

# Народная АСВЕТА

- ☑ СТРАТЭГІЯ РАЗВІЦЦА КАМПЕТЭНЦЫ І ФУНКЦЫ ПЕДАГОГА САЦЫЯЛЬНАГА
- ☑ ІДЭАЛАГІЧНЫ ВЕКТАР ІДЭАЛАГІЧНАЕ ВЫХАВАННЕ СТУДЭНЦКАЙ МОЛАДЗІ
- ☑ АЎТАРСКАЯ РУБРЫКА В. Р. СТУКАНАВА УПЛЫЎ ІНТЭРНЭТУ НА СУІЦЫДАЛЬНЫЯ ПАВОДЗІНЫ ПАДЛЕТКАЎ
- ☑ САЦЫЯЛЬНА-ЭКАНАМІЧНЫ ФОРУМ ФАКУЛЬТАТЫЎНЫ КУРС «АСНОВЫ ЭКАНАМІЧНЫХ ВЕДАЎ»
- ☑ ПЕДАГАГІЧНАЯ АСАМБЛЕЯ ПЕДАГОГ САЦЫЯЛЬНЫ Ў ШКОЛЕ: ПАРТФОЛІА ПРАФЕСІЙНЫХ ІДЭІ
- ☑ ЭНЦЫКЛАПЕДЫЯ «ШКОЛЫ БЕЛАРУСІ» УРОК ДЛЯ ДАРОСЛЫХ – ЭФЕКТЫЎНАЯ ФОРМА МЕТАДЫЧНАЙ РАБОТЫ
- ☑ СТУДЫЯ КУЛЬТУРЫ І ПРЫГАЖОСЦІ «КРЫМСКІЯ САНЕТЫ» АДАМА МІЦКЕВІЧА
- ☑ БАЦЬНОЎСКІ СКОД КАШТОЎНАСЦІ СЯМЕЙНЫХ ЗНОСІН

## КАБ СЯМ'Я ЖЫЛА «Ў РЫФМУ»

Напружаны рытм сучаснага жыцця звёў да мінімуму працягласць сямейных зносін. Кароткія сухія ранішнія вітанні, паспешлівыя маўклівыя вячэры, загрузаныя хатнімі справамі сумныя выхадныя. І як вынік – адчужанасць, адсутнасць узаемаразумення, непрадуктыўныя канфлікты. Такая сумная рэальнасць існавання многіх сучасных сямей. Многіх, але не ўсіх. Хто на верыць, няхай возьме ў бібліятэцы кнігу Аксаны Спрычан «Таташ Яраш, мамана Аксана і дачэта Альжбета. Поўны эксклюзіў».

Сям'я гэта, як сцвярджаюць самі яе члены, жыве «ў рыфму». І не таму, што маці сямейства Аксана Спрычан – вядомая паэтка, а таму, што тут творча, ашчадна і радасна ставяцца да кожнай хвіліны, якую даводзіцца правесці разам. Скажам, пайшлі мама, тата і дачка ў лес па грыбы, а добрых грыбоў і не аказалася – адны паганкі. Хтосьці бы разлаваўся, расстроіўся, а героі кніжкі пачалі... збіраць паганкі, дзівіцца арыгінальнасці іх форм і прыдумваць ім імёны. Ці разбіла дачэта Альжбета шкляную жабку з мамінай калекцыі. Іншая мама накрычала б, абвінавачвала дачку ў неахайнасці, а Альжбета прапанавала «пашукаць словы ў словах» – у назвах беларускіх гарадоў (Барысаў, Баранавічы, Слонім, Тураў і г. д.), паколькі разбітая жабка была выраблена на Барысаўскім крышталёвым заводзе. Калі мамане Аксане штосьці не падабаецца ў паводзінах яе дамачадцаў ці трэба кагосьці з іх паўшчуваць, яна падрыхтаваныя для ўшчування словы спявае. Хіба ж можна не адрэагаваць канструктыўна на такую заўвагу?

Добрамысліваць, спацуванне адзін аднаму, параўменне, паучцё гумару, творчае, радаснае стаўленне да паўсядзённых клопатаў – вось што нават абмежаваныя па часе зносіны робіць эмацыянальна напоўненымі і інтэлектуальна насычанымі, а значыць, жаданымі і ўзаемаўзбагачальнымі. Якасць сямейных зносін – тэма лістападаўскага выпуску «Бацькоўскага сходу».

## ЦЕННОСТЬ СЕМЕЙНОГО ОБЩЕНИЯ

Тема для беседы с родителями



**С. А. Месникович,**

доцент кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности Института психологии БГПУ им. Максима Танка, кандидат психологических наук

Большое количество социальных контактов, широкие интернет-возможности, высокий темп современной жизни – объективные причины заметного снижения и обеднения семейного общения. Однако даже при наличии у родителей и детей желания и возможности общаться и те, и другие испытывают значительные затруднения: жалуются на разобщенность, отсутствие взаимопонимания. Подчас члены одной семьи, находясь рядом, психологически пребывают в разных виртуальных реальностях. Попробуем проанализировать это тревожное явление.

### Коммуникация близких как семейная ценность

Семейное общение – важнейший фактор жизнеспособности семьи. Оно определяет эффективность ее функционирования, отражает направление дальнейшего

развития семейной системы. Это сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, который включает в себя три составляющие:

- коммуникативную – обмен информацией между членами семьи;

- перцептивную – восприятие и познание друг друга партнерами по общению и установление на этой основе взаимопонимания;
- интерактивную – организация совместных действий.

В реальном процессе семейного общения одинаково важны все три составляющие. Продуктивность этого процесса зависит от следующих факторов:

- насколько интересна, значима и доступна каждому члену семьи передаваемая информация;
- как именно члены семьи воспринимают и понимают других и себя самих, что чувствуют родители и подростки в конкретной ситуации;
- нацелены ли родители и подростки на совместные действия.

Игнорирование любого из этих факторов существенно обедняет развитие семейных контактов.

Важно осознавать, что семейное общение – это всегда общение личностное, позволяющее удовлетворить потребности членов семьи в понимании, принятии, сопереживании, безопасности, поддержке. Оно предполагает высокое доверие собеседников. Эффективным и радостным общение разных людей будет только тогда, когда станет семейной ценностью. А чтобы стать семейной ценностью, общение родственников должно удовлетворять личные потребности каждого из них («что значит ценность лично для меня») [1].

С целью изучения представлений членов современных семей о семейном общении мы провели опрос старшеклассников одной из школ Фрунзенского района г. Минска, а также студентов педагогического вуза. Познакомим вас с его результатами.

### Ожидания от семейного общения

Старшеклассники и студенты:

- ✓ взаимопонимание;
- ✓ поддержка;
- ✓ внимание;
- ✓ безусловное принятие;
- ✓ уют и комфорт;
- ✓ признание уникальности каждого члена семьи;
- ✓ обоснованные ответы на волнующие вопросы;
- ✓ откровенность;
- ✓ невмешательство в личное пространство;
- ✓ переживание позитивных эмоций (радости, интереса).

В некоторых ответах старшеклассников встречаются фразы: «Жду, чтобы мне уделили наконец-то время!», «Чтобы семейное общение вообще было...».

Родители старшеклассников:

- ✓ взаимопонимание;

- ✓ уважение;
- ✓ признание правильности советов старших;
- ✓ доброта;
- ✓ честность, откровенность;
- ✓ переживание позитивных эмоций (радости, интереса);
- ✓ благодарность;
- ✓ сочувствие.

Таким образом, согласно результатам опроса и старшеклассники, и студенты, и родители подростков ждут от семейного общения в первую очередь взаимопонимания.

Следующим вопросом нашей анкеты был вопрос о том, какие формы семейного общения респонденты считают наиболее актуальными. В ответе на него большинство старшеклассников, студентов и родителей были единодушны:

- ✓ семейные праздники;
- ✓ разговоры на разные темы;
- ✓ совместный отдых;
- ✓ поездки и путешествия;
- ✓ совместные обеды (ужины), чаепитие;
- ✓ просмотр кинофильмов с последующим обсуждением;
- ✓ совместные экскурсии;
- ✓ походы в театр.

Родители отметили также: совместное решение бытовых проблем (уборка, ремонт, приготовление пищи, поход в магазин) и походы в гости. Подростки и студенты указали: совместные компьютерные игры, участие в спортивных состязаниях всей семьей.

Во всех трех выборках семейные праздники и разговоры на разные темы указывались чаще других форм семейного общения. При этом опрашиваемые подчеркивали необходимость наличия неформального характера семейного общения, свободы самовыражения каждого члена семьи, позитивного настроения.

### Коммуникативные барьеры

Особый интерес представляют, на наш взгляд, ответы на вопросы, касающиеся наиболее распространенных затруднений в семейном общении. Приступая к исследованию, мы учитывали данные российского психолога Е. П. Ильина, который к основным барьерам, мешающим установлению конструктивных отношений между подростками и их родителями, относит:

1) барьер занятости: постоянно занятые работой и домашними делами родители рассматривают сына (дочь) как помеху в выполнении своей деятельности;

2) барьер возраста: понять подростка родителям мешает разница в возрасте, так называемая высота зрелости;

3) **барьер старого стереотипа:** родители воспринимают подростка как ребенка и соответственно относятся к нему как к человеку, которым надо постоянно руководить, которому следует подсказывать, давать оценки и т. п.;

4) **барьер воспитательных традиций:** родители стремятся механически воспроизводить в своей теперешней семье методы и средства воспитания, бытовавшие в семьях, где росли они сами, не учитывая изменившиеся ситуации воспитания, уровень развития современных детей и т. п.;

5) **барьер дидактизма:** воспитательный процесс подменяется постоянными нравовыми [2].

Анкетирование, проведенное нами, показало, что старшеклассники и студенты чаще всего указывают на **барьер возраста и барьер старого стереотипа**, а родители – на **барьер воспитательных традиций**. Однако наряду с названными затруднениями старшеклассники и студенты отметили также:

- ✓ допросы и многочисленные вопросы со стороны родителей;
- ✓ навязывание родителями своих вкусов, взглядов подросткам;
- ✓ сравнение сына (дочери) с другими подростками («А вот у соседней дочь (сын) лучше учится, больше помогает родителям...») и с собой самим («А вот я в твоём возрасте уже умел, знал, работал...»);
- ✓ завышенные требования к своему ребенку;
- ✓ принуждение идти в гости и принимать гостей.

В анкетах старшеклассников встречаются жалобы, отсутствующие у студентов:

- ✓ длительные разговоры родителей по телефону вместо беседы с сыном или дочерью;
- ✓ хвастовство перед родственниками на семейных мероприятиях («А мой сын уже умеет говорить на турецком языке! Сейчас он вам это продемонстрирует!»);
- ✓ нарушение родителями конфиденциальности и личных границ подростка («А у нашей дочери есть поклонник! Расскажи нам всем, мы же одна семья!»).

Родители подростков в качестве факторов, затрудняющих семейное общение, называли:

- ✓ постоянное использование подростками гаджетов;
- ✓ отсутствие взаимопонимания с сыном / дочерью;
- ✓ загруженность родителей работой, домашними делами (нехватка времени на семейное общение);
- ✓ нежелание подростков прислушиваться к мнению родителей;
- ✓ критические замечания подростков в адрес родителей.

Поскольку такое затруднение в семейном общении, как **допросы и многочисленные вопросы со стороны родителей**, отметило большинство подростков, считаем необходимым остановиться на нем подробнее.

Действительно, как правило, подросток испытывает недовольство, когда мама (отец) долго спрашивает, где он был, с кем, чем занимался, о чем говорил и т.д. А ведь родители такой настойчивый интерес к обстоятельствам жизни своего взрослеющего ребенка проявляют потому, что стремятся оказать ему поддержку, уделить внимание. Столкнувшись с нежеланием подростка отвечать на расспросы, объясняют себе поведение сына (дочери) отсутствием у него (нее) интереса к общению с ними. Между тем родителям стоило бы знать, что подросток учится устанавливать личные границы в неприкосновенном внутреннем пространстве и таким образом утверждает свою взрослость и самостоятельность. Поэтому расспросы родителей он воспринимает как вторжение на «свою территорию», попытку контролировать его, как ребенка.

**Рекомендация родителям.** Тактично и доброжелательно формулируйте вопросы, задаваемые подростку, показывая этим, что вы не посягаете на его внутренний мир и что в то же время его жизнь вам интересна.

**Рекомендация подростку.** Расскажи маме (отцу) в приемлемой форме о том, какие чувства и мысли у тебя возникают, когда ты слышишь «десятый» уточняющий вопрос относительно того, где ты был и что делал. Но и постарайся обозначить положительные стороны проявляемого к тебе интереса: ты не безразличен родителям, они пытаются установить контакт с тобой.

**Вторым по частоте** из отмеченных нашими респондентами-подростками затруднений в общении стало **навязывание родителями своих вкусов и взглядов**.

На самом деле подростку очень важно знать, что родители думают о стиле его одежды, его друзьях, его любимой музыке. Однако при этом он хочет сохранить за собой возможность выбора.

**Рекомендация родителям.** Высказывайте свое мнение по поводу поведения, одежды, образа жизни, увлечений сына или дочери на фоне демонстрации безусловного принятия их личности и оставьте за молодыми людьми право решать, какую одежду носить, с кем дружить, что слушать.

**Рекомендация подростку.** Не стоит пытаться переубедить маму и папу. Постарайся спокойно реагировать на мнение родителей, если оно и отличается от твоего. Постарайся осознать, что разница во взглядах и вкусах не является поводом для обид и упреков.

**Большинство родителей-респондентов** чаще всего среди обстоятельств, затрудняющих

семейное общение, называли в своих анкетах **постоянное использование подростками гаджетов**. («На любых семейных мероприятиях сын чаще всего «уткнуется» в свой гаджет и не обращает внимания на присутствующих членов семьи. По моей просьбе он иногда отрывается от «важных дел» в смартфоне, но недолго».)

**Рекомендация родителям.** Показывайте (постепенно, без излишнего давления на подростка), где и как в реальном мире можно насыщаться эмоциями и позитивными впечатлениями. Предлагайте сыну или дочери позаниматься тем, что близко вам самим (спортом, выжиганием по дереву и т.д.), но в то же время проявляйте интерес и уважение к их увлечению. Чувствуя ваш неподдельный интерес, подросток охотно поделится знаниями в области интернет-технологий, расскажет об особенностях игр и сайтов. Таким образом вы расширите поле для общения с сыном или дочерью, обретете серьезный повод для сближения.

**Рекомендация подросткам.** Поразмышляй, почему все-таки родители обеспокоены твоим долгим «сидением в интернете». Поговори с ними, ушли им время. Проанализируй, сколько времени ты проводишь в интернете. Подумай, а еще лучше запиши, что еще, кроме компьютера, тебе доставляет приятные эмоции.

**Второе по частоте** отмеченных респондентами-родителями затруднений – **отсутствие взаимопонимания**. Причины этого печального явления разнообразны. Однако самая распространенная – недооценка участниками взаимодействия механизма обратной связи.

**Обратная связь** – это осознанный ответ автору действия или поступка, передача своему партнеру информации о том, как он воспринимает сложившуюся ситуацию, как понимает его поведение и слова, что при этом чувствует.

Применительно к семейному общению это означает, что при возникновении затруднений любого характера и родители, и ребенок вместо того, чтобы прибегать к упрекам, обвинениям, а то и оскорблениям, должны найти способ сообщить друг другу, что каждый из них в данный момент чувствует, переживает, о чем подумал. Навык обратной связи позволяет существенно наладить взаимопонимание в семье.

#### Рекомендации родителям

- ☐ Расскажите сыну или дочери о важности семейного общения, выслушайте их мнение на этот счет.
- ☐ Используйте разнообразные формы семейного общения: совместные походы, поездки, обсуждение увиденного / услышанного и т.д.
- ☐ Признайте за подростком право иметь свое мнение и на собственном примере продемонстрируйте умение ценить мнения других людей.
- ☐ Создавайте в семье атмосферу психологической безопасности. Уважайте личные границы подростка и демонстрируйте, как адекватно вы защищаете собственные границы.
- ☐ Внедряйте в повседневное общение навыки безопасного слушания.

#### Рекомендации подросткам

- ☐ Вспомни свои самые яркие впечатления от семейного общения, поделись ими с родителями.
- ☐ Расскажи родителям о том, какие формы семейного общения тебе нравятся, а какие нет, и объясни, почему.
- ☐ Научись отстаивать личные границы, не обижая других людей, проявляя уважение к ним.
- ☐ Используй в общении с родителями механизм обратной связи.
- ☐ Осваивай навыки продуктивной коммуникации с людьми разного возраста.

#### Резюме автора

Семейное общение представляет собой уникальный вид взаимодействия, в процессе которого дети и подростки учатся доверять своим близким и себе, обретают самоуважение. В атмосфере принятия и безопасности у молодых людей воспитывается альтруизм, формируются коммуникативные навыки. Нарушения семейной коммуникации приводят к негативным последствиям. Поэтому грамотный, конструктивный подход родителей к общению с детьми и друг с другом – необходимое условие гармонизации психического развития подростка, а также укрепления семьи.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Месникович, С. А. Семейные ценности и семейные традиции / С. А. Месникович // Народная асвета. – 2016. – № 4. – С. 84–87.
2. Ильин, Е. П. Психология общения и межличностных отношений / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с.