

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»  
Институт психологии  
Кафедра психологии образования

**Обеспечение психологической безопасности в многопоколенных семьях**  
Выпускная квалификационная работа

Направление подготовки 44.04.02 – Психолого-педагогическое образование  
Направленность «Психология семьи и семейное консультирование»

ВКР допущена к защите  
зав. кафедрой

\_\_\_\_\_ Н.Н. Васягина  
(подпись)

«    ноября 2019 г.

Руководитель ОПОП:

\_\_\_\_\_ Н.Н. Васягина  
(подпись)

Исполнитель:

Колесников Иван Михайлович,  
студент МПСО – 1501 группы

\_\_\_\_\_ (подпись)

Научный руководитель:

Григорян Елена Николаевна,  
кандидат психологических наук,  
доцент

\_\_\_\_\_ (подпись)

Екатеринбург 2019

<b>Глава 1. Теоретические основы исследование психологической безопасности в многопоколенных семьях</b>	
1.1 Многопоколенные семьи как предмет психологических исследований.....	6
1.2 Психологические детерминанты многопоколенных семей.....	12
1.3. Особенности психологической безопасности как критерия психологического комфорта.....	15
Вывод по первой главе.....	23
<b>Глава 2. Эмпирическое изучение исследование психологической безопасности в многопоколенных семьях</b>	
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики.....	24
2.2 Программа психолого-педагогического развития психологической безопасности в многопоколенных семьях.....	36
2.3. Анализ и интерпретация эмпирических данных.....	42
Вывод по второй главе.....	48
Заключение.....	48
Список используемой литературы.....	51
Приложение.....	56

## **Введение**

Семья является одним из самых важных социальных институтов, который функционирует исходя из определенных тенденций, имеющих конкретно-исторический характер. Влияние современных тенденций приносит серьезные изменения в российских семьях, которые, в свою очередь влияют как на саму семью, так и на обществе в целом. В современных условиях развития общества на первое место выходит семья и внутрисемейные отношения, обострилась проблема межпоколенческого общения в семье, так как семейные взаимоотношения носят более эмоциональный и духовный характер, на второй план сместились экономические и демографические модели взаимодействия в семье. Наибольшее значение для окружающих теперь имеет общение с близкими и взаимопонимание, что вынуждает современную семью создавать новые модели межпоколенческого взаимодействия. На сегодняшний день состояние семьи в России обусловлено рядом факторов, основными из которых являются: общие цивилизационные тенденции и процессы, присущие современным брачно-семейным отношениям; специфика российской культуры, региональные, этнические и религиозные особенности.

В связи с жилищными трудностями, проблемами в воспитании детей, а также по ряду иных причин семьи детей остаются в одной из семей с родителями. Что и приводит к возникновению межличностных конфликтов, которые в свою очередь влияют на ощущение личностные показатели, в том числе и психологическую безопасность.

Проанализировав исследования как отечественных, так и зарубежных исследователей, мы пришли к выводу, что в настоящее время, большинство научных исследований и программ сопровождения посвящено проблемам нуклеарной семьи, в то время как значительная часть населения продолжает находиться внутри многопоколенных семей. В результате чего, достаточно большой части населения не достается должного внимания и помощи в

сложившихся ситуациях. Существующие программы психолого-педагогического сопровождения зачастую не отвечают тем требованиям, которые предлагают многоколенные семьи по причине наличия проблем, которые не учитываются при разработке программ для нуклеарных семей.

**Цель исследования:** теоретически описать, разработать и обосновать программу обеспечения психологической безопасности в многопоколенных семьях.

**Объект исследования:** психологическая безопасность в многопоколенных семьях.

**Предмет исследования:** динамика психологической безопасности в многопоколенных семьях в процессе реализации программы сопровождения.

**Гипотеза:** Целенаправленное развитие психологической безопасности в многопоколенных семьях возможно в процессе реализации программы психолого-педагогического сопровождения.

**Задачи:**

На теоретическом уровне определить структуру и содержание феномена психологической безопасности.

На теоретическом уровне описать феноменологию многопоколенных семей.

На эмпирическом уровне исследовать особенности психологической безопасности многопоколенных семей

Разработать и апробировать программу развития психологической безопасности в многопоколенных семьях.

Теоретико-методологической основой исследования является системный подход, в котором семья рассматривается в качестве открытой системы, элементы которой взаимодействуют друг с другом и окружающими системами. (Васягина Н.Н. Варга А.Я. Карбанова О.А., Николе М., Черников А. В., Эйдемиллер Э.Г.) является системно-личностный подход, в котором семья рассматривается в качестве открытой системы, элементы которой

взаимодействуют друг с другом и окружающими системами, а понятие психологической безопасности является ситуацией личностного психологического комфорта, выражающаяся в осознании собственного статуса, чувства собственного достоинства и неприкосновенности, а также эмоциональное принятие себя.

#### **Методы исследования:**

Теоретический анализ, эмпирический психодиагностический метод (тест Анализ семейной тревоги, методика «Семейная социограмма» (Э. Г. Эйдемиллер, О. В. Черемисин), методика «Кинетический рисунок семьи» (КРС) Р. Бэнса, С. Кауфмана, Опросник «Взаимодействие родитель-ребенок (ВРР), шкала семейной адаптации и сплоченности. Д.Х. Олсона, Методика PARI. тест-опросник изучения родительских установок, Шефер Е.С. и Белл Р.К., методы математико-статистического анализа (U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона).

Практическая значимость исследования заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы для создания методических рекомендаций для психологов по обеспечению благоприятного уровня психологической безопасности в многопоколенных семьях.

**Структура работы** включает введение, две главы, заключение, библиографический список, приложения. В библиографическом списке представлено 52 источника по теме исследования, в том числе 1 на иностранном языке, а также 3 интернет-источника. В приложении представлены материалы о методике, упражнения тренинга, предоставленного респондентам. Работа иллюстрирована гистограммами.

## **Глава 1. Теоретические основы исследование психологической безопасности в многопоколенных семьях**

### **1.1. Многопоколенные семьи как предмет психологических исследований**

В современных реалиях развития общества весомую значимость приобрела семья и взаимоотношения внутри семьи. На второй план отходят экономические и демографические модели взаимодействия в семье. Обострилась проблема между поколениями внутри семьи, это связано с тем, что семейные взаимоотношения носят всё-таки более эмоциональный и духовный характер.

В начале нулевых В.Н. Дружин отмечал, что семья является главным и основным компонентом среды, в которой живет человек, словно в коконе, в первую четверть жизни и которую он пытается построить всю оставшуюся жизнь[13]. Практически все мы стремимся к идеальному браку и хотим ощущать себя частью счастливой семьи. Английский психолог М. Аргайл удовлетворенность браком тесно связывает с общей удовлетворенностью жизнью и состоянием счастья[24]. С другой стороны, неблагоприятные семейные события могут оказаться еще большее существенными стрессорами, которые увеличивают восприимчивость человека к негативному воздействию, снижающими его жизнестойкость.

Семьи с несколькими поколениями обратили на себя внимание психологов в середине XX в. История появления генеалогической проблематики берет своё начало от двух известных психологов Я. Л. Морено и М. Боуэна. Якоб Морено уже тогда смогу заметить значимость этой проблематики в процессе изучения «социального атома» человека и сложные семейные взаимоотношения, отражающиеся в его графической структуре. Боуэн в своих работах описывал явление семейной проекции и межпоколенной передачи как механизмы, связывающие между собой поколения не на генетическом уровне, а психологическом, то есть, через

отношения. В след за Морено и Боуэна свой взгляд на генеалогическую проблематику стали обращать представители французской школы социального психоанализа. Большое количество переизданий, включавшие в себя и русифицированные источники, прошла книга А. Шутценбергер «Синдром предков», в которой явление многопоколенной семьи раскрывается через психотерапевтическую практику.

Один из наиболее известных авторов по генеалогической проблематике, французский психотерапевт Винсент де Гольжак, вводит основные понятия и тем самым ограничивает количество проблем, связанных с отношениями между поколениями. К категории основных понятий Винсент относил:

генеалогический порядок, который подразумевает определение места человека в социальном порядке мира;

генеалогический императив, суть которого заключалась в потребности семейного сообщества передать «наследнику» социальный статус, а также нормы отношений и правила, который установлен в семье;

отношения идентификации и контриденфикации, формирующиеся у потомков с предками;

межпоколенная передача являющаяся формой навязанного поведения, выражается через закрепление у потомков разрушительных установок и поведения в отношении себя и других;

социальная траектория которая представляет из себя практики, реализуемые сообществом семьи и его отдельными представителями в социальном пространстве жизнедеятельности семьи.

Связь поколений семьи между собой многими видами сознательных и бессознательных отношений, а также сама многопоколенная семья представляют из себя организованную общность. Таким видом агрегации, которая не получила еще права на жизнь в психологии.

Социальная психология традиционно разделяет социальные группы по уровню численности на большие и малые социальные группы. Малые социальные группы являются основным объектом научных исследований в социальной психологии. Данный феномен достаточно хорошо изучен. Большие социальные группы стали предметом исследования социальных психологов относительно, хотя и были выделены раньше малых групп.

Многопоколенная семья это уникальный вид социальной общности, находящейся между большими и малыми социальными группами, которая до сих пор остается малоизученным социальным объектом.

Несмотря на то, что на многопоколенную семью довольно долгое время психологическая наука не обращала внимания, в других науках подобная семья уже была предметом исследования, где в качестве обозначения обретала новые синонимичные названия, такие как род, родовой союз, родовое сообщество. Общественно принятое определение понятия «род» как «группы кровных родственников, ведущих свое происхождение по одной линии, по большей части осознающих себя потомками общего предка, носящих общее родовое имя, имплицитно предполагает, что род составляют люди, чье существование совпадает во времени. Члены семьи могут принадлежать разным поколениям, но в то же время являются современниками, их объединяет общее родовое имя и память об общем предке.

Уникальность многопоколенной семьи как вида социального единства определяется несколькими важными чертами:

Многопоколенная семья является одной из самых древних форм человеческой организации, от которой в свою очередь выросли все другие формы социальных организаций, несущих в себе ее отпечаток.

Многопоколенная семья выступает в виде репродуктивной группы, которая самовосполняется, рождая и включая в процесс социализации своих членов. Отличительной особенностью от всех других социальных групп



является то, что она не «находит», а «создает своих». Данная группа, связанна кровным родством. Репродуктивные связи в ней одних из самых крепких, а диады ребенок-мать являются наиболее сильными и наименее разрушаемыми.

Многопоколенная семья появляется и воссоздается благодаря браку. Брак можно назвать вторым после репродукции механизмом приращения численности, значение которого в культуре трудно переоценить.

Исторически брак никогда не был делом двоих, даже в современном обществе предполагается объединение двух родственных групп и установление между ними взаимоотношений.

Как известно, во все времена в разных культурах именно многопоколенная семья являлась преобладающей. Причиной тому служили экономические факторы. Большинство населения вплоть до периода промышленных революций проживала в сельской местности, где семья выступала в качестве производственной ячейки. Мотивы экономической целесообразности подкреплялись особенностями традиционных связей, строящихся приоритетно по кровнородственному принципу. При таких условиях все коллективная деятельность, в том числе и хозяйственная, осуществлялась в кооперации с близкими родственниками. Большое количество детей зачастую являлись бесплатной рабочей силы, а более старшее поколение, которое уже не способно было трудиться, реализовывали такую важнейшую функцию, как социализация[28].

Изменение ситуации начало происходить в период, когда рост промышленности предоставил альтернативу в качестве города. Проживание в городе предлагает определенные особенности, которые сдерживают рост семей и способствует созданию нуклеарных семей как наиболее предпочтительной формы проживания. К таким особенностям относятся: условия проживания, включающие в себя, как правило, небольшие квартиры, или что еще хуже бараки, в которых понятие приватности ушло полностью.

К этому добавилось уменьшение количества детей, так как они переходят из разряда работников в разряд потребителей. Задачами социализации теперь стали заниматься образовательные учреждения, что в свою очередь сняло с пожилого поколения статуса социализатора.

Наравне с объективными обстоятельствами не стоит забывать о факторах психологического порядка, к таким можно отнести необходимость решать в расширенной семье коммуникативные проблемы сложносоставного характера, обусловленные наличием большего количества социальных ролей в многопоколенных семьях[28].

Проанализировав тенденции функционирования современной семьи можно сделать вывод о том, что большинство изменений, коснулись прежде всего тех элементов, которые ранее скрепляли семью в единое целое. Сейчас среди научной, а также публицистической литературы часто можно отследить мнение о том, что институт семьи находится в глубоком кризисе, а в развитии семьи появились новые тенденции, которые имеют могут в последствии очень серьезно повлиять не только на семью, но и на общество в целом[34].

В первую очередь, стоит выделить тенденции изменения брака, который служит основой, фундаментом для семьи и определяет содержание супружества.

С середины XX века можно отследить тенденцию сокращения количества заключаемых браков в развитых странах, что в свою очередь приводило к сокращению численности семей.

Базой семьи является пара супругов, которая, в традиционной семье состоит из мужчины и женщины, заключивших брак. Брак является тем самым социальным институтом, который способствует реализации потребности человека в продолжении рода. Брак представляет собой особый культурный феномен, который определяет более или менее постоянный союз между партнерами и обеспечивающий правомерность их потомства[34]. В

научной литературе приводятся разные определения брака. В английской социологии брак определяется как социально признанный и одобренный союз полов между двумя взрослыми индивидами[28].

Среди развитых стран, начиная уже с середины прошлого века, отслеживается тенденция снижения числа официальных браков и увеличение количества союзов в форме сожительства. Российские демографы и социологи обращали внимание на этот процесс в 80-е гг. XX в. и подчеркивали, что он продолжается и в XXI в. Так, в России только за период с 2002 по 2010 г. число супружеских пар уменьшилось на 1 млн. и составило 33 млн.

Одновременно с тенденцией сокращения численности официальных браков наблюдался рост численности внебрачных сожительства, которые начали активно распространяться в ряде Европейских стран со второй половины прошлого века. Так например, в конце XX в. в Великобритании каждый пятый из категории неженатых мужчин и незамужних женщин в возрасте от 16 до 59 лет сожительствовал со своим партнером[35].

Несомненно, современная семья претерпела значительные изменения и отличается от традиционной, довольно часто в последнее время отслеживается возникновение и распространение, нового типа семьи – модифицированной широкой семьи, в которой три, а иногда и более поколений, которые не живут под одной крышей, однако поддерживающие тесные контакты[35]. Происходящие изменения оказывают влияние не только семью, но и общество в целом. И если раньше бабушки и дедушки, занимались воспитанием своих внуков, могли предположить их судьбу, учитывая традиционность семейного и общественного уклада, преемственность родительского и прародительского рода занятий, то в настоящее время в связи постоянными изменениями в обществе им это сделать гораздо сложнее.

Резюмируя все вышесказанное, мы определяем многопоколенную семью как уникальный вид социальной общности, которая находится между большими и малыми социальными группами и остается до сих пор неизученным социальным объектом.. В нашем исследовании под многопоколенной семьёй мы будем тип семьи, в которой три и более поколений, связанных общим хозяйством, а также проживающих на одной территории.

## **1.2 Психологические детерминанты многопоколенных семей**

Многопоколенная семья является основной семейной единицей и достаточно распространена практически по всему земному шару. Причины формирования таких семей могут быть разными, например, единственный ребенок в семье. Для некоторых являются некомфортными ситуации, в которых взрослые дети покидают отчий дом, но при этом сами еще не имеют достаточных средств для обособленного проживания. Другие причины включают материальное положение и здоровье старших членов семьи.

Основные как экономические так и демографические преимущества расширенной семьи в течение долгого времени вынуждали малые семьи отказываться от обособления. Нуклеарные семьи, в процессе группирование вокруг супружеской основы никогда не выступали в роли оппозиции для расширенной большой семьи, скорее наоборот, такие семьи при первом же удобном случае сами стремились перейти в разряд многопоколенной, поскольку чувствовали свою неполноценность и незавершенность по сравнению с ними. На каждого члена такой семьи уже в меньшей степени оказывали своё влияние экономические, демографические и прочие ситуации, которые случались в прошлом.

Однако, за это чувство безопасности и защищенности супружеским семьям приходилось расплачиваться по другому. Платой за безопасность являлось рассредоточение внимания. С одной стороны, семьи должны были следить теперь своими потребностями, такими как продолжение рода,

воспитание детей, с другой стороны, особого внимания требовало и окружение таких семей, в это окружение входили остальные члены многопоколенной семьи.

Такое положение вещей наблюдалось не только в России, но и в мире. Крестьяне постоянно сталкивались с проблемами голода, лишений во всем и постоянной борьбой за существование. Расширенная семья в данном случае лучше соответствовала сложившимся условиям в сфере земледелия, чем существенно повышала шансы всей семьи на выживание. Перед этим доводом все остальные причины на отказ от многопоколенных семей уходили на второй план. Особое внимание исследованию экономических преимуществ таких семей занялись только во второй половине 19 века. Но не только экономические причины влияли на поддержание такого типа семей, с точки зрения демографии, многопоколенные семьи являлись также очень выгодными по сравнению с нуклеарными. Так например, вероятность лишиться поддержки и защиты в связи с утратой кого-либо из членов семьи также уменьшалась. Все эти преимущества способствовали тому, что многопоколенные семьи и до сих пор являются для некоторых оптимальными условиями существования в социуме. Такие семьи могут обособляться, не выносить существующие проблемы наружу и своими силами справляться с ними. В связи с этим, не все члены таких семей способны принимать чужое мнение внутри семейного коллектива. Небольшая разница в интересах или в системе ценностей партнеров, неосторожное слово или поступок зачастую влекут за собой неожиданные последствия. В основном, конфликтные ситуации являются следствием рассогласования между требованиями многопоколенной семьи и нуклеарной семьи, которая иногда напоминает о своем существовании, особенно, когда нужна помощь. Помимо этого, существует проблема, которая связана с непосредственным вторжением родственников в брак. Рано или поздно излишняя психологическая аддикция одного или обоих супругов от

родителей приводят к эмоциональному отчуждению во взаимоотношениях друг с другом и в конечном итоге могут закончиться либо серьезным конфликтом или разводом. Очевидно, что проблемы многопоколенной семьи разнообразны и требуют хладнокровности в нахождении решения.

Среди современных ученых и практиков возникла потребность в изучении особенностей семей, в которых прародители активно включены в семейные процессы, а также имеют весомое значение при принятии каких-либо решений. К многопоколенным можно отнести отношения между родительской и нуклеарной семьями. Объединение нуклеарных семей в расширенные часто происходит с целью преодоления кризисных моментов и ряда других проблем. Нередко нуклеарные семьи входят в структуру родительской семьи из-за жилищных проблем. Раннее вступление в брак также способствует сохранению не только экономической и материальной, но и психологической зависимости взрослых детей от старшего поколения. Внедрение и преобладание личных ценностей над групповыми приводит к тому, что жизненные цели, связанные с построением карьеры, выходят на первый план по сравнению с задачами воспитания детей.

В многопоколенной семье большую роль в трудовом воспитании играют прародители, как работающие, так и вышедшие на пенсию. В процессе выполнения домашних дел, внуки тоже приобщаются к такой работе, тем самым старшее поколение развивает у них любовь к труду и порядку в доме. Их, воспитание зачастую является более эффективным, так как бабушки и дедушки, трепетно относящиеся к внукам, мудрее, терпеливее, опытнее молодых родителей. К сожалению, иногда трепетность и забота представителей старшего поколения к внукам оборачивается негативной стороной, жалея внуков, бабушки и дедушки оберегая их от труда, сами выполняют обязанности внуков. Старшее поколение в многоуровневых семьях зачастую является олицетворением мудрости народной традиции.

Люди живут на два или более дома, и нуклеарная семья во многом существует только «в реальности», в то время как «на самом деле» доминирует многопоколенный тип семьи, распределённой по разным домам-дачам, но связанной в целое.

В современном обществе проблема взаимоотношений между поколениями родителей и детей, как в самой семье, так и в обществе в целом является достаточно актуальной и требующей внимания к себе. Состояние семьи неразрывно связано с будущим нашей страны. Происходящие в российском обществе изменения, вынуждают ученых искать новые подходы к урегулированию семейных конфликтов, что является актуальной социальной проблемой. Не менее важной задачей является обеспечение психологической безопасности в многопоколенной семье.

Таким образом, можно сказать, что в каждой семье существуют свои индивидуальные семейные ценности и традиции. Вместе с тем, мнения прародителей и родителей о семейных ценностях в большинстве случаев совпадают. Разные поколения одной семьи связаны едиными взглядами на семейные приоритеты, которые передаются от одного поколения к другому – это взаимопонимание, взаимоуважение, любовь, уважение старшего поколения, положительный эмоциональный контакт с ребенком и понимание его интересов, идентичность со своим поколением.

### **1.3 Особенности психологической безопасности как критерия психологического комфорта**

Проанализировав научно-теоретические подходы по исследованию психологической безопасности личности можно прийти к выводу, что в настоящее время нет возможности предложить какого либо общепринятого определения изучаемого психологического явления. Так например, И.А. Баева под психологической безопасностью личности понимает способность личности сохранять устойчивость в среде, в том числе, с психотравмирующими воздействиями, ее сопротивляемость деструктивным

внутренним и внешним воздействиям, которая отражается в переживании своей защищенности / незащищенности в конкретной ситуации жизни[1]. В работах Т.И. Колесниковой можно отследить следующее определение психологической безопасности - определенная защищенность сознания от воздействий, способных против ее воли и желания изменять психические состояния, психологические характеристики и поведение, что может кардинальным образом влиять на человека вплоть до изменения его жизненного пути[29]. Как особое состояние динамического равновесия психологической защищенности и открытости действию различных экзо- и эндогенных факторов, не снижающего для нее возможность постоянного развития в направлении значимой жизненной цели (Т.М. Краснянская, В.Г. Тылец)[29]. Через возможность личности сохранить свою целостность и ощущение аутентичного бытия в условиях «аномальной реальности» с помощью конструктивного разрешения системы разноуровневых противоречий, благодаря чему личность обретает возможность противостоять обстоятельствам рассматривает данный термин Г.Ю. Фоменко[6]. Общеизвестно, что безопасность личности (в том числе, психологическая) является одной из базовых потребностей человека. Согласно идеям А. Маслоу, потребности в безопасности, такие как отсутствие угрозы, защищенность, являются базовыми в иерархии потребностей человека и потому имеют доминантное значение перед потребностями более высоких уровней – в признании, любви, уважении, самоактуализации[6]. И.А. Баева, размышляя о безопасности как «активноинтегрирующей» ценности для всех социальных групп, определяет безопасность как наиболее актуализированную и слабоудовлетворенную потребность личности[6]. Так как личную безопасность можно назвать одной из важнейших ценностей человека, в любой ситуации человек взаимодействует с объектами окружающей среды, если они воспринимаются и как безопасные. Другими словами, чувство безопасности находится в



основе отношения личности к настоящему, не только к себе и другим, но и к миру в целом. Установлено, что психологическая безопасность личности является интегративным личностным образованием, которое может рассматриваться с различных точек зрения, например, в разрезе функционирования личности, как психологическое здоровье, позитивные отношения с окружающими, активность, признание всех сторон своей личности, саморегуляция, адекватное реагирование на показательные ситуации. Проведя анализ научной литературы по вопросу психологической безопасности, можно прийти к следующим выводам:

- Психологическая безопасность, является интегральным психологическим явлением, которое обеспечивает оптимальное функционирование личности. Ощущение психологической безопасности способствует позитивному развитию личности, ее психологическому здоровью, а также удовлетворение потребностей на физическом, личностном, социальном и духовном уровнях, интересов и жизненных целей.

- Психологическая безопасность личности дифференцируется в зависимости от уровня ее представленности в некоторых сферах жизнедеятельности, так как с разной степенью выраженности может проявляться в отношениях с близкими и незнакомыми людьми, а также в семейных взаимоотношениях или профессиональной сфере.

- Психологической безопасности присущи различные формы обеспечения личностью психологической безопасности, которые в свою очередь делятся на активные и пассивные. Пассивными являются механизмы психологической защиты, те или иные стратегии поведения в конфликте, например, избегание, приспособление. Активными формами обеспечения психологической безопасности могут быть стратегии совладающего поведения, активное задействование знаний и опыта, способность к оправданному риску, а также волевые качества.

Угрозой для личности могут являться собственные личностные качества, такие как агрессивность, недисциплинированность, ригидность, конфликтность, заниженная самооценка, склонность к неоправданному риску.

Психологическая безопасность личности может поддерживаться за счет прямого воздействия на личность, а именно, через формирование черт, которые ей соответствуют, помогают человеку самому справляться с угрозами, например, развитие опережающего сознания, жизнестойкость, стрессоустойчивость, волевая саморегуляция поведения, толерантность. Такие личностные качества рассматриваются в качестве средства защиты собственных интересов, физического и психологического здоровья. Формирование личности безопасного типа на сегодняшний день является одной из актуальных задач психологии и педагогики. Так например, В.Г. Маралов считает, что безопасным типом личности является такая личность, которая способна анализировать риски, предвидеть опасности и угрозы, зависящие и не зависящие от ее деятельности, избегать опасности и опасных ситуаций, а в случае необходимости действовать грамотно, рационально, со всей ответственностью и пониманием происходящего[30].

Также можно говорить о специфических особенностях психологической безопасности личности не только в каждом возрастном периоде, но и на определенных этапах социализации. Под специфическими особенностями подразумеваются внутренние, психологические угрозы, которые связаны с прохождением человеком возрастных кризисов, их решением или дестабилизирующим влиянием на личность и жизненный путь в целом. Рост психологической безопасности обусловлен также разными объективными жизненными обстоятельствами, с которыми так или иначе сталкивается человек, среди них можно отметить конфликты, потеря близких, разводы, природные катаклизмы, дестабилизация политической и социально-экономической обстановки в стране.

В конечном итоге, мы больше склоняемся к точке зрения, которая определяет психологическую безопасность личности следует рассматривать как многоуровневую динамическую систему, определяющую защищенность человеческой психики, при этом находящуюся в оптимальном режиме функционирования и способную предотвращать всевозможные угрозы в целях обеспечения необходимой дееспособности личности человека[30].

Психологическая безопасность как состояние защищенности личности от угроз извне обеспечивается поведением, не требующим неоправданного риска и направленного на конструктивное решение жизненных задач. Среди психологических детерминант, лежащих в основе безопасного функционирования личности, можно выделить психологическое здоровье, ответственность, доверие, психологическое благополучие. И.В. Дубровина характеризует психологическое здоровье как динамическую совокупность психических свойств, которые обеспечивают гармонию между различными сторонами личности человека[6]. Другой отечественный психолог, А.В. Шувалов, в процессе рассмотрения проблемы психологического здоровья в методологическом и мировоззренческих аспектах, пришел к выводу, что общий принцип психологического здоровья – стремление человека стать и оставаться самим собой, несмотря на все перипетии и трудности индивидуальной жизни[6]. Психологически здоровый человек, при взаимодействии с окружающим миром, обладает способностью прогнозировать риски в различных сферах жизни, рационально разрешать возникающие трудности и противоречия, сохраняя при этом гармонию своего внутреннего мира. В свою очередь, состояние психологической безопасности личности является ее оптимальным состоянием, условием сохранения психологического здоровья человека. Ответственность можно назвать одним из базовых нравственных качеств, которые характеризуют зрелость личности. Личность, у которой отслеживается высокий уровень ответственности оказывается более удовлетворена своей жизнью, это

объясняется тем, что уровень ее жизнедеятельности является результатом собственных вложений. Как отмечают многие исследователи, проблему психологической безопасности личности разумнее рассматривать в союзе с конструктом психологического благополучия личности и переживания ею своего будущего[6]. Например, О.С. Ширяева, в процессе исследования психологическое благополучие и его модели в экстремальных условиях жизнедеятельности, предлагает понимать данный психологический феномен как совокупность личностных ресурсов, которая обеспечивает субъективную и объективную успешность личности в системе «субъект-среда», которые одновременно является и условием, и индикатором полноценного функционирования личности в экстремальных условиях жизнедеятельности.

Теоретической базой для представления феномена психологического благополучия стали исследования Норманом Брэдбёрном, который в своих работах для описания данного феномена предлагал пользоваться признаками, отражающими состояние счастья или несчастья, другими словами, индивидуального ощущения общей удовлетворённости или не удовлетворённости жизнью. Принципы, заложенные Брэдбёрном в природу и строение благополучия личности, получили широкое признание в научных кругах, а разработанная им методика «Шкала баланса аффектов» пользуется популярностью в исследованиях, связанных с изучением различных аспектов психологического благополучия по сей день. Автор исследовал корреляционные связи, между уровнем психологического благополучия и различными социальными факторами. Значительная взаимозависимость была обнаружена между степенью психологического благополучия и уровнем материальных доходов, исследование наглядно показало, что при наличии высоких доходов люди зачастую имели более высокий уровень психологического благополучия, что подтверждается высокой корреляцией между позитивным аффектом и уровнем доходов. Одновременно с этим, отсутствие обратной взаимосвязи со шкалой негативного аффекта указывает

на то, что уровень финансового достатка может увеличить ощущение радости, но не может повлиять на чувство горя.

Все подходы к исследованию феномену именно психологического благополучия, можно разделить на несколько групп.

В первой группе рассматривается феномен «психологическое благополучие» как два основных течения: гедонистическое и эвдемонистическое.

Во второй группе психологическое благополучие рассматривается на основе изучения проблемы позитивного психологического функционирования личности (теории А. Маслоу, К. Роджерса Г. Олпорта, К.-Г. Юнга, Э. Эриксона, Ш. Бюлер, Б. Ньюгартена, М. Яходы, Д. Биррена). Основоположником этого подхода стала К. Рифф. Она обобщила и выделила шесть основных компонентов психологического благополучия: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост.

К третьей группе относится понимание феномена «психологического благополучия» на основе психофизиологической сохранности функций. Основу этой группы составляет мнение о том, что генетические факторы также могут объяснить индивидуальные различия в психологическом благополучии. Р.М. Райан и Э.Л. Дисси считают, что связь между физическим здоровьем и психологическим благополучием является очевидной. Болезнь часто вызывает функциональные ограничения, которые уменьшают возможности для удовлетворенности жизни.

К четвертой группе отнесем понимание феномена «психологического благополучия» рассмотренного П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой, как целостное переживание, выраженное в субъективном ощущении счастья, удовлетворённости собой и собственной жизнью, а также связанное с базовыми человеческими ценностями и потребностями.

Перечисленные явления, на наш взгляд, включены в психологическое обеспечение активности личности безопасного типа и представляют собой механизмы, с помощью которых личность развивается в индивидуальном, социальном и профессиональном направлениях.

Обзор научных источников показывает, что к проблеме эмоционального благополучия в том или ином виде обращаются практически все авторы, занимающиеся исследованиями эмоций. Однако, на наш взгляд, в настоящее время проблема эмоционального благополучия личности рассмотрена в психологии косвенно и в целом остается малоизученной. Некоторые моменты данного феномена являются недостаточно обоснованными, требующими наиболее глубокого погружения в сущность данного явления. В научной среде еще не сформировалась единая и целостная концептуальная позиция относительно эмоционального благополучия как отдельной области психологического знания. Авторы, зачастую, избегают термина «эмоциональное благополучие», заменяя его синонимы, такие как «положительный нервно - психический тон» (В.М.Бехтерев), «удовольствие - радость» (К.Изард), «счастье» (М.Аргайл) [29]. Помимо этого, не подобраны и не систематизированы психологические методы и средства, которые в свою очередь будут направлены на достижение положительного эмоционального фона. Частично освещены вопросы взаимовлияния эмоционального благополучия, психологических приемов, условий, средств, методов, а также индивидуально-типологических особенностей личности. В связи с этим встает вопрос о разработке научных методов воздействия, целью которых будет являться формирование эмоционального благополучия личности.

Исследования, посвященные выявлению таких психологических условий формирования эмоционального благополучия личности, как акцент на модели цикличности процесса эмоционального переживания личности и подбор эффективных средств воздействия на психоэмоциональную сферу

человека, до настоящего времени не проводились. Данный факт также определяет актуальность темы исследования. Отсюда вытекает особая значимость и актуальность исследования эмоционального благополучия и психологических условий, связанных с разработкой эффективной системы психологических средств, методов и приемов его формирования. Решение поставленных вопросов позволяет в определенной степени преодолеть противоречие между имеющимися симптоматическими подходами к преодолению негативного психоэмоционального статуса личности и необходимостью его коррекции (формирования положительного психоэмоционального статуса) с помощью конкретных психологических условий и средств.

### **Выводы по первой главе**

Изученные нами зарубежные и отечественные источники позволяют сделать вывод о том, что в современном обществе четко отслеживается тенденция, при которой семья стремится к эмансипации и независимости, однако, в связи с нестабильной экономической обстановкой, а также влиянием некоторых социальных факторов, можно говорить о возникновении и распространении, особенно в больших городах, нового типа семьи – модифицированной широкой семьи, в которой три, а иногда и четыре-пять поколений (дети-родители-прародители), не живущих под одной крышей, поддерживают тесные контакты. Люди живут на два или более дома, при всем этом нуклеарная семья во многом существует условно, в то время как на самом деле доминирует многопоколенный тип семьи, распределённой по разным местам проживания, но связанной в целое. При таком типе семейного взаимодействия возникают разнообразные конфликты, в том числе поколенческие. Их основанием является столкновение поколенческих интересов, ценностей, норм, статусов, ролей субъектов конфликта. В семье, как и в обществе в целом, возможны как внутриспоколенческий, так и межпоколенческие конфликты. Происходящие в

российском обществе изменения, требуют новых подходов к урегулированию семейных конфликтов, что является актуальной социальной проблемой. Не менее важной задачей является обеспечение психологической безопасности в многопоколенной семье. Проанализировав ряд работ в области психологической безопасности, мы пришли к выводу о неоднородности и рассогласованности большинства исследователей в представлении термина психологическая безопасность. Опираясь на позицию системного подхода, в след за И.И. Приходько мы под термином психологической безопасности будем понимать многоуровневую динамическую систему, определяющую защищенность человеческой психики, при этом находящуюся в оптимальном режиме функционирования и способную предотвращать всевозможные угрозы в целях обеспечения необходимой дееспособности личности человека. В условиях кризиса института семьи, проявляющегося в утрате ценности традиционной семьи, отказе от рождения детей, отказе от вступления в брак, предпочтении нетрадиционных форм брака, перед обществом остро стоит задача работы с подрастающим поколением как основой для будущих семей, как гарантии сохранения самого института семьи. Для этого необходимо осуществлять деятельность по формированию и развитию у них правильных ценностных ориентаций, а также знаний о психологической безопасности семьи.

## **Глава 2. Эмпирическое исследование психологической безопасности в многопоколенных семьях.**

### **2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики**

Целью нашей опытно-экспериментальной работы является разработка и апробация системы приёмов организации программы сопровождения.

В соответствии с выдвинутой целью, опытно-экспериментальная часть работы предполагает решение следующих задач:



1. Выявить показатели развития уровня психологического благополучия среди членов многопоколенных семей.

2. Разработать программу развития психологического благополучия среди членов многопоколенных семей.

3. Проанализировать результативность системы приёмов развития психологического благополучия среди членов многопоколенных семей.

В соответствии с поставленными задачами опытно-экспериментальная деятельность в научной работе строилась по следующим этапам:

1. Констатирующий этап. Целью этого этапа является определение инструментария для изучения уровня развития психологического благополучия среди членов многопоколенных семей и проведения диагностики.

2. Формирующий этап. На данном этапе, на основании результатов, полученных в ходе констатирующего эксперимента, был проведен формирующий эксперимент, который заключался в разработке и апробации системы приёмов развития психологического благополучия среди членов многопоколенных семей. Апробация была осуществлена в экспериментальной группе, с контрольной группой работа не проводилась.

3. Заключительный этап. Осуществление контрольного эксперимента, который заключается в повторной психодиагностике уровня развития психологического благополучия среди членов многопоколенных семей, с целью осуществления проверки эффективности разработанной нами программы.

Опытно-экспериментальная деятельность осуществлялась на базе МО город Ирбит. Первичная диагностика уровня развития психологического благополучия среди членов многопоколенных семей была проведена на базе 3 школ и 2 детских садов. В обследовании принимало участие 13 многопоколенных семей, общим составом в 52 человека. В выборке участвовали 5 возрастных групп: дошкольники в возрасте от 5 до 7 лет

включительно, младшие школьники в возрасте от 7 до 9 лет включительно, подростки в возрасте от 15 до 17 лет, респонденты средней возрастной группы в возрасте от 29 до 40 лет, а также группа прародителей в возрасте от 55 до 60 лет по половому признаку не дифференцированы.

Данные образовательные учреждения выбраны нами не случайно. Причиной тому послужили особенности расположения в черте города. Данные ОУ посещает наибольшее количество детей, семьи которых можно определить как многопоколенные.

Для выявления достоверности различий в уровнях развития психологической безопасности экспериментальной и контрольной группы использовался критерий U-Манна-Уитни. Критерий предназначен для оценки различий между двумя выборками по уровню какого-либо количественно измеренного признака. Очень важно, что критерий U-Манна-Уитни позволяет оценивать выборки при неизвестном законе распределения признака (общепринятая интерпретация – проверка равенства медиан). Тест U позволяет проверить, существует ли достоверная разница между двумя независимыми выборками после того, как сгруппированные данные этих выборок ранжированы и вычислены суммы рангов для каждой выборки.

После использования в работе системы приёмов организации проектной деятельности мы оценили достоверность сдвига в уровне развития психологического благополучия с помощью критерия Т-Вилкоксона. Этот критерий применяется для оценки различий экспериментальных данных, полученных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых, а также позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность.

Методы и методики исследования. В соответствии с логикой исследования и с целью проверки выдвинутых гипотез был использован комплекс методов, включающих в себя теоретические (анализ научной

литературы по теме исследования), эмпирические (психодиагностические методы), а также методы математико-статистического анализа.

Для упорядочивания и сортировки данных использовалась программа EXCEL компании Microsoft, для количественной обработки данных - STATISTIKA 6.0 для среды Windows.

Применение методов математико-статистического анализа является сегодня необходимым и обязательным компонентом получения объективных данных об особенностях и взаимосвязях социально-психологических явлений. С этой целью при исследовании проблем психологии используются методы математической статистики.

В качестве диагностического инструментария нами использовались методики, направленные на определения психологической безопасности.

1. Опросник «Шкала семейной адаптации и сплоченности» (Опросник FACES-3 / Тест Д. Х. Олсона) оценивает уровень семейной сплоченности (степень эмоциональной связи между членами семьи: при максимальной выраженности этой связи они эмоционально взаимозависимы, при минимальной — автономны и дистанцированы друг от друга; для диагностики семейной сплоченности используются следующие показатели: “эмоциональная связь”, “семейные границы”, “принятие решений”, “время”, “друзья”, “интересы и отдых”) и уровень семейной адаптации (характеристика того, насколько гибко или, наоборот, ригидно способна семейная система приспосабливаться, изменяться при воздействии на нее стрессоров; для диагностики адаптации используются следующие параметры: “лидерство”, “контроль”, “дисциплина”, “правила и роли в семье”). Методика диагностики адаптации и сплоченности семьи представляет собой один из наиболее известных стандартизированных опросников, предназначенных для оценки семейной структуры. Авторами данного опросника являются Д. Х. Олсон, Дж. Портнер и И. Лави; была адаптирована в 1986 году М. Перре.

Примеры утверждений:

Члены нашей семьи обращаются друг к другу за помощью.  
В нашей семье большинство решений принимается родителями.

На семейных мероприятиях присутствует большинство членов семьи.

2. Методика PARI. Тест-опросник изучения родительских установок, Шефер Е.С. и Белл Р.К.. Методика предназначена для изучения отношения родителей (прежде всего матерей) к разным сторонам семейной жизни (семейной роли). Включает в себя 23 шкалы, касающиеся разных сторон отношения родителей к ребенку и жизни в семье, в каждой из шкал по 5 вопросов. Из них 8 шкал описывают отношение к семейной роли и 15 касаются родительско-детских отношений. Эти 15 признаков делятся на следующие 3 группы: 1 — оптимальный эмоциональный контакт, 2 — излишняя эмоциональная дистанция с ребенком, 3 — излишняя концентрация на ребенке.

Обработка результатов проходит следующим образом:

Каждый признак измеряется с помощью 5 суждений, уравновешенных с точки зрения измеряющей способности и смыслового содержания. Вся методика состоит из 115 суждений. Суждения расположены в определенной последовательности, и отвечающий должен выразить к ним отношение в виде активного или частичного согласия или несогласия. Сумма цифровой значимости определяет выраженность признака 20, минимальная 5; 18, 19, 20 — высокие оценки, соответственно 8, 7, 6, 5 — низкие. Имеет смысл в первую очередь анализировать высокие и низкие оценки.

3. Методика «Семейная социограмма» Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.

Позволяет выявить положение субъекта в системе межличностных отношений и, кроме того, определить характер коммуникаций в семье — прямой или опосредованный. Данный тест относится к рисуночным проективным методикам. Для проведения обследования испытуемому выдают

бланки: на каждом бланке нарисован круг диаметром 110 мм. Члены семьи выполняют задание индивидуально.

Инструкция:

«На листе перед вами изображен круг. Нарисуйте в нем самого себя и членов своей семьи в форме кружков и подпишите их именами».

Интерпретация результатов происходит по предложенным авторами критериям, по которым производится оценка результатов тестирования:

- 1) число членов семьи, попавших в площадь круга;
- 2) величина кружков;
- 3) расположение кружков относительно друг друга; дистанция между ними.

#### 4. Опросник «Взаимодействие родитель-ребенок (ВРР)

Предназначается для анализа детско-родительских взаимодействий. Понятие «взаимодействие» трактуется автором достаточно широко и включает в себя эмоциональное отношение родителя к ребенку, особенности воспитательской позиции родителя, согласованность и удовлетворенность участников взаимодействия. Взрослый и детский варианты опросника включают по 60 вопросов и имеют.

Инструкция. Отметьте степень согласия со следующими утверждениями по 5-балльной системе.

Оцените утверждения отдельно для каждого ребенка в бланке ответов.

Примеры утверждений:

«Я всегда сочувствую своему ребенку.»

«По характеру я мягкий человек.»

«Я считаю его (ее) вполне самостоятельным человеком.»

«Я часто иду у него (нее) на поводу.»

«Мне нравятся наши с ней (ним) отношения.»

#### 5. Опросник «Анализ семейной тревоги» (АСТ; Э.Эйдемиллер, В.Юстицкис)

Методика предназначена для изучения общего фона переживаний индивида, связанного с его позицией в семье, с тем, как он воспринимает себя в семье.

Под «семейной тревогой», авторы методики, понимают состояния тревоги у одного или нескольких членов семьи, нередко плохо осознаваемые и трудно локализуемые.

Семейная тревога диагностируется в том случае, если количество обведенных кружком ответов в бланке равно или больше диагностического значения.

Обозначения:

«В» - чувство вины в семье,

«Т» - тревога,

«Н» - нервно-психическое напряжение,

«С» - интегральный показатель семейной тревоги как типового семейного состояния.

Примеры утверждений:

«Дома мне часто приходится нервничать.»

«Дома у меня постоянно ощущение, что надо еще много сделать.»

«Мне кажется, если бы я вдруг исчез(исчезла), то никто бы этого не заметил.»

б. «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернс, С. Кауфман (КРС)

Данная методика дает информацию о субъективной семейной ситуации ребенка. Помогает выявить взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка, показывает, как он воспринимает других членов семьи и свое место среди них.

Инструкция: «Пожалуйста, нарисуй свою семью так, чтобы каждый занимался каким-нибудь делом».

Вопросы из последующей беседы:

«Кто нарисован на рисунке, что делает каждый член семьи;»

«Где работают или учатся члены семьи;»

«Как в семье распределяются домашние обязанности;»

«Каковы взаимоотношения с остальными членами семьи.»

В системе количественной оценки КРС учитываются формальные и содержательные аспекты рисунка. Формальными особенностями рисунка считается качество линии рисующего, положение объектов рисунка на бумаге, стирание рисунка или его отдельных частей, затушевание отдельных частей рисунка. Содержательными характеристиками рисунка являются изображаемая деятельность членов семьи, представленных на рисунке, их взаимодействие и расположение, а также отношение вещей и людей на рисунке.

Данные методики были выбраны, в соответствии с возрастными особенностями респондентов и возможностью математической обработки полученных данных.

На первом, констатирующем, этапе, нами было проведено диагностическое обследование членов многопоколенных семей по представленным выше методикам. По результатам первичной диагностики уровня психологического благополучия в многопоколенных семьях в общей группе были получены следующие данные.

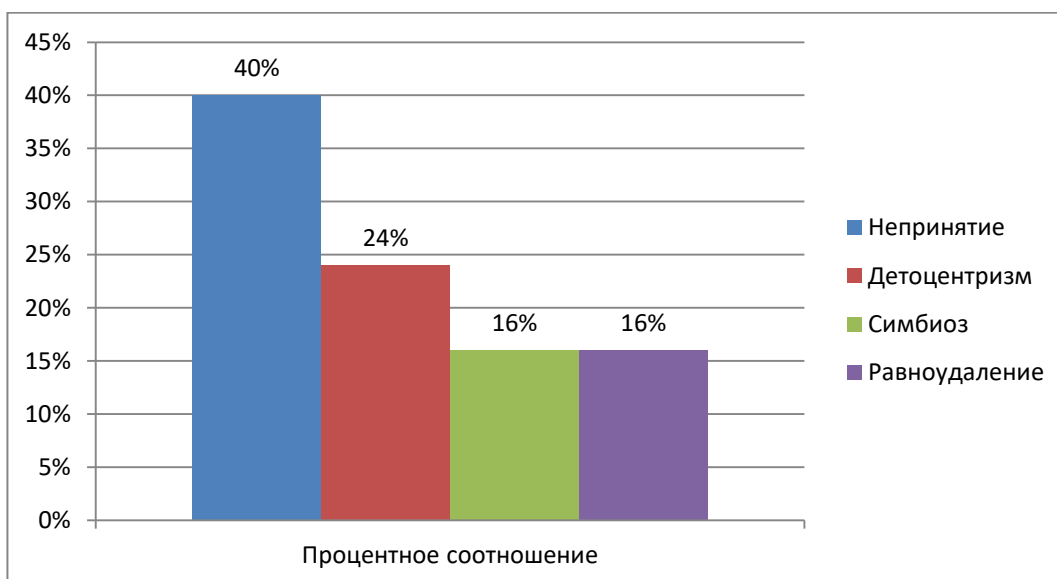


Рис1. Результаты первичной диагностики по методике «Семейная социограмма» (Э. Г. Эйдемиллер, О. В. Черемисин)

Как видно мы можем отследить из диаграммы, неприятие одного и более члена семьи наблюдается у 40% респондентов, среди них большинство составляют представители старшего поколения. Свободное равноудаленное расположение кружков наблюдается у 16% респондентов. Детоцентризм отслеживается у 24% респондентов. Симбиотические связи выражены у 16% участников психологического тестирования. Полученные данные говорят нам о том, что среди общей выборочной совокупности можно выделить группу семей, в которых проявляются тенденции к развитию дисгармоничных взаимоотношений внутри семьи.

В процессе качественного анализа результатов по методике «Семейная социограмма» выяснилось, что в большинстве случаев представители старшего поколения отказываются воспринимать в качестве члена семьи партнера своего ребенка(мужа/супругу).

В процессе анализа результатов по методике изучения особенностей восприятия ребенком семейной ситуации (Кинетический рисунок семьи), акцент ставился на выявление двух симптомокомплексов «Конфликтность в семье» и «Враждебность в семейной ситуации». В результате были выявлены следующие особенности, у 24% респондентов в течение всего выполнения задания ярко отслеживаются триггеры, соответствующие высоким показателям по шкале «Конфликтность в семье», а также у 16% участников исследования проявляются триггеры, соответствующие высоким показателям по шкале «Враждебность в семейной ситуации». Высокие показатели по обеим шкалам выявлены у 24% респондентов. Данные результаты свидетельствуют о том, что внутрисемейные отношения в текущих семьях у респондентов вызывают чувства тревоги и дискомфорта,



что в свою очередь приводит к отсутствию у них ощущения психологического комфорта. Результаты представленные выше продемонстрировали участники семей, в которых отсутствуют сиблинги, что в свою очередь говорит нам о том, что чувство психологического дискомфорта вызвано проблемами межпоколенческого взаимодействия, а не конфликтами внутри поколения.

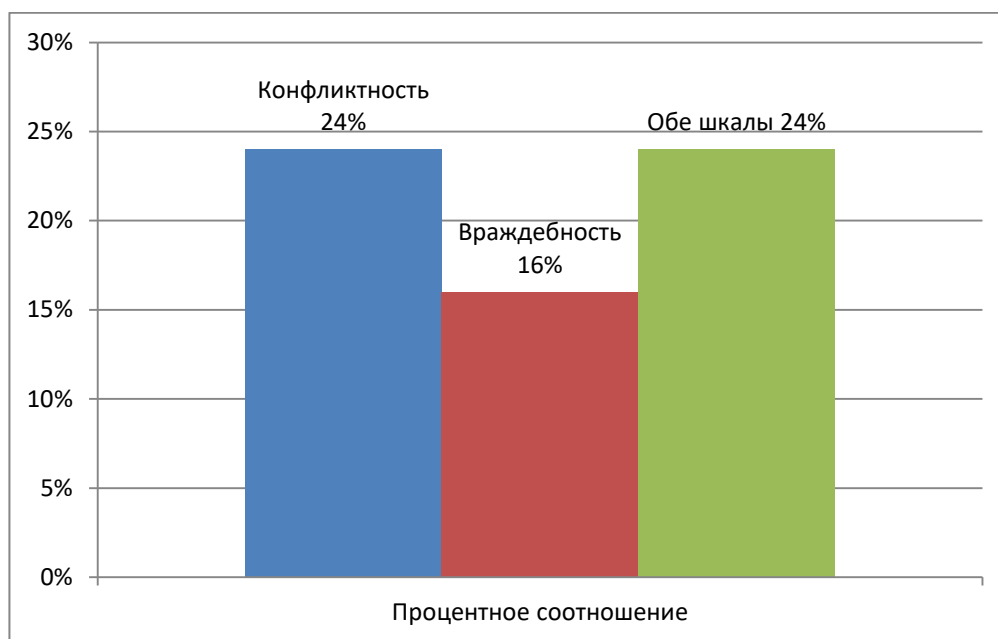


Рис2. Результаты первичной диагностики по методике «Кинетический рисунок семьи» (Р.Бернс, С.Кауфман)

Проанализировав результаты методики анализа семейной тревоги(АСТ), в которой участвовало исключительно среднее поколение(родители) мы пришли к выводу, среди респондентов не выявлено ярких проявлений состояния тревоги по отношению к супругу, что в свою очередь сообщает нам об отсутствии конфликтов внутри поколения.

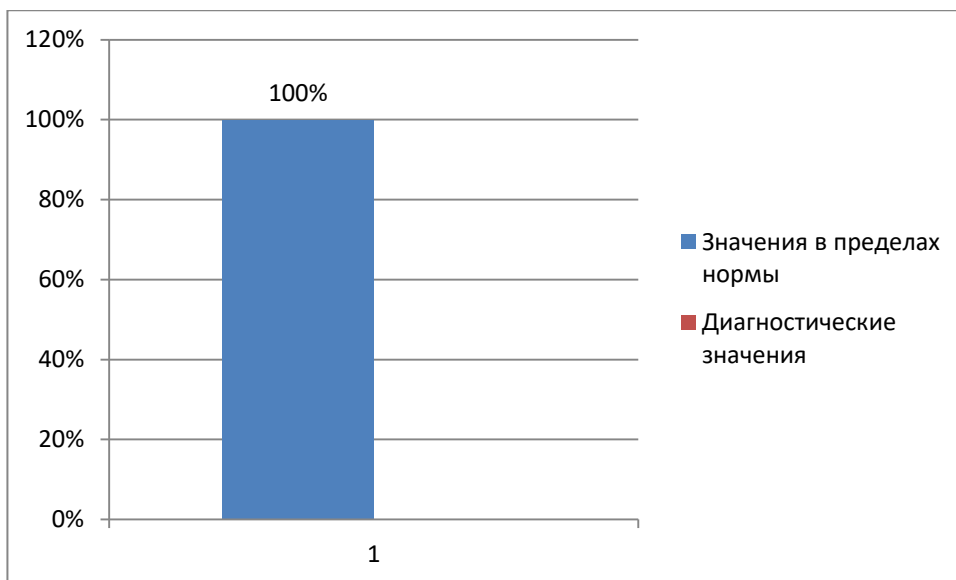


Рис3. Результаты первичной диагностики по методике «Анализ семейной тревожности» (Э. Г. Эйдемиллер и В. В. Юстицкис)

Оценка результатов методики анализа взаимодействия между ребенком и родителем не выявила критических показателей.

Далее мы определяли уровень семейной адаптации и сплоченности. В ходе анализа данных выявлены возрастные различия в динамике оценок сплоченности и адаптивности, а также показано, что низкий уровень сплоченности (разобщенный тип) и адаптивности (ригидный тип) значимо связаны с низким уровнем принятия в семье. В исследовании идеального образа семьи отмечено, что изменения касаются в основном уровня сплоченности. Респонденты хотели бы видеть свои семьи более сплоченными, тогда как оценка адаптивности идеальной семьи практически совпала с оценкой адаптивности реальной семьи.

Проанализировав результаты методики изучения родительских установок, выяснилось, что 63% представителей самого старшего поколения продемонстрировали низкие показатели по шкале выстраивания партнерских отношений, а также высокие показатели по шкале излишней строгости и суровости с ребенком, помимо этого у данной группы респондентов

отслеживаются высокие значения по шкале чрезвычайного вмешательства в мир ребенка. Наглядные результаты представлены ниже на диаграмме 4.

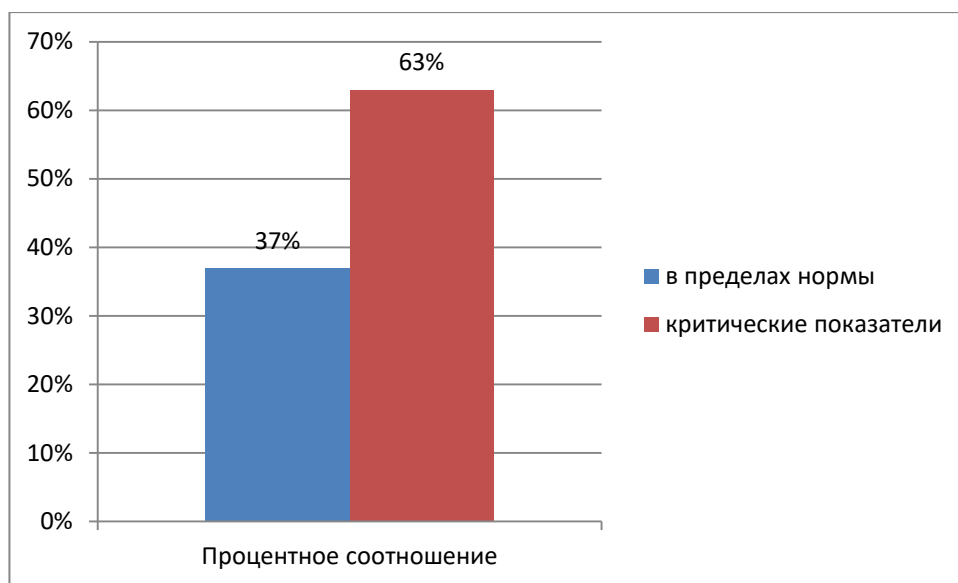


Рис4. Результаты первичной диагностики среди прародителей.

Результаты данной методики у поколения средней возрастной группы демонстрируют нам высокие значения у 50 % респондентов по таким шкалам как «Сверхавторитет родителей», «Доминирование матери». В результате чего, можно сделать вывод о том, что испытывает зависимость от более старшего поколения.

Таким образом, первичная диагностика продемонстрировала нам наличие существенных проблем внутри многопоколенных семей, а именно наличия ряда факторов в межпоколенческом взаимодействии, которые напрямую влияют на общий уровень психологической безопасности семьи в целом. Процесс конфронтации наблюдается среди самого старшего поколения(прародителей) и среднего поколения(родителей). Чаще всего выявляются проблемные ситуации между родственниками, которые кровно не связаны. Важно отметить, что проблемы отслеживаются только на межпоколенческом уровне, существенных проблем внутри поколений не выявлено.

## **2.2 Программа психолого-педагогического развития психологической безопасности в многопоколенных семьях**

Данная программа сопровождения является психологи-педагогическим условием развития уровня психологической безопасности в семье.

**Цель:** Повышение уровня психологического благополучия несовершеннолетних, родителей, а также старшего поколения, формирование основ коммуникативной культуры, навыков сотрудничества и коммуникативных умений.

### **Задача:**

Улучшить понимание родителями и прародителя собственного ребенка, укреплению у несовершеннолетних и их родителей, а также прародителей чувства единства, умения действовать согласованно.

### **Ожидаемые результаты**

-Повышение уровня психологической безопасности несовершеннолетних, их родителей, а также прародителей;

-Сформировать основы коммуникативной культуры, навыки сотрудничества и коммуникативные умения;

-Охват мероприятиями программы- 6 многопоколенных семей;

-Реализация программы на 100%.

### **Принципы реализации программы**

-Гуманизм

-Демократизм

-Научность

-Индивидуализация и дифференциация

-Систематичность

-Интеграция интеллектуального и морального развития

### **Критерии оценки эффективности**

Оценка эффективности реализации программы осуществляется с помощью различных методов оценки: опрос, анализ, экспертиза материалов, социологическое исследование, изучение документации.

При оценке эффективности реализации мероприятий программы используются следующие показатели:

-Количественные показатели (охват общественности, количество мероприятий и т.д.)

-Показатели социального развития личности (динамика уровня развития)

-Показатели социальной адаптации (снижение риска асоциальных явлений, активность участников, повышение уровня социальной успешности)

-Показатели общественного мнения (уровень удовлетворенности участников, заинтересованность)

-Технологические показатели (уровень организации мероприятий)\

### **Концептуальные подходы**

Концепция программы базируется на нескольких подходах:

*Первый подход* заключается в выделении соответствующей системы наиболее близких или смежных, но существующих для решения проблем многопоколенной семьи, вовлечении их в процесс изменений, максимально используя для этого все возможности и средства во благо самих участников.

*Второй подход* определяет затруднения многопоколенной семьи, связанные со стрессами, возникающими под влиянием среды обитания. Если их вовремя не предотвратить, а также не научиться предотвращать в будущем, то они распространятся и на другие стороны и сферы человеческой жизни.

*Третий подход* заключается во включении клиента в непосредственную практическую деятельность. Основывается на том, что изменение поведения

- это длительный процесс, и разные люди имеют различную степень готовности к изменениям.

Все перечисленные концептуальные подходы акцентируются на комплексное решение проблем развития психологической безопасности, так как необходимо изменить всю жизненную **программу**, ситуацию участников, а не просто поддерживать ее в стабильном состоянии.

#### **Направления реализации программы:**

аналитическое;

информационно-профилактическое;

психолого-педагогическое;

взаимодействие со специалистами;

**Аналитическое направление** предполагает анализ ситуации, изучение среды, оснований. В ходе работы требуется обеспечить преждевременное выявление участников, которые находятся в затруднительной ситуации, при этом, использовать следующие методы: наблюдение, беседа, тестирование, анкетирование, деловые игры, анализ проективных методик.

**Информационно-профилактическое** подразумевает информирование специалистом членов семьи о том, как научиться избегать трудных жизненных ситуаций.

**Психолого-педагогическое сопровождение** заключается в разработке и реализации специалистом индивидуальных программ, которые предполагают проведение коррекции и реабилитации детско-родительских отношений. Особое место занимает индивидуальное консультирование и медиация членов семьи.

Программа состоит из блоков дополняющих друг друга. В ходе выполнения программы возможны дополнения, изменения, ввод новых форм и методов работы с несовершеннолетними. Предполагаемое количество участников программы-до 20 человек.

#### **Формы реализации блоков:**

- Информационно-просветительская работа.
- Консультирование.
- Социально-психологический тренинг.
- Социально-психологическое сопровождение.
- Деловые игры и круглые столы.

### **Этапы и сроки реализации программы**

**1 этап – Организационно-исследовательский** (октябрь 2018 – Май 2019)

Предполагает отбор участников программы, сбор информации и создание единой базы данных семей.

**2 этап – Реализующий:** (октябрь 2018г-май 2019г)

Осуществление деятельности по реализации мероприятий программы по направлениям:

#### **1. Личностный блок**

Данный блок построен для способности осознания себя (своей личности) и понимания других людей.

#### **2. Коммуникативный блок.**

Данный блок построен для формирования навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.

**3. Блок социальной активности.** Данный блок построен для развития способности самостоятельно определять цели своей жизни, планировать и представлять свое будущее.

#### **4. Информационный блок.**

**3 этап - Заключительный**(Май 2019г)

Предполагает следующее:

- проведение заключительного диагностического обследования многопоколенных семей;

## Возрастная характеристика группы

Программа составлена с учетом личностных, а также возрастных особенностей развития членов многопоколенных семей.

## Содержание программы

№	Этап	Тематический блок	Задачи	Срок реализации
1	Организационно-исследовательский	Диагностический	Создание необходимых условий для реализации программы.	Октябрь 2018г
			Психологическая диагностика семей (первичная-итоговая)	Октябрь 2018г- Май2019г
2	Реализующий	1.Личностный блок	Способствовать осознанию себя, а также понимания других людей.	Ноябрь 2018-Май 2019г (1 занятие в 2 недели)
		2.Коммуникативный блок	Формировать навыки общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.	Ноябрь 2011-Май 2012г (1 занятие в 2 недели)



		3.Блок социальной активности	Развивать способность самостоятельно определять цели своей жизни, планировать и представлять свое будущее.	Ноябрь 2011-Май 2012г (1 занятие в 3 недели)
		4.Информационно-просветительский блок	Разработать и распространить информационно-профилактические буклеты, памятки по тематике программы.	Ежеквартально
<b>3</b>	<b>Заключительный</b>	Аналитический блок	Анализ реализации программы.	Ежеквартально
			Оценка эффективности проделанной работы	Май 2019г

**Основой организации работы с многопоколенными семьями в данной программе является система дидактических принципов:**

-Принцип психологической комфортности – создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов.

-Принцип целостного представления о мире – при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира;

-Принцип вариативности – умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора;

Изложенные выше принципы интегрируют современные научные взгляды об основах организации психологических занятий и обеспечивают решение задач группового и личностного развития. Это позволяет рассчитывать на повышение уровня психологической безопасности в многопоколенной семье как в целом, так и у каждого его участника.

**Основными критериями усвоения материала являются:**

- осознанный интерес к занятиям;
- творческое отношение к выполнению заданий;
- высокая активность при выполнении психологических упражнений;
- вторичная диагностика.

### **2.3 Анализ и интерпретация эмпирических данных**

В данном параграфе проанализируем полученные данные повторного обследования удовлетворенности межпоколенного взаимодействия в многопоколенных семьях.

Нами была разработана и апробирована в экспериментальной группе программа развития психологической безопасности в многопоколенных семьях. После апробации развития психологической безопасности было повторно проведено исследование интересующих нас показателей с помощью методик, которые мы использовали при первичной диагностике.

В ходе анализа результатов диагностики в экспериментальной группе по методике «Семейная социограмма» Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В., мы обнаружили, что до проведения у 40% , а семьи, в которых члены семьи равноудалены друг от друга, то есть принимают друг друга и система

строится на взаимоуважении занимали только 16% от числа общей выборочной совокупности. После использования программы развития психологической безопасности среди респондентов в экспериментальной группе были выявлены следующие результаты. Наблюдается положительная динамика по коммуникативным шкалам, а также снижение уровня контроля и строгости по отношению к остальным членам семьи. Результаты изменения в показателях диагностики в экспериментальной группе до эксперимента и после представлены на рисунке 5.

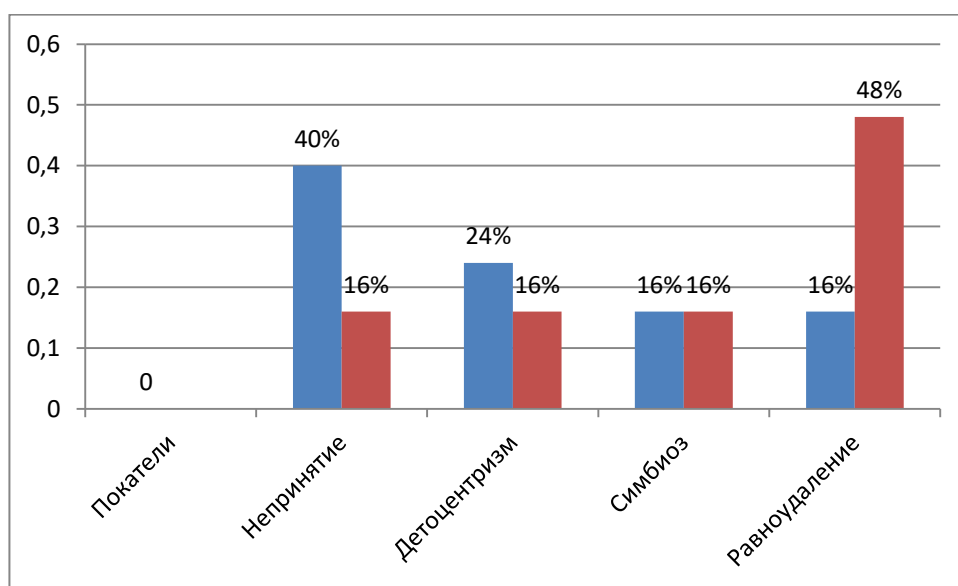


Рис 5. Результаты вторичной диагностики по методике «Семейная социограмма» (Э. Г. Эйдемиллер, О. В. Черемисин)

При анализе результатов диагностики в экспериментальной группе по методике «PARI» Шефер Е.С. и Белл Р.К., мы обнаружили, что до проведения у 63% , прародителей наблюдались критические показатели по шкалам коммуникативности, а также контроля и строгости в семье, После использования программы развития психологической безопасности среди респондентов в экспериментальной группе были выявлены следующие результаты. Наблюдается положительная динамика по коммуникативным шкалам, а также снижение уровня контроля и строгости по отношению к остальным членам семьи. Результаты изменения в показателях диагностики в

экспериментальной группе до эксперимента и после представлены на рисунке 6 .

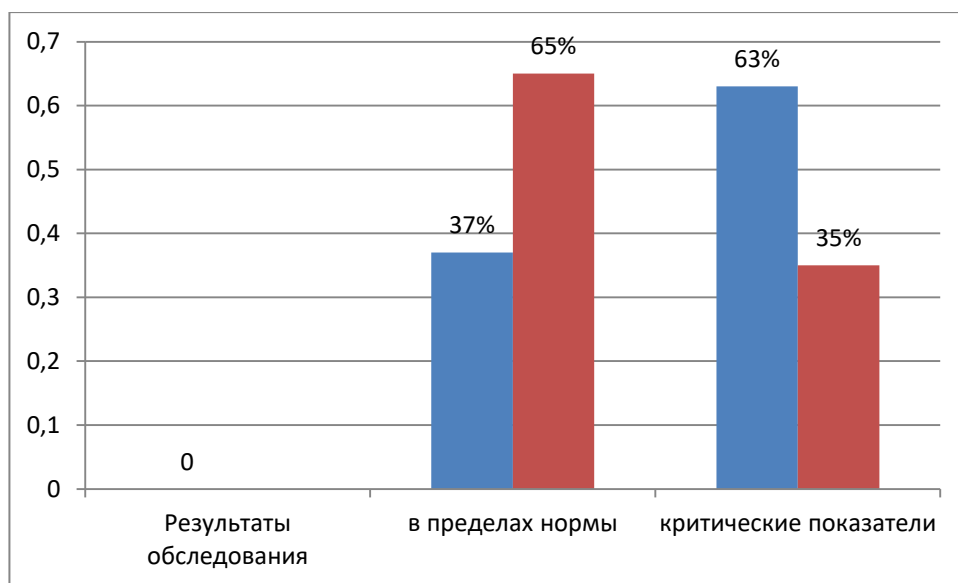


Рис. 6 . «Результаты вторичной диагностики по методике изучения родительских установок (Шефер Е.С. и Белл Р.К.)»

В процессе анализа результатов по методике изучения особенностей восприятия ребенком семейной ситуации (Кинетический рисунок семьи), акцент ставился на выявление двух симптомокомплексов «Конфликтность в семье» и «Враждебность в семейной ситуации». В результате были выявлены следующие особенности, у 24% респондентов в течение всего выполнения задания ярко отслеживаются триггеры, соответствующие высоким показателям по шкале «Конфликтность в семье», а также у 16% участников исследования проявляются триггеры, соответствующие высоким показателям по шкале «Враждебность в семейной ситуации». Высокие показатели по обеим шкалам выявлены у 24% респондентов. После использования программы развития психологической безопасности среди респондентов в экспериментальной группе были выявлены следующие результаты. Наблюдается положительная динамика по коммуникативным шкалам, а также снижение уровня контроля и строгости по отношению к остальным членам семьи. Результаты изменения в показателях диагностики в

экспериментальной группе до эксперимента и после представлены на рисунке 7 .

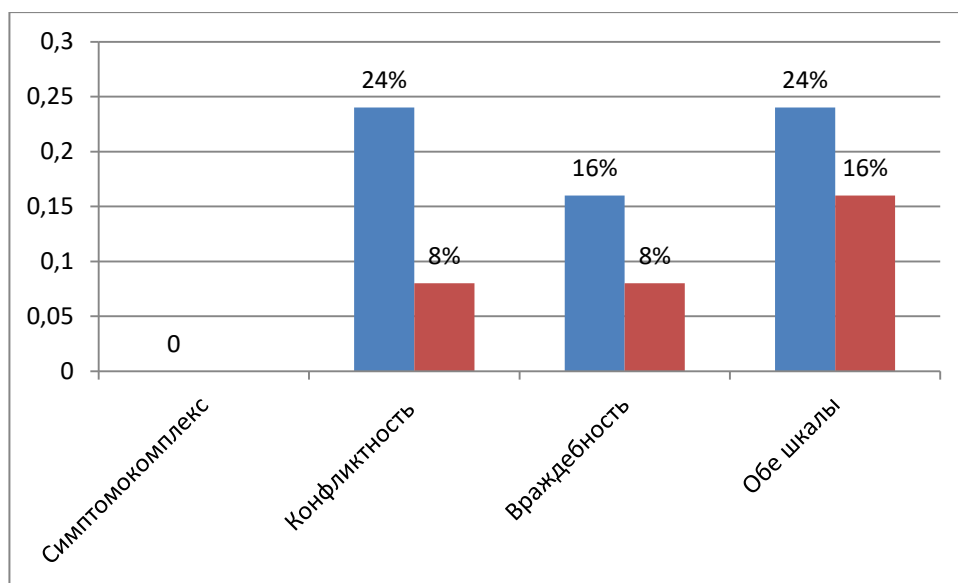


Рис. 7 . «Результаты вторичной диагностики по методике изучения особенностей восприятия ребенком семейной ситуации»

Повторный анализ результатов методики взаимодействия между ребенком и родителем подтвердил отсутствие критических показателей.

В ходе анализа данных выявлены возрастные различия в динамике оценок сплоченности и адаптивности, а также показано, что низкий уровень сплоченности (разобщенный тип) и адаптивности (ригидный тип) значимо связаны с низким уровнем принятия в семье. В исследовании идеального образа семьи отмечено, что изменения касаются в основном уровня сплоченности. Респонденты хотели бы видеть свои семьи более сплоченными, тогда как оценка адаптивности идеальной семьи практически совпала с оценкой адаптивности реальной семьи. После использования программы развития психологической безопасности среди респондентов в экспериментальной группе были выявлены следующие результаты. Респонденты отмечают увеличение сплоченности внутри семьи, уменьшение конфликтных ситуаций, а также снижение ригидности.

Иными словами, анализ результатов диагностики до и после реализации программы развития психологической безопасности в

многопоколенной семье в экспериментальной группе показал, что изменения в уровне развития психологической безопасности произошли. Так сменились мотивы принятия решений среди старшего поколения с личностных на групповые, повысился уровень принятия каждого члена семьи, а также снизился уровень конфронтации между поколениями.

Для полного исключения воздействия случайных факторов на развитие психологической безопасности в многопоколенной семье и подтверждения эффективности разработанной нами программы сопровождения многопоколенных семей важно учесть результаты, полученные в процессе первичной и повторной диагностики психологической безопасности в контрольной группе многопоколенных семей, в которой также был произведен замер интересующего нас параметра, но мероприятия по развитию профессиональной мотивации не проводились.

Таким образом, мы можем утверждать об эффективности разработанной и реализованной нами программы развития психологической безопасности в многопоколенных семьях, поскольку мы видим существенные различия в уровне психологической безопасности.

Стоит отметить, что различия до и после воздействия на экспериментальную группу были подтверждены с помощью методов математической статистики по критерию Т-Вилкоксона, уровень значимости  $p < 0,05$ . Данные представлены в таблице 1 (Приложении 2).

Подытожив всё выше сказанное можно выделить, что анализ результатов диагностики до и после реализации программы развития психологической безопасности в многопоколенных семьях в экспериментальной группе показал, что изменения в уровне развития психологической безопасности произошли. Так повысился уровень принятия других членов семьи, уменьшилось количество конфликтных ситуаций между поколениями, а также снизилось влияние старшего поколения на принятие решений внутри многопоколенной семьи.

Для полного исключения воздействия случайных факторов на развитие уровня психологической безопасности в многопоколенных семьях и подтверждения эффективности разработанной нами программы развития данного феномена в многопоколенных семьях важно учесть результаты, полученные в процессе первичной и повторной диагностики психологической безопасности в контрольной группе респондентов, в которой также был произведен замер интересующего нас параметра, но мероприятия по развитию психологической безопасности не проводились.

Найденные нами различия были также подтверждены с помощью методов математической статистики по критерию Т-Вилкоксона (сравнение результатов до и после воздействия в экспериментальной группе).

Полученные данные свидетельствуют о том, что программа развития психологической безопасности оказала положительное воздействие на общий уровень психологической безопасности в многопоколенных семьях.

По результатам используемой программы развития психологической безопасности личности, можно говорить о повышении уровня психологической безопасности внутри многопоколенных семей в целом. Респонденты повысили собственный уровень психологической безопасности, стали менее ригидны и ориентированы на собственные мотивы. Научились выслушивать друг друга и принимать решения совместно.

В свою очередь повышение уровня психологической безопасности в многопоколенной семье повлекло за собой развитие межпоколенческого взаимодействия. Семья стала восприниматься ими как одна из важнейших составляющих самоактуализации личности. Вместе с тем, произошло снижение тенденции решения проблемных ситуаций через конфликты. Но более важным и значимым для нас является то, что произошел сдвиг ведущих мотивов в процессе взаимодействия в семье, с личностных на групповые.

Полученные данные свидетельствуют о том, что программа развития психологической безопасности оказала положительное воздействие на общий уровень психологической безопасности в многопоколенных семьях.

Таким образом, мы можем утверждать об эффективности разработанной и реализованной нами программы развития психологической безопасности в многопоколенных семьях, поскольку мы видим существенные различия в уровне психологической безопасности.

### **Выводы по второй главе**

1. Разработана, апробирована и внедрена программа развития психологической безопасности в многопоколенных семьях:

- практически подтверждена возможность реализации программы психолого- педагогического сопровождения многопоколенных семей как средства формирования психологической безопасности внутри семьи.

2. В результате формирующего воздействия произошли существенные достоверные сдвиги в изменении содержания структурных компонентов психологической безопасности в многопоколенных семьях.

В результате формирующего воздействия произошли значительные изменения, отражающие различные стороны развития психологической безопасности. Можно сделать вывод о том, программа направленная на развитие психологической безопасности личности напрямую влияет на уровень развития психологической безопасности в многопоколенной семье.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

1. Проанализировав различные подходы и теории по изучению психологической безопасности в семье, мы пришли к выводу, что в целом данный феномен рассмотрен со всех сторон (выявлено множество определений, факторов его формирования и развития). К примеру, такие отечественные психологи как Р.М. Рахимова под психологической безопасностью понимает совокупность ценностных установок и диспозиций, позволяющая сформулировать позитивный жизненный проект, рационально



оценить существующие и потенциальные ресурсы, актуализировать рациональные потребности и положительно адаптироваться в заданных условиях. Помимо этого, включает в себя психологический и деятельностный компоненты. Деятельностная сторона предполагает действия, направленные на осуществление цели; совладание со стрессовой ситуацией; заботу о своем здоровье; занятия, преобразующие ситуацию.

2. В ходе теоретического исследования также проанализировали особенности развития психологической безопасности в многопоколенных семьях и пришли к выводу, что в современной науке существует большое количество концепций и подходов, в основе которых лежат представления и в каждой из них указывается, что на любом этапе развития индивида сохраняется потребность в психологической безопасности внутри семьи поскольку помогает справиться с проблемами, которые появляются в том или ином виде. Именно в многопоколенных семьях стоит дополнительно обращать внимание на психологическую безопасность поскольку в таких семьях, по словам некоторых ученых, данный феномен требует особого внимания из за внутрисемейных процессов. Поэтому мы можем сделать вывод о том, что благодаря социально-психологическим особенностям каждого члена такой семьи уровень общей психологической безопасности может меняться в зависимости от состояния семейной системы.

Психологическая безопасность представляет из себя многоуровневую динамическую систему, определяющую защищенность человеческой психики, при этом находящуюся в оптимальном режиме функционирования и способную предотвращать всевозможные угрозы в целях обеспечения необходимой дееспособности личности человека. В условиях кризиса института семьи, проявляющегося в утрате ценности традиционной семьи, отказе от рождения детей, отказе от вступления в брак, предпочтении нетрадиционных форм брака, перед обществом остро стоит задача работы с подрастающим поколением как основой для будущих семей, как гарантии

сохранения самого института семьи. Для этого необходимо осуществлять деятельность по формированию и развитию у них правильных ценностных ориентаций, а также знаний о психологической безопасности семьи.

3. В ходе эмпирического исследования при изучении уровня развития психологической безопасности у членов многопоколенных семей выявилась группа респондентов в которой наблюдается непринятие некоторых членов семье, что в свою очередь снижает общий уровень психологической безопасности в многопоколенной семье и является причиной межпоколенческих конфликтов, в связи с этим необходимо создание комплекса мероприятий (программы сопровождения) для повышения общего уровня психологической безопасности, а также его компонентов для наиболее благоприятного развития и становления личности.

4. Нами была разработана, апробирована и внедрена программа развития компонентов психологической безопасности через формирование коммуникативных умений, представления себя в семье среди подростков, родителей, а также прародителей; практически подтверждена возможность реализации психолого-педагогического тренинга развития коммуникативных навыков как средства обеспечения психологической безопасности в семье.

5. В результате формирующего воздействия произошли существенные достоверные сдвиги в изменении содержания структурных компонентов психологической безопасности у подростков и родителей.

6. В результате формирующего воздействия произошли значительные изменения, отражающие различные стороны психологической безопасности личности. Можно сделать вывод о том, программа направленный на повышение уровня психологической безопасности личности напрямую влияет на уровень развития психологической безопасности в семье.

## Список литературы

1. Абалакина М.А., Агеев В.С. Анатомия взаимопонимания / М.А. Абалакина, В.С. Агеев. М. Знание, 1990. – С. 64
2. Агеев В.С. Психология межгрупповых отношений / В.С. Агеев. М.: Изд – во МГУ, 1983. – С. 304.
3. Алешина Ю.Е. Семейное и индивидуальное психологическое консультирование / Ю.Е. Алешина. М., 1994. – С. 284
4. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. // Конфликтология. – М., 1999. – С. 316.
5. Баринов А.В. Чрезвычайные ситуации природного характера и защите от них. – М., 2003
6. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Под ред. Л.А. Михайлова. – СПб., 2005.
7. Бердяев Б.Д. О смене поколений и о вечном возвращении // Новый Град.– 1932. – №5. – С. 36–42 – UPD: [http://odinblago.ru/noviy\\_grad/5/4/](http://odinblago.ru/noviy_grad/5/4/)
8. Беспалова Ю.М., Герцен С.М. Ценностные ориентации молодежи современной России (межпоколенный подход) // Вестник Тюменского государственного университета. Социально-экономические и правовые исследования. 2009. №4 С. 117–126.
9. Бодалев А.А. Об управлении развитием отношений / А.А. Бодалев // Мир психологии. 1996. – №2. – С. 7 – 8.
10. Большой психологический словарь [Текст] / ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. – 672с.
11. Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. – Н. Новгород, 2000. С. 205.
12. Вдовина М.В. Функциональные изменения межпоколенческого конфликта в российской семье [Электронный ресурс] // Человек и наука URL:<http://chloveknauka.com/funktsionalnye-izmeneniya-mezhpokolencheskogo-konflikta-v-rossiyskoy-semie>

- 13.Вдовина М.В. Конфликтное взаимодействие поколений как проблемная ситуация в семье // Ученые записки. -2007- №4. – С. 104–112.
- 14.Вдовина М.В. Межпоколенные конфликты в современной российской семье / М.В. Вдовина // Социологические исследования. 2005. – №1.- С. 102 – 104.
- 15.Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека [Текст] / В.К. Вилюнас - М., 2012. - 285с.
- 16.Водяха, Ю. Е. Психодиагностика личности : возможности и ограничения [Текст] : учеб.-метод. пособие / Ю. Е. Водяха ; Урал. гос. пед. ун-т, Ин-т психологии. - Екатеринбург: Ч. I.- 2010.- 196 с.
- 17.Выготский Л.С. Педагогическая психология [Текст] / Лев Выготский; под ред. В. В. Давыдова - М.: АСТ: Астрель: ЛЮКС, 2005.- 480с.
- 18.Гамезо М.В., Петрова Е.А., Возрастная и педагогическая психология. М.: Педагогическое общество России, 2003. 512 с.
- 19.Грязнова Ю.Г. Конфликтогенность межпоколенного взаимодействия в культуре современного российского общества // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 1: Регионоведение: философия, история, социология, юриспруденция, политология, культурология. 2011.№2 С. 42–47.
- 20.Додонов Б.И. Структура и динамика мотивов деятельности [Текст] / Б.И. Додонов // Вопросы психологии. – 1984. - №4. - С.126-130
- 21.Дружинин В.Н. Психология семьи / В.Н. Дружинин. СПб., 2006. -176 с.
- 22.Емельянов С.М. Практикум по конфликтологии. 3-е издание. СПб.: Питер, 2009. – С. 120.
- 23.Игебаева Ф.А. . Семья в трансформирующемся российском обществе (на примере Башкортостана) // СОЦИС АН. -2014. – №9. – С. 73–76.
- 24.Ковалев С.В. Психология семейных отношений / С.В. Ковалев. М., 1987. – С. 160.

25. Козлова Т.З. Межпоколенный конфликт как маркер кризиса семьи на постсоветском пространстве // Сборник статей XV международной научно-практической конференции 21 ноября 2013 г. – Москва, Академия управления МВД России, 2013 г. С. 120–121.
26. Куфтяк Е.В. Психология семейного совладания. Монография / Е.В. Куфтяк. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – С. 420.
27. Лызь Н.А. Развитие безопасной личности в образовательном процессе вуза. – Таганрог, 2005
28. Маклаков, А. Г.. Общая психология [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Маклаков. — СПб. : Питер, 2010. — 583 с.
29. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. – М., 2005.
30. Мангейм К. Проблема поколений // Новое литобозрение. – 1998. – №2. – С. 59–68.
31. Марковская И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. - СПб.: Речь, 2005. - 150с.
32. Моросанова В.И. Стилевые особенности саморегулирования личности // Вопросы психологии. 1991. № 1.
33. Обухова Л.Ф., Шаграева О.А. Семья и ребенок: психологический аспект детского развития / Л.Ф. Обухова, О. А Шаграева. М., 2007. – 168 с.
34. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Основы теории психологии. М.: Инфро, 2012, 528 с.
35. Постникова М.И. Психологические знания в системе межпоколенных отношений (к постановке проблемы) / М.И. Постникова // Вестник Поморского университета. Серия: Физиологические и психолого – педагогические науки. 2007. – №1 (11). – С. 73 – 77.
36. Приходько И.И. Влияние гражданского общества на психологическую безопасность личности [Элект. ресурс].  
[URL:rikmosgu/students/informatization/Prihodko/](http://URL:rikmosgu/students/informatization/Prihodko/)

37. Проект «Психологическая безопасность школьника». Картавкина Е.А. 2014. <https://www.google.com/settings/personalinfo>.
38. Психические состояния: Хрестоматия / Под ред. Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 2001.
39. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] : [учебник] / С. Л. Рубинштейн. — СПб. : Питер, 2009. — 713 с.
40. Ромек В.Г., Копторович В.А., Крукович Я.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб., 2004.
41. Сапоровская М.В. Межпоколенные отношения и взаимодействие в семьях с разной структурой / М.В. Сапоровская // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Основной выпуск. – 2011. Т. 17, №3. – С. 279 – 283 с.
42. Сизова М.А. Связь межпоколенных отношений с функциональностью семейной системы / М.А. Сизова // Психологические исследования: Вып.5/ Под ред. А. Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. – С. 217 – 229.
43. Симонов П.В. Высшая нервная деятельность человека. Мотивационно-эмоциональные аспекты. М., 2012
44. Смолькин А.А. Межпоколенческие конфликты в повседневной жизни // Социологический журнал. 2010. №11. С. 110.
45. Смолкин А.А. Практики повседневных межпоколенческих взаимодействий глазами студентов провинциального вуза: этнографическое эссе // Антропологический форум. 2015. №25 С. 91.
46. Тетов Р.О. Основные теоретические подходы к понятию «межпоколенные отношения» // Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени Коста Левановича Хетагурова. 2009. №4. С. 79–83.

- 47.Тренинг педагогического общения [Текст]: большие профориентац. игры / авт.-сост. Елена Аникина [и др.]. // Школ. психолог : прил. к газ. "Первое сент.".-2015.- № 7.- С. 17-32.
- 48.Фрейд З. Психологическое исследование [Текст] / З.Фрейд, У. Буллит. - М.: ИГ «Прогресс», 2004. – 288с.
- 49.Шадриков, В. Д. Введение в психологию: мотивация поведения [Текст] / В.Д. Шадриков - М.: Логос, 2014. - 210с.
- 50.Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов [Текст] / Л.Н. Шепелева. - СПб.: Питер, 2016. - 160 с.
- 51.Шурбе В.З. Социокультурные доминанты межпоколенного взаимодействия // Известия ВолгГТУ. 2012. №10 С. 53–58.
- 52.Benedict R. Continuities and Discontinuities in Cultural Conditioning // Psychiatry. 1938. Vol. 32. P. 244–256.

## **Примеры упражнений, использованных в процессе тренинга развития психологической безопасности среди членов многопоколенных семей.**

### **Глаза в глаза**

**Цель:** на этапе знакомства установить более глубокий и доверительный контакт между участниками группы.

В обычной жизни зачастую люди довольствуются поверхностными, неглубокими контактами друг с другом, не пытаясь увидеть, что чувствует, переживает другой. Участникам предлагается в течение 3-5 минут смотреть в глаза другим, стараясь установить контакт с каждым членом группы.

При обсуждении участников можно спросить:

- какие чувства они испытывали во время игры?
- кому было установить зрительный контакт?
- почему было трудно?

### **Спина к спине**

**Цель:** получить опыт общения недоступный в повседневной жизни.

Двое участников группы садятся спиной к спине друг к другу и стараются в таком положении в течение 3-5 минут поддерживать разговор. По окончании они делятся своими ощущениями.

При обсуждении спросить:

▪ было ли это похоже на знакомые житейские ситуации, например, телефонный разговор), в чем отличия:

- легко ли было вести разговор;
- какой получается беседа – более откровенной или нет.

Остальные участники группы также могут поделиться своими чувствами.

### **Горячий стул**

**Цель:** адекватно реагировать на положительные и отрицательные высказывания в свой адрес.



Ведущий предлагает подросткам узнать мнение о них остальных участников группы. Высказываться друг о друге рекомендуется приблизительно в такой форме: «Когда ты делаешь или говоришь то-то и то-то, у меня возникают такие-то чувства, и мне кажется, что это могло быть то-то и то-то». Следует избегать определений «нравится», «хорошо», «ПЛОХО».

Один из участников по желанию садится в центр круга. После того, как все высказались, подросток коротко рассказывает, что он испытал, когда говорили о нем. Участник высказываются по очереди, но на «горячем стуле» садятся только по желанию.

В обсуждении: участники делятся впечатлениями, как изменились их чувства по отношению друг к другу после этого упражнения.

Почему некоторые не сели на стул?

### **Упражнение «Вертушка жалобщиков»**

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга.

Время: 25–30 мин.

Количество участников: любое

Из стульев составляется два круга: внешний и внутренний. Один стул внешнего круга должен находиться напротив одного стула внутреннего круга. Общее количество стульев должно соответствовать количеству участников. Если их число нечетное, добавляется ведущий.

Тем или иным способом участники разбиваются на две группы (если нечетное количество, то включается сам ведущий). Одной группе уделяется роль «экспертов», они занимают места во внутреннем круге. Вторая группа получает роль «жалобщиков», они занимают места во внешнем круге.

Ведущий сообщает, что каждый «жалобщик» должен будет пожаловаться нескольким «экспертам». Для этого через каждую минуту все «жалобщики» дружно поднимаются и пересаживаются на соседнее место (по часовой стрелке). «Жалобщик» должен очень быстро и точно изложить

суть своей жалобы. Желательно, чтобы жалоба была реальная, но можно использовать и вымышленную. Жалоба может касаться совершенно любой стороны жизни. У одного «жалобщика» жалоба одна для всех «экспертов». «Эксперт», быстро выслушав «жалобщика» так же быстро выдает свою рекомендацию по этой жалобе.

Когда «жалобщики» пообщаются с 5–6 разными «экспертами» начинается следующий этап.

Теперь «жалобщик» рассказывает про советы других «экспертов», которые успел услышать. Задача «эксперта» на этом этапе — согласиться или опровергнуть рекомендации других экспертов. На это отводится тоже одна минута и также проводится 5–6 смен.

После второго круга «жалобщики» и «эксперты» меняются ролями.

В конце происходит обсуждение:

Какие индивидуальные различия в манере разговаривать, слушать, в невербальном поведении участники успели заметить друг у друга?

Много ли можно успеть сказать и услышать за одну минуту?

### **Упражнение «Да, и ещё...»**

Цель: Тренировка умения одобрять партнера, демонстрировать ему свое уважение и готовность к сотрудничеству.

Время: 20–25 минут

Размер группы: 6–30 человек

Инструкция:

Эффективно работающие команды отличаются тем, что обращают внимание на идеи и предложения, высказываемые различными членами группы. Это внимание означает, что команда признает ценность любой идеи и любого человека. В командах, в которых слишком быстро, даже не выслушав, реагируют отказом на высказываемые рядовыми участниками предложения, парализуется творческая энергия и процветают соперничество и конфликты.

## Демонстрация

Для демонстрации того как будет проходить упражнение мне нужны два добровольца.

Упражнение будет проходить так: два участника разговаривают между собой, каждый из них должен соглашаться со всем, что говорит ему собеседник, что бы тот ни сказал.

Игрок 1 начинает беседу, игрок 2 одобряет это высказывание, начиная свое предложение словами: «Да, и еще...». Первый игрок тоже соглашается со вторым и добавляет что-то свое: «Да, и еще...».

Если первый игрок, например, говорит: «Пойдем в кино», второй игрок может, к примеру, сказать: «Да, и возьмем большую плитку шоколада с начинкой». Игрок 1 продолжает: «Да, и помимо того, бутылку шампанского». Игрок 2 отвечает: «Да, и еще я хочу, чтобы пробка выстрелила».

Таким образом, идет некое нарастание, поскольку каждое предложение подхватывается и продвигается дальше. Как правило, такой диалог неизбежно заканчивается комической ситуацией.

## Продолжение

1. Разделите группу на пары.
2. Предложите группе несколько ситуаций, которые именно таким образом должны быть обсуждены участниками в парах:

Сотрудник и шеф застряли вместе в лифте.

Отец и сын на пикнике.

Два друга по пути на футбольный матч.

Муж и жена строят планы на празднование первой годовщины их свадьбы.

Недавно прооперированный пациент разговаривает с медсестрой.

3. Через 2–3 минуты участники должны образовать новые пары так, чтобы у каждого из них была возможность поговорить с разными партнерами.

Подведение итогов:

Какие чувства вы испытываете после этого упражнения?

Какими интересными наблюдениями вы готовы поделиться?

Что вам легко удавалось? Что давалось труднее?

Как вы думаете, где, в каких жизненных ситуациях это может быть полезным?

Приложение № 2

**Таблица значений по критерию Т-Вилкоксона в экспериментальной группе**

Таблица 1

**Значений по критерию Т-Вилкоксона в экспериментальной и контрольной группе до и после воздействия по шкалам «Принятие» (П), и «Конфликтность» (К)**

Шкала	T	p-level
<b>Профессиональная потребность</b>	1,00	0,02
<b>Конфликтность</b>	10,00	0,01