

## Література

1. Загальноєвропейські рекомендації з мовної освіти: вивчення, викладання, оцінювання / науковий редактор українського видання док. пед. наук, проф. С.Ю. Ніколаєва. – К. : Ленвіт, 2003. – 273 с.
2. Bausch K.-R. Handbuch Fremdsprachenunterricht / K.-R. Bausch, H. Christ, H.-J. Krumm. – 4. Auflage. – Tübingen, Basel, 2003. – 651 S.
3. Hüllen W. Kleine Geschichte des Fremdsprachenlernens / W. Hüllen. – Berlin : Erich Schmidt Verlag, 2005. – 184 S.
4. Klippel F. Fremdsprachenunterricht (19/20. Jahrhundert) [Електронний ресурс] / F. Klippel. – Режим доступу: [http://www.historisches-lexikon-bayerns.de/artikel/artikel\\_44705](http://www.historisches-lexikon-bayerns.de/artikel/artikel_44705).
5. Paulsen F. Geschichte des gelehrten Unterrichts auf den deutschen Schulen und Universitäten vom Ausgang des Mittelalters bis zur Gegenwart / F. Paulsen. – Bd.1. – Leipzig, 1919. – 47 S.

ГАРКАВЕНКО О.В.

## МЕТОДИКА ЗАСТОСУВАННЯ ПЕРИНАТАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ У ПРОГРАМІ ПІДГОТОВКИ ПОДРУЖНІХ ПАР ДО ПОЛОГІВ

На сьогодні родина в період очікування дитини й першого року її життя оточена турботою медиків, що саме собою дуже важливо. Однак існує ряд серйозних проблем, з якими стикається родина в цей складний період, у вирішенні яких потрібна компетентна психолого-педагогічна допомога.

Медична допомога має на меті формування здорової дитини й збереження здоров'я матері. Однак у початковий період внутрішньоутробного розвитку закладається не тільки фізичне, але й психічне здоров'я дитини та такі важливі характеристики особистості, як ставлення до себе й оточуючих, емоційний та інтелектуальний потенціал, стереотип поведінки при зіткненні з труднощами й, деякою мірою, характер і доля людини. Важливою є профілактика й корекція порушень психічного розвитку й батьківсько-дитячих стосунків саме в ранньому віці, коли може бути отриманий найбільший ефект. Для цього треба надати родині можливість звернутися до фахівців – психологів та педагогів, які допоможуть сформувати батьківську відповідальність і компетентність, набутити знання щодо навчання та виховання дитини, діагностують і коригують на ранньому етапі можливі відхилення, тому що перший інститут формування особистості дитини – це сім'я.

Вищезазначені проблеми досліджує перинатальна психологія – нова галузь знань, яка вивчає обставини й закономірності розвитку людини на ранніх етапах: пренатальної (антенатальної), інтранатальної і неонатальної (постнатальної) фазах розвитку, тобто всього перинатального періоду – і їхній вплив на подальше життя людини. “Перинатальна” – дефініція, що складається із двох частин: *пери* (*peri*) – навколо, біля й *натос* (*natalis*) – той, що стосується народження. Отже, перинатальна психологія – це наука про психічне життя ненародженої дитини або щойно народженої.

Отож, інноваційним та актуальним є не лише факт функціонування цієї науки, а, передусім, педагогічні аспекти методики її застосування у практиці підготовки подружніх пар до пологів.

Питання перинатальної психології були предметом дослідження таких науковців, як: Г. Брехман, Г. Грабер, С. Гроф, І. Добряков, Г. Земель, Г. Філіппова, З. Фрейд, Р. Шпіц.

Ініціатором створення перинатальної психології був доктор Густав Ханс Грабер (*Dr. phil. Gustav Hans Graber*), який 1971 р. сформував у Відні Міжнародну дослідницьку групу з перинатальної психології.

Ідея про те, що довготривала пам'ять плоду поширюється на події, що відбуваються під час вагітності, пологів, післяпологовому періоді, – одна з основних у перинатальній психології. Вважається, що ці події впливають на формування підсвідомості, психічних та поведінкових реакцій дорослої людини. Ці ідеї були закладені в працях С. Гроффа – засновника теоретичної бази перинатальної психології. Він вивів теорію перинатальних матриць та вважав, що підсвідомі внутрішньоутробні переживання дитини, її переживання під час пологів відображаються в чотирьох типових матрицях – “досвід початкової симбіотичної єдності плоду з материнським організмом під час внутрішньоутробного існування”, “матриця жертви”, “матриця боротьби” та “матриця свободи”.

На його думку, існує глибока відповідність цих тематичних, перинатальних матриць періоду вагітності клінічним стадіям біологічного народження. Для практичної роботи педагогів, психологів та медиків дуже зручно виявилася його гіпотеза про існування динамічних матриць, які керують процесами, що відносяться до перинатального рівня підсвідомого, названих ним базовими перинатальними матрицями (БПМ) [3].

Звернемося до сутності згадуваних ключових понять медичного характеру, описаних С. Гроффом.

Матриці – це стійкі функціональні структури (“кліше”), які є базовими для багатьох, якщо не для всіх, психічних і фізичних реакцій упродовж усього подальшого життя людини [3, с. 156].

Після пологів починається процес адаптації дитини до нових умов. Якщо при пологах дитина може отримати і, як правило, отримує гостру психологічну травму, то при неправильному ставленні до неї в постнатальному періоді немовля може потрапити в хронічну психотравмуючу ситуацію, а як результат – порушення процесу адаптації, відхилення й затримки психомоторного розвитку.

Одна із найпоширеніших і брутальних психолого-педагогічних помилок – нерозуміння того, що життєвим середовищем для немовляти є його матір, утворення з нею діади. Тільки в діаді “мати-дитя” запускається процес “індивідуалізації”, що призводить до розвитку самосвідомості.

Визначення “діада” було введено як спеціальний термін у працях Р. Шпіца та означає систему “мати-дитя”, в якій мати та дитина виступають не як самостійні суб'єкти, а як представники єдиної психобіологічної системи [7]. Р. Шпіц посилається на праці Г. Земеля, який ще у 1908 р. звернув увагу на те, що джерелом усіх соціальних відносин особистості є ранні стосунки в діаді “мати-дитя”. Саме цій групі Г. Земель і дав назву “діада”. Ще раніше З. Фрейд визначив стосунки дитини з матір'ю як прототип усіх наступних відносин людини із світом [6]. Р. Шпіц вказує, що З. Фрейд “назвав цю пару “масою із двох” [7, с. 132].

У науковій психологічній літературі неодноразово обговорювалась проблема “меж” та визначення перинатальної психології (Г. Брехман, І. Добряков, Г. Філіппова). На їх думку, сучасну перинатальну психологію можна визначити як галузь досліджень, що вивчає розвиток дитини та її взаємозв’язок із батьками (насамперед, із матір’ю) у період від зачаття до відокремлення дитини від матері [2; 4; 5].

Однак у названих наукових працях не описано методик застосування перинатальної психології, зокрема у програмі підготовки подружніх пар до пологів.

**Мета статті** – розкрити сутність методики застосування перинатальної психології в підготовці подружніх пар до пологів.

Загальновідомо, що медичне обслуговування спрямоване окремо на матір і на дитину. Натомість, психолог розглядає родину як цілісне соціальне, психологічне й духовне утворення. Родина проходить кризовий період у своєму розвитку у зв’язку з прийняттям жінкою й чоловіком нових соціальних ролей, відповідальності за дитину. Тому в такий складний момент багато родин мають потребу у кваліфікованій психолого-педагогічній допомозі.

Психічний стан жінки, її контакт із дитиною, психологічний комфорт у родині, на нашу думку, є такими ж факторами формування соматичного й психічного здоров’я дитини та збереження здоров’я матері, як і ті показники, які перебувають у зоні пильної уваги медиків, порівняльну характеристику яких подано в таблиці.

Таблиця

**Порівняльна таблиця характеристик медичної й психологічної допомоги родині в період очікування дитини й першого року її життя**

Порівнювані ознаки	Медична допомога	Психолого-педагогічна допомога
Об’єкт допомоги	Мати, дитина	Родина в цілому
Мета просвітницької роботи	Підвищення батьківської компетентності у питаннях зміцнення здоров’я	Підвищення батьківської компетентності в питаннях виховання й навчання дитини та гармонізації сімейних стосунків, підтримка здорового способу життя
Мета профілактичної роботи	Профілактика соматичного захворювання	Профілактика психічного захворювання та девіантної поведінки
Предмет діагностики та терапії (психокорекції)	Соматичний розвиток і здоров’я	Психічний і соціальний розвиток та здоровий спосіб життя

Аналіз психолого-педагогічної літератури та емпіричні дослідження дали нам змогу сформулювати такі завдання психолого-педагогічної допомоги родині в підготовці до пологів:

1. Виховання батьківської відповідальності.
2. Формування соціально-психологічних навичок надання підтримки в родині, регулювання відносин родини із соціумом.

3. Підвищення психолого-педагогічної компетентності. Ознайомлення батьків з інформацією про внутрішньоутробний розвиток дитини та психолого-педагогічне значення процесу пологів для дитини та батьків.

4. Набуття навичок саморегуляції, тобто оволодіння різними техніками довільного регулювання функціонального стану організму й психічного стану особистості.

Відтак, ми вважаємо, що діагностика психолого-педагогічної готовності до материнства й пологів може проводитися у групі або при індивідуальній зустрічі на підставі спеціальних тестів, малюнків, інших методів дослідження ставлення до змін, що відбуваються в період вагітності.

Проведена експериментальна робота дала нам змогу визначити спрямованість психолого-педагогічної допомоги даного напрямку. Передусім, вона може бути звернена до різних рівнів (структур) індивідуума:

- особистісний рівень: робота із цінностями, мотивацією, змістовними утвореннями, установками (групова, сімейна й індивідуальна психотерапія, аутотренінг, арттерапія, рольові ігри);

- емоційний рівень: заохочення відкритого вираження почуттів вербальними й невербальними засобами, навчання емпатійного слухання (арттерапія, рольові ігри, тілесно орієнтована терапія, групова психотерапія);

- когнітивний рівень: передача знань (лекції, семінари);

- операціональний рівень: формування навичок і вмінь (поведінка під час пологів, догляд за дитиною – відпрацьовування навичок);

- психофізичний рівень: навчання регуляції функціональних і психічних станів засобами аутогенного тренування, арттерапії, тілесно орієнтованої терапії.

Спираючись на сформульовані нами завдання та спрямування роботи, вважаємо за доцільне використовувати такі методи психологічної роботи з майбутніми батьками:

- тематичні бесіди;

- аутогенне тренування;

- тілесно орієнтована терапія;

- арттерапія (малювання, гра на музичних інструментах, спів, танець);

- рольові ігри.

Методика проведення таких занять реалізується засобами демонстрації тематичних плакатів і манекенів, відеозаписів і прослуховування аудіокасет із записами музики й звуків природи, що посилює їх ефективність.

Очевидно, що в основу психолого-педагогічної роботи з родиною в цей період повинен бути покладений гуманістичний підхід. Значною мірою родина потребує насамперед психолого-педагогічної підтримки. Робота із родиною та її членами може проводитися як індивідуально, так і в групі. Причому групова підтримка має особливий терапевтичний зміст. Потрапляючи до групи, родина виходить з ізоляції, у якій нерідко перебуває. Вона знайомиться з іншими родинами з аналогічними турботами й отримує від них підтримку, яка, як правило, зберігається у складний період першого року життя дитини. Крім того, стикаючись найчастіше з протилежними точками зору з усіляких проблем, батьки замислюються над різноманіттям існуючих традицій і уявлень, навчаються фор-

мувати й відстоювати власну точку зору, одночасно зберігаючи толерантність стосовно іншої думки. Завдання психолога – сприяти формуванню у групі атмосфери довіри й безпеки [8].

Прийняття на себе батьківської відповідальності можна розглядати в більш широкому контексті, ніж відповідальність за долю конкретної дитини. Фактично родина в розглянутий період являє собою сполучну ланку між минулим і майбутнім декількох сімейних гілок. На нашу думку, знайомлячи батьків з уявленнями про рушійні сили розвитку особистості й відзначаючи право людини на вибір у кожний момент її життя, розглядаючи поняття сімейного сценарію й аналізуючи три стани людини (батько – дорослий – дитина) відповідно до теорії транзактного аналізу Е. Берна, можна підвести майбутніх батьків до думки про необхідність перегляду власних (часто несвідомих) установок стосовно виховання дітей з метою ухвалення свідомого рішення, виходячи з їхньої персональної відповідальності за долю роду й поколінь, які будуть жити після них [1].

Відпрацьовуючи з батьками навички поведінки з дитиною, психолог повинен звернути їхню особливу увагу на неприпустимість маніпулювання людиною. Сприйняття дитиною себе самої залежить від ставлення до неї батьків. Щоб виховати особистість, батькам із самого початку варто ставитися до дитини як до суб'єкта, а це означає вести з нею діалог, поважати її бажання й зважати на її особливості, заохочувати її ініціативу та довіряти її почуттям [7].

Варто підкреслити, що особливу увагу слід приділяти вихованню у слухачів поваги до природи й довіри, до природного початку в людині. Це пов'язано з тим, що під час вагітності, пологів і раннього розвитку людина виявляється під владою сил, якими вона не керує, але які керують тим, що з нею відбувається. Щоб прийняти зміни, які відбуваються з тілом у період вагітності (які часто супроводжуються неприємними відчуттями), й успішно, розслабившись, народити, жінці слід навчитися поводитись природно. У цьому неоціненну підтримку жінці може надати люблячий чоловік, який підкреслює своє захоплення у зв'язку зі змінами, що відбуваються з дружиною в цей період. Тому педагогічно правильно буде спрямовувати на заняттях увагу жінки на спостереження за процесами розвитку в природі, допомогти їй підібрати індивідуально для себе такий звуковий ряд і такі зорові образи, відтворення яких допоможе їй розслабитися, або, навпаки, знайти фізичні сили. Навчившись довільно викликати образи, що створюють певні настрої і стани, жінка має можливість розслабитися й набратися сил між переймами, а також за короткий час відновити працездатність, доглядаючи за маленькою дитиною [9, с. 312].

Методично доцільною, на наш погляд, буде допомога у процесі релаксації жінці відволіктися від зовнішніх подразників і цілком та повністю зосередитися на відчуттях власного тіла, сконцентрувати увагу на дитині. Це досить важливо, тому що психолого-педагогічною умовою успішних пологів і фактором готовності до материнства є відкритість жінки до дитини, що передбачає контакт з нею і спостереження за її проявами, прийняття дитини такою, якою вона насправді є, й відмову від власних очікувань стосовно дитини. Майбутній тато має брати участь у сеансах релаксації разом з майбутньою мамою, що сприяє кращому розумінню стану дружини й дитини.

Результати проведеного нами експериментального дослідження вказують на те, що ряд занять має бути присвячений оволодінню культурою тілесного спілкування. Відомо, що тактильний аналізатор починає функціонувати в дитини раніше за інші (до кінця другого місяця вагітності), тобто головний канал спілкування батьків із дитиною – тактильний. 90% всіх рецепторів, а також біологічно активні точки розташовані в шкірі. Стимулюючи шкіру, матір сприяє розвитку мозку дитини, поліпшенню роботи внутрішніх органів немовляти. Мова дотику – перша мова, доступна дитині, якою вона одержує інформацію від батьків про те, що вона бажана і її люблять, з її тілом усе гаразд, а батьки готові захищати та задовольняти її потреби. Отже, володіння прийомами тілесної терапії допомагає як розслабити й заспокоїти дитину, так і зняти напругу в сімейних стосунках [9, с. 234].

Однак у нашій культурі тривалий час не було прийнято вдосконалювати навички тілесного спілкування. Нинішніх бабусь учили не брати своїх дітей на руки без особливої потреби, не балувати їх поцілунками. Сьогодні відомо, що батьківська ласка необхідна дитині раннього віку для її нормального розвитку. Тому в майбутніх батьків необхідно виробити навички надання тілесної підтримки, що стане їм у пригоді як під час вагітності й пологів, так і в спілкуванні з дитиною та одне з одним.

Отже, на заняттях мистецтвом (арттерапією) батьки мають можливість: по-перше, передати свої переживання й звільнитися від негативних почуттів, по-друге, дозволити собі спонтанне вираження свого “я”, по-третє, побачити у кожному малюнку вираження індивідуальності автора. У перспективі важливо, щоб батьки виявляли повагу до проявів дитячої творчості й заохочували її.

Педагогічно важливо, щоб у рольових іграх батьки отримали можливість відпрацювати значущі ситуації з власного дитинства, проявити себе в ролі дитини й кожного з батьків, запропонувати й розіграти свої варіанти вирішення ситуацій і в результаті групового обговорення прийти до нового бачення й розуміння світу дитинства та дитячо-батьківських стосунків. Як показав наш практичний досвід, рольові ігри, арттерапія, тілесно орієнтована терапія мають переваги перед такими формами роботи, як лекція й бесіда, оскільки забезпечують максимальне залучення учасників, спонукаючи їх активно діяти, шукати рішення та висловлювати свої думки, одночасно одержуючи зворотний зв'язок від інших учасників, вислухувати думки інших про ті чи інші прояви себе. Така робота допомагає створенню більш адекватного уявлення про себе й завдання батьківства.

**Висновки.** Отже, у період очікування дитини і її раннього дитинства родина, крім медичної допомоги, має отримувати й професійну психолого-педагогічну підтримку. Мета – допомогти створити в родині найбільш сприятливі психолого-педагогічні умови для розкриття емоційного, інтелектуального й соціального потенціалу дитини з урахуванням її вікових та індивідуальних особливостей, запобігання порушенням психічного розвитку й девіантній поведінці дитини. Робота психолога має свої специфічні завдання й здійснюється специфічними педагогічними методами. Необхідні установки, знання й навички, які батьки можуть набути на заняттях психолога у школі з підготовки до майбутнього материнства й батьківства, вони не можуть отримати від жодних

інших фахівців. Потреба батьків у цих знаннях і зацікавленість суспільства в їхньому набутті батьками призведе, зрештою, до того, що відвідування майбутніми батьками шкіл підготовки до батьківства й материнства стане невід'ємною частиною психолого-педагогічної допомоги молодій родині на рівні зі спостереженням у жіночих консультаціях.

Методичне обґрунтування застосування перинатальних технологій для підготовки подружніх пар до пологів та майбутнього батьківства має психолого-педагогічне й соціальне значення, оскільки закладає основи формування майбутньої особистості дитини та її долі.

### Література

1. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия : пер. с англ. / Э. Берн. – СПб. : Братство, 1992. – 224 с.
2. Брехман Г.И. Перинатальная психология: проблемы живущих и человек будущего. Экология Земли – экология лона – экология Земли / Г.И. Брехман // Материалы конференции по проблемам перинатальной психологии медицины. Иваново, 21–22 мая 1998. – Иваново, 1998. – С. 12–18.
3. Гроф С. За пределами мозга / С. Гроф. – М. : Изд-во Трансперсонального Института, 1993. – 170 с.
4. Добряков И.В. Психотерапия и перинатальная психология / И.В. Добряков // Перинатальная психология и нервно-психическое развитие детей : сборник материалов межрегиональной конференции. – СПб. : Изд-во УРАО, 2000. – С. 11–15.
5. Филиппова Г.Г. Развитие материнского поведения в онтогенезе / Г.Г. Филиппова // Ежегодник Рос. псих. общ-ва. Психология сегодня. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2002. – Т. 2. – Вып. 3. – 240 с.
6. Фрейд З. Психология бессознательного / З. Фрейд. – М. : Питер, 2007. – 400 с.
7. Шпиц Р. Первый год жизни / Р. Шпиц. – М. : Изд-во Академический проект, 2006. – 352 с.
8. Эйдемиллер Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия : учеб. пособ. для врачей и психологов / Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков, И.М. Никольская. – СПб. : Речь, 2003. – 336 с.
9. Руководство по эффективной помощи при беременности и рождении ребенка : пер. с англ. / [М. Энкин, М. Кейрс, Д. Нейлсон, К. Краутер, Л. Дьюли, Э. Ходнет, Дж. Хофмейер] ; [под. ред. А.В. Михайлова]. – СПб. : Петрополис, 2003. – 480 с.

ГАШЕНКО І.О., САВІЧ І.О.

## ДИДАКТИЧНІ ОСНОВИ ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ ПРОЕКТІВ У СУЧАСНІЙ ШКОЛІ

В період входження України в єдиний європейський освітній простір закономірно постає питання про нову школу, яка створила б умови для повноцінного фізичного, психічного, соціального та духовного розвитку дитини і плекала людину, здатну будувати демократичну державу. Сучасна школа повинна допомогти учням відчувати себе впевненими на ринку праці, вміти адаптуватися до соціальних змін і криз у суспільстві, бути психологічно стійкими, розвивати здатність до самостійної праці [1].

Проте в українській освіті найбільш широко поширений підхід, який не дає можливості розвиватися дитині гармонійно. Від учня вимагають тихо (тобто достатньо пасивно) поводитись на уроці, уважно слухати й записувати пояснення викладача, а потім під час опитування або на іспиті пригадати та повторити їх.