

Т. В. Мамченко

**СЕМЕЙНЫЙ ДОСУГ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ
ВНУТРИСЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Аннотация. Статья посвящена феномену семейного досуга, изучению его влияния на укрепление внутрисемейных отношений. Что способствует повышению уровня психологического комфорта каждого члена семьи в частности, а, следовательно, повышается уровень психологического здоровья семьи в целом.

Ключевые слова: семейный досуг, внутрисемейные отношения, психологический комфорт, психологическое здоровье семьи.

T.V. Mamchenko

FAMILY LEISURE AS A MEANS OF STRENGTHENING FAMILY RELATIONS.

Abstract. The Article is devoted to the phenomenon of family leisure and its impact on strengthening family relations. That helps increase the level of psychological comfort for each family member in particular, and, consequently, increases the level of psychological health of the family as a whole.

Keywords: family leisure, intra family relations, psychological comfort, psychological health of the family.

Проблема организация семейного досуга является в наше время очень острой. Психологи и социологи отмечают, что в мире современных технологий каждый занят своим делом, многих люди большую часть свободного времени проводят в сети Интернет, причем далеко не всегда, чтобы пополнить свои знания.

Конечно же, нет смысла полностью отказываться от достижений науки и техники. Тем более что есть множество плюсов в широком распространении Интернета (одним из них является доступность литературы). Достаточно всего лишь ограничить пользование электронными устройствами и обратить внимание на природу и окружающих людей. Отвлекаясь от всевозможных гаджетов и уделяя время общению с семьёй (самыми близкими и родными людьми), можно узнать много интересного, приобрести полезные навыки (например, рукоделие и моделирование). Творческий процесс очень сближает людей и укрепляет связь поколений. В таком процессе много возрастает уверенность его участников в поддержке и понимании со стороны близких. Такая уверенность придаёт силы и создаёт ситуацию успеха.

Серьезная проблема современного мира состоит в том, что вследствие недостатка взаимопонимания на фоне всеобщей погружённости в виртуальное общение и отсутствие желания больше времени проводить в кругу семьи всё чаще случаются конфликты, разрушаются внутрисемейные связи.

Семья – это самый первый коллектив, в который попадает человек при рождении, первый социальный институт, который способствует преобразению человека-индивида в личность. В первую очередь в семье закладываются биологические основы здоровья, привычки поведения, установки, навыки общения и отношения к старшим и младшим. В семье также воспитывается эстетический вкус, задается уровень моральных норм и ценностей, формируется уровень доверия к окружающему миру. В семье происходит приобщение к обычаям, традициям, культуре своей семьи и народа, а также приобретаются навыки трудовой деятельности, как совместной, так и индивидуальной. Именно поэтому семья должна обеспечить психологический комфорт каждого своего участника. Чем более защищённым чувствует себя человек в семье, тем более уверенно реализует свои цели, так как чувствует поддержку близких.

Именно этим обусловлена актуальность исследования различных проблем современной семьи, в том числе и организации семейного досуга. Рассмотрим данную проблему подробнее.

Разрабатывая программу исследования, мы поставили следующие задачи:

1. На основе анализа психолого-педагогической литературы определить существенные признаки семьи как одного из важнейших социальных институтов.
2. Выявить проблемы организации семейного досуга.
3. Проанализировать опыт работы по организации семейного отдыха в России.

В современной литературе семья определяется как «основанная на браке или кровном родстве малая группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной моральной ответственностью и взаимопомощью» [2].

А.В. Мудрик утверждает, что семья - важнейший фактор социализации человека. По мнению ученого, она представляет собой персональную среду жизни и развития детей, подростков, юношей и девушек, качество которой определяется несколькими уровнями:

- ✓ социально-культурный (зависит от образованности родителей и их жизненной позиции);
- ✓ социально-экономический (зависит от имущественных характеристик и занятости родителей на работе);
- ✓ технико-гигиенический (зависит от условий проживания, оборудованности жилища, особенностей образа жизни);
- ✓ демографический (определяется структурой семьи) [4].

Описание и характеристика семьи предполагает множество укладов. Социологи и антропологи сравнивают семейную структуру в разных обществах по шести параметрам: форме семьи, форме брака, образу распределения власти, выбору партнера, местожительства, а также происхождению и способу наследования имущества.

Семья как социальный институт переживает несколько этапов:

- создание семьи (вступление в брак);
- начало деторождения (первенец);
- окончание деторождения (последний ребенок);
- отделение от семьи последнего ребенка;
- прекращение семьи со смертью одного из супругов.

Для каждого человека существует, как правило, две семьи: первая – семья, из которой он вышел; вторая - которую он создал и в которой он живет сейчас.

Условия существования семьи складываются из множества факторов, таких как доверительные взаимоотношения, уважение личности каждого члена семьи, поддержка в сложных жизненных ситуациях. Отношение к рождению и воспитанию детей, к способам ведения домашнего хозяйства, к удовлетворению интересов всех представителей семьи. Здоровье родственников, их характер, уровень влияния на семью и поступки тоже имеют большое значение.

Отношения в семье зависят от традиций общения, экономического и социального состояния общества, зависимости семьи от социума, участия супругов в ведении хозяйства, в общественном производстве, от типа семьи: многодетная, бездетная, кто главенствует, от личных качеств, характера родственников.

Исходя из того, что семья – группа социальная, можно утверждать, что общению в семье необходимо уделять особое внимание, так как посредством общения в семье реализуется одна из основных функций - воспитание. Лучше всего усваиваются те знания, которые даются легко, способствует этому и неформальная обстановка семьи. Следовательно, родители, уделяющие общению в семье больше внимания, способствуют всестороннему развитию своих детей.

Не каждый родитель может в течение года уделять своему ребёнку (или детям) достаточно времени в силу объективных причин (в том числе ускоренный ритм современной жизни и занятость родителей на работе). А лето – замечательная пора для отдыха. Родители идут в отпуск и получают возможность провести больше времени с детьми. Это помогает лучше понять и принять друг друга, избежать возможного недопонимания или уладить уже имеющиеся конфликты. Анатолий Некрасов в своей книге «Материнская любовь» отмечает, что если ребёнок болеет (или плохо себя чувствует), то в первую очередь родителям нужно раскрывать любовь друг к другу! В пространстве Любви родителей ребёнок быстрее выздоровеет [5, 31]. И далее уточняет: «Необходимо понять, что ребёнку нужна не столько любовь непосредственно к нему, сколько любовь между родителями, наличие сильного Пространства любви в семье. Чем оно больше, тем естественнее идёт развитие ребёнка – он растёт как дерево, которому достаточно солнца и воды» [5, 32]. Совместный отдых и занятия улучшают микроклимат в семье, способствуют укреплению доверительных отношений между детьми и родителями.

Анализ литературы показал, что понятие «досуг» можно трактовать по-разному. Это и время, свободное от работы и рутинных домашних обязанностей и пригодное для восстановления, расслабления, хобби, отдыха, а также культурных и художественных занятий; и деятельность, занимающая "свободное время" [1].

Семейный досуг — это свободное времяпрепровождение, которое предполагает «совместное участие всех членов семьи в различных видах активной и пассивной деятельности, которое способствует сплочению семьи, помогает подружиться и лучше узнать друг друга, является мощным средством для восстановления физических и духовных сил человека, формирование его личности. Во время семейного досуга семья становится одной командой, и в такой семье никто не чувствует себя одиноким или обделенным вниманием» [3].

Существует несколько уровней организации досуга в семье:

✓ Допустимый (подразумевает знания о досуге и возможности его проведения – путешествия, спортивные мероприятия, рыбалка, походы, посещение кинотеатров, музеев и т.д.)

✓ Низкий (неполное осознание важности совместного проведения семейного досуга - чтение развлекательной литературы, сидение у телевизора или компьютера, приём гостей и т.д.)

✓ Нулевой (девиантное и делинквентное проведение досуга).

Исходя из определения семейного досуга, можно обозначить позитивное влияние проведения совместного досуга детей и родителей на обе стороны процесса. У детей формируется позитивный образ семьи, который остаётся с ними на всю жизнь. И, будучи взрослыми, они станут стремиться к реализации заложенной в них программы счастливой семьи, будут совершенствовать умения бесконфликтного общения. А взрослые получают хорошую возможность лучше узнать интересы своих детей и отвлечься от бытовых проблем, заряжаясь позитивом и особым детским восприятием мира.

Ценность проведения семейного досуга как вида развивающей деятельности, определяется несколькими моментами:

1) приобщением к духовным традициям и эстетическим воспитанием, в процессе которого у детей формируется умение «адекватно воспринимать, правильно понимать, верно оценивать прекрасное в природе, искусстве и обществе» [6, 334]

2) формированием у детей таких важных личностных качеств, как ответственность, (добровольное принятие на себя моральных и других обязательств перед обществом), открытость, отзывчивость, контактность (хорошие, доверительные отношения с родственниками, соседями, друзьями, знакомыми) и др.

3) поддержанием семьи как целостной системы (социальной группы);

4) физическим развитием и оздоровлением всех членов семьи.

Поскольку семейный досуг предполагает развивающую деятельность и активный отдых (обучение, физическое и эстетическое воспитание и др.), то можно утверждать, что он играет существенную роль в формировании всесторонне развитой личности.

Таким образом, проведенный теоретический анализ позволил сделать некоторые выводы:

✓ Семья - важнейший фактор социализации человека, она представляет собой персональную среду жизни и развития детей.

✓ Совместный отдых и занятия улучшают микроклимат в семье, способствуют укреплению доверительных отношений между детьми и родителями.

✓ Ценность проведения семейного досуга, как вида развивающей деятельности, определяется приобщением к духовным традициям, формированием навыков межличностного взаимодействия, эстетическим и физическим воспитанием.

Далее на основе анализа современной социокультурной ситуации в целом и, в частности, на основе анализа особенностей организации семейного досуга мы выявили некоторые проблемы его организации.

Во-первых, непонимание взрослыми важности проведения совместного досуга семьи провоцирует замещение развивающей деятельности деструктивным общением. И, как следствие, утрачивается желание проведения совместного досуга. Члены семьи обособляются, и связь поколений прерывается.

Во-вторых, неумение организовать досуг приводит к отрицательным впечатлениям после мероприятия у всех или некоторых его участников и может повлечь за собой отказ от участия в последующих встречах.

В-третьих, ускоряющийся темп жизни и, как следствие, недостаток свободного времени способствует отдалению членов семьи друг от друга и ухудшает взаимопонимание.

В-четвёртых, у большинства людей наблюдается в последнее время нежелание проявить творческую активность и пассивное отношение к любой деятельности.

Мы полагаем, что на решение этих проблем следует обратить особое внимание.

Проведенный нами анализ опыта организации семейного досуга показал, что на сегодняшний день в учреждениях дополнительного образования проводится обучение родителей и детей совместным формам проведения развивающей досуговой деятельности в семье. Помимо обучающих семинаров и тренингов даются задания для выполнения вне стен учреждения для закрепления результата в освоении новых форм общения.

Создаются также семейные лагеря для активного отдыха, во время пребывания в которых семьи значительным образом сближаются, обнаруживают общие интересы и практикуют новый

уровень общения. Многие родители ездят в такие лагеря, поскольку это отличная возможность пообщаться с собственным ребенком вне дома, и "показать себя" в неожиданных ролях. Семейные лагеря бывают туристические, спортивные, образовательные и по интересам, все они преследуют цель: научиться лучше понимать друг друга и весело провести время с самыми дорогими и любимыми людьми.

Представим подробнее результаты проведенного анализа организации семейных лагерей. Всего нами было изучено более 15 программ работы лагерей.

Было установлено, что семейные лагеря, которые существуют на территории России, очень разные по своей направленности и методам работы, по расположению и способам проживания. Мы попытались выделить их достоинства и недостатки

Туристическо – спортивные лагеря.

Примерами могут служить семейный лагерь в Псковской области, лагерь на озере Селигер, кемпинг «Валдайская Робинзоада», который находится на берегу озера Велье и др.

Общая цель: приобщить участников к природе, обучить навыкам оказания первой помощи, ориентированию на местности и правилам поведения в экстремальных ситуациях.

Достоинства: все лагеря находятся в живописных местах. Мероприятия по обучению правилам поведения в экстремальных ситуациях и оказанию первой помощи проводят специалисты. В детях воспитывается самостоятельность и ответственность за принятые решения. Ведётся дополнительная физическая подготовка.

Недостатки: семьям с маленькими детьми или детьми с большой разницей в возрасте не подходят. Занятий для малышей практически нет.

Профессионально – спортивные лагеря.

В качестве примеров можно отметить «Детский хоккейный лагерь», расположенный в г. Дмитров, п. Деденево, крытый ледовый дворец, летний учебно-тренировочный хоккейный сбор «Мастер-Класс» «ОЛИМПИЙСКИЕ НАДЕЖДЫ», располагающийся в Москве на базе ледового дворца «ЦСКА», семейный спортивно-оздоровительный лагерь в Абзаково, семейный спортивный лагерь «Счастливы вместе» и др.

Общая цель: спортивная подготовка, направленная на достижение профессиональных успехов в спорте.

Достоинства: дополнительная спортивная подготовка для желающих заниматься серьёзно каким-либо видом спорта. Профессиональные тренеры.

Недостатки: узкий круг участников из-за узкой направленности.

Православные лагеря.

Яркий пример - лагерь «Юный паломник» для детей и их родителей на берегу Черного моря, который размещен в православном пансионате «Паломник» при храме во имя св. Прав. Воина Феодора Ушакова.

Общая цель: познакомить участников с православной религией, привить желание следовать морально – этическим нормам поведения. Посещение «святых» мест.

Достоинства: глубоко верующие люди получили возможность разделять интересы с единомышленниками не только дома, но и на отдыхе. Серьезное внимание уделяется просветительской деятельности, обеспечивается полноценное знакомство с православием всех желающих.

Недостатки: довольно узкий круг участников, достаточно обособленная группа.

Лагеря альтернативной педагогики.

В качестве примеров можно рассматривать семейный активно-познавательный лагерь в Карелии, Вальдорфский лагерь "Большой черепахи" и др.

Общая цель: обучение участников жизни по принципу природосообразности, воспитание и обучение на основе антропософии.

Достоинства: расположены в живописных местах. Творческая свобода, широкий спектр занятий и развлечений для всех возрастов. Подходит семьям с малышами, и молодым семьям, ожидающим детей (проводятся занятия для беременных женщин и совместные занятия для пар).

Недостатки: скептически настроенным людям нужно быть внимательными, в некоторых из этих семейных лагерей используются элементы эзотерики.

В целом проведенный анализ опыта работы семейных лагерей позволил сделать вывод, что при разном содержании деятельности, при различных подходах к организации, результат в виде сплочения большого коллектива лагерной смены и маленького коллектива семьи, раскрытия внутреннего мира участников, улучшения микроклимата в семье идентичен.

Такой эффект, по нашему мнению, обусловлен тем, что все семейные лагеря работают по заранее разработанным научно обоснованным программам, в которых четко сформулированы це-

ли, выделены основные виды деятельности, методы и формы организации досуга. Огромный плюс и отличие семейного лагеря от привычного детского оздоровительного центра в том, что, во-первых, родители проводят много времени с детьми разных возрастов, узнают об их интересах и увлечениях, во-вторых, родители сами являются активными участниками творческого процесса. И чем значительней участие родителей, тем интересней в результате получается смена. Так как взрослые могут не только наблюдать за участием своих детей в кружках по интересам, не только сами могут научиться каким-то новым техникам плетения или рисования, но и могут попробовать себя в роли преподавателя какого-либо интересного предмета. Например, один папа может начать учить детей играть в шашки или шахматы, другой придумал рыбачить и увлёк этим занятием не только детей, но и взрослых, а чья-то мама умеет вышивать и хочет научить этому детей. Таким образом, сохраняется связь поколений, и улучшаются внутрисемейные отношения.

В заключении стоит отметить, что объединяясь в семейном общении, каждый член семьи проявляется как незаменимый, привносящий индивидуальность в общее дело. Таким образом, психологический комфорт каждого становится основным условием для психологического здоровья целого. Ценность семейного досуга, по нашему мнению, заключается в формировании целостности семьи, её сплочения и улучшения взаимопонимания, укрепления внутрисемейных отношений, создания атмосферы взаимной поддержки и уверенности в будущем.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Большой толковый социологический словарь / Джери, Д., Джери, Д. — М.: АСТ, Вече, 1999. — 567 с. — URL: http://explanatory_sociological.academic.ru (дата обращения 15.11. 2015).
2. Демографический энциклопедический словарь / глав. Ред. Д. И. Валентий. — М.: Советская энциклопедия. 1985.— 527 с. — URL: <http://demography.academic.ru> (дата обращения 15.11. 2015).
3. Кудренко, Т. В. Специфика ценностных приоритетов семьи в сфере досуга / Т. В. Кудренко // Проблемы и перспективы развития образования: материалы IV междунар. науч. конф. (г. Пермь, июль 2013 г.). — Пермь: Меркурий, 2013. — С. 149-150. — URL: <http://www.moluch.ru/conf/ped/archive/72/4092> (дата обращения 15.11. 2015).
4. Мудрик, А.В. Социализация человека: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. 2-е издание исправленное и дополненное / А.В. Мудрик. — М., 2006. — 324 с. — URL: <http://log-in.ru/books/socsializatsiya-cheloveka-mudrik-a-v-pedagogika/> (дата обращения 15.11. 2015).
5. Некрасов, А. Материнская любовь / А. Некрасов. — М., 2007. — 278 с.
6. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе: пособие для учителей и студентов дефектолог. ф-тов пед. ин-тов / под ред. В.В. Воронковой — М.: Школа-Пресс, 1994. — 324 с.