия при высоких показателях по данной шкале ребенка могут сурово наказать. Родители следят за социальными достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами.

% родителей с высокими показателями по шкале маленький неудачник характеризуется как стремящиеся инфантилизировать ребенка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Такие родители видят ребенка младшим по сравнению с реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли, чувства ребенка кажутся им детскими, несерьезными. Ребенок представляется не приспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний. В связи с этим родители стараются оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия.

% родителей данной выборки проявили социально желательный образ родительского отношения - кооперацию. При таком отношении к ребенку родители заинтересованы в его делах и планах, стараются во всем помочь, сочувствует ему. Родители с высокими показателями по шкале кооперация, высоко оценивают интеллектуальные и творческие способности ребенка, испытывают чувство гордости за него. Они поощряют инициативу и самостоятельность ребенка, старается быть с ним на равных.

Таким образом, по общим данным можно увидеть, что самый высокий процент 34% по шкале симбиоз.

Это говорит о том, что в общении с ребенком родитель соблюдает межличностную дистанцию. Он ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родитель постоянно ощущает тревогу за ребенка, ребенок ему кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителя повышается, когда ребенок начинает автономизироваться в силу обстоятельств, так как по своей воле родитель не предоставляет ребенку самостоятельности никогда.

Отношение к семье, в общем 18,8%, дети ставят ее на первый план, хотят, чтобы у них самих были дети.

,4% проявляют беспокойство и заботу о своих близких: Чтобы мама не болела, Папа много работает, Чтобы у папы был отпуск. 0,9% подростков признаются, что хотели бы, чтобы родители больше времени проводили с ними, общались.

Отношения между разными членами семьи варьирует: лучше всего они относятся к матери - 4,8%, к отцу только 2,8%, то есть в два раза меньше. Это объясняют тем, что отец относится к ним строго (ругает, не понимает) или его поведение неадекватно (много и часто выпивает). 3,8% безразлично относятся к обоим родителям.

Страхи и опасения возникают из-за школы, у детей возникает чувство страха перед зачетом, ответом по предмету. Это происходит с теми, которые положительно относятся к учебе, школе и учителям.

2. Опросник копинг-стратегий школьного возраста (И.М.Никольская, Р.М.Грановская) показал какие копинг-стратегии являются наиболее популярными с точки зрения детей младшего школьного возраста.

Так, самыми частыми по использованию оказались одиннадцать копинг-стратегий - их были склонны использовать в трудной и напряженной ситуации более 70% обследованных детей. Перечислим их:

. «Обнимаю, прижимаю к себе кого-то близкого, любимую вещь или глажу животное (собаку, кошку и др.)».

. «Смотрю телевизор, слушаю музыку».

. «Стараюсь забыть».

. «Прошу прощения, говорю правду».

. «Мечтаю, представляю себе что-нибудь».

. «Стараюсь расслабиться, оставаться спокойным».

. «Думаю об этом».

. «Говорю с кем-нибудь».

. «Рисую, пишу или читаю».

. «Плачу и грущу».

. «Играю во что-нибудь».

Самыми редкими по использованию были пять стратегий преодоления стресса: «кусаю ногти и ломаю суставы пальцев», «дразню кого-нибудь», «воплю и кричу», «схожу с ума», «бью, ломаю и швыряю». Их применяют менее 30% детей. Эти стратегии можно отнести к защитным механизмам реализации в действии и частично - к эмоциональным способам отреагирования.

Не все копинг-стратегии помогают детям в равной степени. На вопрос о том, какие способы действительно помогают снять напряжение и беспокойство, больше всего положительных ответов (более 60%) получили следующие, весьма популярные у детей, стратегии:

. «Обнимаю, прижимаю, глажу».

. «Прошу прощения, говорю правду».

. «Смотрю телевизор, слушаю музыку».

. «Рисую, пишу, читаю».

. «Стараюсь расслабиться, оставаться спокойным».

. «Мечтаю, представляю себе что-нибудь».

Сразу отметим - в этот перечень субъективно самых помогающих не вошли такие часто используемые стратегии совладания, как «стараюсь забыть», «думаю об этом», «говорю с кем-нибудь», «плачу, грущу». Рис.2.2. распределение копинг-стратегий в выборке.



Рис.2.2. распределение копинг-стратегий у детей младшего школьного возраста в выборке.

Выявим взаимосвязь между типами детско-родительских отношений с копинг-стратегиями. Распределение копиниг-стратегий у младших школьников в данной выборке (рис.2.3.)

Рис.2.3. Распределение копиниг-стратегий у младших школьников в данной выборке

У младших школьников, с типом детско-родительских отношений симбиоз, ведущими копинг-стратегиями являются «обнимаю, прижимаю, глажу» и «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным». Эти формы копинг-стратегий встретились у 100% испытуемых с данным типомдетско- родительских отношений. Второй по частоте использования копинг-стратегии для младших школьников с данным типом отношений, является «прощу прощения, говорю правду». Оно выявлено у 45% испытуемых. «Смотрю телевизор, слушаю музыку», «рисую, пишу, читаю», «мечтаю, представляю себе что-нибудь» при данном типе детско-родительских отношений используют 35% младших школьников.

При анализе распределения копинг-стратегий по шкале кооперация, видно, что наиболее используемыми копинг-стратегии, как и по шкале симбиоз, выступают «обнимаю, прижимаю, глажу» и «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» - встречается у 100% испытуемых. Но по шкале кооперация у 50% младших школьников было выявлено еще по три активно используемых копинг-стратегий. То есть, один из двух младших школьников с высоким показателем по шкале кооперация, в равной степени с стратегиями «обнимаю, прижимаю, глажу» и «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» с целью защиты используют, «прощу прощения, говорю правду», «смотрю телевизор, слушаю музыку», «мечтаю, представляю себе что-нибудь».

Дальнейший анализ показывает, что при высоких показателях по шкале авторитарная гиперсоциализация, ведущей копинг-стратегией у младших школьников является «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» - используют 100% испытуемых. И далее, по снижению значимости следует - «прощу прощения, говорю правду» выявлено у 57% испытуемых, «смотрю телевизор, слушаю музыку» - 42%, «рисую, пишу, читаю» - 28%.

Отсюда следует, что младшие школьники данной выборки, с типом детско-родительских отношений авторитарная гиперсоциализация, намного активнее в своей защите используют «прощу прощения, говорю правду», совсем не используют «мечтаю, представляю себе что-нибудь».

На первое место по шкале маленький неудачник, выходят «обнимаю, прижимаю, глажу» и «прощу прощения, говорю правду», их используют 100% младших школьников данной выборки. «Смотрю телевизор, слушаю музыку», «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» в данном стиле воспитания занимают второе место по предпочтению - выявлены у 66% младших школьников. «Рисую, пишу, читаю», используют 33%. У испытуемых, с высоким баллом по данной шкале, не было выявлено «мечтаю, представляю себе что-нибудь».

Таким образом, распределение копинг-стратегий по типам детско-родительских отношений наглядно показывает, что особенности и предпочтения в использовании тех или иных копинг-стратегий у младших школьников, находятся в определенной зависимости от типа отношений в семье.

Для вычисления соотношения параметров копинг-стратегий и типа детско-родительских отношений, их показатели были сведены в одну таблицу 2.1.

Таблица 2.1. Распределение копинг-стратегий по стилям семейного воспитания

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  Стиль воспит-ия Копинг- стратегии | Кооперация | Симбиоз | Авторитарная гиперсоц. | Маленький неудачник |
| «Обнимаю, прижимаю, глажу» | 30 | 30 | 0 | 30 |
| «Прошу прощения, говорю правду» | 15 | 14 | 17 | 30 |
| «Смотрю телевизор, слушаю музыку» | 15 | 11 | 13 | 20 |
| «Рисую, пишу, читаю» | 0 | 11 | 9 | 10 |
| «Стараюсь расслабиться, оставаться спокойным» | 30 | 30 | 30 | 20 |
| «Мечтаю, представляю себе что-нибудь» | 15 | 10 | 0 | 0 |

.Определим, существует ли корреляционная связь между копинг-стратегиями и стилем воспитания:

Х\*=1/4(30+30+0+30)=22,5

Y\*=1/4(76)=19

Z\*=14,75

F\*=7,5

D\*=27,5

G\*=6,25

. Вычислим выборочную ковариацию:

K(X,Y,Z,F,D,G)=1/4(30-22,5)\*(15-19)\*(15-14,75)+…+(30-22,5)\*(0-6,25)=14611

.Найдем выборочные дисперсии:

Dx=1/4(30-22,5)2+(30-22,5)2+…+(30-22,5)2=168,75y=41,5z=11,12f=19,25d=18,75g=42,18

. Вычислим выборочный коэффициент корреляции:

r(X,Y,Z,F,D,G)=14611/34432=0,42

5. Вычислим наблюдаемое значение критерия:

tэмп==0,42\*2/0,91=0,92

. Выберем уровень значимости α=0,1 и найдем критическую точку tкр=(0,1;4)=2,13

.Поскольку|tэмп|=0,922,13=tкр,, это свидетельствует о связи между рассматриваемыми явлениями.

Таким образом, ведущие копинг-стратегии младших школьников соотносятся с типами детско-родительских отношений.

Итак, нами было выявлено 6 детей (20 %-низкий уровень детско-родительских отношений), не удовлетворены своим положением в семье. 9 детей в семье имеет положительные детско - родительские отношения. В этих семьях царит благоприятная обстановка, забота. 15 детей (50%-средний уровень детско-родительских отношений) часто испытывают дискомфорт, хотя и удовлетворены. На наш взгляд, это происходит, потому что присутствует чрезмерная опека или чрезмерная строгость, что вызывает повышенную тревожность в поведении детей.

Тест «Неоконченное предложение». Результаты этого обследования помогли нам выявить отношения детей к родителям. Позитивные отношения наблюдаются у 9 детей (30 %). Негативные отношения испытывают 6 детей (20 %). В 50 % случаях дети иногда испытывают эмоциональный дискомфорт в семье. Хорошие взаимоотношения сложились в 9 семьях (30 %).

Проанализировав ответы родителей, мы получили следующую картину родительского отношения к детям: Оптимальные родительские отношения к ребёнку наблюдаются в 10 семьях (33 %). К нейтральному уровню можно отнести 14 семей (47 %). Родительские отношения, которые носят отрицательный характер, проявляются в шести семьях (20 %).

Распределение копинг-стратегий по типам детско-родительских отношений наглядно показывает, что особенности и предпочтения в использовании тех или иных копинг-стратегий у младших школьников, находятся в определенной зависимости от стиля их воспитания в семье.

**Заключение**

Анализ психолого-педагогической литературы помог определить сущность понятия копинг-стратегия, так в научной литературе чаще всего копинг-стратегия определяется, как готовность индивида решать жизненные проблемы. Предполагает сформированное умение использовать определенные средства для преодоления эмоционального стресса.

Формирование копинг-стиля ребенка в период 7-8 лет, характеризуется неравномерностью, гетерохронностью и наличием критических (кризисных) периодов: кризис 7 лет приводит к резкому снижению проявления всех основных видов копинг-стратегий, снижая общую адаптивность ребенка к стрессам; с возрастом устанавливается более зрелый, социально приемлемый копинг-стиль, ориентированный на решение проблемы.

По мере становления копинг-стиль ребенка становится более цельным, специфичным, осознанным и менее вариативным: формирование осознанности выбора защитного поведения и его изменение в сторону большей конструктивности свидетельствуют о развитии у него регуляторного опыта.

Поступление в школу ведет не только к формированию потребности в познании и признании, но и к развитию чувства личности. В большинстве случаев ребенок приспосабливает себя к новой жизненной ситуации, и в этом ему помогают разнообразные формы защитного поведения.

Наибольшая доля адаптивных стресс-совладающих стратегий в младшем школьном возрасте отмечается в сфере семейных взаимоотношений.

Тип детско-родительских отношений играет ведущую роль в становлении личности ребенка.

Нами было выявлено 6 детей (20 %-низкий уровень детско-родительских отношений), не удовлетворены своим положением в семье. 9 детей в семье имеет положительные детско-родительские отношения. В этих семьях царит благоприятная обстановка, забота. 15 детей (50%-средний уровень детско-родительских отношений) часто испытывают дискомфорт, хотя и удовлетворены. На наш взгляд, это происходит, потому что присутствует чрезмерная опека или чрезмерная строгость, что вызывает повышенную тревожность в поведении детей.

Тест «Неоконченное предложение». Результаты этого обследования помогли нам выявить отношения детей к родителям. Позитивные отношения наблюдаются у 9 детей (30 %). Негативные отношения испытывают 6 детей (20 %). В 50 % случаях дети иногда испытывают эмоциональный дискомфорт в семье. Хорошие взаимоотношения сложились в 9 семьях (30 %).

Проанализировав ответы родителей, мы получили следующую картину родительского отношения к детям: Оптимальные родительские отношения к ребёнку наблюдаются в 10 семьях (33 %). К нейтральному уровню можно отнести 14 семей (47 %). Родительские отношения, которые носят отрицательный характер, проявляются в шести семьях (20 %).

Распределение копинг-стратегий по типам детско-родительских отношений наглядно показывает, что особенности и предпочтения в использовании тех или иных копинг-стратегий у младших школьников, находятся в определенной зависимости от стиля их воспитания в семье.

# **Список литературы**

1. Бодров В. А. Личностная детерминация развития и преодоленияпсихологического стресса // Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы / под ред. А.Л.Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. Москва: Изд-во ИП РАН, 2008. - С. 235-256.

. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. М.: Академический проект, 2004.- С. 213-216.

. Брутман В.И., Варга А.Я., Хамитова И.Ю. Влияние семейных факторов на формирование девиантного поведения матери // Журнал практической психологии и психоанализа, 2002. №3 -. С. 325-328.

. Варга А. Структура и типы родительского отношения: Дисс..канд. Психол. наук. М., 1986. С. 137-148.

. Вассерман Л.И. с соавт. Вассерман Л.Т., Ерыщев О.Ф., Клубова Е.Б. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля: Пособие для врачей и психологов. - Спб,1999. - С. 58-63.

. Гарбузов В.И. Воспитание ребенка в семье : советы психотерапевта. -СПб: КАРО, 2006. С. 202-215.

. Горохова Л.Г. Особенности копинг-предпочтений подростков: тендерный аспект // Психология совладающего поведения: Материалы 1 международной научно-практической конференции (Кострома: 16-18 мая2007 года). Кострома: КГУ им. Некрасова 2007. - С. 140 - 142.

. Гущина Т.В. Защитное и совладающее поведение в дисфункциональной семье в период кризиса: Дисс.. канд. Психол. Наук. Кострома, КГУ им. Н.А.Некрасова, 2005. С. 112-116.

. Защиринская О.В., Наследов А.Д. Психология общения младших школьников: психодиагностика: учебное пособие. - СПб.: Издательский дом Санкт-Петербургского университета, 2006. - С.90-99.

. Кемпински А. Психопатология неврозов. Варшава, 1975. - С. 217-22.

. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. Монография.: Кострома, КГУ им. Н.А.Некрасова, Авантитул, 2004. С. 172-185

. Крюкова Т.Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения // Психологический журнал. 2005. - Т. 26, № 2. -С. 5-15.

. Крюкова Т.Д., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В. Психология семьи: семейный стресс и совладающее поведение. Кострома: ЮГУ им. Н.А.Некрасова, 2004. - С.173-184.

. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. - СПб.: Речь, 2000.-С. 24-58.

. Медицинская психодиагностика: Теория, практика и обучение. СПб.: Филологический факультет СПбГУ; М.: Издательский центр Академия. -2003.-С. 255-264.

. Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: Пособие для врачей и медицинских психологов / под ред. Л.И. Вассермана. - СПб, 2009. С. 28-30.

. Мёллер-Леймкюллер A.M. Стресс в обществе и расстройства, связанные со стрессом в аспекте тендерных различий // Социальная и клиническая психиатрия. 2004. - Т.14. - Вып.4. - С. 5-11.

. Николе М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепции и методы. М.: Эксмо, 2004. - С. 469-529.

. Никольская И.М., Грановская P.M. Психологическая защита у детей. -СПб.: Речь, 2006. С.14-19, 41-57,159-179.

. Перре М. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д. Карвасарского, 2-ое изд.- СПб.: Питер, 2000. С. 178-185.

. Практикум по возрастной психологии / под ред. JI.A. Головей, Е.Ф.Рыбалко, 2-е изд-е. СПб: Речь. - 2002. - С. 312-316.

. Сапоровская М.В. Детско-родительские отношения и совладающее поведение родителей как фактор школьной адаптации первоклассников: Дисс. канд. психол. наук. Кострома, 2002. - С. 185-188.

. Сирота H.A., Ялтонский В.М. Преодоление эмоционального стресса подростками. Модель исследования // Обозр. психиат. и мед. психол. -1993.-№1. С. 32-35.

. Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы / Подред. А.Л.Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. - Москва: Изд-во ИП РАН, 2008.-С.18-52.

. Спиваковская A.C. Психотерапия: игра, детство, семья. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. С. 26-28.

. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. -СПб.: Питер, 2001. С. 272-273.

. Тополова Е.В. Копинг-поведение детей-сирот старшего подросткового возраста // Психология совладающего поведения: Материалы 1 международной научно-практической конференции (Кострома: 16-18 мая 2007года). Кострома: КГУ им. Некрасова 2007. - С. 154-156.

. Филлипова Г.Г. Психология материнства: Учебное пособие. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. - С. 76-79.

. Фрейд 3. Психопатология обыденной жизни. М., 1923. - С. 167-171.

. Хабирова Е.Р. Исследование копинг-стиля в период ранней взрослости // Психология совпадающего поведения: Материалы 1 международной научно-практической конференции (Кострома: 16-18 мая 2007года). -Кострома: КГУ им. Некрасова 2007. С. 160-161.

. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В. Психология и психотерапия семьи. -СПб.: Питер, 2001.-С. 412-418.

. Якобсон П. Я. Эмоциональная жизнь школьника.- М., 1966.

. Ялтонский В.М. Копинг-поведение здоровых и больных наркоманией: Автореф. дисс. докт. мед. наук. СПб., 1995 - С. 48-49.

**Приложения**

**Приложение 1**

**ТЕСТ КИНЕТИЧЕСКИЙ РИСУНОК СЕМЬИ** **Бернса и Кауфмана**

Инструкция: Нарисуй свою семью так, чтобы ее члены были чем-то заняты. ВЫПОЛНЕНИЕ. Для выполнения рисунка предлагают стандартный чистый лист бумаги, карандаш 2М, ластик. Дополнительно можно предложить цветные карандаши.

В протоколе фиксируется время выполнения задания, все вопросы и высказывания испытуемого, стирания, поправки и прочее.

Беседа после окончания рисования включает в себя примерно такие вопросы:

. Кто нарисован на рисунке?

. Что делает каждый член семьи?

. Где они находятся?

. Им весело или скучно?

. Кто из них самый счастливый и почему?

. Кто самый несчастный, почему?

Кроме вопросов ребенку можно предложить решение нескольких ситуаций для выявления позитивных я негативных отношений в семье:

. Представь себе, что ты имеешь два билета в цирк. Кого бы ты позвал пойти с собой?

. Представь, что вся твоя семья идет в гости, но один из вас заболел и должен остаться дома. Кто он?

. Ты строишь из конструктора дом (вырезаешь бумажное платье для куклы) и у тебя не получается. Кого ты позовешь на помощь?

. Ты имеешь N число билетов (на один меньше, чем членов в семье) на интересную кинокартину. Кто останется дома?

. Представь себе, что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там пожить?

. Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья села играть, но вас одним человеком больше, чем надо. Кто не будет играть?

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ.

. Анализ структуры рисунка.

) Сравнение состава нарисованной семьи с реальной:

а) Если семья нарисована в полном составе - это признак эмоционального благополучия семьи.

б) Если на рисунке изображен не полный состав семьи, это может обозначать недовольство семейной ситуацией, наличие эмоциональных контактов в семье и даже агрессию.

в) Случай, когда на рисунке вообще нет людей или когда изображаются люди не связанные с семьей может свидетельствовать о:

неких травматических переживаниях по поводу семьи;

о чувстве отверженности, покинутости (например, дети из интерната);

об аутизме;

о высоком уровне тревожности, связанном с чувством небезопасности;

а также, отсутствии контакта между психологом и ребенком.

) Случаи уменьшения состава семьи на рисунке можно объяснить тем, что ребенок не рисовал тех, кто для него менее всего эмоционально привлекателен или тех, с кем у него существуют конфликты в семье. На вопрос, почему он их не нарисовал, ребенок дает ответ защитного характера: не хватило места, боюсь, это плохо получится и пр. Вместо них ребенок иногда рисует зверушек или птиц.

) Если ребенок не рисует себя или рисует только себя, это обозначает отсутствие чувства общности с семьей. Вариант, когда ребенок рисует только себя объясняется дополнительно в зависимости от того, как он это делает:

если он украшает образ на рисунке большим количеством деталей, аксессуаров, цветов и пр., а также делает изображение очень большим, то это может свидетельствовать о наличии эгоцентричности и, возможно, истероидных чертах характера;

если величина рисунка маленькая я совокупности с негативным эмоциональным фоном это признак чувства отверженности, покинутости, иногда - аутических тенденций.

вариант, когда ребенок на рисунке увеличивает состав семьи может объясняться наличием таких тенденций, как:

неудовлетворенные психологические потребности в кооперативных равноправных связях, то есть желание иметь для общения ребенка того же возраста (брат, сестра);

потребность быть в обществе других людей;

желание занять родительскую охраняющее-руководящую позицию по отношению к другим детям (то есть на рисунке изображен ребенок или какое-нибудь животное, птица и пр.);

потребность в человеке, способном удовлетворить стремление к близкому эмоциональному контакту;

кроме того, иногда это может быть связано с символическим разрушением целостности семьи, месть родителям вследствие ощущения отверженности, ненужности.

. Расположение членов семьи, особенности их взаимодействий.

а) Семья нарисована в полном составе, с соединенными между собой руками, или семья занята одним делом - все это признак сплоченности, эмоционального благополучия семьи, включенности ребенка в эту ситуацию.

б) На низкий уровень эмоциональных связей в семье могут указывать такие признаки как:

разобщенность членов семьи на рисунке;

большое расстояние между ними;

помещение между ними различных предметов или стены, например, отец - газета, мать - плита или гладильная доска.

Особо неприятные персонажи помещаются в рамку или рисуются отдаленно от остальных. Если ребенок нарисовал себя в стороне от других, это свидетельствует о чувстве отчужденности.

в) Если члены семьи вовлечены в какую-нибудь соревновательную игру, например, игру в мяч - это обозначает, что ребенок признает существование связи, взаимного интереса между ними, а также, наличия соперничества за влияние в семье.

Мяч возле головы одного из персонажей означает, что ребенок признает за ним активную, решающую роль в семейной жизни. Мяч лежит или подпрыгивает возле ноги какого-нибудь персонажа - неадекватная роль этого персонажа в процессе соперничества.

. Последовательность и особенности рисования членов семьи.

а) Наиболее значимый персонаж рисуется первым, большего размера, чем все остальные, более тщательно и детадизированнее, дольше всех остальных. В процессе рисования ребенок может возвращаться, подправлять и дополнять его.

б) Отрицательное отношение к какому-либо члену семьи может выражаться через недетализированное или неполное (без каких-либо частей тела, например) изображение. Использование штриховки для изображения персонажа может обозначать наличие конфликтов в отношении с ним или отсутствии аффективных связей. Так же можно объяснить и паузы, сомнения перед рисованием какого-либо персонажа.

в) Величина фигуры рисовальщика по сравнению с другими фигурами может быть разной. Если она больше или наравне с другими, то это трактуется либо как признак соревнования за родительскую любовь с другим родителем или братом - сестрой. Если же фигура автора меньше остальных, что не слишком соответствует реальности, то это - признак чувства незначительности или требование заботы со стороны родителей. По тому, как или в каком стиле ребенок рисует себя (насколько он напоминает других персонажей), можно установить, с кем он себя идентифицирует, соответствует ли это его полу.

. Символика рисунка:

а) Грязь (сваленные в кучу грязных листьев в саду, грязные пятна на полу и т. д.) - символ внутреннего беспокойства ребенка из-за неприятных для него моментов: дисгармония, действия и поведения, вызывающие у него чувства вины и т. д.

б) Вода, лед, дождь, звезды, холодильник и все, что касается холода - символ депрессивного настроения в данный момент или в потенции. Об этом же могут свидетельствовать кровати и лежащие на них спящие или больные люди, если ребенок идентифицирует себя с ними.

в) Символы соперничества: спортивные игры или оборудование, дерущиеся кошка с собакой.

г) Цветы и бабочки - символ реального или желаемого спокойствия и безмятежности.

д) Шарики, бумажные змеи - символ чувства давления, от которого ребенок пытается избавиться.

е) Символы агрессии: детская кроватка или клетка, как символ пленения, лишения свободы, наказания. Здесь же - барабан, оружие, молот, мотыга или грабли, дикие животные (например, при посещении зоопарка).

ж) Дорожные знаки - символ сдерживания эмоций, подчинения правилам, навязанным ребенку в большей степени школой.

з) Символы власти и угрозы: метла, выбивалка для одежды, пылесосы, грузовики, промышленная техника нависшие над головой здания.

и) Изображение опасных для жизни предметов между персонажами (оружие, ножницы, столовые ножи и т.д.) - символ агрессивности, существования фактора соперничества.

**Приложение 2**

**Тест Неоконченное предложение**

ОБРАБОТКА.

Первоначально каждое окончание предложения оценивается с точки зрения выражения школьником положительного или отрицательного отношения к одному из четырех показателей мотивации учения

- вид личностно значимые деятельности учащегося (учение, игра, труд и т.д.);

- личностно значимые для ученика субъекты (учитель, одноклассники, родители, влияющие на отношение учащегося к учению);

- знак отношения учащегося к учению (положительное, отрицательное, нейтральное), соотношение социальных и познавательных мотивов учения в иерархии;

- отношение учащегося к конкретным учебным предметам и их содержанию.

Если окончание предложения не содержит выраженного эмоционального отношения к показателям мотивации учения, то оно не учитывается при анализе. Далее подсчитывается сумма положительных и сумма отрицательных оценок данного показателя мотивации учения.

Для более полной картины необходимо привлечение данных, полученных по другим методикам, приведенным в таблиц ниже.

Данные, полученные при обработке каждой из методик по выделенным показателям, заносятся в таблицу (вывод 1).

Тот показатель, который наиболее ярко раскрывается с помощью данной методики, помечен значком X.

Далее сравниваются результаты по каждому показателю внутри одного типа методик - прямых, проективных и косвенных. По каждому типу методик делается вывод по данному показателю (вывод 2). Затем сравниваются результаты среди всех типов методик и делается заключительный вывод (вывод 3) по каждому показателю, а также обо всей мотивации учения школьника в целом.

Обобщающая таблица результатов диагностики мотивации учения младших школьников по выделенным показателям выглядит следующим образом.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Показатели мотивации учения школьников |
| Тип методик | Название методик | Виды личностно-значимой деятельности | Личностно-значимые субъекты | Отношение к учению(+), Н, нейтральное; соотношение мотивов учения в иерархии | Отношение к отдельным учебным предметам (основным и не основным) |
|  |  | Вывод 1 | Вывод 1 | Вывод 1 | Вывод 1 |
| Косвенные | 1. Наблюдение | Х | Х | Х | Х |
|  | 2. Беседа с учителем | Х | Х | Х | ХХ |
|  | 3. Беседа с родителями |  |  |  |  |
|  | 4. Анкета для родителей | Х | Х | Х | Х |
| ПРЯМЫе | 5. Критерий текущей успеваемости |  |  | Х | Х |
|  | 6. Беседа (свободная) с учеником Вывод 2 | Х | Х | Х | Х |
|  | 7. Беседа интервью | Х | Х | Х | Х |
|  | 8. Лесенка уроков |  |  |  | Х |
|  | 9. Лесенка побуждений |  | Х | Х | Х |
|  | 10. Сочинение | Х | Х | Х | Х |
|  | Вывод 2 11) Рисуночная | Х | Х | Х | Х |
| ПРоективные | 12. Составь расписание |  |  | Х | Х |
|  | 13. Закончи рассказ | Х |  |  |  |
|  | 4. ЦТО | Х | Х | Х | Х |
|  | 15. Неоконченные предложения | Х | Х | Х | Х |
|  | Вывод 2 |  |  |  |  |
|  | Вывод 3 |  |  |  |  |

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Сумма положительных и сумма отрицательных оценок данного показателя мотивации учения сравниваются между собой, и делается окончательный вывод по данному показателю. Так, если по показателю отношение к учению восемь окончаний предложений были оценены как положительные, а одно - как отрицательное, то делается общий вывод о положительном отношении школьника к учению. На основании анализа первичных данных делается вывод о мотивации учения в целом, о её компонентах и степени их выраженности.

**Приложение 3**

**Тест Неоконченные предложения**

ИНСТРУКЦИЯ: … Сейчас я буду зачитывать тебе начало предложения, а ты как можно быстрее придумай к нему продолжение.

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

. Я думаю, что хороший ученик - это тот, кто...

. Я думаю, что плохой ученик - это тот, кто...

. Больше всего я люблю, когда учитель...

. Больше всего я не люблю, когда учитель...

. Больше всего школа мне нравится за то, что...

. Я не люблю школу за то, что...

. Мне радостно, когда в школе...

. Я боюсь, когда в школе...

. Я хотел бы, чтобы в школе...

. Я не хотел бы, чтобы в школе...

. Когда я был маленьким, я думал, что в школе...

. Если я невнимателен на уроке, я...

. Когда я не понимаю что-нибудь на уроке, я...

. Если мне что-то непонятно при выполнении домашнего задания, я...

. Я всегда могу проверить, правильно ли я...

. Я никогда не могу определить, правильно ли я...

. Если мне нужно что-нибудь запомнить, я...

. Когда мне что-нибудь интересно на уроке, я...

. Мне всегда интересно, когда на уроках...

. Мне всегда неинтересно, когда на уроках...

. Если нам не задают домашнего задания, я...

. Если я не знаю, как решить задачу, я...

. Если я не знаю, как написать слово, я...

. Я лучше понимаю, когда на уроке...

. Я хотел бы, чтобы в школе всегда...

**Приложение 4**

**ТЕСТ-ОПРОСНИК РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ (А.Я. ВАРГА, В.В. СТОЛИН)**

Инструкция: “Внимательно прочитайте утверждения, против каждого поставьте ответ “верно”, если оно совпадает с вашим отношение к своему ребёнку, или “не верно”, если не совпадает.

.Я всегда сочувствую своему ребёнку.

.Я считаю своим долгом знать всё, что думает мой ребёнок.

.Я уважаю своего ребёнка.

.Мне кажется, что поведение моего ребёнка значительно отклоняется от нормы.

.Нужно подольше держать ребёнка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.

.Я испытываю к ребёнку чувство расположения.

.Хорошие родители ограждают ребёнка от трудностей жизни.

.Мой ребёнок часто неприятен мне.

.Я всегда стараюсь помочь моему ребёнку.

.Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребёнку приносит ему большую пользу.

.Я испытываю досаду по отношению к своему ребёнку.

.Мой ребёнок ничего не добьётся в жизни.

.Мне кажется, что дети потешаются над моим ребёнком.

.Мой ребёнок часто совершает такие поступки, которые кроме презрения, ничего не стоят.

.Для своего возраста мой ребёнок немножко незрелый.

.Мой ребёнок ведёт себя плохо специально, чтобы досадить мне.

.Мой ребёнок впитывает в себя всё дурное, как “губка”.

.Моего ребёнка трудно научить хорошим манерам при всём старании.

.Ребёнка следует держать в строгих рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.

.Я люблю, когда друзья моего ребёнка приходят к нам в дом.

.Я принимаю участие в своём ребёнке.

.К моему ребёнку “липнет” всё дурное.

.Мой ребёнок не добьётся ничего в жизни.

.Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немножко стыдно, что мой ребёнок не такой умный и способный, как бы мне хотелось.

.Я жалею своего ребёнка.

.Когда я сравниваю своего ребёнка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению, и по суждениям.

.Я с удовольствием провожу с ребёнком всё свободное время.

.Я часто жалею о том, что мой ребёнок растёт и взрослеет, и с нежностью вспоминаю его маленьким.

.Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребёнку.

.Я мечтаю о том, чтобы мой ребёнок достиг всего того, что мне не удалось в жизни.

.Родители должны приспосабливаться к ребёнку, а не только требовать этого от него.

.Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребёнка.

.При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребёнка.

.Я очень интересуюсь жизнью моего ребёнка.

.В конфликте с ребёнком я часто могу признать, что он по-своему прав.

.Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.

.Я всегда считаюсь с ребёнком.

.Я испытываю к ребёнку дружеские чувства.

.Основная причина капризов моего ребёнка - эгоизм, упрямство и лень.

.Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребёнком.

.Самое главное, чтобы у ребёнка было спокойное и беззаботное детство.

.Иногда мне кажется, что мой ребёнок не способен ни на что хорошее.

.Я разделяю увлечения своего ребёнка.

.Мой ребёнок может вывести из себя кого угодно.

.Я понимаю огорчения своего ребёнка.

.Мой ребёнок часто раздражает меня.

.Воспитание ребёнка - сплошная нервотрёпка.

.Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.

.Я не доверяю своему ребёнку.

.За строгое воспитание дети благодарят потом.

.иногда мне кажется, что ненавижу своего ребёнка.

.В моём ребёнке больше недостатков, чем достоинств.

.Я разделяю интересы своего ребёнка.

.Мой ребёнок не в состоянии что-либо сделать самостоятельно, а если и сделает, то обязательно не так.

.Мой ребёнок вырастет неприспособленным к жизни.

.Мой ребёнок нравится мне таким, какой он есть.

.Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребёнка.

.Нередко я восхищаюсь своим ребёнком.

.Ребёнок не должен иметь секретов от родителей.

.Я невысокого мнения о способностях моего ребёнка и не скрываю этого от него.

.Очень желательно, чтобы ребёнок дружил с теми детьми, которые нравятся его родителям.

Высокий тестовый балл интерпретируется как:

отвержение;

социальная желательность;

симбиоз;

гиперсоциализация;

инфантилизация (инвалидизация).

**Приложение 5**

**Результаты анкетирования по выяснению детско-родительских отношений**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Испытуемые | мать | отец | сестра | брат | семья | ровесники | учителя | школа | Люди в целом | страхи | здоровье | планы мечты  |
| 1д | ++ | - |  | 0 | + | + | + | ++ |  |  |  | Путешествие, обеспеченность, в техникум |
| 2м | ++ | - |  | 0 | + | - | 0 | -- | + | - |  | Не о чем не мечтает, работать |
| 3м | -0 | 0 | 0 | 0 | +- |  | 0 | +- |  |  |  | Купить машину |
| 4д | ++ | +- | + | + | + | 0 |  | 0 | - | - | +- | Чтобы в будущем было все хорошо |
| 5д | +- | - | + | - | +- | -0 | + | +- |  |  |  | О хорошей дружбе |
| 6д | ++ | - |  |  | +- | - | - | +- | - | + |  | Счастье |
| 7д | +0 | - | + |  | +- | 0 | + | +- | + | + |  | Много денег, косметологом |
| 8м | +0 | - |  | +- | +- | - | - |  | - |  | + | Компьютер |
| 9м | ++ | + |  | + | + | 0 | + |  | \_ |  |  | Машина, работа |
| 10м | ++ | - |  | - | +- | - | + | - |  |  |  | Машина |
| 11д | ++ | - | + | + | + | 0 |  | +0 | + | + |  | Личные мечты |
| 12м | +0 | +- | 0 | 0 | +0 |  | + | - | + | - |  | Работа, мопед, деньги |
| 13м | +0 | + | 0 | 0 | +0 | - | + | - |  |  |  | Счастливая семья, закончить учебу |
| 14м | +0 | - |  |  |  |  |  | - |  |  | - | Компьютер, о хорошем |
| 15м | ++ | + | 0 | 0 | + | - | + |  |  | + |  | Компьютер, путешествовать |
| 16д | ++ | + |  | + |  | + | + | + | 0 |  |  | Ничего определенного |
| 17д | + | + |  |  | + | + | + | + | 0 | + |  | Быть с папой, много детей |
| 18д | +0 | - | - | 0 | + | 0 | + | 0 | - |  | мамы | Светлое будущее |
| 19д | + | - |  | 0 | +- |  |  | 0 | - | + |  | Фотоаппарат |
| 20д | + | +- | + | + | + |  |  |  |  |  |  | Светлое будущее |
| 21д | ++ | - | 0 | 0 | +- |  | 0 | - | - | + |  | Быть счастливым, работать |
| 22д | ++ | +- | 0 | - | +- |  |  | +- | - |  |  | Чтобы была семья |
| 23д | ++ | - | 0 | 0 | + |  |  | +0 |  | + |  | Счастье, любовь, быть хорошим человеком |

**Приложение 6**

**ОПРОСНИК КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (И.М.Никольская, Р.М.Грановская)**

Инструкция.

. Подумай о том, что ты делаешь, когда чувствуешь напряжение или беспокоишься о чем-то. Обычно это бывает, когда случаются неприятные события.

. Отметь крестиком в I столбце те копинг-стратегии (способы поведения), которые ты чаще всего используешь в трудных и неприятных для себя ситуациях.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Способы поведения | I | II |
| Остаюсь сам по себе, один Кусаю ногти или ломаю суставы пальцев Обнимаю или прижимаю к себе кого-то близкого, любимую вещь или глажу животное (собаку, кошку и пр.) Плачу и грущу Мечтаю, представляю себе что-нибудь Делаю что-то подобное Гуляю вокруг дома или по улице Рисую, пишу или читаю что-нибудь Ем или пью Борюсь или дерусь с кем-нибудь Схожу с ума Бью, ломаю или швыряю вещи Дразню кого-нибудь Играю во что-нибудь Бегаю или хожу пешком Молюсь Прошу прощения или говорю правду Сплю Говорю сам с собой Говорю с кем-нибудь Думаю об этом Стараюсь забыть Стараюсь расслабиться, оставаться спокойным Гуляю, бегаю, катаюсь на велосипеде Смотрю телевизор, слушаю музыку Воплю и кричу |  |  |

. Теперь прочти этот список еще раз и во II столбце отметь крестиком те способы, которые тебе обычно помогают справиться с напряжением и беспокойством.

. Напиши, что еще ты делаешь в такой напряженной, тревожной и неприятной ситуации.

. Нарисуй на обороте листа ту неприятную ситуацию, которую ты вспомнил.