Исследователи считают, что потребность в игре как таковой, свойственна человеку на протяжении всей его жизни. В процессе игры удовлетворяется неосознаваемая познавательная потребность, вследствие чего ребенок получает удовольствие. Определенное место в ряду компьютерных игр занимают неролевые логические и обучающие игры. Детское восприятие устроено таким образом, что для запоминания и усвоения информации нужны ассоциации, игра. Если использовать компьютерные игры в разумных пределах (не более 1 часа в сутки с перерывами через 15-20 минут для ребенка 6-9 лет) и не в ущерб другим сторонам жизни ребенка, то они могут принести положительный результат: научат детей счету, иностранному алфавиту, усилят концентрацию внимания, улучшат мыслительные операции, процессы принятия решения, будут способствовать формированию художественного воображения, помогут развить быстроту реакции.

Вместе с тем, ребенок, который всем остальным развлечениям и увлечениям предпочитает лишь компьютерные игры, пусть даже и развивающие, подвергается риску возникновения многих серьезных проблем. Проведенные исследования доказали, что если ребенок младше 10 лет пристрастился к компьютеру, то это может замедлить его развитие, как физическое, так и психическое. Просиживая за любимой компьютерной игрушкой, такой ребенок начинает вести не свойственный этому возрасту образ жизни, исключающий необходимую двигательную активность, развитие широкого спектра эмоциональных реакций, познание окружающего мира, формирование коммуникативных навыков в общении и в обычных детских играх со сверстниками.

**Факторы, способствующие привыканию ребенка к компьютерной игре:**

- **наличие собственного мира, в который нет доступа никому, кроме него самого;**

**- отсутствие ответственности;**

**- реалистичность процессов и полное абстрагирование от окружающего мира;**

**- возможность исправить любую ошибку путем многократных попыток;**

**- возможность самостоятельно принимать любые (в рамках игры) решения, вне зависимости от того, к чему они могут привести.**

Установлено, что ролевые компьютерные игры в большей степени, нежели неролевые, позволяют человеку уйти от реальности в виртуальный мир. Дети и подростки, не сумевшие реализовать себя в повседневной жизни, в ролевых компьютерных играх принимают на себя роль компьютерного персонажа, отождествляются с ним и получают возможность через новую для себя роль удовлетворить те потребности, которые остаются неудовлетворенными в реальной жизни. Вслед за этим, чем больше ребенок начинает играть, тем отчетливее и важнее становятся для него различия между реальной жизнью и виртуальной. Постепенно игра превращается в средство компенсации его жизненных проблем: удовлетворение жажды приключений, желание снизить эмоционально-психологическое напряжение, вызванное нарушенными отношениями в семье и/или со сверстниками, потребность избежать физического и/или эмоционального насилия, уход от проблем, связанных со школьной неуспеваемостью, желание расслабиться и отдохнуть и т.д.

**Факты, которые должны насторожить родителей:**

- **ребенок начал есть, пить, учить уроки, не отходя от компьютера;**

**- ребенок начал проводить ночи за компьютером;**

**- ребенок начал прогуливать школу для того, чтобы поиграть за компьютером;**

**- как только ребенок возвращается домой, то сразу направляется к компьютеру;**

**- ребенок забывает поесть, почистить зубы, причесаться, переодеться (чего раньше не замечалось);**

**- ребенок находится в раздраженном, агрессивном состоянии, не знает, чем заняться, если компьютер сломался;**

**- ребенок шантажирует, угрожает, если ему запрещают играть на компьютере.**

**Несколько рекомендаций родителям:**

1. Стройте отношения в семье на принципах честности и умении признавать ошибки.

2. Не оскорбляйте ребенка и его круг общения.

3. Будьте другом и помощником своему ребенку.

4. Сделайте так, чтобы ребенок мог вам довериться всегда и при любых обстоятельствах.

5. Не бойтесь показывать свои чувства ребенку, если вы расстроены сложившейся «компьютерной» ситуацией. Тогда он увидит в вас не противника, а близкого человека, который тоже нуждается в заботе.

6. Если вдруг возник конфликт, который выражен в приказном тоне с вашей стороны о прекращении работы за компьютером, то не следует торговаться с ребенком, надо четко заявить о своей позиции и объяснить её.

7. Всегда нужно оговаривать время игры ребенка на компьютере и точно придерживаться этих рамок. Количество времени нужно выбирать, исходя из возрастных особенностей ребенка. Например, до 5 лет не рекомендуется ребенка допускать до компьютера, стоит поощрять его познание мира без посредничества электроники. С 6 лет ребенку можно начинать знакомиться с компьютером (15-20 мин. в день). Для подростка 10-12 лет желательно не более 2 часов в день и не подряд, а по 15-20 минут с перерывами.

8. Категорически запрещается играть в компьютерные игры перед сном.

9. Необходимо прививать ребенку интерес к активным играм и физическим упражнениям, чтобы он чувствовал радость от этого.

10. Необходимо следить, чтобы игра на компьютере не подменяла реальное общение со сверстниками, друзьями и близкими.

11. Следует проводить обсуждение игр вместе с ребенком, выбирать развивающие игры.

12. Не ограждать ребенка от компьютера вообще, поскольку это неотъемлемая часть будущего, в котором ребенку предстоит жить.

[назад](http://goo.kz/content/view/48/602#01)

**В помощь школьному психологу при работе с семьёй**

Психология семьи как система

За последние 50 лет в семейном консультировании господствующим является системный подход, который рассматривает семью как систему. Это значит, что семья рассматривается как целостная единица. Она состоит из частей, которые в неё входят. Объектами влияния семьи считаются не те элементы из которых она состоит, а вся семья в целом. Семейный консультант помогает семье в целом.

Самые распространённые направления - системное семейное консультирование и системная семейная терапия.

Теоретической основой системного взгляда на семью является общая теория систем, которая была разработана в 40-е годы Людвигом фон Берталамфи. Он утверждал, что большинство объектов окружающего мира представляют собой целесообразно организованные системы - организмический взгляд на мир. Таким же образом, как системы, функционирует человек и также различные социальные образования, в том числе и семья.

Постулаты **этой теории систем**:

1.      Целое больше, чем сумма составляющих его частей. Система описывается теми составными частями, из которых она состоит. Семья не состоит из мамы, папы и ребёнка. Все эти элементы присутствуют, но семья как система - нечто большее.

2.      Все элементы и процессы, происходящие внутри семьи, взаимно влияют и взаимообусловливают друг друга. Соответственно изменения, которые происходят в отдельном элементе системы могут вторично обусловливать изменения в других частях системы или в системе в целом. Влияя на ребёнка можно вызвать изменения во всех остальных участниках семьи.

С точки зрения теории **системы семья представляет собой открытую систему**.

**Закрытые**системы - те, которые функционируют автономно.

**Открытые**- которые для своей жизнедеятельности нуждаются в обмене с окружающей средой. Что-то нужно отдавать в окружающую среду и что-то из неё принимать. Чтобы семье выжить - она существует в социуме и она должна взаимодействовать с элементами социума. Если этого нет - системе начинает чего-то не хватать. Функции семьи могут нарушаться.

Кроме этого, семья является системой **самоорганизующейся.** Это значит, что семья как система является построенной по принципу целесообразности и всё поведение семьи является целесообразным. Источник преобразования находится внутри самой семьи. Если в семье есть цель, то она определяет всю жизнедеятельность семьи как системы.

Семья также является и **первичной системой** по отношению к каждому входящему в неё элементу. Это значит что закономерность, по которым существует семья могут отличаться и не соответствовать тем закономерностям, по которым существуют её элементы - члены семьи. То что происходит в семье часто не зависит от намерений людей а регулируется свойствами системы как таковой. Родители хотят хорошего в воспитании детей, а по факту получается другое. Намерения и поступки людей в системе являются вторичными (семья первична) и подчиняются правилу функционирования систем. Семья первична и находится над элементами её составляющими. Это положение носит практический характер.

Если окружающая среда пытается воздействовать на семью, он должен учитывать её функционирование как системы.

**Главный принцип - опосредованное воздействие**. Это значит, что семья как система больше элементов из которых она состоит, также она больше и психолога, хотящего что-то изменить в ней (психолог). Воздействие на один из элементов получит противодействие, направленное чтобы снивелировать действие психолога. Наркомания - проблема системы а не индивидуума. Ненаркоман для семьи - аномалия и система пытается восстановить старый статус.

Поэтому все интервенции, которые используют люди для помощи, носят опосредованный характер.

Общение с одним членом семьи чтобы помочь другому. Агрессивность ребёнка может исчезнуть не путём прямого воздействия на ребёнка, но путём воздействия на родителей. Работа с детьми до 4-х лет мало целесообразна. Поэтому родители более подходящая среда для воздействия - опосредованный способ воздействия.

Семья является системой связанной с другими также и в **продольном разрезе**.

Системы семьи жены взаимодействуют с системой семьи мужа, поэтому многие закономерности в новой семье не изобретены заново, но приходят к нам из прошлых систем. Поэтому важно владеть техникой генограмм. С помощью генограмм удаётся записать и описать характер взаимоотношений людей в поколениях и выявить основные стереотипы в отношениях, которые передаются и воспроизводятся в поколениях. Носят характер передачи стереотипов путём воспроизведения семьёй стереотипов родительских семей.

**Теория дифференциации**: если есть дисфункция по вертикали (между поколениями), она обязательно воспроизведётся по горизонтали. Верджиния Сатир - первый психолог, ставший воздействовать на всю семью, а не по отдельности. Сальвадор Минухин - психология семьи. Он изучал структуру семьи и обнаружил, что структура отношений в семье серьёзно влияет на жизнедеятельность семьи и её деятельность.

**Динамика**семейной жизни зависит **от структуры отношений в** семье**.**

**Коалиция**- важнейший элемент взаимоотношений. Коалиция - образование, создаваемое внутри системы, которое в зависимости от их характеров может либо способствовать развитию семьи либо приводить к её дисфункции.

**Закономерность:**вертикальные коалиции в семье являются **дисфункциональными,**горизонтальные - **функциональными**. Коалиция у мамы с бабушкой против мужа, феномен тёщи и пр. - **дисфункциональная.**

Во многих семьях **структура взаимоотношений** нарушена так, что одни элементы систем находятся близко, а другие дальше. Тактика сближения и воссоздание супружеской коалиции.

Существует **2 основных закона, которым семья как система подчиняется**:

**1.      Закон гомеостаза**

**2.      Закон развития**

Оба эти закона существуют и действуют одновременно

**Закон гомеостаза**- любая система стремится сохранить существующее положение любым путём. Причем этот закон относится как к функциональным семьям, так и для дисфункциональных семей. Положение в семье мучительное, но она стремится сохранить это положение и делает его стабильным. Любые перемены пугают семью. Она считает, что перемены хуже чем существующее положение. Закон гомеостаза делает понятным, почему в семье многие годы могут сохраняться проблемы.

**Закон развития**- любая открытая система стремится развиваться и пройти свой путь от 0 до завершения. Источник творческих сил заложен внутри семьи. На уровне семьи закон развития проявляется в том, что семья как система должна прожить свой жизненный цикл, который представляет собой последовательную смену основных событий или стадий.

Грегори Бейтсон предложил свою **классификацию стадий развития**:

**1 - стадия монады**- добрачная стадия. Представлена индивидуальной жизнью каждого из людей, которые потом создадут семью. Молодой человек взрослеет, реализует правилами родительской семьи. Аналогичное с женской части.

**2 стадия - стадия диады.**Пара начинает жить вместе и сталкивается с проблемами. Она должна договориться, по каким правилам будут строить свою систему. Закон развития будет реализовываться, если произойдёт распределение обязанностей.

Здесь важно помнить, что есть правила лёгкие - внешние правила жизни и трудные правила, которые относятся к плохо осознаваемым правилам или правилам связанным с самооценкой. Пример, ситуации когда муж работает а жена нет - вопрос - как ей будут доставаться финансы или когда жена сталкивается с правилами семьи мужа (отмечать дни рождения бурно по понятиям жены и противоположное по мужу).

Дистанция между двумя в диаде очень близкая

**3-я стадия - триады**, когда появляется ребёнок. Это делает семейную структуру более устойчивой. С другой стороны триада отделяет супругов - дистанцирование, за счёт большего внимания к ребёнку. Говорят что появление ребёнка - это символический развод с мужем. Возникновение ребёнка изменяет функции, права и обязанности членов семьи. Нужно договориться о правилах новой жизни.

**4-я стадия - квадрата**, появление 2-го ребёнка. Новый член семьи выталкивает 1-го ребёнка. Синдром детронизации - младший свергает с трона старшего, лишая его полномочий единоличного обладания папой и мамой. Порождается сильная ревность, зависть и напряжение в семьях. Старший оказывается перед ситуацией, когда младшему всё а мне ничего. Здесь надо вновь договориться кто кого воспитывает и о том, что старший должен быть не забыт, распределение сил и средств и прийти к новым договорам.

**5-я стадия выхода детей во внешний мир**. Она начинается, когда в семье появляется первоклассник. Это серьёзная стадия, т.к. происходит проверка семьи как системы на эффективность использованных правил воспитания.

 **Закономерность:** если в течение всего 1-го класса ребёнок попадая в школу справляется с предъявляемыми требованиями, то это означает, что семья на данном этапе является функциональной. И наоборот, если в первом классе появляются проблемы, это говорит о дисфункциональности семьи. Важно помнить, что функциональность или дисфункциональность семьи не продолжается весь жизненный цикл. Она может быть функциональной на стадии диады и стать дисфункциональной на фоне триады.

Выход в школу оказывается проверкой для гиперсоциализированных семей также, т.е. семей которые живут по социальным правилам как все. Когда поведение ребёнка становится не стандартным, то он легко может превратиться в так называемый позор семьи. Обычно это связано с теми желаниями, которые оказались неисполненными у самих родителей. Ребёнком пытаются восполнить то, чего сами не могли иметь. Отношения в семье - отношения фрустрации. Благие побуждения не срабатывают.

**6-я стадия взрослеющих детей подросткового возраста**. Закон гомеостаза очень сильно расходится с законом развития. Семья пытается сохранить прежний статус, но сильными являются центробежные силы. Ребёнок ищет себё, становится взрослым, с другой стороны семья пытается сохранить его статус члена семьи. Возникает мораторий на идентичность, когда с помощью семьи ребёнок прекращает искать свою идентичность. Чтобы преодолеть эту стадию, важно изменить отношение к этому элементу. Семья - реанимобиль - это функциональная модель.

Семья где есть подросток должна отпускать его во внешний мир, но при этом оставаться для него надёжным тылом, где он может залечить свои раны, рассказать обо всём. Если в семье есть коалиция мамы и сына против папы, она его не отпустит из семьи и т.п., то создать семью как надёжный тыл не удастся.

Также кризис подростков сочетается с кризисом 30-летних или 40-летних. Все элементы системы переживают нормативный кризис. Это стадия множественного кризиса системы. Семья считается функциональной, если после её прохождения происходит сепарация ребёнка от семьи. Полная сепарация является функциональной и частичная, когда остаётся зависимость от семьи.

**7-я стадия - пожилой диады**- все дети вышли из семьи (синдром пустого гнезда)

**8-я стадия - пожилой монады**- после смерти одного из супругов.

Основные понятия психологии семьи

3.      Функции семьи

4.      Структура семьи

5.      Динамика семьи

**Определение семьи**:
Семья - это малая социальная группа, которая основана на супружеском союзе и родственных связях (отношения мужа с женой, родителей и детей, братьев и сестёр), которые живут вместе и ведут общее домашнее хозяйство. Важнейшие характеристики семьи это её функции, структура и динамика.

**Функции семьи**

Под функцией семьи понимается сфера жизнедеятельности, которая связана с удовлетворением членами семьи своих определённых потребностей.

**Классификация потребностей по Маслоу - 6 уровней.**Более простая - потребность в безопасности, привязанности и достижений.

Функции семьи по потребности:

**1. Воспитательная функция**

Состоит в удовлетворении членами семьи их психологических потребностей в отцовстве, материнстве, взаимодействии с детьми, воспитании детей и самореализации себя в детях.

Функция семьи относится не только к индивидуальным потребностям человека, но она имеет отношение и к социуму. В отношении к обществу семья, воспитывая детей выполняет функцию социализации подрастающего поколения. Они воспитывают сына или дочь, а также и члена общества. Функция эта является достаточно длительной - от рождения до взрослости. Эта функция ещё и обеспечивает преемственность поколений. Чтобы себя продлить в детях, важно чтобы дети могли продлить себя. А для этого нужно им дать максимум психического, физического и социального здоровья.

**2. Хозяйственно - бытовая**

Она заключается в удовлетворении членами семьи своих биологических и материальных потребностей и в удовлетворении потребности в сохранении их здоровья - физического, психического и социального. В ходе выполнения семьёй этой функции происходит восстановление физических и психических сил, которые были затрачены в сфере работы.

**3. Функция эмоционального обмена**

Семья образуется людьми, которые находятся в родственных связях. Эти связи основаны на эмоционально-позитивных контактах, которые называются привязанностью. Эта нормативная привязанность исходно существует между членами семьи и проявляется в переживаниях и выражении своего отношения одного члена семьи к другому. Привязанность мы выражаем в форме эмоций. Их выражать - это для нас аксиома. Постепенно эта привязанность выражается в серьёзной психологической потребности. Это потребность в любви, симпатии, уважении, признании другому, эмоциональной поддержки другого и его психологической защите. Эта функция нормативно предполагает, что члены семьи знают что такое чувства и умеют их выражать и переживать, что ведёт к тому, что в семье возникает эмоциональный обмен.

Соответственно поскольку семья - это целостное образование, то не только члены семьи обмениваются эмоциями внутри, но и семья как целое выражает определённую эмоцию и направляет её в окружающую среду. Поэтому эмоциональный обмен выражается не только внутри семьи, но и по отношению к другим семьям и социальным группам. Часто внутри семьи эмоциональный обмен носит один характер, а между семьями совершенно другой. Есть тип семьи «семья – крепость». Внутри неё любовь и симпатия и ненависть к другим семьям. Эмоциональный обмен носит другой характер.

Эта функция считается реализуемой, если между семьёй и окружающей средой происходит постоянный эмоциональный взаимообмен. Это значит, что семья выделяет в виде эмоций в окружающую среду и получает в ответ какие-то переживания. Если этот взаимообмен нарушается, семья переполняется невыраженными и неосознаваемыми чувствами. Это приводит к болезням семьи в целом.

**4. Коммуникативная функция**

Она состоит в удовлетворении потребности семьи в совместном проведении времени (досуг), взаимном культурном и духовном обогащении и эта функция способствует духовному развитию членов общества. Степень развитости коммуникации в семье соответствует степени развитости коммуникации в обществе. Благодаря коммуникации происходит серьёзный личностный рост. Реализация этой функции ведёт к серьёзному личностному росту членов семьи.

**5. Функция первичного социального контроля**

Цель общества - не только помочь человеку выжить, но она предполагает и функцию контроля - введение ограничений и запретов, которые помогают выживать их создавшему. Семья - малая социальная группа, в ней новый член общества рождается. Обеспечение выполнения членами семьи социальных норм - важная черта. Особенно те члены семьи, которые не обладают достаточной способностью строить своё поведение в соответствии с существующими социальными нормами.

Такими факторами, ограничивающими способность строить своё поведение являются возраст (семья контролирует детей, престарелых и пожилых членов семьи), факт болезни кого-то из членов семьи, приводящей к инвалидизации (родственники должны осуществлять социальный контроль, как опекуны)

**6. Сексуально - эротическая функция**

Существует для удовлетворения сексуальных потребностей семьи, регулирует сексуальное поведение членов семьи. Обеспечение биологического воспроизводства общества, благодаря чему семьи превращаются в роды, идущие в поколения.

Также как и человек имеет дату рождения и смерти, также и семья существует во времени, на каком-то этапе возникает и затем исчезает.

У неё также имеются свои фазы развития. Динамический компонент состоит в том, что с течением жизни семьи удельный вес каждой из функций может меняться. Какие-то функции могут выходить на 1-й план, а какие-то на 2-й или вообще исчезать. Появление детей в семье выдвигает на 1-й план функцию воспитания и быта. В молодой семье на 1-м месте может быть секс, в пожилой семье функция воспитания может исчезать. Функции меняются не только в самом цикле развития семьи но и в историческом цикле. В истории были этапы, когда семья из поколения в поколения передавала частную собственность (дворцы), социальное положение (палата Лордов в Британии).

Семья, которая адекватно выполняет всю совокупность своих функций называется**функциональной**. Если в семье отмечаются нарушения какой-либо функции или нескольких функций вместе, то такая семья называется .**дисфункциональной.** Она является основным объектом социальной работы, семейного консультирования или семейной терапии. Психолог помогает семье в целом, а не отдельному её члену. Все эти функции связаны друг с другом и на практике очень редко можно столкнуться с изолированным нарушением функции. Восстанавливать приходится 2-3-4 и т.д.функции.

Нарушение функции семьи - это такие черты её жизни, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьёй её основных функций. Например, в семьях моряков нарушаются сексуально-эротические функции семьи.

**Структура семьи**

Это число и состав членов семьи, а также совокупность отношений между её членами. Она тесно связана с её функцией. Они взаимно влияют друг на друга. Например, развод влияет на все функции. Выделяют следующие формы семьи:

Базовой формой семьи является **нуклеарная семья**. Это треугольник - родители и один ребёнок. Она представлена представителями 2-х поколений - родители и дети. Существует 2 разновидности - полная нуклеарная семья (двое родителей и дети) и неполная нуклеарная семья (отсутствие одного из родителей). Семья без детей это тоже неполная нуклеарная семья.

**2-я форма - расширенная семья**. Это семья, которая объединяет кровных родственников более чем 2-х поколений, которые объединены общим домашним хозяйством. Самый частый вариант - семьи с бабушкой, дедушкой и другими родственниками.

**3-й вариант - большая семья.**Это группа кровных родственников разных поколений, которая живёт в одном месте не обязательно ведут совместное домашнее хозяйство и возглавляется фигурой патриарха или матриарха. Эта форма характерна для сёл или маленьких городов или на окраинах больших городов. Есть дом родителей, рядом 2-4 дома, где живут семьи детей с определённым характером отношений. Родители выполняют роль патриарха, оказывая влияние на существование семей. Такая семья является иерархичной.

**4-й вариант - семья - клан**. Это группа, объединённая кровно родственными отношениями, которая не обязательно проживает в одном месте и не обязательно имеет одного лидера. Пример - сицилийская мафия.

**5-й вариант - семья - двор**. Характерна для России 17-19 вв. Сейчас редко. Она объединяет несколько поколений членов семьи, причем в семью включаются люди, не связанные кровным родством (гувернантки, слуги, горничные).

**Нарушения структуры семьи**также встречаются, как и нарушение функции. Это такие особенности структуры семьи, которые затрудняют или препятствуют выполнению семьёй основных её функций. Например, часто хозяйственно-бытовая функция разделена асимметрично, когда муж не принимает в этом участия, а всё делает жена. Основной формой, в которой проявляются нарушения структуры отношений становится семейный конфликт. Он препятствует выполнению семьёй её различных функций.

Общество **пытается восстанавливать структуру семьи. Здесь 2 линии**:

n      Не психологическая линия, восстанавливает физическую структуру семьи (службы знакомств, гадалки, астрологи).

n      психологическая линия - позволяет восстанавливать структуру взаимоотношений в семье.

Изучение структуры семьи и отношений является чрезвычайно важной.