

К. М. Горелов

ВЗАИМОСВЯЗЬ СТИЛЕЙ СЕМЕЙНОГО ОКРУЖЕНИЯ И УРОВНЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ У ПОДРОСТКОВ

Статья посвящена проблеме взаимосвязи стилей семейного окружения и уровней физического и психологического здоровья у подростков. В исследовании приняли участие 60 мальчиков и девочек (12–13 лет). Исследование показало, для лучшего психологического и физического здоровья для мальчиков в семье важны морально-нравственные аспекты, такие как степень семейного уважения к этическим и нравственным ценностям и положениям, а для девочек – степень активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной и политической сферах жизни и возможность самостоятельно обдумывать проблемы и принимать решения.

Семья – это то, с чего начинается не только жизнь человека, но и процесс формирования его как личности. Родители дают ребёнку начало его индивидуальности, начиная с внешности и поведения. Поскольку это самые первые и важные люди в жизни ребёнка, именно они и закладывают почву для дальнейшего социального и эмоционального развития малыша. Личность ребёнка формируется в первые 6–7 лет его жизни. Именно поэтому то, что происходит в семье, особенно сильно повлияет на дальнейшее развитие ребёнка, на его восприятие реальности и окружающих.

М. И. Лисина в своих исследованиях проследила развитие самооценки ребёнка в зависимости от его воспитания [1]. Дети с точным представлением о себе воспитываются в семьях, где родители уделяют им достаточно много времени и внимания.

Для адекватного поведения нужна гибкая система поощрения и наказания. Нежелательным является восхищение и похвала чужих детей при ребёнке, редкие подарки, даже если он их заслужил, недопустимы крайние жесткие наказания.

Самые неблагоприятные воздействия для развития ребенка – это жесткий, тотальный контроль или почти полное отсутствие контроля.

Значительный вклад в развитие проблемы влияния поведения и взаимоотношений родителей на поведение ребенка внесла Л. Беньямин [2, с. 172]. Созданная ею модель взаимоотношений в виде «родитель – ребенок» даёт возможность не только охарактеризовать поведение любого из них, но и принимать во внимание тип взаимоотношений. В каждой семье есть своя система воспитания. На данный момент существует 4 вида тактик, которым соответствуют 4 типа семейных взаимоотношений: диктат, опека, невмешательство и сотрудничество.

Диктат проявляется в постоянном подавлении одними членами семьи инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов.

Выдвигая постоянные требования, родители совершенно забывают о проявлении уважения к ребенку, часто допускают грубость, совершенно игнорируют его мнение и интересы. Таким образом, диктаторский подход подавляет у детей стремление к проявлению инициативности и чувство собственного достоинства.

Опека в семье – система отношений, при которых родители ограждают ребёнка от проблем и обязанностей возлагают всё на себя. Формирование личности ребёнка отходит на второй план. В центре воспитательных воздействий оказывается другая проблема – удовлетворение потребностей ребенка и ограждение его от трудностей. Несмотря на кажущуюся диаметрально противоположность, воспитательная тактика в виде опеки схожа с диктатом. Просто вместо чрезмерной требовательности выступает

чрезмерная любовь к ребенку и его всесторонняя опека. В итоге дети становятся безвольными и в будущем могут испытывать трудности в решении даже самых простых жизненных вопросов.

Самым оптимальным вариантом детско-родительских отношений многие эксперты называют сотрудничество. Сотрудничество предполагает опосредованность межличностных отношений в семье общими целями и задачами совместной деятельности, ее организацией и высокими нравственными ценностями. Ребенок чувствует себя членом семьи, участвует в ее делах и принятии решений. Семья, где ведущим типом взаимоотношений является сотрудничество, обретает особое качество, становится группой высокого уровня развития – коллективом.

Позиция родителей, предпочитающих «не вмешиваться» в дела ребенка, сводится к тому, что все заняты своими делами и не особо интересуются жизнью других членов семьи. Зачастую это обусловлено не столько занятостью родителей, сколько неумением и нежеланием общаться с ребенком.

В подобной семье, как правило, вырастает индивидуалист, для которого семья не является «домашним очагом» и не имеет особой ценности. Не получив родительского тепла, он не сможет делиться им с другими и проявлять заботу о близком человеке.

Для проведения исследования были использованы методика ШСО (Шкала семейного окружения) Р. Х. Муса (в адаптации С. Ю. Куприянова) и опросник SF-36 (Краткая форма оценки здоровья, англ. The Short Form-36) D. E. Ware. В исследовании приняли участие мальчики и девочки 12–13 лет.

Был произведен анализ взаимосвязи данных субшкал: «Сплоченность», «Экспрессивность», «Конфликт», «Независимость», «Ориентация на достижения», «Интеллектуально-культурная ориентация», «Ориентация на отдых», «Морально-нравственные аспекты», «Организация», «Контроль» и шкал составляющей здоровья: «Физическое здоровье и психологическое здоровье».

В ходе корреляционного анализа данных шкалы «Интеллектуально-культурная ориентация» и шкалы «Физическое здоровье» получен коэффициент корреляции $r = 0,504$ при $p < 0,010$, что указывает на прямую взаимосвязь между этими двумя параметрами. Также выявлена тенденция к взаимосвязи между параметрами «Экспрессивность» и шкалы «Физическое здоровье», коэффициент корреляции которой $r = 0,345$ при $p < 0,063$.

Для нашего исследования это означает, что интеллектуально-культурная ориентация, включающая в себя степень активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной и политической сферах жизни, связана с физическим здоровьем подростков, а именно девочек. Это означает, что чем больше семья ориентирована на интеллектуально-культурные аспекты, тем выше уровень физического здоровья у девочек. Между данными по субшкале «Независимость» и шкале «Психологическое здоровье» был получен коэффициент корреляции $r = 0,414$ при $p < 0,031$. Здесь мы имеем прямую взаимосвязь. Можно сделать вывод о том, что независимость, включающая в себя степень поощрения к самоутверждению, независимости, самостоятельности в обдумывании проблем и принятии решений, влияет на психологическое здоровье подростков (девочек). Чем больше подростки (девочки) получают независимости в семье, тем выше уровень их психологического здоровья. Далее выявлена тенденция к взаимосвязи между данными субшкалы «Контроль» и шкалы «Психологическое здоровье», коэффициент корреляции, которой составил $r = 0,324$ при $p < 0,076$.

Для мальчиков в ходе корреляционного анализа данных субшкалы «Морально-нравственные аспекты» и шкалы «Физическое здоровье» получен коэффициент корреляции $r = 0,71$ при $p < 0,038$, что означает прямую взаимосвязь между этими двумя параметрами. Между параметрами «Морально-нравственные аспекты» и

«Психологическое здоровье» был получен достоверный коэффициент корреляции $r = 0,490$ при $p < 0,007$. Это указывает на прямую взаимосвязь между этими двумя параметрами. Можно сделать вывод о том, что морально-нравственные аспекты влияют на физическое и психологическое здоровье мальчиков-подростков. Это означает, чтобы мальчик-подросток физически и психологически хорошо себя чувствовал, в семье должны присутствовать морально-нравственные аспекты, такие как степень семейного уважения к этическим и нравственным ценностям и положениям. Чем больше морально- нравственного воспитания, тем лучше подросток будет себя чувствовать.

По данным исследования мы получили следующие результаты: для того, чтобы уровень психологического здоровья у девочек был на высоком уровне, они должны чувствовать независимость. Также отметим интеллектуально-культурную ориентацию, в которую входят степень активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной и политической сферах деятельности, которая способствует хорошему уровню физического здоровья. В ходе исследования были выявлены тенденции: тенденция к взаимосвязи контроля и психологического здоровья и тенденция к взаимосвязи экспрессивности и психологического здоровья у девочек. Под контролем понимается степень иерархичности семейной организации, а под экспрессивностью понимается разрешение открыто действовать и выражать свои чувства.

Можно сделать вывод о том, что морально-нравственные аспекты влияют на физическое и психологическое здоровье мальчиков-подростков. Это означает, чтобы мальчик-подросток физически и психологически хорошо себя чувствовал, в семье должны присутствовать морально-нравственные аспекты, такие как: степень семейного уважения к этическим и нравственным ценностям и положениям. Чем больше морально- нравственного воспитания, тем лучше подросток будет себя чувствовать.

Когда родители понимают, что во многом от них самих зависит формирование личности ребенка, то они ведут себя так, что все их поступки и поведение в целом способствуют формированию у ребенка тех качеств и такого понимания человеческих ценностей, которые они хотят ему передать. В жизни каждого человека родители играют большую и ответственную роль. Они дают первые образцы поведения. Ребенок подражает и стремится быть похожим на мать и отца.

Литература

- 1 Семья в психологической консультации / под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. – Москва : Педагогика, 1989. – 208 с.
- 2 Психокоррекционная и развивающая работа с детьми / под ред. Дубровиной. – Москва : Академия, 1999. – 160 с.