

Областная целевая программа «Семья и дети»
Департамент образования Ярославской области
Государственное образовательное учреждение Ярославской области для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр
помощи детям»

Л.В. Кочкина

Помощь семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации

Ярославль
2008

ББК 65.272р

УДК 364 (072)

К-75

Рекомендовано к публикации Департаментом образования Ярославской области

Рецензенты:

Е.В. Конева, кандидат психологических наук, доцент

О.Н. Посысоев, кандидат психологических наук, доцент

Л.В. Кочкина. Помощь семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации: Методическое пособие. Ярославль: Ремдер, 2008 - 128 с.

ISBN 978-5-94755-211-9

Методическое пособие «Помощь семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации» предназначено для специалистов образовательных учреждений, для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи. В нем описывается методика консультационной помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации, методы работы с детьми и родителями.

© ГОУ ЯО «Центр помощи детям», 2008

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. Правовые и психологические аспекты понятия «Трудная жизненная ситуация»	6
1.1. Понятие «Трудная жизненная ситуация» в законодательном плане	6
1.2. Понятие «Трудная жизненная ситуация» в психологических концепциях	7
1.3. Исследование трудных жизненных ситуаций семей, которые обращаются за помощью в ППМС – Центры	13
ГЛАВА 2. Помощь семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	27
2.1. Методы работы с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации	28
2.2. Специфика работы с детьми в ряде трудных жизненных ситуаций	51
Ситуации насилия	51
Ситуация утраты	67
Ситуации семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии	70
2.3. Работа с родителями, оказавшимися в трудной жизненной ситуации	72
Консультирование родителей	72
Памятки для родителей	82
Заключение	121
Литература	122
Приложение 1	124

ВВЕДЕНИЕ

Нам, специалистам-практикам по роду своей деятельности приходится встречаться с самыми разными семьями: полными и неполными, благополучными и неблагополучными. Большинство семей, обратившихся за помощью к специалистам, оказались в трудной жизненной ситуации. Если на консультацию приходит только мама с ребенком, то незримо перед нами открывается вся картина их семьи: с папой, братьями и сестрами, бабушками и дедушками. И мы вместе в процессе консультирования, а ведь это действительно процесс, иногда длительный... начинаем распутывать клубок взаимоотношений в семье. И каждый раз, у каждой семьи - это своя «личная» трудная жизненная ситуация. Даже в том случае, если она не вписывается в перечень объективно «трудных жизненных ситуаций». Она трудная по той причине, что самостоятельно семья справиться с ней не может. На это не хватает способов, средств в арсенале семьи. И тогда кто-нибудь из семьи, осознав глубину и тяжесть проблемы, обращается за помощью к одному из специалистов, ведущих консультационную практику: психологу, психиатру, неврологу, дефектологу, психотерапевту. Заметим, что родитель приходит к нам не с трудной ситуацией, а уже с последствиями ее в виде эмоционального неблагополучия у ребенка, нарушения его поведения или отставания в общем функционировании, либо с тревогой о собственной родительской несостоятельности. Очень часто мы пытаемся решить проблему через ребенка, а помочь необходимо прежде всего родителю. В отличие от одного фокуса консультирования – ребенка, к нам приходит родитель: именно он обращается с проблемой.

Пример

В семье благополучных интеллектуальных родителей ребенок с отставанием в развитии. Он растет, и для родителей становится все очевидней, что их малыш отстает в развитии от сверстников. Родители обращаются к специалистам за помощью, для них это трудная жизненная ситуация. Эта ситуация имеет свои

последствия не для ребенка: ребенок мало осознает ее. Ситуация имеет свои последствия для родителя: социальные (неудобство перед друзьями, знакомыми, изолированность); эмоциональные (напряжение, тревога в отношении будущего, снижение настроения) и т.д.

В данном случае фокусом нашей помощи будут родители: в группах поддержки, разработке программы сопровождения ребенка, консультативной помощи и при необходимости в семейной психотерапии.

Опишем сходную ситуацию, но с совершенно иной субъективной картиной ее для родителей.

Пример

В семье ребенок с отставанием в развитии.

На консультацию родителя направляет специалист дошкольного образовательного учреждения. У родителя жалоб нет, проблему он не видит, более того, настроен оппозиционно.

В этом случае ситуация не является сложной для родителя, запроса для оказания помощи не формулируется. Конечно, таким родителям мы оказываем информационную и консультативную помощь, но она чаще всего не получает отклика.

Таким образом, для каждой семьи существует свой перечень трудных жизненных ситуаций. Он зависит от многих причин: интеллектуальных возможностей родителей, атмосферы в семье, способности семьи справляться с трудностями и т.д. Итак, у нас два субъекта консультационной работы – родители и ребенок.

Основой создания данного методического пособия выступило стремление соединить две линии восприятия трудных жизненных ситуаций: собственно семьи и специалиста-консультанта. Поэтому пособие выстроено в двух направлениях: для специалистов, работающих с трудной жизненной ситуацией, и для семей, находящихся в трудной жизненной ситуации. В пособие включены как известные упражнения, так и авторские разработки и памятки для родителей, вытекающие из многолетнего опыта консультирования наших специалистов.

ГЛАВА 1. Правовые и психологические аспекты понятия «Трудная жизненная ситуация»

1.1. Понятие «Трудная жизненная ситуация» в законодательном плане

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ "ОБ ОСНОВНЫХ ГАРАНТИЯХ ПРАВ РЕБЕНКА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ"

Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации – дети, оставшиеся без попечения родителей; дети–инвалиды; дети, имеющие недостатки в психическом и (или) физическом развитии; дети – жертвы вооруженных и межнациональных конфликтов, экологических и техногенных катастроф, стихийных бедствий; дети из семей беженцев и вынужденных переселенцев; дети, оказавшиеся в экстремальных условиях; дети – жертвы насилия; дети, отбывающие наказание в виде лишения свободы в воспитательных колониях; дети, находящиеся в специальных учебно-воспитательных учреждениях; дети, проживающие в малоимущих семьях; дети с отклонениями в поведении; дети, жизнедеятельность которых объективно нарушена в результате сложившихся обстоятельств и которые не могут преодолеть данные обстоятельства самостоятельно или с помощью семьи.

Статья 15.

Защита прав детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

1. Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, имеют право на особую заботу и защиту со стороны федеральных органов государственной власти, органов законодательной и исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органов местного самоуправления.

Защита прав детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, осуществляется федеральными органами государственной власти, органами законодательной и исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органами местного самоуправления в соответствии с законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации. Такая защита должна обеспечивать выживание и развитие детей, их участие в общественной жизни.

Государство гарантирует судебную защиту прав детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

2. В целях защиты прав детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, создаются соответствующие социальные службы для детей, которые по поручению компетентного органа исполнительной власти, органа местного самоуправления или на основании решения суда в соответствии с государственными минимальными социальными стандартами основных показателей качества жизни детей разрабатывают индивидуальную программу реабилитации ребенка. Указанная программа включает в себя оценку (экспертизу) состояния ребенка, в том числе проведенную учреждениями здравоохранения оценку состояния здоровья ребенка, психологические и иные антикризисные меры, а также долгосрочные меры по социальной реабилитации ребенка, которые осуществляются социальной службой самостоятельно или совместно с образовательными учреждениями, учреждениями здравоохранения и другими учреждениями.

По данным Комитета по здравоохранению, трудная жизненная ситуация - ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина (инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и тому подобное), которую он не может преодолеть самостоятельно.

1.2. Понятие «Трудная жизненная ситуация» в психологических концепциях

Трудные жизненные ситуации, под влиянием которых складываются способы поведения человека и формируется его отношение к затруднениям, имеют различный характер. Существуют подходы к анализу этих ситуаций: структурный и содержательный и два подхода к описанию ситуаций: описательный и классификационный.

С концепцией трудной ситуации мы встречаемся у К. Левина, говорившего о психологической ситуации как актуальной системе взаимодействия личности и ее окружения. Трудные ситуации возникают в случае неуравновешенности в системе отношений личности и ее окружения или несоответствия между целями, стремлениями и возможностями их реализации. Подобные ситуации предъявляют повышенные требования к способностям и возможностям человека, к его моральному и материальному потенциалу, ограничивают его активность.

Существует несколько **классификаций категории «трудные жизненные ситуации»**.

1. Классификация трудных жизненных ситуаций по степени участия в них человека:

- 1) трудные жизненные ситуации;
- 2) трудные ситуации, связанные с выполнением какой-либо задачи;
- 3) трудные ситуации, связанные с социальным воздействием.

2. Ф. Е. Василюк выделяет четыре основных типа в соответствии с особенностями ситуаций: стресс, фрустрацию, конфликт и кризис.

3. К. Муздыбаев классифицирует трудные жизненные ситуации:

- по интенсивности,
- по величине потери или угрозы,
- по длительности (хронические, краткосрочные),
- по степени управляемости событий (контролируемые, неконтролируемые),
- по уровню влияния.

4. К. Флейк-Хобсон рассматривает трудные жизненные ситуации, характерные для детей, и выделяет два типа ситуаций повышенного риска:

1. Ситуации, связанные с отсутствием или утратой чувства защищенности:

- враждебная, жестокая семья;
- эмоционально отвергающая семья;
- не обеспечивающая надзора и ухода семья;
- негармоничная семья (распадающаяся или распавшаяся);
- чрезмерно требовательная семья (доминирующая гиперопека);
- появление нового члена семьи (отчим, мачеха, брат, сестра);
- противоречивое воспитание или смена типа;
- чуждое окружение за рамками семьи (язык, культура).

2. Ситуации, вызывающие незащищенность из-за отрыва от семьи:

- помещение в чужую семью;
- направление в детское учреждение;
- госпитализация.

Такого рода ситуации, оказывая существенное влияние на весь ход психического развития, способны серьезно нарушить социальную адаптацию ребенка, глубоко деформировать его психику. Перечисленные ситуации охватывают наиболее

существенные, значимые жизненные отношения ребенка, поэтому их наличие должно предопределять серьезные отрицательные последствия для развития личности.

Понятие трудной жизненной ситуации в психологическом аспекте имеет большой субъективный контекст. Действительно, контекст и условия возникновения ситуации значительно расширяются. Это не только кризисные ситуации (землетрясения, теракты и т.д.), которые, к счастью, случаются не так часто, но и те трудные для семьи ситуации, которые вытекают из обыденной жизни семьи. Ситуации, которые случаются в частной жизни людей, индивидуально влияют на семью в зависимости от многих факторов.

Таким образом, существует некая *патогенная ситуация* – это совокупность факторов, непосредственно обуславливающих психотравмирующее переживание. Это то положение, в котором оказывается личность с ее качествами, а также с сочетанием условий, окружающих лиц, обстоятельств, создающих неразрешимый клубок внешних и внутренних трудностей.

Трудная жизненная ситуация, или патогенная ситуация может возникнуть в самых различных взаимоотношениях индивида: служебных, трудовых, учебных и т.д. Семейные отношения, как правило, выступают в роли наиболее важных, значимых. Отсюда и ведущая роль их в формировании патогенных ситуаций и психотравмирующих переживаний. Нахождение семьи в сложной ситуации может приводить к психотравме членов семьи и прежде всего ребенка как члена семьи с наиболее уязвимой психикой. В таком случае на консультациях мы имеем дело с психотравмой ребенка.

С понятием трудной жизненной ситуации неразрывно связано понятие «*психическая травма*» как результат воздействия ситуации. Ситуации, приводящие к психологической травме - разные по тяжести. Под психической травмой понимаются тяжелые индивидуальные психические переживания. Семья может быть источником психической травмы. Психическая травма – это прежде всего переживание, в центре которого находится определенное эмоциональное состояние. Центральное место эмоций в структуре психотравмирующего переживания закономерно. Психотравмирующее переживание – это состояние, сильно воздействующее на личность в силу выраженности, длительности либо повторяемости (субдепрессивные состояния, состояния фобического круга, эмоциональная напряженность). Важнейшей чертой психотравмирующих переживаний является их центральное место в структуре личности, их особая значимость для человека. В.Н. Мясищев писал: «...Измена, смерть

ребенка, неудача в достижении цели и т.п. являются источником болезненного переживания лишь в том случае, если они занимают центральное или, по крайней мере, значимое место в системе отношений личности к действительности. Их значимость является условием аффективного напряжения и аффективной реакции».

Психические травмы могут быть единичными и повторными, короткими и длительными. Следствия длительной психотравмирующей ситуации могут затрагивать познавательную сферу, эмоционально-волевою и поведенческую сферы, аппетит, сон, соматическое состояние, личность ребенка.

Существуют и другого типа трудные ситуации, которые с большей вероятностью могут встретиться в жизни практически каждого человека, в том числе и ребенка. Это так называемые «ситуации стресса обыденной жизни» – повседневные, зачастую повторяющиеся события, способные вызвать затруднения и отрицательные переживания (например, посещение зубного врача, ссора с товарищем, ответ на экзамене, увольнение и др.). Их влияние на развитие личности не менее велико. Это можно объяснить тем, что все подобные ситуации нужно преодолевать, каждый раз находя то или иное решение. Именно в таких обыденных ситуациях человек приобретает удачный или неудачный опыт преодоления препятствий, определяет собственное отношение к трудностям, пробует, «примеряет» разные способы действия, вырабатывает наиболее приемлемую для себя тактику поведения [1].

Трудные жизненные ситуации в таком случае являются составной частью процессов социализации, во-первых, потому что они в целом обыденны, во-вторых, они не всегда травмируют личность, в-третьих, благоприятствуют развитию, когда происходят изменения конструктивного характера, способствующие достижению новых форм сбалансированности отношений с внешней средой. Таким образом, трудные жизненные ситуации возникают в случае неуравновешенности в системе отношений личности и ее окружения; несоответствия между целями, стремлениями и возможностями их реализации. Подобные ситуации предъявляют повышенные требования к способностям и возможностям человека, к его личностному потенциалу и стимулируют его активность.

Существуют и самые тяжелые ситуации, они носят название *кризисных ситуаций*. Кризисные ситуации связаны со стихийными бедствиями, техногенными катастрофами, межнациональными конфликтами, боевыми действиями, терактами и другими экстремальными происшествиями. Эти события выходят за рамки нормального человеческого опыта и ведут к сильнейшим переживаниям.

Кризисные ситуации приводят к посттравматическому стрессовому расстройству (ПТСР). ПТСР относится к группе тревожных расстройств, включено в МКБ-10. В данном случае травматические ситуации, они же кризисные ситуации – это такие экстремальные критические события, которые обладают мощным негативным воздействием и требуют от индивида экстраординарных усилий по совладанию с последствиями воздействия (пожар, наводнение, авиа- и автокатастрофы, убийства, насилие, военные конфликты, вынужденная миграция). Самыми стрессогенными для ребенка ситуациями являются те, в которых он становится свидетелем причинения вреда близкому человеку. ПТСР возникает в кризисной жизненной ситуации, обусловлено действием избыточных эмоционально-значимых стрессоров и приводит к нарушениям здоровья и развития, к ограничениям в удовлетворении биологических и социальных потребностей ребенка. Дистресс у детей отличается от стресса у взрослых, особенно по проявлениям. Дети редко способны рассказать, как они чувствуют стресс, поэтому дистрессовое состояние у ребенка часто не распознают и не обращают на него внимания. Сам ребенок не способен с ним справиться, что заставляет его показывать свои трудности через поведение. В связи с этим при состояниях дистресса у детей часты не только отклонения в развитии, но и различные поведенческие нарушения. ПТСР приводит к социальной дезадаптации. Признаки психических нарушений и отклонений поведения могут фиксироваться в остром периоде (первые 6 мес.), в подостром (до 12 мес.) и отдаленном периоде (более 12 мес.).

Основные симптомы ПТСР у детей разного возраста [10].

	4-7 лет	8-11 лет	12-17 лет
физиологические	Нарушения сна, кошмары, энурез	Нарушения сна, головные боли, боли в животе, тошнота, рвота, расстройства стула, частое мочеиспускание	Нарушения сна, головные боли, тремор, тики
эмоциональные	Генерализованный страх, отказ от речи, страхи, тревоги, агрессивность	Озабоченность своей ответственностью за события, чувство вины, специфические страхи	Стыд и чувство вины, страх казаться ненормальным, жажда мстить, острое чувство одиночества

КОГНИТИВНЫЕ	Познавательные трудности, трудности распознавания	Нарушение концентрации внимания, памяти, трудности при обучении	Нарушение концентрации внимания, памяти
-------------	---	---	---

На сегодняшний день можно выделить трудные жизненные ситуации, которые в большинстве своем приводят к психотравмирующим переживаниям:

- ситуация насилия в семье,
- ситуация утраты,
- ситуация развода,
- ситуация семей, воспитывающих ребенка с отклонениями в развитии,
- ситуация семей, где член семьи страдает алкоголизмом и другие

Существуют психотравмирующие ситуации, специфичные для ребенка:

- несоответствие школьных требований возможностям ребенка,
- конфликт с учителем,
- стойкое нарушение межличностных отношений со сверстниками и другие.

Однако в каждом случае необходимо учитывать конкретную семью и конкретную личность (ее особенности): насколько значима для нее та или иная ситуация, имеет ли она психотравмирующее влияние.

Пример.

На консультацию к психологу приходит мама с ребенком. Мальчику три года, проживает он с родителями, и только что родившимся братиком. Со слов матери, мальчик стал замкнутым, упрямым, грустным, не подходит к кроватке и коляске брата, говорит: «увезите его обратно, я его не люблю» и т.п. У матери очень подавленное состояние, она воспринимает данную ситуацию как трудную и не знает, как с ней справиться.

Таким образом, для одной семьи некая ситуация не будет психотравмирующей. Для другой же семьи незначительные в общепринятом смысле ситуации могут

приводить к психотравмирующим переживаниям и дезадаптации личности и членов семьи.

В связи с этим необходимо акцентировать внимание на работе с семьей в целом. Стабильные и безопасные семейные отношения снижают негативное влияние стрессоров и увеличивают частоту использования конструктивных, адекватных копинг-стратегий преодоления трудностей.

1.3. Исследование трудных жизненных ситуаций семей, которые обращаются за помощью в ППМС – Центры

Вопросы и ответы

Некий мужчина двадцать лет спустя после окончания университета приехал в город, в котором провел студенческие годы. С радостью он узнал, что его ближайший друг тех лет ныне преподает в университете. Он не упустил возможности навестить своего старого приятеля прямо на рабочем месте.

Тот как раз готовился принимать экзамены у студентов и раскладывал на столе билеты.

Приехавший сокурсник взял наугад несколько билетов и, прочтя их, воскликнул:

- А вопросы все те же!

На что его приятель, преподаватель университета, откликнулся с улыбкой:

- Вопросы те же. Ответы другие...

Мы не случайно привели в начале этого параграфа современную историю-метафору «Вопросы и ответы». Действительно, в нашей консультационной практике «вопросы» похожи из года в год. Семьи приходят на консультации с теми вопросами и проблемами, которые можно подвести под общий знаменатель. В образовательные учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи (ППМС-центры) приходят родители с ребенком и вопросами, которые касаются ребенка. Однако ответы на эти вопросы уже несколько иные, чем несколько лет назад. Для эффективной помощи и реабилитации мы осознаем

необходимость подключения к работе всей семьи, ищем новые средства помощи и интересуемся субъективным взглядом семей на те ситуации, с которыми они обратились к консультанту.

Прежде чем обобщить и изложить наш опыт работы с семьями, оказавшимися в трудной жизненной ситуации, мы решили провести мини-исследование.

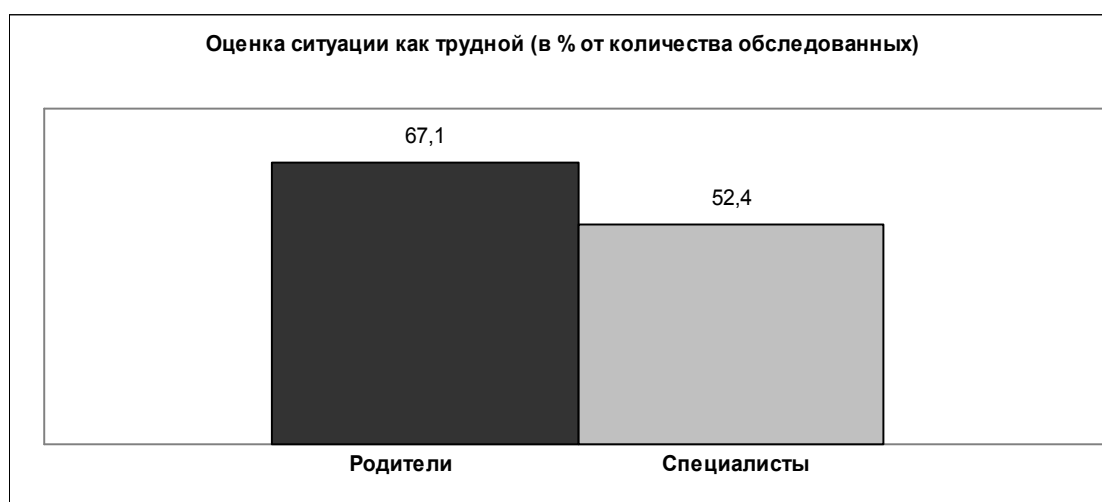
Целью нашего исследования выступило изучение представлений о трудной жизненной ситуации родителей, обратившихся за консультацией, и специалистов-консультантов. Мы предположили, что содержание категории «трудная жизненная ситуация» в картине мира у специалистов и родителей разное. Для изучения этого содержания нами были разработаны анкеты для родителей и специалистов (приложение 1).

Специалисты ГОУ ЯО «Центра помощи детям»: психологи, врачи - невролог, психотерапевты, осуществляющие консультативную работу, предлагали родителям заполнять анкеты (приложение 1). За единицу консультативной помощи была взята семья. По каждому клиенту – семье специалист заполнял соответствующую анкету для специалиста (приложение 1).

Анализ полученных результатов

Первый вопрос анкеты, адресованной родителю: «Считаете ли Вы, что находитесь в трудной жизненной ситуации? ДА. НЕТ».

Рисунок 1



Анализируя полученные результаты (рис. 1), мы можем говорить, что для 67% клиентов (взрослых) ситуация, с которой они пришли на консультацию к специалисту, является трудной жизненной ситуацией. Остальными клиентами ситуация не

расценивалась как трудная, однако они также нуждались в помощи специалиста в решении вопросов, связанных с ребенком.

Специалистами-консультантами в 52% ситуация клиента воспринималась как трудная жизненная ситуация. Это подтверждает тот факт, что в ППМС-центрах мы работаем с семьями, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

При сравнительном анализе ответов респондентов (рис. 1) мы видим, что родителями ситуация несколько переоценивается. Для них ситуация эмоционально насыщена, она зачастую становится фокусом восприятия.

При положительном ответе на первый вопрос родителям предлагалось описать содержание ситуации. Оказалось, что очень много ситуаций, связанных с ребенком, родители воспринимают как трудные.

При анализе ответов родителей получилось шесть групп проблем, которые воспринимаются родителями как трудные жизненные ситуации:

1. Назовем эту группу «проблемы с поведением ребенка, гиперактивность».

Примеры из личных анкет: «гиперактивность»; «гиперактивный ребенок с рождения, сейчас возникли проблемы в обучении»; «СДВГ»; «ребенок не ладит с отчимом, в школе ведет себя плохо».

2. Назовем эту группу «страхи, тревожность детей».

Примеры из личных анкет: «не общается с воспитателями в детском саду, скованность в общении с детьми»; «тревожность, заикание, стеснительность»; «ребенок не остается ни на минуту в комнате один»; «боязнь нового коллектива»; «доверчивость, неуверенность в себе».

3. Назовем эту группу «отставание в интеллектуальном развитии ребенка».

Примеры из личных анкет: «у ребенка не развита речь»; «ребенок плохо разговаривает»; «ребенок отстает в развитии от сверстников».

По данным анкет ситуаций, относящихся к этой группе, большинство. Исходя из личных анкет родителей, в данной группе в 80% случаев происходит подмена интеллектуальных нарушений в развитии ребенка на речевые нарушения и отставание его в речевом развитии. Для родителей является более очевидным отставание ребенка в речевом развитии, хотя заметим, что обращаются за помощью они не к логопеду, а к дефектологу, неврологу, психологу. Такая подмена в формулировке проблемы служит психологической защитой для родителя. Признать, что ребенок плохо разговаривает социально приемлемо и просто, а увидеть у него более глубокую проблему – намного труднее.

4. Назовем эту группу «трудности в воспитании».

Примеры из личных анкет: «напряженные отношения с ребенком, отсутствие влияния на него»; «проблемы в воспитании ребенка».

Очень часто такие ситуации связаны с родительской некомпетентностью в вопросах эффективного воспитания и взаимодействия. На это влияют и прошлые семейные сценарии воспитания, личность родителей, несогласованность взглядов на воспитание у супругов. Нарушения поведения ребенка и его эмоций – вторичный процесс как ответ на дисгармоничные детско-родительские взаимоотношения.

5. Назовем эту группу «нарушение социального взаимодействия ребенка».

Примеры из личных анкет: «не получается найти друзей. Л. расстраивается. Ей скучно и одиноко»; «ребенку трудно взаимодействовать с детьми (боится к ним подойти или проявляет агрессию), не общается и не играет с детьми в детском саду, с трудом переносит проигрыши»; «трудность адаптации к детскому саду».

Нарушение межличностных контактов ребенка также воспринимается родителями как трудная жизненная ситуация. Они не знают, как помочь ребенку. Часто один из родителей испытывал такие же проблемы в общении со сверстниками в детстве и просто не владеет способами налаживания межличностных контактов. При этом родителю очень важно, чтобы ребенок был социально компетентен, занимал свою нишу в социуме, был принят обществом.

6. В эту группу вошли ситуации, которых немного, но они очень острые и болезненные для родителей. Эти ситуации трудно объединить по одному признаку.

Примеры из личных анкет: «сын увлекается новым веянием – Гот, боюсь не справиться с проблемой»; «тики у ребенка»; «ребенка ударил по лицу взрослый человек»; «страх за дочь, пыталась резать вены»; «моя дочь не может привыкнуть к моей новой жене, плачет по ночам».

Часть ситуаций, не вошедших в группы, родители оценивают как трудные, но не описывают их суть. По соответствующим анкетам специалистов - это чаще всего ситуации, связанные со значительным отставанием ребенка в интеллектуальном развитии. В данном случае мы вновь сталкиваемся с системой психологических защит родителей, боязнь социальной оценки, нарушения конфиденциальности, огласки.

Мы видим большое разнообразие ситуаций, которые семьи воспринимают как трудные. Казалось бы они не из перечня трудных жизненных ситуаций, отраженных в законодательстве. Это, к счастью, не дети – жертвы вооруженных и межнациональных конфликтов, экологических и техногенных катастроф, стихийных бедствий; не дети из

семей беженцев и вынужденных переселенцев; не дети, оказавшиеся в экстремальных условиях и т.д. Часть ситуаций действительно подходят под вышеперечисленное определение: дети, имеющие недостатки в психическом и (или) физическом развитии; дети с отклонениями в поведении; дети, жизнедеятельность которых объективно нарушена в результате сложившихся обстоятельств и которые не могут преодолеть данные обстоятельства самостоятельно или с помощью семьи. Едино для всех этих ситуаций то, что семья не может справиться с проблемой самостоятельно. Важен факт обращения семьи за помощью, хотя запрос родителей зачастую очень размыт и неясен.

Проанализируем субъективную значимость ситуаций для родителей из анкет родителей и значимость ситуации для родителей из анкет специалистов, которая оценивалась по пятибалльной шкале (0 - минимальная выраженность, 5 - максимальная выраженность). Из рисунка 2 очевидно, что для 44% родителей ситуация значима максимально. По мнению специалистов (рис. 3), ситуация максимально значима для 33% клиентов. Сравнительный анализ показывает, что субъективная значимость ситуации для родителей выше, она может быть и преувеличена. Родитель включен в ситуацию и находится внутри нее. Специалист-консультант как профессионал может оценить значимость ситуации для клиента, но он находится вне ситуации. Именно поэтому специалист может помочь родителю в процессе консультирования взглянуть на ситуацию с другой стороны, найти пути совладания с ней.

Рисунок 2



Рисунок 3



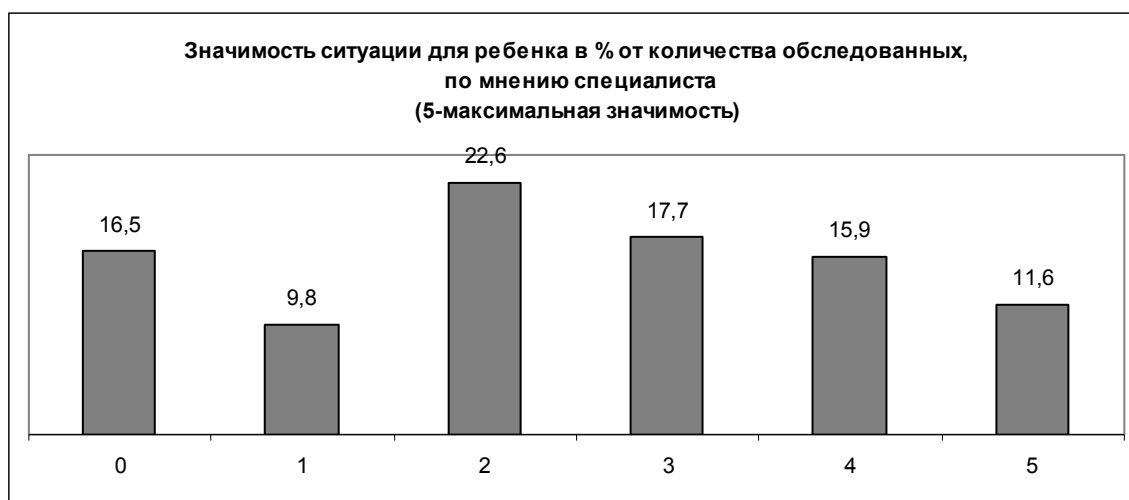
Рассмотрим значимость ситуации для ребенка в двух сравнительных группах родителей и специалистов.

С точки зрения родителей, значимость ситуации для ребенка максимальна (5 баллов) в 28% мнений, 3 балла – 17%, 4 балла – 18% (рис. 4). По мнению специалистов, значимость ситуации для ребенка не так велика (рис. 5): в 22% она средняя (3 балла). Это можно объяснить меньшей степенью осознанности ребенком ситуации, нежели это представляют себе родители. Родители зачастую несколько преувеличивают значимость ситуаций для ребенка, ориентируясь больше на собственные ощущения и переживания.

Рисунок 4



Рисунок 5



И наконец, объективная значимость ситуации по мнению специалистов отражена на рисунке 6. Под объективной значимостью понимается включенность ситуаций в перечень трудных жизненных ситуаций, освещенных в литературе и законе об образовании. Как правило, специалист-консультант, профессионал в своей области, относит проблему и ситуацию, с которой обратился клиент к некоему перечню. Это происходит для того, чтобы упорядочить ту информацию, которую он получил от родителя. Объективная значимость ситуации колеблется от 3-5 баллов (рис. 6). В 12% случаев значимость ситуации оценивается как нулевая, что говорит о том, что некоторые родители затрудняются самостоятельно решить самые обычные жизненные ситуации, воспринимая их как трудные.

Рисунок 6



Специалист-консультант объективирует проблему, с которой обратился клиент, находит ее причины через беседу с родителями, диагностику ребенка, дополнительный

сбор информации. В дальнейшем, исходя из той системы понятий, которую он получил и описал в заключении, строится система помощи семье.

Анализируя анкеты, мы хотели также получить сведения о том, какие последствия трудной жизненной ситуации наблюдают родители и специалисты в состоянии ребенка. В анкеты мы включили вопросы, какие переживания вызывает ситуация у родителя и ребенка по трем сферам возможных нарушений: сомато-вегетативные, психологические (эмоциональные, когнитивные, поведенческие, личностные) и социальные нарушения (нарушения социальных отношений, адаптации, детско–родительских взаимоотношений).

Родителя волнует чаще не причина, а следствие ситуации, которое он наблюдает ежедневно в своем ребенке и в себе самом.

Например, ситуация развода родителей (причина) привела к эмоциональным нарушениям у ребенка (тревоге, страхам). Родителя волнует состояние ребенка. Специалист устанавливает причинно-следственную связь: ситуация – причина и следствие – нарушение, хотя в большинстве случаев она неоднозначна. Причиной эмоциональных нарушений у ребенка в вышеописанном примере могла выступить не только ситуация развода родителей, но и соматическая ослабленность ребенка, особое функционирование его нервной системы, наследственная предрасположенность к такому личностному складу и т.д. Именно здесь очень важна грамотность консультанта в правильной информированности родителя, в его поддержке и помощи.

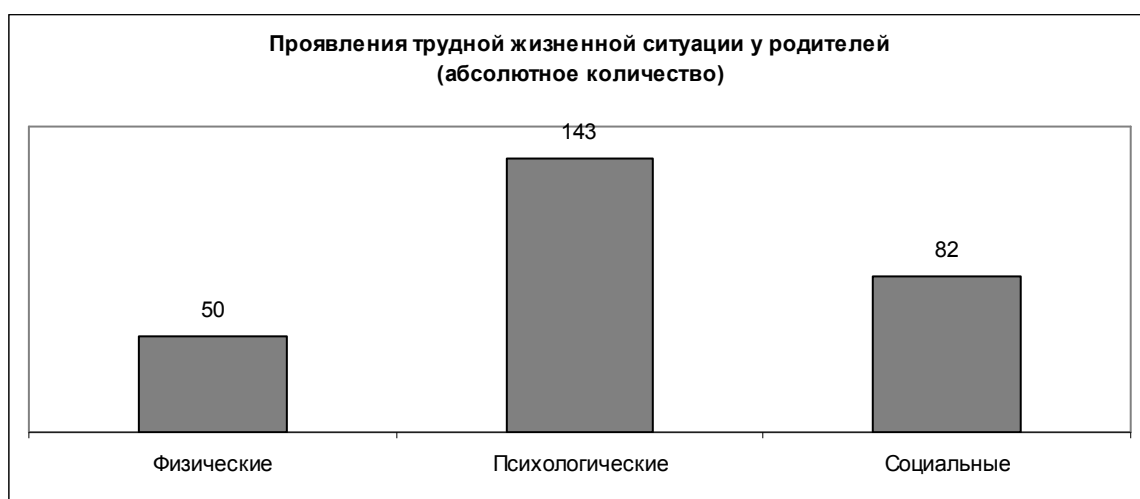
На консультациях встречаются и другие случаи, когда родители объясняют все той ситуацией, которая является, по их мнению, единственной причиной настоящего состояния и функционирования ребенка. Например, отставание ребенка в интеллектуальном и речевом развитии мать объясняла тем, что они с мужем развелись, она одна воспитывала ребенка и лишь она составляла все его общение.

Мы разделили «следствия» (проявления) трудной жизненной ситуации на три сферы возможных нарушений у клиента:

- сомато-вегетативные (физиологические) нарушения (нарушения сна, аппетита, энурез и т.д.);
- психологические нарушения (эмоциональные, когнитивные, поведенческие, личностные);
- социальные нарушения (нарушения социальных отношений, адаптации, детско–родительских взаимоотношений).

Данный перечень нарушений может в разной мере проявляться как у родителя, так и у ребенка. В связи с тем, что в рамках ППМС-центров мы занимаемся преимущественно детской психологией и диагностикой актуального состояния ребенка, проявления трудной жизненной ситуации у родителя мы получаем из анкет самих родителей (рис. 7).

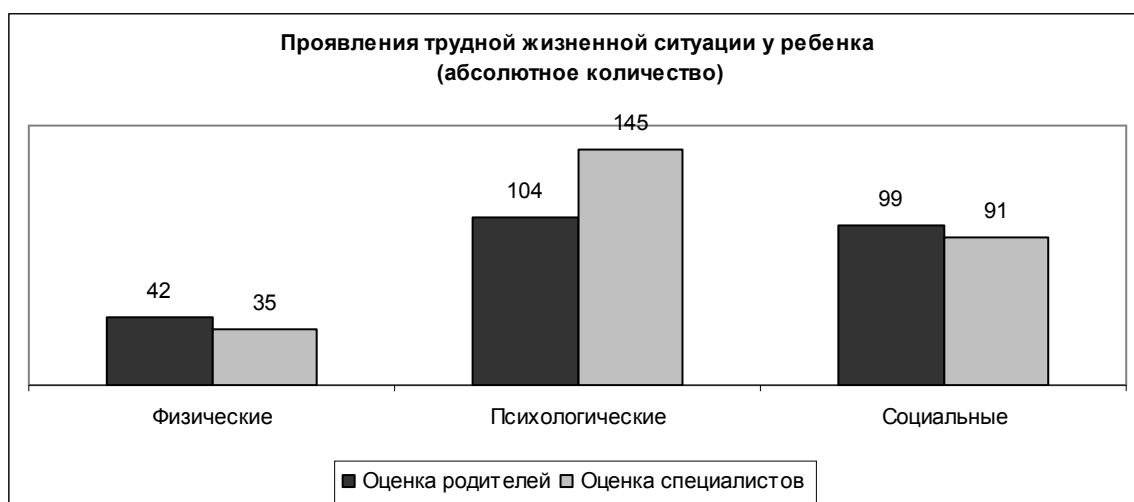
Рисунок 7



На рисунке 7 очевидным является преобладание психологических проявлений у родителей по их оценке своего состояния. Это тревога, чувство напряженности, которые испытывают родители в сложившейся ситуации. На втором месте социальные проявления: чувство неудобства перед знакомыми, ограничение круга общения и др. Действительно, для родителей очень важно мнение окружающих, многие из них беспокоятся за ту социальную нишу, которую занимают, боятся осуждения, насмешек.

По мнению обоих респондентов, преобладают психологические нарушения и у ребенка. Сравнительный анализ (рис. 8) показывает, что родители несколько снижают их выраженность. Специалист находит их у ребенка больше, нежели обнаруживают родители. Родители в свою очередь несколько преувеличивают социальные последствия ситуации для ребенка. Это можно объяснить переносом родителями собственной значимости социального плана.

Рисунок 8



Очень показательными для нас выступили результаты, отраженные на рисунке 9. В большинстве своем с ситуацией, которую родители оценили как трудную, они жили более года. В ряде случаев ситуация перешла в разряд трудных из-за своей хронификации, а следовательно, накопления отрицательных проявлений ее в психологическом, социальном и физическом плане. Из опыта нам известно: чем дольше сохраняется психотравмирующая ситуация для клиента, тем дольше процесс реабилитации и тем чаще в дальнейшем ему требуется поддерживающая терапия. Часть родителей обратилась с ситуацией, длительность которой составила до полугода. Меньше всего семей, которые обратились за помощью сразу (длительность до 1 месяца).

Рисунок 9

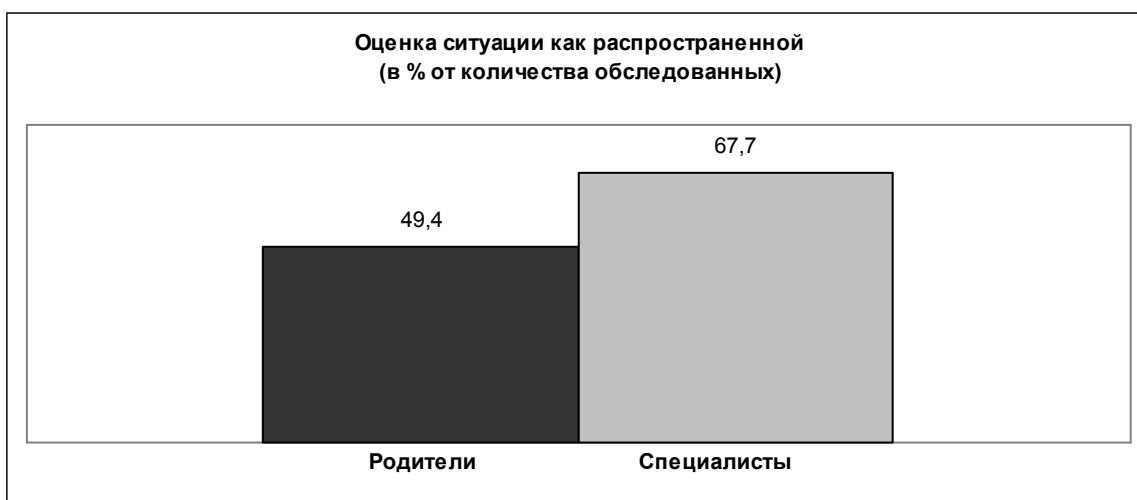


Семьям, столкнувшимся с трудностями, как правило, кажется, что их ситуация уникальна и случилась только с ними. Такая узость восприятия свойственна людям в сложной ситуации.

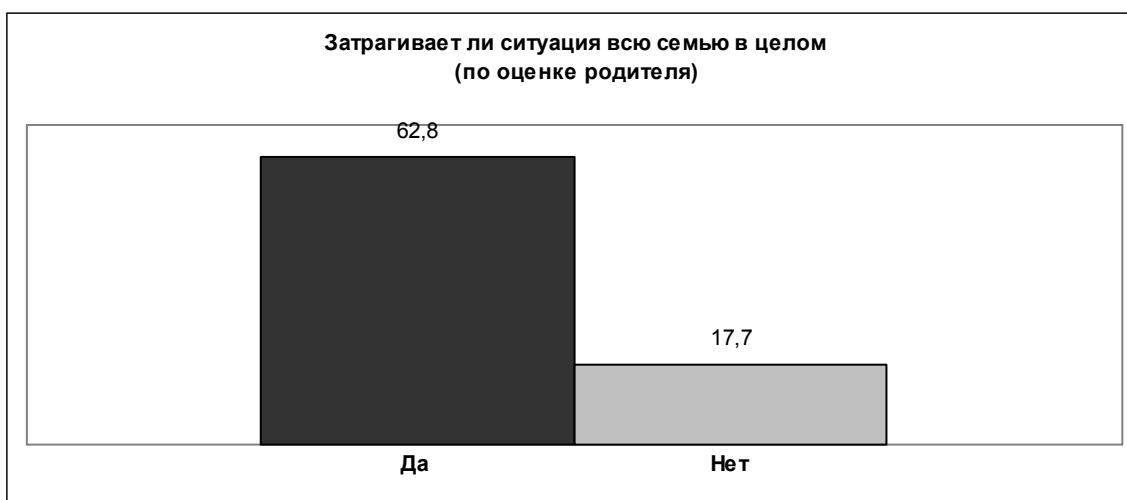
На вопрос о распространенности ситуации родители и специалисты ответили по-разному (рис. 10). По мнению специалистов, ситуации, в которых оказались клиенты, в 67% распространены. Это связано с тем, что в профессиональном опыте специалиста они встречаются достаточно часто. Для нас, специалистов-практиков, «трудные жизненные ситуации» семей достаточно универсальны, их можно привести к нескольким общим знаменателям. Соответственно и пути помощи этим семьям должны иметь общие принципы и этапы.

49% родителей осознают, что их ситуация достаточно распространена.

Рисунок 10

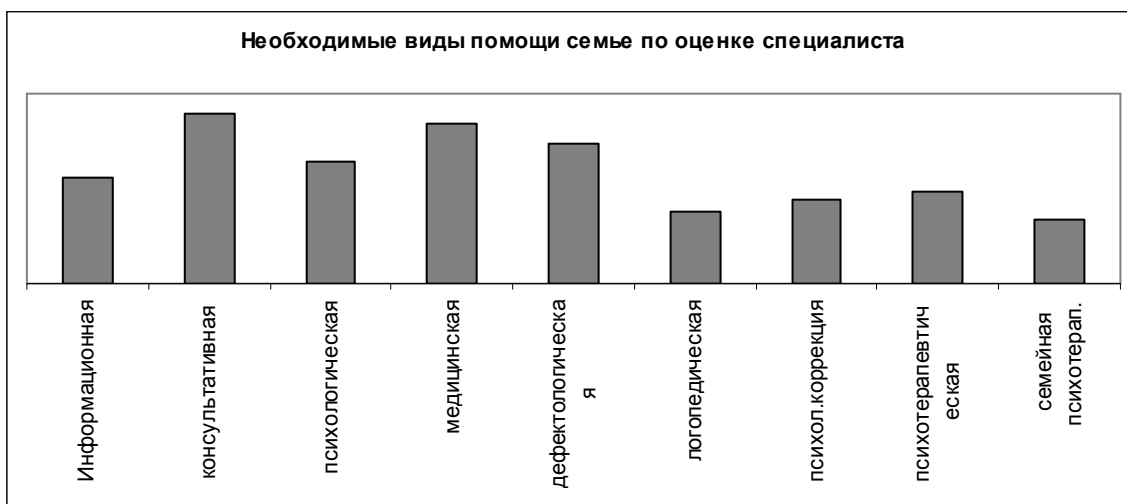


На рисунке 11 мы видим результаты по вопросу: затрагивает ли ситуация всю семью или отдельных ее членов. Для 62% опрошенных родителей ситуация затрагивает всю семью. Это подтверждает значимость работы с семьей, существования консультационной помощи семьям, а не только ребенку. Наша помощь семье должна строиться в двух направлениях – ребенок и родители. Необходимо уделять особое внимание консультированию родителей, т.к. именно они будут сопровождать ребенка в постреабилитационный период и нуждаются в новой системе взаимоотношений и реагирования.



В результате анализа анкет специалистов обозначились основные виды помощи, в которых нуждаются семьи, оказавшиеся в трудных жизненных ситуациях (рис. 12). Помощь семье оказывается специалистами консультационной службы: врачами, психологами, психотерапевтами, дефектологами. По результатам исследования в большей степени семье необходима консультативная, медицинская, информационная помощь.

Рисунок 12



Благодаря проведенному исследованию мы получили следующие **выводы**:

1. Для каждой семьи существует свой перечень жизненных ситуаций, которые они расценивают как трудные. «Проблемный ребенок» в семье – трудная жизненная ситуация для многих семей.

2. Ситуации имеют субъективную значимость для родителя, ребенка и семьи в целом. Поэтому существует два субъекта консультирования – родители и ребенок. Консультационная служба должна обеспечивать работу с семьей в целом.

3. Объективную значимость ситуации оценивает специалист, работающий с семьей. Это существенно для того, чтобы определить характер последствий трудной жизненной ситуации, мишени воздействия и направления работы с клиентом.

4. Трудные жизненные ситуации, в которых оказывается семья, в разной степени выраженности имеют свои последствия в трех сферах: сомато-вегетативные нарушения, психологические нарушения (эмоциональные, когнитивные, поведенческие, личностные), социальные (нарушения социальных отношений, адаптации, детско–родительских взаимоотношений). Они имеют место и у родителя, и у ребенка.

5. Консультационной службе помощи семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, необходимо оказывать следующие виды помощи: консультирование, психологическая поддержка родителей, информационная, коррекционная, психотерапевтическая, медицинская.



- консультирование семьи специалистами разного профиля: врачами-психиатрами, неврологом, психологами, психотерапевтами;
- поддержка семьи: поддерживающие группы для родителей, семейная психотерапия;
- психотерапевтическая и психокоррекционная работа с детьми;
- информационная помощь: библиотечка для родителей, памятки для родителей, компьютерные программы сопровождения ребенка родителями, разъяснительные консультации.

ГЛАВА 2. Помощь семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации

К нам на консультации обращаются семьи с самыми разными ситуациями, которые нашли свое продолжение в эмоциональных, поведенческих и других нарушениях функционирования ребенка. Эти ситуации также приводят к ощущению неблагополучия и у родителей. Мы не сможем охватить все многообразие ситуаций, остановимся на ряде из них и предложим те пути помощи, которые оказались эффективны у нас на практике.

Для консультационной работы с родителями можно предложить формулу:
ПОНЯТЬ. ПРИНЯТЬ. ОТПУСТИТЬ. ЖИТЬ.

Эти четыре категории проходят родители в процессе грамотного консультирования и психотерапевтической работы с ними специалиста.

ПОНЯТЬ: когнитивный уровень проработки проблемы родителями. В первую очередь им необходимо понять проблему: настолько ли она глубока и непреодолима, как кажется.

ПРИНЯТЬ: эмоциональный уровень проработки проблемы родителями, пласт переживаний. Прежде чем работать над выходом из ситуации, родителям необходимо ее принять. Со стороны специалиста – это работа с родителями над принятием.

ОТПУСТИТЬ: работа с родителями по осознанию того, что ситуация и проблема не уникальна, она не центр жизненных ситуаций, есть возможность отстраниться от ситуации, отпустить ее.

ЖИТЬ: работа с родителями по выстраиванию нового стиля поведения, их взаимодействия с ребенком. Для родителей очень важно перестроить свою линию поведения и реагирования. Специалист обучает его этой перестройке.

Для работы с детьми можно предложить несколько иную формулу:
ОТРЕАГИРОВАТЬ. СОЗИДАТЬ. ЖИТЬ.

ОТРЕАГИРОВАТЬ: работа с эмоциональными переживаниями ребенка. Специалисту необходимо использовать в своей практике те методы, которые позволяют

ребенку отреагировать негативные эмоциональные переживания и сбросить эмоциональную напряженность.

СОЗИДАТЬ: обучение ребенка конструктивным способам совладания с трудной ситуацией, которое достигается через игру, сказку, визуализацию.

ЖИТЬ: работа с перестройкой поведенческого плана ребенка. Отработка с ребенком новых поведенческих паттернов, копинг-стратегий.

Работу с родителями и детьми по данным направлениям и осуществляет консультационная служба помощи семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.

2.1. Методы работы с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации

Выше, опираясь на материалы исследования, мы описали три сферы возможных нарушений у ребенка вследствие воздействия трудной жизненной ситуации. Это нарушения на физиологическом, эмоциональном и поведенческом уровнях.

Методами работы с этими состояниями могут выступить арт-терапия, игровая терапия, релаксационные мероприятия и др. Остановимся на них подробнее.

Если ребенок приходит к нам с последствиями трудной семейной ситуации, то в зависимости от возраста ребенка переживания находят свои проявления в нарушении эмоциональной, поведенческой, личностной сфер. Как правило, имея дело с ребенком до 10-12 лет, мы не можем говорить с ним о проблеме, ребенок не осознает большую часть произошедшего события и затрудняется об этом говорить.

Основная стратегия консультирования – показать ребенку как можно больше способов, вариантов противостояния опасности, расширить его представления о способах преодоления трудных ситуаций. Информирование ребенка дошкольного и младшего школьного возраста происходит в метафорической форме, знание минует сознательные барьеры и проникает непосредственно в подсознание ребенка, начинает питать его творческий и аналитический ресурсы [17]. Таким образом, на консультации достигаются две цели – видимая (изменение поведения ребенка) и невидимая (актуализация конструктивных механизмов психологической защиты).

Путем диагностики мы обнаруживаем область неблагополучия у ребенка и по возможности находим причину этого неблагополучия. В работе с ребенком очень важно присоединение. То, что внешне выглядит легким, тренируется, оттачивается годами.

Игровая психотерапия

Начиная психокоррекционную, психотерапевтическую работу с ребенком, нам необходимо, чтобы чувства ребенка нашли свой выход. Этот выход негативные эмоциональные проявления ребенка находят в упражнениях, позволяющих их отреагировать.

Игровая психотерапия очень хорошо позволяет отреагировать негативные, невысказанные и смутные чувства, а также проиграть значимые для ребенка конфликты и ситуации.

По функциям специалиста в игре различают недирективную игротерапию и директивную игротерапию. Как показывает практика, на первом этапе работы с ребенком, имеющим последствия трудной жизненной ситуации в виде эмоционального неблагополучия, эффективнее недирективная игровая психотерапия.

Недирективность состоит в управлении игровым процессом: отказ игротерапевта от попыток ускорить или замедлить игровой процесс; минимальность числа ограничений и лимитов, вводимых игротерапевтом в игру (вводятся лишь те ограничения, которые связывают игру с реальной жизнью).

В нашей игровой комнате с самого начала для ребенка мы вводим следующие ограничения: «Это игровая комната. Видишь, здесь много игрушек, материалов. Здесь ты можешь играть, во что захочешь, но послушай, что делать нельзя. Нельзя специально ломать игрушки. Проходи и выбирай игру. Когда захочешь, чтобы я тоже участвовала в игре, ты меня пригласишь».

При этом очень важна коммуникация ребенку его безусловного принятия (дружеские, равноправные отношения с ребенком; принятие ребенка таким, какой он есть; ребенок — хозяин положения, он определяет сюжет, тему игровых занятий, на его стороне инициатива выбора и принятия решения).

Основные функции специалиста, ведущего игровую психотерапию [11]:

1. Создание атмосферы принятия ребенка.
2. Эмоциональное сопереживание ребенку.
3. Отражение и вербализация его чувств и переживаний в максимально точной и понятной ребенку форме.
4. Обеспечение в процессе игровых занятий условий, активизирующих переживания ребенком чувства собственного достоинства и самоуважения.

Игровую комнату наполняют игрушки и материалы, которые облегчают экспрессию ребенка, обеспечивая ему широкий спектр игровой деятельности. Поскольку игрушки и материалы являются у детей частью коммуникативного процесса, следует уделить внимание отбору подходящих образцов.

Игрушки и материалы, необходимые для игровой терапии, можно сгруппировать в три больших класса:

1. Игрушки из реальной жизни.
2. Игрушки, помогающие отреагировать агрессию.
3. Игрушки для творческого самовыражения и отреагирования эмоций.

1. Игрушки из реальной жизни.

Таковыми игрушками являются кукольное семейство, кукольный домик, марионетки. Они могут изображать членов реальной семьи ребенка. Эти игрушки делают возможным непосредственное выражение чувств ребенком. Гнев, страх, соперничество между братьями и сестрами, кризисы, семейные конфликты могут выражаться непосредственно, когда ребенок разыгрывает сценки с человеческими фигурками.

В нашей игровой комнате эффективно «работает» большой кукольный дом с четырьмя комнатами, где ребенок может по своему усмотрению разместить фигурки – прообразы семьи (мама, папа, малыш, несколько детей, бабушка, дедушка).

Машина, грузовик, лодка и касса особенно нужны в игровой комнате упрямому, тревожному или замкнутому ребенку, поскольку с этими игрушками можно играть в неопределенную игру, не выражая никаких чувств.

2. Игрушки, помогающие отреагировать агрессию.

В игровой терапии дети часто испытывают сильные эмоции, для описания и выражения которых у них нет словесных обозначений. Структурированные игрушки и материалы, такие как игрушечные солдатики, крокодил, ружья, резиновый нож, могут использоваться детьми для выражения гнева, враждебности и фрустрации.

В нашей игровой комнате эффективны для отреагирования эмоций следующие игрушки:

- детские боксерские перчатки и груша;
- дартс, сквош;
- «негативная подушка»: подушка прикреплена на стену, на ней изображено злое, негативное настроение – по ней ребенок может ударять ногами, кулаками, выплескивая накопившиеся отрицательные чувства;

Для отреагирования напряжения служат и музыкальные инструменты: барабан, металлофон, шарманка, маракасы, трещотки.

В этот перечень можно также включить игрушки, изображающие диких животных (крокодил, динозавры, тигр и т.п.), так как на ранних стадиях игровой терапии детям трудно выражать агрессивные чувства по отношению к людям, даже если это просто куклы.

Примером материала, который может быть отнесен к двум категориям (2 и 3), является глина. Она может служить для выражения творческого потенциала и для отработки агрессивных чувств. Глину можно мять, колотить, энергично раскатывать, с силой разрывать на куски. Кроме того, ребенок может пользоваться глиной, чтобы вылепить фигурки для игры.

2. Игрушки для творческого самовыражения и ослабления эмоций.

Песок и вода наиболее часто используются ребенком в качестве неструктурированной среды для игры. Песок и вода не имеют структуры и могут превратиться по желанию ребенка во что угодно. Возможности их применения безграничны.

Особое значение придается кубикам, конструктору. Все это позволяет ребенку почувствовать, что значит созидать или разрушать. Как в случае с водой и песком, ребенок может испытывать чувство удовлетворения, поскольку не существует правильного способа игры с кубиками.

Палитра и краски дают ребенку возможность творить и выражать свои чувства. Хорошо, если в игровой комнате будет доска на стене, на которой можно рисовать мелом, штампы, пальчиковые краски, восковые мелки.

Игровая терапия длится около часа. Мамы не участвуют в игровом процессе. Однако случается, что дети на первых сеансах не хотят отпускать их, особенно это касается тревожных детей. В таком случае мы объясняем ребенку: «Мама не может участвовать в нашей игре. Она посидит за дверью, а когда захочешь, ты сможешь к ней сходить». На следующих игровых сеансах необходимо попробовать, чтобы ребенок отпустил маму дальше холла игровой комнаты. Это служит важным шагом в преодолении страхов и детской тревожности. Как правило, при правильном ведении игровой терапии с каждым сеансом тревожный ребенок все реже «проверяет» наличие мамы рядом, все больше включается в игровой процесс.

Рассмотрим пример из практики игровой психотерапии.

Пример.

На консультации девочка трех лет с матерью. Со слов матери: на глазах у ребенка отец девочки избивал мать, запер девочку в комнате, где она отисалась, плакала и кричала. Мать с девочкой на руках выпрыгнула из окна первого этажа. Они убежали из дома в домашней одежде. После этого случая у девочки появились страхи, что «папа будет маму валять», оставаться одной в комнате, закрытых дверей.

По ходу консультирования у девочки обнаружилось трудности концентрации внимания, речевые персеверации, тахилалия, тики. Таким образом, ситуация насилия в семье негативно отразилась на когнитивной и эмоциональной сферах ребенка, нарушила его нормальную жизнедеятельность. Самостоятельно справиться с нарушениями семья не могла. С девочкой мы занимались игровой психотерапией в игровой комнате.

Рассмотрим *основные психологические механизмы коррекционного воздействия игры* на вышеприведенном примере:

1 Моделирование системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях, следования им ребенком и ориентировка в этих отношениях.

В качестве игровых предметов девочка выбирала пары зверей: мама-динозаврик и дочка-динозаврик и др., т.е. происходило моделирование отношений матери и дочери. На следующих встречах к ним «присоединялся» и папа. Со слов девочки: «Мама с дочкой будут в этом домике жить, а папа пусть пока здесь за этим заборчиком. Нет, лучше мы построим большую стену, чтобы к маме с дочкой никто не пробрался...».

2 Изменение позиции ребенка в направлении преодоления познавательного и личностного эгоцентризма и последующей децентрации, благодаря чему происходит осознание собственного «Я» в игре и возрастает мера социальной компетентности и способности к разрешению проблемных ситуаций.

Действительно, воспроизводя происходившее в реальной жизни на игровом материале, девочка получала возможность проиграть разные финалы истории,

отреагировать свои чувства не от своего имени (децентрация), а от имени персонажа, оказавшегося в сходной ситуации.

Два вышеописанных психологических механизма достигаются недирективной игротерапией. Следующие механизмы воздействия игры, с нашей точки зрения, происходят с более активным участием терапевта в игре, т.е. директивной игротерапией.

3 Организация поэтапной отработки в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, их интериоризация и усвоение.

Для описания следующих психологических механизмов коррекционного воздействия игры приведем другой пример.

Пример.

На консультации мальчик шести лет с матерью. Жалобы на неусидчивость ребенка. Запрос на формирование усидчивости и внимательности. В ходе консультации выясняется, что у мальчика страх подниматься по лестнице, страх потеряться, семья недавно пережила развод.

На игровой терапии мальчик выбрал кукольный домик и долго рассаживал фигурки людей по комнатам. В одну комнату он посадил «маму с тремя детьми». В другую комнату – «папу на кресле». На втором этаже – «маленький малыш смотрит телевизор». На протяжении нескольких встреч ребенок организывает следующую игру: «начался пожар...(в комнаты кукольного дома набрасывается много красных фигур). Все зашумели, закричали. Стало страшно». С этого момента подключается терапевт.

4 Организация ориентировки ребенка на выделение переживаемых им эмоциональных состояний и обеспечение их осознания благодаря вербализации и осознанию смысла проблемной ситуации, формирование ее новых значений.

В нашем примере, если ребенок достаточно отыграл ситуацию пожара в течение нескольких сеансов, можно присоединиться к нему:

- А кому больше всех стало страшно?

- Малышу...и там огня много... (отождествление, выделение эмоционального состояния).

- А мы можем как-то ему помочь? (подталкиваем ребенка к совладанию с возникшей ситуацией).
- Нужно спасателей вызвать.
- Вызывай (ребенок находит машину спасателей, вертолет и скорую помощь).
- Им лестница длинная нужна... (проецируется еще одна проблема – страх высоты, подниматься по лестнице).

Дальше спасаются все члены семьи.

Работа с мальчиком продолжалась в течение длительного времени.

В нашем практическом опыте есть еще множество примеров, когда актуальная проблема ребенка «высвечивается» в игровой терапии и начинает проигрываться ребенком дошкольного возраста. На проигрывание проблемной ситуации уходит несколько встреч, а следующие встречи направлены на приобретение ребенком в игровой терапии позитивного опыта, конструирования новой, эмоционально насыщенной позитивной реальности.

В нашем примере после проигрывания ситуации пожара, спасения людей из комнат игра приобрела более позитивный характер: мальчик приглашал всех кукол в гости, рассаживал их за столами, готовил угощенья и кормил их. Вместе с появлением позитивного выхода в игре у ребенка наблюдается снижение эмоционального напряжения и постепенное избавление от страхов (по наблюдениям специалиста и родителей).

Как правило, для достижения положительного эффекта занятий требуется как минимум десять встреч в игровой комнате.

5 Формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли, а также поведение в игровой комнате.

Порядок в игровой комнате всегда неизменен: по времени посещения ребенком игровой комнаты, длительности игрового сеанса, условий и правил поведения в игровой комнате. Все материалы и игрушки занимают свое постоянное место на полках. Вся мебель: стол и стул, полки с игрушками, доска с мелом, песочница приспособлены под рост ребенка. Внешний порядок и постоянство среды способствуют снижению его напряжения. Происходит интериоризация ребенком порядка: упорядочивание вовне способствует упорядочиванию во внутреннем мире. Он учится концентрироваться, действовать по правилам, хотя, казалось бы, жестких ограничений поведения в игровой комнате ему не создается.

Это первый метод работы с детьми, который позволяет реализовать формулу: ОТРЕАГИРОВАТЬ. СОЗИДАТЬ. ЖИТЬ.

Психомышечная релаксация

а) расслабление мышц, наиболее легко достижимое путем чередования напряжения-расслабления;

б) дыхательные упражнения;

в) медитации, визуализации, релаксации.

А) Мышечная релаксация по Е. Джекобсону.

Эта известная методика является очень эффективной в работе с детьми. Она направлена на снятие мышечного напряжения.

Для невротических состояний характерен повышенный мышечный тонус скелетных мышц. Это усугубляет состояние и приводит к быстрой утомляемости. Методика мышечной релаксации по Джекобсону предполагает напряжение каждой группы мышц с последующим расслаблением. Мышечное расслабление используется для снятия эмоционального напряжения.

Сводный перечень мышечных групп.

1. Кисти и предплечья – сжать кулаки, положив большие пальцы сверху.
2. Верхние мышцы рук – вдавить локти в спинку стула .
3. Лоб – поднять брови.
4. Глаза, нос, щеки – зажмурить глаза, наморщить нос.
5. Рот, подбородок, шея – осторожно сжать зубы в задней части ротовой полости, сделать перевернутую клоунскую улыбку, опустив книзу уголки губ.
6. Шея и плечи – вдавить подбородок в область адамова яблока.
7. Срединная часть туловища – медленно глубоко вдохнуть, отвести лопатки и прогнуть спину.
8. Ноги – поднять ноги, пальцы смотрят в пол.
9. Ноги – поднять ноги, пальцы смотрят в потолок.

Упражнение «Черепашка».

Плечи поднять к ушам на вдохе – прячем голову, как черепаха в панцирь, на выдохе плечи опустить и расслабиться – черепаха высунула голову из панциря.

Упражнение «Бабочка».

Свести лопатки на вдохе – бабочка сложила крылышки, на выдохе развести лопатки – бабочка расправила крылышки.

Б, В) Релаксация с визуализацией.

Релаксация с визуализацией – это техники, направленные на расслабление и одновременно на конструирование в воображении позитивных образов, ситуаций. Такие техники придают ребенку уверенность, наполняют жизненными силами, служат ребенку эмоциональной поддержкой и помогают отпустить проблему.

Таких упражнений множество. Мы приведем только некоторые, которые показывают свою эффективность на практике.

Упражнение «Вверх по радуге»

Закроем глаза. Понаблюдаем за своим дыханием.

Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Представим радугу.

Сейчас сделаем вдох и представим, что мы взбираемся вверх по радуге.

Выдох – съезжаем вниз с радуги.

Вдох. Выдох.

Упражнение «Место покоя»

Закроем глаза. Понаблюдаем за своим дыханием.

Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Представь себе место, где тебе очень хорошо...

Может быть, ты когда-то был там или никогда раньше не был...

Рассмотри его как следует...

Тебе там хорошо и спокойно. И когда будет необходимо, ты сможешь мысленно вернуться в это место.

И с этим ощущением мы возвращаемся в эту комнату, в это кресло...

И на счет три открываем глаза...

Раз, два, три.

Упражнение «Место тишины»

Закроем глаза. Понаблюдаем за своим дыханием.

Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Представь себя на зеленом лугу... Светит солнышко...

Оно ласкает своими лучиками наше лицо, плечи, руки, ноги.

Под ногами мягкая прохладная трава. Жужжат пчелы, летают бабочки.

Вокруг красиво и спокойно.

И вот мы видим тропинку, мы идем по ней...

Теплый песочек под ногами...

Мы пришли к домику. На нем написано «Место тишины».

Мы заходим в дом. Садимся на скамеечку и отдыхаем...

И внутри нас наступает тишина.

И с этим ощущением мы возвращаемся в эту комнату, в это кресло...

И на счет три открываем глаза...

Раз, два, три.

Упражнение-медитация «Водопад»

Сядем удобно. Закрываем глаза. Наблюдаем за своим дыханием.

Дышим ровно и спокойно. Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Представим себе, что мы стоим возле водопада. Это необычный водопад.

Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет.

Представь себя под этим водопадом и почувствуй,
как этот прекрасный белый свет струится по твоей голове...

Ты чувствуешь, как расслабляется твой лоб, рот, шея.

Белый свет течет по твоим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными.

Белый свет стекает с твоей спины, и ты замечаешь, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по твоей груди, по животу. Ты чувствуешь, как они расслабляются, и ты сам собой, без всякого усилия, можешь глубже вдыхать и выдыхать.

Ты ощущаешь себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет по твоим рукам, по ладоням, по пальцам.

Ты замечаешь, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее.

Свет течет и по ногам, спускается к твоим ступням.

Ты чувствуешь, что и они расслабляются и становятся мягкими.

Этот удивительный водопад из белого света обтекает все твое тело.

Ты чувствуешь себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом ты все глубже расслабляешься и наполняешься свежими силами...

Теперь поблагодари этот водопад света за то, что он тебя так чудесно расслабил...

Немного потянись, выпрямись и открой глаза.

Упражнение «Воздушный шар»

Сядем удобно. Закрываем глаза. Наблюдаем за своим дыханием.

Дышим ровно и спокойно. Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Сейчас мы представляем себя на большом красивом лугу.

Светит солнышко...

Оно ласкает своими лучиками наше лицо, плечи, руки, ноги.
Под ногами мягкая прохладная трава. Жужжат пчелы, летают бабочки.
Вокруг красиво и спокойно.
Вдалеке мы видим большой воздушный шар.
Он на земле, его корзина привязана шнуром к дереву. Мы подходим к шару...
Складываем в корзину все наши печали, обиды,
Все плохое, что есть на душе.
Мы отвязываем шнур шара и наблюдаем, как
шар медленно начинает подниматься в небо.
Вот он все выше, выше... Он уменьшается в размерах...
Становится лишь точкой в небе... И вот он совсем исчез.
А вместе с шаром исчезли все наши тревоги, обиды и печали...
Теперь мы опять стоим на зеленом лугу. Нам спокойно и хорошо.
И с этим ощущением мы возвращаемся в эту комнату, в это кресло
И на счет три открываем глаза...
Раз, два, три.

Еще одна техника, которая очень эффективна в работе как с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации, так и с родителями.

Упражнение «Рюкзак»

Сядем удобно. Закрываем глаза. Наблюдаем за своим дыханием.
Дышим ровно и спокойно. Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.
Сейчас мы представляем себя на большом красивом лугу...
Светит солнышко...
Оно ласкает своими лучиками наше лицо, плечи, руки, ноги.
Под ногами мягкая прохладная трава. Жужжат пчелы, летают бабочки.
Вокруг красиво и спокойно.
Мы отправились в поход. У нас за плечами большой рюкзак.
Это не простой рюкзак. В нем нет привычных для похода вещей.
Давайте каждый мысленно положим в него те качества,
ситуации в нашей жизни, от которых мы хотим избавиться.
Рюкзак тяжелеет...
Мы идем по тропинке через луг и выходим к берегу ручья.
Мы садимся около него. Снимаем с плеч рюкзак...
И отпускаем его в воду. Пусть он плывет, а

Вместе с ним уплывают наши печали, разочарования...

Теперь мы возвращаемся на зеленый луг. Идти легко.

Нам спокойно и хорошо.

Сейчас мы ощущаем себя снова в этой комнате, в этом кресле

И на счет три открываем глаза...

Раз, два, три.

Упражнение «Заброшенный сад»

Сядем удобно. Закрываем глаза. Наблюдаем за своим дыханием.

Дышим ровно и спокойно. Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Представим себе, что мы гуляем по территории большого замка...

Оглядишься вокруг, присмотришься...

Вот мы видим высокую каменную стену, увитую плющом, в которой находится деревянная дверь. Откроем ее и войдем...

Мы оказались в старом заброшенном саду.

Когда-то это был прекрасный сад, но последнее время за ним никто не ухаживал...

Растения так разрослись, что не видно земли и тропинок...

Представим себе, что мы начинаем ухаживать за садом:

Пропалываем сорняки, подрезаем ветви деревьев, поливаем.

Теперь с удовлетворением и радостью посмотрим, как мы сделали сад прежним: красивым и чистым.

Сейчас мы ощущаем себя снова в этой комнате, в этом кресле

И на счет три открываем глаза...

Раз, два, три.

Упражнение «Маяк»

Сядем удобно. Закрываем глаза. Наблюдаем за своим дыханием.

Дышим ровно и спокойно. Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Представим себе маленький скалистый остров.

На вершине острова – высокий мощный маяк.

Вообрази себя этим маяком...

Твои стены такие толстые и прочные, что даже сильные ветра, постоянно дующие на острове, не могут покачать маяк.

Из окон ты день и ночь посылаешь свет.

Он скользит по океану, предупреждает мореплавателей.

Постарайся ощутить в себе этот свет, который никогда не гаснет...

И он очень нужен людям. Представь тех людей,
которым ты бы хотел послать свет.

Сейчас мы ощущаем себя снова в этой комнате, в этом кресле.

И на счет три открываем глаза...

Раз, два, три.

Очень важно, чтобы в тексте визуализации звучало МЫ. Специалист мысленно проходит представляемый путь вместе с ребенком, показывает ему свое принятие и выражает эмоциональную поддержку.

Текст визуализаций можно дополнять подходящей классической музыкой, звуками природы, хотя данные упражнения успешно проводятся и без музыкального сопровождения. Для некоторых детей музыкальное сопровождение кажется навязчивым, и они лучше расслабляются под текст, который произносит специалист. Необходимо помнить, что в упражнениях по визуализации происходит внушение ребенку позитивного настроения, равновесия. Поэтому важно, как специалист произносит текст (плавно, медленно, чтобы ребенок успел представить образы, спокойным негромким голосом) и какое содержание текста он предлагает ребенку.

В качестве хорошего завершающего и закрепляющего эффекта визуализации можно использовать рисунок. Ребенок изображает на листе то ощущение и впечатление, которое он получил от проделанного в воображении путешествия. «Давай теперь нарисуем, что тебе больше всего запомнилось и понравилось из нашего мысленного путешествия». Рисунок ребенка можно прикрепить на пробковую доску. Из занятия в занятие один рисунок на пробковой доске сменяет другой, и вместе с ребенком мы можем пронаблюдать и вспомнить эти картины, вернуться к ощущению расслабления, покоя, позитивного настроения.

Это второй метод работы с детьми, который позволяет реализовать формулу: ОТРЕАГИРОВАТЬ. СОЗИДАТЬ. ЖИТЬ.

Арт-терапия

Для ребенка очень важно подчеркнуть, что работа в арт-технике не предполагает наличия каких-либо художественных способностей или навыков. Делается акцент прежде всего на свободном самовыражении с помощью материалов и средств, имеющихся в его распоряжении. Арт-терапевт стремится не объяснять, но «прояснять» все, что клиент делает, время от времени задавая ему те или иные вопросы. Работа в целом имеет недирективный характер. Всякий раз мы настраиваемся на индивидуальный темп работы ребенка.

В контексте нашей формулы, приведенной в начале главы, можно разделить арт-техники по тем функциям, которые они выполняют.

1. Арт-техники, направленные на сбрасывание мышечного и эмоционального напряжения, на отреагирование негативных чувств: разрывание бумаги, рисунки мелками, углем и т.д.
 2. Арт-техники, направленные на «созидание», выработку стратегий совладания с трудной ситуацией: сочинение рисуночных историй, сказок с позитивным концом, коллажи.
1. Арт-техники, позволяющие отреагировать негативные эмоции.

Упражнение «Нарисуй злость»

Мы предлагаем ребенку лист бумаги, угольки и просим изобразить злость, а затем избавиться от нее, разорвав и выбросив кусочки в мусорную корзину.

Упражнение «Рисуем чувства»

Это упражнение особенно хорошо для детей, которые не умеют справляться со своими сильными эмоциями и, возможно, склонны к агрессии или деструктивному поведению. В упражнении у них появляется возможность разрядки.

«Нарисуй, как ты себя в данный момент ощущаешь. Подбери цвета, подходящие твоему чувству. Ты можешь рисовать линии, круги, узоры или картинку, все, что хочется. Потом скажи мне, какое чувство ты хочешь выразить своим рисунком. Я запишу это слово, и ты сможешь его потом переписать на свою картинку».

Очень эффективны следующие арт-техники, направленные на сбрасывание мышечного и эмоционального напряжения [8]:

- создайте изображение, используя малярные кисти, ролики, губки;
- используйте отпечатки краски на бумаге как основу для создания образа;
- пусть правая и левая руки выберут свои цвета. Закрыв глаза, создайте две каракули, а затем, открыв глаза, сформируйте образы на основе этих каракулей;
- создайте рисунок на влажной или мятой бумаге;
- «чернильные пятна и бабочки». Капните чернилами или жидкой краской на бумагу, сверните лист пополам и разверните. Преобразуйте пятна в образы;
- «отпечатки». Используйте предметы с рельефной поверхностью для изготовления отпечатков (камни, раковины, листья).

2. Арт-техники, направленные на «созидание», выработку копинг-стратегий.

Упражнение «Человек под дождем в сказочной стране»

Инструкция: «Нарисуй человека под дождем в сказочной стране». В рисунках на эту тему преобладает комфортное состояние. Сама тема «Дождь в сказочной стране» актуализирует у человека ресурсные переживания, стимулирует формирование чувства защищенности. В этом контексте информативность рисунка «Дождь в сказочной стране» как носителя ресурса противостояния неблагоприятным факторам довольно велика. Цель психологического анализа рисунков «дождливой» серии: понять характер поведения человека в неблагоприятных условиях и найти ресурсы противостояния неблагоприятным воздействиям.

Поиск ресурсов противостояния неблагоприятным воздействиям с помощью рисунка «Дождь в сказочной стране» происходит за счет эстетики рисунка. Рисунки преимущественно эстетичны, выполнены с любовью, аккуратно, старательно. Сюжет рисунка часто отражает благоприятную для автора ситуацию, в которой он чувствует себя комфортно и защищено; в которой он восстанавливает свои силы. Образы рисунка символизируют либо наиболее гармоничные способы защиты, либо представление о том, что несет комфорт и безопасность. При раскрашивании ребенком используются преимущественно предпочитаемые цвета. Даже капли дождя могут становиться разноцветными, приятными, безопасными. Собственно активность фигуры человека под дождем, появление позитивных символов и другие признаки уже свидетельствуют о наличии ресурса противостояния неблагоприятным воздействиям.

Если автор согласится сочинить историю или сказку, то у нас появится дополнительная информация о том, какие ресурсы можно задействовать для противостояния неблагоприятным воздействиям. Рисунок «Дождь в сказочной стране» является символическим выходом из стресса и отражает благоприятную, идеальную перспективу разрешения трудной ситуации на бессознательно-символическом уровне.

Поиск и предложение ресурсов возможно и в рисунке «**Человек под дождем**». Если в рисунке мы не наблюдаем у персонажа средств защиты, мы в качестве упражнения можем предложить ребенку придумать и дорисовать эти средства защиты.

Инструкция: «Давай придумаем, как защитить этого человека от дождя и нарисуем эту защиту».

Серийное рисование. Идея заключается в том, что ребенок создает серию рисунков один за другим. Это необходимо для проработки повторяющихся неприятных событий в жизни ребенка.

Возможно *совместное серийное рисование*. Взрослый начинает рисовать событие, а ребенок заканчивает. Это может быть создание и дорисовывание каракулей.

Следующее упражнение – это вариант серийного рисования, оно очень эффективно для проработки проблемы, конфликта.

Упражнение «История»

Это упражнение также направлено на актуализацию у ребенка внутренних ресурсов. Оно очень нравится детям разного возраста и показывает свою эффективность.

Ребенку предлагается лист А4, разбитый на шесть ячеек, цветные карандаши.

«Сейчас мы с тобой будем придумывать историю. Эту историю мы изобразим в виде рисунков. Итак, начинаем...

1. Придумай главного героя нашей истории. Им может быть кто или что угодно: человек, животное, предмет и др. Нарисуй его в первом квадрате.
2. Теперь давай подумаем: Какова цель этого героя, чего он хочет добиться? Нарисуй это во втором квадрате.
3. Теперь подумай, что может мешать герою достичь своей цели. Нарисуй это в третьем квадрате.
4. В четвертом квадрате нарисуй - что или кто может помочь герою достичь своей цели.
5. В пятом квадрате нарисуй, как именно помогают герою.
6. И, наконец, в последнем квадрате нарисуй, чем закончилась история».

1. Герой	2. Миссия, цель	3. Препятствия
3. Помощник	5. Помощь	6. Результат

Упражнение «Спираль»

Ребенку предлагается нарисовать спираль. В центре спирали мы рисуем маленького человечка – прообраз ребенка, оказавшегося в тисках сложной ситуации. Мы просим ребенка: «Помоги этому человечку выбраться из лабиринта. На каждом круге спирали (лабиринта) мы будем писать то, от чего избавляется человек, то, что ему больше не нужно. Наконец мы достигли выхода. Нарисуй человечка большим, счастливым. Он преодолел лабиринт и выбрался из трудной ситуации».

Ребенок, попавший в трудную ситуацию, слабо осознает происходящее и затрудняется в представлении будущего. Он растерян. Мы считаем необходимым включить в работу упражнения, направленные на определение ребенком своего места в настоящем и представлении своего будущего. Конечно же, эти упражнения формируют позитивный настрой у ребенка и обучают его планированию.

Для ребенка младшего и старшего школьного возраста можно предложить

Упражнение «Письмо себе в ...году»

«Давай поиграем в такую игру. Ты напишешь письмо...себе, чтобы прочитать его через год или два года. Напиши о том, какой ты сейчас, что тебе интересно, как ты живешь и пожелай себе что-нибудь в будущем. Теперь мы вместе с тобой кладем это письмо в конверт, закрываем его и убираем на хранение. Ровно в то время, которое мы с тобой загадали, ты его откроешь и проверишь, сбылось ли то, что ты себе пожелал».

Упражнение «Коллаж – Я»

Для этого упражнения потребуется лист А3, клей и журналы, ножницы, цветные фломастеры.

«Сейчас я предлагаю тебе сделать коллаж про себя. Ты можешь использовать любые вырезки из журналов, любое их расположение, можешь что-то дорисовать с помощью карандашей. Это должен получиться такой коллаж, взглянув на который я бы сразу поняла, что он про тебя».

Упражнение «Я – хороший»

В этом упражнении ребенку предлагается обвести карандашом свою ладошку и на каждом пальчике рисунка написать свои положительные качества.

«Обведи свою ладошку на листе карандашом, раскрась ее. Вверху листа мы напишем «Я-хороший», а каждый пальчик будет рассказывать нам о том, какой ты хороший. На каждом пальчике рисунка ладошки напиши, какой ты хороший, за что ты себя любишь».

Если ребенок затрудняется назвать эти качества, мы помогаем ему и сами называем их, стимулируя ребенка вспомнить примеры проявления этих качеств.

Упражнение «Точки опоры»

Это упражнение можно выполнить как в виде рисунка, так и с использованием техники коллажа. Упражнение несет в себе функцию осознания и поэтому может использоваться с детьми старше 10 лет.

«Я хочу предложить тебе вспомнить все и всех, кто помогал тебе в трудных ситуациях: то, на что ты мог опереться в этих ситуациях. Мы назовем это «Точки

опоры». Точками опоры могут быть близкие нам люди, наши друзья, увлечения, вещи и т.д. Кто и что это для тебя? Изобрази свои точки опоры в виде рисунка или коллажа».

Когда рисунок выполнен, необходимо подчеркнуть ребенку: «Ты видишь, у тебя есть точки опоры». Далее мы обсуждаем с ним, как конкретно каждая «точка опоры» помогала ребенку в трудной ситуации и как она может помочь ему сейчас. Мы показываем ребенку, что он не один, у него много помощников и советуем взять рисунок домой, чтобы он напоминал ему, сколько у него есть точек опоры...

Это третий метод работы с детьми, который позволяет реализовать формулу: ОТРЕАГИРОВАТЬ. СОЗИДАТЬ. ЖИТЬ.

Сказкотерапия

Еще один метод, помогающий ребенку прожить трудную ситуацию и сконструировать новую психологическую реальность - сказкотерапия. Метафора «запускает» процесс на бессознательно-символическом уровне. Задача психолога при работе с травмой прежде всего в том, чтобы повернуть человека лицом к его собственной силе. Важный элемент, этап сказкотерапии – интеграция символической информации в реальную жизненную практику клиента - процесс перевода метафорической информации в реальные модели поведения.

Для достижения расслабления и коррекции эмоциональных нарушений ребенка эффективны **медитативные сказки**. Медитативные сказки хорошо рассказывать в оборудованной комнате для релаксации, сенсорной комнате, где ребенок имеет возможность достичь расслабления, включая все органы чувств.

МАЛЕНЬКИЙ ЧЕЛОВЕЧЕК [3]

Медленно уходит свет. На темном небе зажигаются звезды. Их много-много. Но только одна так ярко и нежно светит для тебя. Ведь у каждого человечка есть своя звезда. Она есть и у тебя.

На ней живет маленький Человечек. Это твой Человечек. У него добрые глаза и нежные маленькие ручки. Белая борода, а на голове колпачок. Синий, розовый, желтый... Сколько звезд на небе, столько и цветов. На конце колпачка — маленький серебряный колокольчик. Кофточка подпоясана ремешком, а пряжка переливается лунным светом. А на ногах — башмачки с золотыми бантами.

Ты ложишься спать. Головка касается подушки, и твоя звезда протягивает к тебе свои лучики. Это звездная лесенка, по которой к тебе спешит твой Человечек.

Слышишь? Топ-топ-топ... Это маленький Человечек спешит к тебе по звездной лесенке. И башмачки его несут тебе сон, превращая твою подушку в белое мягкое облако. Оно нежно качает тебя на лучах твоей звезды.

Маленькие ручки Человечка нежно гладят твою головку, глазки, веки. Он любит тебя, всю ночь тихо шепчет тебе на ушко добрые сказки. Тихо-тихо. Только тебе. Ведь это — твой Человечек. Он рассказывает, как днем твоя звездочка купается в золотых лучах Солнца. Какие волшебные цветы растут в его звездном саду, сколько солнечных зайчиков пробегают по их лепесткам, какие сказочные песни поют его друзья — птицы. С какой любовью и заботой он смотрит за тобой весь день! И как терпеливо ждет наступления вечера, чтобы спуститься к тебе со звезды, услышать твое дыхание... И говорить, говорить с тобой...

А утром, когда звездочка спрячется в волшебных нитях солнца, только тихий звон серебряного колокольчика будет тебе говорить: «Я здесь, я жду тебя, я храню тебя, я люблю тебя».

«БАБОЧКА» [3]

В далекой волшебной стране, где много ярких благоуханных цветов, где светит солнце, дует легкий ветерок, и где всегда голубое небо, жила-была Бабочка. Яркая и красивая. Жители этой страны очень любили ее и всегда рады были ее видеть.

Но еще совсем недавно она была большой лохматой гусеницей и жила на огромном старом дереве. У гусеницы было много лапок, но уползти далеко она не могла. А ей так хотелось повидать весь мир! Узнать, как живут там, за горами, далеко от их волшебной страны.

И в волшебной стране, и в жизни многие гусеницы превращаются в куколок. Превратилась в куколку и наша гусеница. Лежа в коконе, она мечтала полететь и увидеть мир. И очень скоро мечты ее осуществились — она превратилась в прекрасную Бабочку.

Теперь она могла летать высоко-высоко и видеть гораздо больше прежнего.

Часто в небе она встречала радугу, и они подружились.

И вот однажды, попрощавшись с обитателями волшебной страны, Бабочка отправилась в путешествие...

Можно комбинировать медитативную сказку с **психокоррекционной сказкой**. Психокоррекционные сказки помогают ребенку, отождествляя себя с главным героем сказки, преодолеть трудности и найти выход из ситуации. Существуют тематические психокоррекционные сказки, каждая из которых направлена на решение конкретной

проблемы. Например, сказки, направленные на преодоление сиблингового соперничества, школьную адаптацию и т.д.

«СКАЗКА О МАЛЕНЬКОМ КИРИ» [3]

Сказка направлена на преодоление страхов, воспитание уверенности в себе.

Маленький Кири был самым слабым птенцом среди своих сестер и братьев. Родители всячески опекали его, не позволяли подходить близко к краю гнезда, боясь, что он упадет.

Так проходило детство Кири. Когда братья и сестры уже начали вылетать из гнезда, он с грустью смотрел на них и думал, что, наверное, ему не суждено летать. Он даже не пробовал воспользоваться своими крыльями и только неуклюже бродил по гнезду, когда все улетали.

Однажды ему стало совсем грустно, и он решил, невзирая на запреты родителей, забраться на край гнезда и хотя бы одним глазком посмотреть на мир.

Но Кири был совершенно неумелый, и первый же сильный порыв ветра столкнул его вниз. Он упал на мох и даже не успел испугаться, когда вдруг увидел, что к нему приближается большое страшное животное, с зубастой пастью, мощными лапами и хвостом. Хотя Кири никогда не видел собак, он понял, что надо спасаться. Собака кинулась за ним. Из последних сил, не разбирая дороги, Кири бежал на своих не приспособленных к бегу лапках, пока не уперся в чьи-то пахнущие кожей сапоги.

Это был Охотник. Он поднял Кири на руки и с удивлением стал его разглядывать, не понимая, почему такая взрослая и здоровая птица не улетела сразу от его пса. Кири притих в руках Охотника, и тот решил отнести его домой, на ферму, своим детям.

Пока было лето, дети играли с Кири, а потом они уехали в город учиться, и Кири переселили на скотный двор в открытый вольер, так как все знали, что он не умеет летать. Там он и сидел, всеми забытый, и с тоской смотрел на летающих птиц. Так бы и провел он всю свою жизнь, если бы однажды к нему не проник через дыру в сетке хозяйский Кот. Кири спасло только вмешательство Хозяйки, которая оттащила Кота от яростно отбивавшегося лапами и крыльями Кири.

Дыру в сетке заделали, но Кири понял, что теперь ему будет грозить опасность, и решил тренировать свои слабые крылья, чтобы суметь защититься ими от Кота. Он каждый день нагружал на них камни и пытался удержать их. Через некоторое время крылья его заметно окрепли. Но, несмотря на накопленные силы, у него даже не появлялось мысли, что он может полететь, как другие птицы.

И вот однажды Кот опять пробрался к нему в вольер. Была ночь, и нападение Кота застигло Кири врасплох. Спросонок он подпрыгнул и стал яростно махать крыльями, отбиваясь от Кота. Вдруг земля под ним сдвинулась, поверженный Кот остался внизу, а Кири понял, что полетел.

В восторге он метнулся вверх в небо, спланировал на потоках ветра пониже, сделал несколько прощальных кругов над фермой и полетел вдаль, к своим родным, туда, где был его настоящий дом.

«ПРО МАЛЕНЬКИЙ КОМОЧЕК» [3]

Сказка направлена на преодоление симбиоза со значимым близким.

Жил-был маленький пушистый комочек. Он был совсем маленький, теплый и очень хорошенький. Он жил в уютной, маленькой норке, где ему было удобно и спокойно. Он просыпался, ел, играл, кувыркался, снова засыпал и снова просыпался.

Иногда комочек просто лежал в своей норке и слушал звуки, доносившиеся снаружи. Эти звуки были ему знакомы и очень приятны. Они завораживали малыша и были родными.

Он слышал шум воды, течение и журчание ручейков, постукивание. А иногда издалека до него доносился еле слышный нежный голосок, похожий на звон серебряного колокольчика.

Но шло время, комочек подрастал, и ему уже становилось тесно в своей уютной норке, и он уже не мог так свободно кувыркаться, как раньше. Теперь кроме знакомых, родных звуков, в норку стали проникать и новые, незнакомые. Они были странными, удивительными и разнообразными. Некоторые звуки были особенно приятные. И комочек подолгу слушал их, затаив дыхание. Но были и не очень приятные, и тогда комочек ворочался, стараясь заткнуть ушки, или стучал в стенки своей норки, требуя прекратить эти звуки. Но стоило ему только постучать, как он слышал снова тот же нежный приятный голос. Теперь он звучал громче и отчетливее. И комочек сразу успокаивался.

Прошло еще какое-то время, комочек стал уже совсем большим и уже совсем не помещался в своей маленькой норке. Теперь каждый день он слышал множество разнообразных звуков, доносящихся снаружи. Ко многим он привык. И стало ему очень интересно, что же там, за стенками его норки? Ему очень хотелось посмотреть на того, кто обладал таким чудным серебряным голосом.

Но как только малыш подходил к дверке своей норки, ему становилось страшно, и он не решался выйти.

И в один прекрасный день к малышу пришла добрая Фея. Она взяла его за руку и сказала:

— Ты уже вырос. Хочешь выбраться из своей норки? Я могу проводить тебя. Ты чувствуешь, что путь предстоит нелегкий. Но я буду постоянно с тобой и помогу тебе. Мир, в который ты войдешь, будет не таким уютным и спокойным, как твоя норка. Он большой, наполненный разными звуками, красками, запахами, вкусами и ощущениями. А когда ты подрастешь, у тебя появятся друзья. Ты научишься всему, что захочешь и увидишь много удивительного! Ну, что ж, ты готов?

Сердце у комочка застучало, он крепко ухватил теплую руку Феи, открыл дверцу норки, и, вдохнув побольше воздуха, сделал шаг наружу...

Его принял огромный и прекрасный мир, и чудные трели серебряного колокольчика наполнили его радостью. Малыш чувствовал себя любимым и желанным...

«ВОЛШЕБНАЯ ГРУША» [3]

Сказка направлена на преодоление склонности ребенка брать чужие вещи, профилактику воровства.

В школе на завтрак давали вкусные, сочные красные груши. Все ребята-зверята груши съели, а Волчонок положил свою грушу в портфель: «Моя мама очень любит фрукты. Угощу свою мамочку», — подумал Волчонок.

Когда закончились уроки, ученики стали укладывать в портфель книжки и тетрадки. Волчонок, положив книжки, решил полюбоваться подарком для мамы. Но куда же делась груша? Он стал искать ее в портфеле, в парте, около парты... Нигде нет!

Со слезами на глазах Волчонок спрашивал у своих друзей: «Вы не видели мою грушу?»

- Нет! Нет! Не видели! — отвечали ученики. Волчонок заплакал.

Это заметил учитель Филин.

- Что случилось? — спросил он.

- Пропала груша, — ответили ребята.

- Я ее... хотел... маме... подарить... Она очень любит, — всхлипывал Волчонок.

Филин понял, в чем дело:

— Да, плохо, что кто-то грушу взял и съел. Но еще хуже, что груша была не простая, а волшебная. Да, да! Она ведь была приготовлена для мамы в подарок от чистого сердца. А тот, кто такую грушу съест, тот ослепнет, оглохнет или у него отвалится хвост или уши.

Звери с испугом смотрели то на Учителя, то друг на друга.

- Что? Что? — спросил Лисенок. — Говорите громче, я плохо слышу! У меня хвост еще не отвалился? Это я съел грушу.

Все ребята-зверята поняли, что это сделал Лисенок. Они были рады, что он сознался.

А Лисенок плакал. Ему было очень стыдно.

- Прости меня, Волчонок! Я очень люблю такие сладкие фрукты. Не удержался - сказал Лисенок.

Волчонок простил друга.

На следующий день в Лесной школе на завтрак давали оранжевые, вкусно пахнущие апельсины. Лисенок очень их любил. Он понюхал свой апельсин, потрогал упругую кожу и протянул Волчонку:

- Это для твоей мамы!

- А ты? — спросил Волчонок.

- Я потерплю - прошептал Лисенок.

Волчонок положил апельсин в портфель для мамы. А свой завтрак разделил поровну. Одну половину апельсина взял себе, а вторую отдал другу.

Эффективно использовать также **совместное рассказывание сказок**. Психокоррекционная сказка сочиняется совместно с ребенком. При внесении в благополучный контекст истории провокационного сюжета - символа травматической ситуации - происходит завязка новой коррекционной сказки, продолжение которой сочиняется совместно с ребенком. В процессе создания истории достигается символическое проживание и частичное освобождение от травматического опыта.

На практике хороший эффект дают также сказки, которые терапевт рассказывает для ребенка. Психолог, сказкотерапевт приписывает главному герою сказки основные черты ребенка, символически описывает проблемную ситуацию и совместно с ним разрешает ее (что бы ты посоветовал главному герою). Или рассказывает ребенку историю про мальчика/девочку (соответственно полу ребенка), которые оказались в похожей ситуации и нашли из нее выход.

2.2. Специфика работы с детьми в ряде трудных жизненных ситуаций

Ситуации насилия

Насилие, совершенное по отношению к ребенку, по своим последствиям относится к самым тяжелым психологическим травмам, может привести к посттравматическому стрессовому расстройству.

Насилие в семье — это единичное или повторяющееся действие одного из членов семьи по отношению к другим членам семьи с целью обретения или сохранения власти и контроля над ними, проявляющееся в виде подавления, обвинения, угроз, избиения и т.п.

Виды насилия:

1. Физическое насилие – это вид отношения к ребенку, когда он умышленно ставится в физически и психически уязвимое положение, когда ему умышленно причиняют телесное повреждение или не предотвращают возможности его причинения.

Испытывающий физическое насилие ребенок, наблюдая за поведением агрессивного родителя, вырабатывает агрессивную модель поведения. Если же он научился подавлять и отрицать свои чувства, это может привести к депрессии и спровоцировать саморазрушающее поведение. В семье, где присутствует насилие, вся семья, как правило, оказывается в психотравмирующей ситуации.

2. Психическое насилие. В случае психического насилия человек, осуществляющий насилие, может лишать свою жертву еды, сна, связывать, запирает в маленьком или темном помещении. В результате подобных действий человек теряет контроль над собственной жизнью, собственную волю и становится подвластным другому человеку.

Психологическое насилие, совершенное по отношению к ребенку - деяние, которое тормозит и вредит развитию его потенциальных способностей (частые конфликты в семье, неэффективные способы воспитания и др.).

3. Эмоциональное, словесное. Эмоциональное насилие – любое действие, которое вызывает состояние эмоционального напряжения, подвергая опасности развитие эмоциональной жизни. Это возникает при неадекватной эмоциональной реакции взрослого или другого ребенка, при непоследовательности отношений, эмоциональной депривации. Это такие действия, как отчуждение от нормального общения, «торговля запретами», оскорбление, терроризирование, запугивание

наказанием. Следствием эмоционального насилия являются психологические и физиологические реакции.

Эмоционально-словесное насилие может выражаться:

а) в унижении достоинства, например, в использовании слов, унижающих достоинство.

б) в игнорировании потребностей. Игнорирование потребностей человека — это одна из форм насилия, причем не менее значимая и более распространенная, чем другие. Эмоциональная привязанность, поддержка и эмоционально теплое общение между членами семьи очень важны для человека. В современных экономических условиях родители зачастую вынуждены много работать и соответственно устают, так что дома у них уже нет сил, чтобы поговорить друг с другом, и тем более с ребенком. Но ребенок не виноват в том, что родители устали. Ему необходимо, чтобы родители его выслушали, поиграли с ним, обняли, похвалили. Вместо этого он слышит «отстань», «не мешай» и т.д. — таким образом, родители игнорируют его потребности. Естественно, что аналогично игнорируются не только потребности детей, но и взрослых членов семьи, а это приводит к отчуждению членов семьи и к нарастанию напряжения в отношениях, что, в свою очередь, вызывает конфликты, ссоры, разводы. И если взрослый человек может найти эмоциональную поддержку вне семьи, то ребенку сделать это намного сложнее.

в) в изоляции от других членов семьи. Естественно, что эта форма насилия наиболее распространена в отношении детей, особенно имеющих разведенных родителей. Очень часто разведенные мамы не разрешают встречаться детям с отцами или внушают детям, что их отцы плохие и не надо с ними видеться. Но развод родителей и так слишком тяжелое событие для ребенка и ему продолжают быть нужными, как правило, оба родителя. Поэтому запрет или невозможность видеться с одним из родителей или бабушкой — это насилие по отношению к ребенку.

г) в угрозе применить насилие. Например, «перестань плакать — или будет хуже», «если получишь еще хоть одну двойку — я тебя выпорю», «скажешь еще хоть одно слово — ударю». Все эти высказывания направлены на то, чтобы человек боялся, ведь легче всего управлять другим человеком именно тогда, когда он боится. И легче всего чувствовать себя главным, когда тебя боятся. Домашнее насилие, как и любое другое насилие, основывается на страхе. Страх порождает молчание, а молчание порождает новый виток насилия и страха.

4. Школьное насилие – вид насилия, при котором имеет место применение силы между детьми или учителями по отношению к детям. Школьное насилие также можно подразделить на физическое и эмоциональное (насмешки, клички, необъективные оценки и замечания, высмеивание, унижение в присутствии других детей, отторжение, изоляция).

5. Сексуальное насилие, совершаемое по отношению к ребенку, по своим последствиям относится к самым тяжелым психологическим травмам.

Насилие - один из самых травматичных опытов, которые может пережить ребенок. Оно нарушает процесс социализации ребенка и оказывает влияние на динамику его психического развития.

Выраженность отдаленных последствий насилия в развитии ребенка зависит от сочетания ряда факторов [6]:

- Характеристика насилия:
 - от кого исходило насилие;
 - являлся ли ребенок прямым объектом насильственных действий или является свидетелем насилия в адрес значимых для него людей;
 - вид(ы) насилия, которым он подвергался;
 - длительность ситуации насилия;
 - частота насильственных действий и эпизодов;
 - степень тяжести насильственных действий;
 - особенности раскрытия факта насилия, в частности, факта сексуального злоупотребления.
- Личностные особенности ребенка:
 - возраст ребенка;
 - уровень интеллектуального развития;
 - уровень самооценки;
 - устойчивость ребенка по отношению к стрессу.
- Действия социально-правовой системы:
 - возможность защиты и доступность заботливого взрослого;
 - понимание специалистами характера насилия и его последствий для ребенка;
 - скоординированность и эффективность действий специалистов, призванных помочь ребенку и семье.

Опыт насилия, приобретаемый ребенком, имеет для него ближайшие и отдаленные последствия. Ближайшие последствия проявляют себя как симптомы ПТСР

(посттравматического стрессового расстройства) в виде острых реакций на травму, а отдаленные последствия насилия проявляют себя в форме стойких нарушений на физиологическом, эмоциональном, когнитивном, поведенческом и социальном уровне.

1. Физические последствия - изменения в физическом здоровье и развитии ребенка:

- задержка физического, речевого или моторного развития;
- физические ранения и травмы;
- нарушение действия и развития нервной и других жизненно важных систем организма;
- появление неврозоподобной симптоматики (расстройства сна, аппетита, различные тики и пр.);
- приобретение психосоматических заболеваний;
- приобретение физических травм и увечий.

2. Когнитивные последствия - изменения в познавательной сфере и в системе представлений о мире и о себе:

- трудности концентрации внимания;
- ухудшение памяти;
- снижение успеваемости;
- задержка интеллектуального развития;
- формирование искаженных (негативных или иррациональных) представлений о себе и об окружающем мире.

3. Эмоциональные последствия - это негативные изменения в эмоциональной сфере и в самовосприятии:

- притупленность эмоций или взрывные реакции;
- повышенная тревожность;
- страхи;
- приступы гнева и ярости;
- чувство вины, стыда, беспомощности;
- агрессия в адрес других и себя;
- неумение сопереживать;
- психическое застывание, нечувствительность, пассивность;
- неуверенность в своих силах;
- снижение самооценки.

4. Поведенческие последствия - устойчивые негативные изменения в поведении ребенка:

- снижение успеваемости и проблемы с учебой;
- самодеструктивное поведение;
- агрессия по отношению к людям и животным;
- сексуализированное поведение;
- «жертвенное» и зависимое поведение;
- занятие проституцией;
- правонарушения;
- низкий социальный статус;
- побеги из дома;
- уход в наркоманию и алкоголизм;
- суицидальные попытки.

5. Социальные последствия - изменения в способностях ребенка строить эффективные социальные отношения:

- тенденция к изоляции от социальных контактов из-за депрессии и травмированного образа себя;
- сложности в создании отношений из-за агрессивного поведения и импульсивности;
- сложности образовывать устойчивые отношения из-за недоверия и нарушенной самооценки.

Консультационная помощь детям, пострадавшим от различных видов семейного насилия, включает в себя работу с травматическим опытом ребенка, оценку семейных факторов риска, решение вопросов безопасности и конфиденциальности, координирование действий между различными специалистами и службами, призванными помочь ребенку и его семье.

При оказании помощи важно опираться на следующие принципы [13]:

1. Фокусировка на травме:

- Помощь ребенку должна фокусироваться на пережитой травме. Отложить проработку травмы на более отдаленный срок - это один из самых неэффективных вариантов реабилитации. Травма не пройдет сама по себе.

- Опыт каждого ребенка уникален, несмотря на травму, которую он пережил. Только сам ребенок может сказать или обнаружить, каково значение этого опыта для него самого.

2. Оценка уровня факторов риска:

- Необходимо определить уровень дисфункции семьи и доступность или недоступность для ребенка защиты со стороны ненасильственного взрослого.
- Характер помощи должен быть сфокусирован на снижении риска насилия со стороны членов семьи и на тех личностных особенностях ребенка, которые делают его особенно уязвимым.

3. Отношения ребенка с обидчиком:

- Ребенку необходимо знать, что все чувства, которые он испытывает по отношению к взрослому, проявлявшему насилие, приемлемы для специалиста.
- Если внимание ребенка фиксируется только на одном из чувств, важно постепенно направлять ребенка к другим возможным эмоциональным реакциям.

4. Границы конфиденциальности.

Конфиденциальность, являясь одним из важнейших принципов психологической помощи, способствует достижению доверия и служит защите интересов клиентов. Однако существуют случаи, когда право на конфиденциальность может быть нарушено в интересах безопасности клиента, особенно, если речь идет о ребенке, подвергающемся насилию в семье.

Ситуация насилия над ребенком должна быть как можно точнее идентифицирована в ходе беседы путем прояснения ситуации. Если становится очевидным, что ребенок находится в непосильной, реально угрожающей и неконтролируемой для него ситуации, то это обстоятельство следует считать допустимым пределом конфиденциальности, после чего необходимо предпринимать реальные действия по защите жизни и интересов ребенка, даже если ребенок этого не просит.

Согласно законодательству РФ, профессиональные лица не обязаны сообщать о случаях насилия над детьми. Однако в семейном кодексе (статья 56) сказано, что должностные лица организаций и иные граждане, которым станет известно об угрозе жизни или здоровью ребенка, о нарушении его прав и законных интересов, обязаны сообщить об этом в органы опеки и попечительства по месту фактического нахождения ребенка.

При получении таких сведений орган опеки и попечительства обязан принять необходимые меры по защите прав и интересов ребенка. Под конфиденциальностью, когда речь идет о фактах насилия, понимается защита ребенка от широкой огласки, от

того, чтобы случившееся не стало широко известно, например, в школе, среди учеников.

Основная цель помощи ребенку, пострадавшему от насилия в семье, заключается в уменьшении и преодолении последствий травматических переживаний. Известно, что сама травма никогда не является единственной составляющей ПТСР. Ее доля составляет примерно 50 %, остальные 50 % определяются жизнью ребенка после травмы и прежде всего эффективностью оказываемой ему помощи.

При организации первой встречи специалиста с пострадавшим ребенком необходимо следовать некоторым ключевым рекомендациям:

1. Установите контакт с ребенком.

На первом этапе консультирования пострадавших детей чрезвычайно важно для психолога установить контакт с ребенком, причем акцент необходимо сделать на искренне заботливом и поддерживающем отношении к нему. При взаимодействии с ребенком нужно помнить, что уровень его доверия к взрослым может быть очень низким, эмоциональное состояние - угнетенным, поведенческие реакции - носить защитный характер. Скорее всего, ребенок будет постоянно проверять адекватными и неадекватными способами, насколько специалист действительно о нем заботится [6].

Желательность или нежелательность присутствия родителей зависит от того, является ли этот родитель поддерживающим. В целом присутствие родителей нежелательно, так как они могут влиять на реакции ребенка.

Дети, пережившие насилие, имеют, как правило, достаточно низкую мотивацию на встречу и работу со специалистом, так как это влечет за собой возврат в травматическую ситуацию. Поэтому для установления контакта с ребенком и для возникновения у него ощущения доверия и безопасности важно грамотно построить начало разговора - познакомиться, немного рассказать о себе и о том, в чем заключается ваша работа как специалиста. Можно предложить ребенку свободно передвигаться по комнате, рассмотреть оборудование или игрушки. При установлении контакта рекомендуется задавать вопросы, большей частью открытые, на нейтральные темы, не связанные с травматической ситуацией:

- Как тебя зовут?
- Сколько тебе лет?
- Ходишь ли ты в школу или в детский сад?
- Что тебе там нравится или не нравится?
- Есть ли у тебя друзья?

- Чем ты любишь заниматься?
- Расскажи о своей семье.
- Что делает тебя счастливым? От чего ты грустишь?

Чем меньше возраст ребенка, тем менее эффективна вопросно-ответная форма беседы. Детям дошкольного и младшего школьного возраста для снижения напряжения можно предложить «нарисовать, что захочешь», задать вопросы по рисунку или по тесту М. Люшера [13].

2. Сфокусируйтесь на теме насилия.

Если достигнута безопасная атмосфера и ребенок знает, по какому поводу его привели, необходимо постепенно переходить к вопросам, связанным с перенесенным насилием: «Расскажи, пожалуйста, что с тобой произошло?». При планировании беседы важно учитывать степень готовности ребенка к такому разговору. Бывает, что во время первой беседы ребенок не чувствует себя готовым говорить о насилии, особенно это касается случаев сексуального злоупотребления, когда пострадавшему очень трудно раскрыть свой «секрет». Если специалисту известно о факте насилия, то во время второй или третьей встречи можно сказать ребенку, что бывают хорошие секреты (например, заранее приготовленный подарок) и секреты плохие (обида, о которой нужно рассказать тому взрослому, которому доверяешь, чтобы он смог тебе помочь) [6].

Когда ребенок или подросток сообщает о факте насилия, важно контролировать собственные эмоции. Рассказ ребенка о трагическом событии может вызвать гамму наших собственных чувств (от шока и отрицания до гнева и отвращения), это тяжелое испытание. Профессиональное владение ситуацией требует от специалиста внешнего спокойствия и готовности к продолжению диалога. Оставайтесь спокойными и открытыми разговору, не переносите свои эмоции на ребенка. Помните, что ребенок может быть привязан к обидчику и испытывает противоположные чувства. Ему важно ощущать, что все чувства, которые у него есть по отношению к обидчику, приемлемы для психолога.

Когда ребенок сообщает о факте насилия, особенно сексуального, неэффективно и даже вредно:

- спрашивать, не спровоцировал ли он чем-либо действия обидчика;
- задавать вопросы, усиливающие чувство вины;
- спрашивать, почему ребенок не оказал достаточного сопротивления или не звал на помощь;

- говорить о том, что бы вы сделали в подобной ситуации;
- давать советы и навязывать собственные решения;
- говорить «успокойся, не переживай...», то есть отрицать чувства ребенка;
- быть холодным и отстраненным, не проявлять эмпатии;
- говорить «я тебя понимаю...»;
- слишком глубоко эмоционально включаться в ситуацию, что затрудняет или делает невозможным оказание помощи.

Важно собрать ту информацию о насилии, которая имеет отношение к оценке психологического состояния ребенка и выработке стратегий помощи (вид насилия, его тяжесть и длительность, характер взаимоотношений ребенка и обидчика, чувства ребенка и пр.).

3. Учитывайте уровень личностного развития ребенка.

Говорите понятным для ребенка языком, отвечайте на его вопросы честно и просто. При построении консультативной работы с детьми младшего возраста:

- используйте короткие вопросы и предложения, не превышающие 5 слов;
- избегайте специальных терминов, вопросов с двойным отрицанием, абстрактных понятий;
- используйте те же слова для названия интимных частей тела, какие использовал и ребенок;
- старайтесь реже использовать местоимения (он, они), употребляйте имена собственные;
- перефразируйте вопрос, если ребенок его не понимает;
- после полученного ответа постарайтесь обобщить, что сказал ребенок, таким образом вы побуждаете его к лучшему пониманию себя и ситуации.

4. Используйте приемы активного слушания.

5. Осторожно применяйте физический контакт. Физический контакт с ребенком - дотрагивание до коленки, плеча, объятия, могут напоминать ему о перенесенной травме. Известно, что дружеское прикосновение может быть формой поддержки и заботы, но ребенок, в особенности перенесший сексуальную травму, неадекватно реагирует на физический контакт, цепенея и как бы прислушиваясь к собственным ощущениям. Может потребоваться значительный период времени, прежде чем ребенок вновь научится доверять своим телесным ощущениям.

6. Окажите ребенку поддержку.

Поддержите ребенка, сообщите ему, что требуется мужество и смелость, чтобы говорить о своих переживаниях, и вы цените то, что он вам доверился. Важно поддерживать представление ребенка о его личностной ценности, а также помочь преодолеть чувство изоляции и обособленности. Скажите ребенку, что он не один оказался в такой ситуации, что такое случается, к сожалению, и с другими детьми.

7. Оцените степень безопасности ребенка:

- убедитесь, что ребенок понимает, как опасно вмешиваться в насильственные отношения и драки взрослых;

- выясните, есть ли рядом с ребенком взрослые, которым он доверяет и которые не допустят повторения насильственных действий;

- есть ли безопасное место, куда может отправиться ребенок;

- есть ли у вас как у специалиста возможность контакта с ненасильственным взрослым, помогающим ребенку.

8. Объясните ребенку дальнейшее развитие событий. Консультируя ребенка, пострадавшего от насилия, важно не давать обещаний, в которых специалист не уверен: «Твоя мама обязательно поможет тебе», «Того, кто тебя обидел, обязательно накажут». Мы также не имеем права давать ребенку обещание полной конфиденциальности и считать его согласие или несогласие определяющим при планировании дальнейших действий. Ребенка нельзя заставлять брать на себя ответственность за возможность выхода из ситуации насилия.

Завершая беседу с ребенком, информируйте его о том, как могут развиваться дальнейшие события, например: «Я собираюсь поговорить с твоей мамой о том, что произошло, чтобы найти пути, как можно тебя защитить».

Для реабилитации детей, пострадавших от насилия, используются разнообразные методы и подходы. К числу наиболее действенных, относят: арт-терапию, песочную терапию, игротерапию и когнитивно-бихевиоральный подход. Первые три метода мы описали ранее, а сейчас рассмотрим технику когнитивно-бихевиорального подхода.

В основе когнитивно - бихевиорального подхода лежит представление о том, что мысли, эмоции и поведение человека тесно взаимосвязаны и взаимозависимы между собой и при специфическом воздействии на одну из этих сфер происходят изменения в других.

Основные задачи реабилитации детей - жертв насилия в рамках **когнитивно-бихевиорального подхода** могут быть сформулированы следующим образом [13]:

1. Помощь ребенку в преодолении эмоциональных, когнитивных и поведенческих последствий травмы.

2. Создание безопасной терапевтической среды, внутри которой возникают условия для постепенного открытия травмы.

3. Способствование тому, чтобы ребенок распознал и адаптивно выразил все чувства и переживания, связанные с травмой.

4. Выявление обстоятельств, сопутствующих травме, и ослабление их влияния и их связи с пережитой стрессовой ситуацией.

5. Исследование и модификация искаженных когнитивных представлений ребенка о насилии и оказание помощи в формировании адекватных представлений о себе, о ситуации и о других людях. При этом важно донести до ребенка, что вина и ответственность за совершившееся насилие лежит на взрослом.

6. Развитие поведенческих и социальных навыков ребенка, необходимых для взаимодействия с взрослыми и сверстниками (сохранение дистанции, обращение за помощью в сложных случаях и пр.).

7. Поддержание в ребенке уверенности в себе.

Таким образом, реабилитация детей в рамках когнитивно-бихевиорального подхода предполагает последовательную работу на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровнях.

Работа с эмоциональной сферой. Тренировка способов преодоления.

Травма, приобретенная ребенком в результате насилия, заставляет его испытывать сильнейшие эмоции, подчас запутанные и противоположные («путаница чувств»), которые он затрудняется назвать и выразить. В связи с этим работа с эмоциональной сферой ребенка, заключающаяся в развитии навыков распознавания и адаптивного выражения чувств, является важнейшим подготовительным этапом и имеет своей целью тренировку способов преодоления травмы.

А. Формирование словаря эмоций.

При формировании словаря эмоций и тренировке навыков эмоциональной экспрессии эффективно использовать пиктограммы, «таблицы чувств», фотографии из журналов, пустые овалы лиц с дальнейшей дорисовкой различных настроений и пр. Основа тренировки словаря эмоций - умение ребенка назвать чувства, которые другие люди и он могут испытывать в приятных и неприятных ситуациях.

В. Распознавание эмоций других людей.

Детям, пережившим насилие, легче сначала научиться говорить о чувствах других людей, а уже потом подойти к собственным. Обучение распознаванию чувств предполагает знакомство ребенка с основными невербальными сигналами - мимикой, выражением глаз, рисунком бровей, рта, оттенками интонации. Дети могут узнать, что первые шаги к пониманию того, как чувствует себя другой человек - это наблюдение за выражением его лица, визуальными сигналами и понимание интонации. Кроме того, важно научиться спрашивать другого, что он чувствует. Закреплению этого навыка помогают ролевые игры.

С. Распознавание собственных эмоций.

Очень важно научить ребенка определять свои собственные чувства и не стыдиться их. Дети, пережившие насилие, вырабатывают защитный механизм дистанцирования от собственных чувств. Важно объяснить ребенку, что нет хороших или плохих чувств, научить его связывать определенные чувства и определенные события: «Расскажи, пожалуйста, какой-нибудь случай, когда ты испытывал чувство радости (удивления, печали и пр.)».

При овладении навыком распознавания и вербализации собственных чувств важно, чтобы ребенок шел по направлению от легких и приятных чувств - к более сильным и тяжелым.

Д. Развитие эффективных способов выражения эмоций.

После того как ребенок научился понимать и называть собственные чувства, важно спросить, как он справляется с ними, как выражение этих эмоций проявляется в его поведении. Например, можно задать вопросы такого характера: «Что ты делаешь, когда грустишь?», «Когда последний раз ты испытывал злость? Что ты тогда делал?». Дети могут описывать разные способы, в том числе агрессию по отношению к другим людям и предметам. Важно продемонстрировать ребенку более конструктивные способы выражения гнева, например, в форме игры «Когда злишься, можно...». Желательно, чтобы среди большого числа способов дети освоили наиболее доступные для себя: нарисовать картину, сказать о своих чувствах, обсудить их с кем-то, кому доверяешь, и прочие.

После обсуждения собственной стратегии ребенка психолог или психотерапевт должен подчеркнуть, как важно уметь разделить свои чувства с кем-нибудь. Например, можно сказать ребенку: «Переживать тяжелую ситуацию наедине гораздо труднее, чем обсудить ее с кем-то».

Е. Обучение приемам релаксации.

Систематическое использование приемов релаксации обучает ребенка справляться с чувствами страха и тревоги при возвращении к травматической ситуации.

Работа с когнитивной сферой. Аффективная и когнитивная проработка травмы.

Консультанты когнитивно-бихевиорального подхода придерживаются мнения о когнитивной природе происхождения большинства эмоциональных расстройств. Опыт насилия, полученный ребенком, проявляется на когнитивном уровне через искаженное представление о себе и об окружающем мире, что порождает определенные эмоциональные и поведенческие реакции. Не имея возможности опереться на достаточный жизненный опыт, ребенок в своих мыслях о насилии отражает те неверные установки, которые внушил ему обидчик или которыми он сам попытался объяснить для себя факт насилия.

В связи с этим работа с когнитивной сферой ребенка предполагает, во-первых, постепенное открытие травмы и дальнейшую когнитивную и аффективную переработку эпизодов насилия, а во-вторых, коррекцию искаженных когнитивных представлений ребенка о насилии и помощь ему в формировании более адаптивных представлений о себе и о ситуации.

А. Подготовка к постепенному открытию.

Цель постепенного открытия - помочь ребенку преодолеть травму и быть способным возвращаться к ней без существенного дистресса. Между тем проработка травмы необходима для того, чтобы ребенок перестал тратить огромное количество внутренних ресурсов на подавление и избегание тяжелых воспоминаний и был способен преодолеть более отдаленные последствия насилия.

Подготовка к постепенному открытию включает в себя ряд этапов:

- информирование ребенка и родителя, если он выступает на стороне ребенка и участвует в процессе реабилитации, о необходимости работы с тяжелыми переживаниями как условия дальнейшего преодоления ситуации;
- сбор общей информации о насильственном опыте ребенка. Если ребенок демонстрирует сильную тревогу и избегание, можно начать с косвенных вопросов: «Как может проявляться насилие в отношении детей?»; «Кто может совершать насилие?»; «Почему дети не рассказывают о том, что с ними произошло?»; «Какие чувства может испытывать ребенок, с которым это произошло?» и т. д.;

- важно понять, что именно пугает ребенка, какие у него есть страхи, связанные с опытом насилия или с последствиями его выявления. Ребенок может бояться угроз, публичной огласки, осуждения. Знание психолога об этих тяжелых мыслях и чувствах ребенка помогает ему последовательно управлять процессом открытия и следовать от менее пугающих случаев к более сложным;

- необходимо выяснить, был ли у ребенка опыт ненасильственного общения с насильником, затем по возможности подойти к первому эпизоду насилия (если для ребенка приемлема такая последовательность), далее перейти к другим специфическим эпизодам насилия (которые ассоциируются с особыми ситуациями - день рождения, начало или конец учебного года и т. д.). Главный принцип, который здесь необходимо соблюдать - движение от наименее трудных эпизодов к наиболее тяжелым и болезненным;

- ключевой момент открытия заключается в актуализации воспоминаний, чувств и мыслей, связанных с эпизодами насилия, которые вызывают наибольшую тревогу, страх или смущение. Естественно, что дети стараются избегать разговора о волнующих эпизодах, но терапевту необходимо мягко и последовательно направлять внимание ребенка обратно к эпизодам, не задавая слишком много специфичных вопросов, а фокусируясь на эмоциях и ощущениях. Терапевту необходимо напоминать ребенку, что лучше выразить свои чувства, чем пытаться их подавить. Дети, которые пострадали от длительного насилия, имеют тенденцию смешивать эпизоды вместе, и им нужна помощь, чтобы сфокусироваться на специфических эпизодах, на первом, последнем или на тех, что связаны с особыми переживаниями.

В. Управление избегающим поведением ребенка.

Тревога и напряжение ребенка - определенное достижение на этом этапе помощи, и важно продолжать постепенное открытие.

Для того чтобы снизить сопротивление ребенка и грамотно управлять процессом открытия, специалист может предложить ребенку выбрать вид, время и длительность дискуссии. Если ребенку сложно продолжать разговор, можно предложить ему выбрать какое-либо творческое занятие - рисование, игру и др. Такой прием поможет почувствовать ребенку контроль над ситуацией и в то же время позволит продолжить целенаправленную работу.

Соблюдение принципа следования от наименее тревожащих эпизодов насилия к наиболее тревожащим также позволяет специалисту управлять избегающим поведением ребенка.

Кроме этого, важно напомнить ребенку об основных терапевтических установках: необходимо выражать свои чувства, даже если они очень болезненные; восстановление воспоминаний - тяжелая работа, но ты можешь это сделать; нормально злиться, плакать или чувствовать беспокойство, рассказывая о тяжелых событиях и др.

С. Формы постепенного открытия.

Проработка травматического опыта ребенка возможна как через прямое словесное выражение, так и через использование специализированных материалов или средств. Это может быть:

- Проигрывание опыта насилия с помощью игрового материала - кукол, игрушек и другой разнообразной атрибутики игротерапии или песочной терапии.

- Изображение опыта насилия в продуктах творчества детей - рисунках, стихах, рассказах. Дети постарше могут выражать свои мысли и чувства в форме писем, историй, стихов или песен. Со временем подросток может гордиться таким документированным опытом и делиться им с членами семьи или использовать его для помощи другим детям. Более взрослые дети могут использовать направленную визуализацию, чтобы сконцентрироваться и описать какой-либо из эпизодов насилия.

Д. Обсуждение чувств, связанных с насилием.

Начать говорить о чувствах, связанных с насилием - это сделать первый шаг на пути к исцелению. Особенно важно обсудить так называемую «путаницу чувств» - смешанные или смущающие ребенка чувства в том случае, если обидчик был близким для ребенка человеком, и он все еще продолжает его любить. Можно составить с ребенком список лиц, с которыми он мог бы обсуждать важные для него переживания, в том числе и связанные с насилием. Здесь возможна также и ролевая игра с использованием кукол на руках.

Е. Переформулирование когнитивных искажений.

Важно продемонстрировать ребенку взаимосвязь мыслей, чувств и поведения: как мысли могут влиять на то, как мы себя чувствуем, и как мысли и чувства вместе влияют на наше поведение.

Следует помочь ребенку распознать мысли, которые вызвали у него те или иные чувства, и обсудить их с ним. Необходимо подчеркнуть, что негативные мысли не являются обязательно правильными и постоянными. Когда ребенок поймет, что об одном и том же можно думать по-разному, важно продемонстрировать ему, как негативные или тяжелые мысли можно изменять на более позитивные и рациональные.

Важно, чтобы видоизменяемые утверждения были связаны с конкретными трудностями ребенка. Если это проблемы с самооценкой, ребенка можно поддержать, помогая ему формулировать новое отношение к себе: «Я особенный, потому что...» или «Я так же хорош, как и другие дети, потому, что я...». Если ребенок боязлив или трудно контактирует со сверстниками, предложите ему актуализировать ситуации, когда он проявлял смелость: «Иногда я могу быть очень смелым...». Полезно использовать ролевые игры, чтобы проигрывать позитивные утверждения о себе.

Процесс изменения мыслей и эмоций - это навык, которому не всегда удается обучиться сразу и который надо тренировать.

Преодоление поведенческих последствий перенесенного насилия и формирование адаптивных моделей поведения являются одной из важнейших задач помощи пострадавшим от насилия детям. Под поведенческими последствиями насилия понимается излишне неуверенное, агрессивное, сексуализированное и самодеструктивное поведение детей.

Важно научить детей распознавать опасные ситуации, отличать социально опасную ситуацию, от природной и техногенной. Подробного обсуждения требуют такие вопросы, как фактор неожиданности, фактор доверия, фактор послушания. Ребенок должен знать, к кому конкретно он сможет обратиться за помощью, и отработать этот навык. Полезно не только проиллюстрировать материал литературными или жизненными примерами, но и применить техники ролевой игры с последующей вербализацией игрового опыта.

1. Развитие базовых социально-поведенческих навыков.

Развитие базовых социальных компетенций детей предполагает повышение их самооценки и обучение их способам ненасильственного, партнерского поведения по отношению к сверстникам и взрослым. Реализация данной задачи возможна как в ходе индивидуальной работы с ребенком, так и в ходе групповых тренинговых занятий.

2. Обучение детей практическим способам обеспечения собственной безопасности.

3. Рекомендации родителям/воспитателям по развитию навыков позитивного подкрепления желаемого поведения у детей. Родителям, воспитателям или педагогам, которые находятся в данный момент рядом с ребенком, важно рекомендовать не оставлять его без внимания и активно поощрять социально приемлемое поведение детей.

Ситуация утраты

Реакция на утрату является непроизвольной и до некоторой степени психобиологической. Глубина и длительность переживания горя зависит от степени готовности к утрате, характера утраченных взаимоотношений, психологической силы скорбящего и его способности переживать печаль.

Способность справляться с жизненными переменами появляется при наших первых взаимодействиях с матерью или тем, кто ухаживает за нами. Если ранние взаимоотношения были, как правило, постоянными, доверительными и исполненными любви, то у нас есть источник, из которого мы можем черпать силы перед лицом перемен. На протяжении всей жизни наша способность расставаться с чем-то находится в прямой зависимости от нашей готовности сделать следующий шаг, от надежности и поддержки окружающих нас людей.

Джон Боулби, создатель теории привязанности, выделил три фазы процесса горевания, но позже и он, и Колин Паркес стали выделять уже четыре фазы. Боулби и Паркес описали первую фазу как «оцепенение». Эта фаза длится от нескольких часов до недели. За оцепенением следует фаза тоски по утраченному человеку и стремление вернуть потерю, которая может длиться несколько месяцев или лет. Третьей фазой является дезорганизация, за которой следует четвертая фаза, реорганизация.

Волкан В., Зинтл Э. описывают стадии горевания, которые близки нашему пониманию данной проблемы и имеют практический выход. Мы рассматриваем эти стадии с позиции трех уровней, которые кратко можно определить формулой: Понять. Принять. Отпустить.

«Понять» - когнитивный уровень: осмысление, перестройка картины мира.

«Принять» - эмоциональный уровень: отреагирование эмоций, примирение.

«Отпустить» - поведенческий уровень: научиться жить дальше.

Итак, горевание (переживание ситуации утраты) состоит из двух стадий.

Первая — кризис горя, начинающийся с момента утраты или обнаружения факта близкой утраты. На этой стадии тело и сознание отвергают факт потери. Чтобы избежать столкновения со смертью, люди мечутся между отрицанием, уговорами, тревогой и гневом. Кризисный период заканчивается тогда, когда человек принимает ужасную реальность. Многие полагают, что с принятием необратимого характера смерти близкого человека горевание заканчивается. На самом деле с этого момента начинается вторая стадия горевания. Только с принятием факта смерти может начаться сложный внутренний процесс преодоления, в результате которого утраченные

отношения постепенно становятся воспоминаниями, перестраиваются поведенческие стратегии человека.

Период неосложненного, что отнюдь не означает безболезненного, горевания обычно занимает от одного до двух лет. Лучше всего оправляются от утраты те семьи, которые отличаются достаточно здоровой структурой и устойчивым чувством семейной идентичности. Проще говоря, переживать горе помогают честные и уважительные отношения в семье, каждому члену семьи должно быть позволено изливать свои чувства и задавать вопросы.

До настоящего момента мы рассматривали переживание ситуации утраты для семьи. Когда же речь идет о ребенке, пережившем утрату члена семьи, дело принимает другой оборот. Ребенок не обладает хорошо структурированным опытом, картиной мира, упорядоченными когнициями. Его впечатления о произошедшем смутны, неясны, маскированы, например, снижением аппетита, повышенным эмоциональным фоном и т.д.

Пример.

На консультации мальчик 9 лет. У ребенка погибли родители. Он усыновлен дядей и тетей. В контакт вступает. Сознание несколько спутано. Рассеян, с трудом концентрируется на заданиях. Несобран. На уроках «витают в облаках», появились пробелы в знаниях. Все свободное время занимается написанием книг про мальчика-волшебника. Мальчик, прочитав Гарри Поттера, верит, что он тоже будущий волшебник и сумеет «приготовить зелье, которое спустит с неба родителей».

Чем больше у ребенка было совместных переживаний с утраченным человеком, тем больше скорбь ребенка похожа на скорбь взрослого. Однако чтобы понять, как будет реагировать на смерть конкретный ребенок, необходимо учесть множество обстоятельств: возраст ребенка и его врожденную жизнеспособность, надежность домашнего окружения, характер смерти, умение взрослых обеспечить замену и утешение, правильное сообщение ребенку о смерти.

До двух - трех лет дети, потерявшие важного для них человека, просто чувствуют, что им чего-то недостает [2]: это состояние сродни чувству голода. Горе взрослого предполагает освобождение от психического двойника умершего. Но у

ребенка в этом возрасте еще не сформировано постоянство объекта (способность создавать и поддерживать психического двойника другого человека), и потому горе ребенка не похоже на горе взрослого. Ребенок приобретает свой первоначальный жизненный опыт, взрослея в неполной семье с родителем, который подавлен горем. Он создаст фантазийный образ утраченного родителя и пытается сохранить его.

В возрасте двух или трех лет ребенок способен, вероятно, с помощью взрослого кое-что понять о смерти — просто потому, что он наверняка видел что-то мертвое: жука, цветок или домашнее животное. Один мальчик четырех лет абсолютно спокойно принял известие о том, что его отец ушел на небо. Три месяца спустя он был опечален, когда отец не пришел на праздник в его детском саду. Мальчик решил, будто нет никакой разницы между небесами и любым другим местом на земле. Неспособность детей понять смерть может выражаться в таких высказываниях: «Ты сказал мне, что мама не вернется, но я хочу позвонить ей по телефону».

Детям от пяти до десяти лет смерть видится обратимой и временной, что ведет к своего рода желаемой реальности, для которой характерна тайная вера ребенка в то, что важный для него человек не умер. Между пятью и девятью годами ребенок знает, что смерть есть, но не думает, что это может произойти с ним. После десяти лет у детей появляется более реалистичное представление о смерти и ее необратимости.

Реакция детей *предподросткового возраста* на утрату часто кажется странной, совсем не такой, какой можно ожидать от сраженного горем человека. Ребенок может более открыто проявлять печаль о смерти домашнего животного, чем о смерти члена семьи. С горем, вызванным смертью домашнего любимца, ребенок в силах совладать, поэтому ребенок выражает его. Столкновение со смертью значимого взрослого может оказаться для ребенка слишком пугающим, поэтому бессознательно ребенок отрицает ее и не проявляет признаков печали. В таком случае ребенок испытывает стресс утраты родителей, эмоционально значимых близких лиц, вызывающий страх потеряться, остаться одному с разрушением мира семейной надежности, определенности и устойчивости.

В ситуациях переживания ребенком утраты специалист может опираться на те приемы работы, которые были нами ранее описаны. В таких ситуациях эффективны техники арт-терапии, сказкотерапии, игротерапии и релаксации с направленной визуализацией.

Ситуации семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии

Таких ситуаций на консультациях специалистов больше всего. Действительно, в учреждение для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, очень часто обращаются за помощью семьи, воспитывающие ребенка с отклонениями в развитии.

Традиционно проблемы семьи, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии, рассматриваются исключительно через призму проблем самого ребенка. Семья не воспринимается как целостная социально-психологическая общность, испытывающая потребность в длительном, тщательно спланированном коррекционном воздействии. Открытыми остаются вопросы о создании в семье специальных условий развития и воспитания ребенка с отклонениями в развитии, а также о формировании адекватных и гармоничных взаимоотношений между ребенком и его родителями.

Одновременно полностью не учитываются проблемы:

- переживание психотравмирующей ситуации в связи с рождением в семье ребенка с аномалией развития;
- лечение, обучение и воспитание ребенка с психофизическими нарушениями;
- отсутствие эмпатии к больному ребенку со стороны значимых близких;
- «погружение» в социальный вакуум, вызванный проблемами аномального ребенка;
- снижение личностной самооценки родителей.

Родители таких детей испытывают огромные психологические трудности в связи с воздействием длительно травмирующей психику ситуации, явившейся результатом рождения в семье ребенка с нарушениями развития. Переживания родителей, связанные с дефектом ребенка (интеллектуальным, физическим, двигательным, речевым и др.), вызывают у них действия защитных механизмов, которые в зависимости от конституционально заданных свойств оказывают влияние на их личностные особенности.

Многие родители в сложившейся ситуации оказываются неспособными самостоятельно справиться с проблемами. Некоторые из них снижают свой профессиональный статус и вообще отказываются от социальной деятельности. В настоящее время возросла потребность не только в констатации, но и в разработке и реализации программ комплексной реабилитационной помощи как аномальному ребенку, так и членам его семьи.

Семья, имеющая ребенка с нарушениями развития, переживает две основные фазы кризиса: фаза непринятия факта нарушения развития и фаза приспособления, принятия.

В таких семьях возникают различного рода нарушения социально-психологической адаптации. Искажение поведения родителей распространяется на большинство внутри - и внесемейных контактов. Наиболее тяжелым является искажение представлений о больном ребенке и возможностях его лечения и воспитания.

Социализация ребенка с проблемами в развитии не может быть достигнута без приобщения к этому процессу его родителей. Процесс социализации ребенка с отклонениями в развитии имеет ряд этапов. Первой ступенью является его адаптация в семье. Второй ступенью – адаптация в специальном образовательном учреждении. И последней, самой главной ступенью – адаптация в обществе, включая и адаптацию семьи в целом.

Показано, что ведущим стилем семейного воспитания детей с отклонениями в развитии, является потворствующая гиперпротекция. Это проявляется в преобладании повышенной заботы о здоровье ребенка, удовлетворении всех его потребностей без предъявления адекватных требований. Такой стиль воспитания способствует развитию эгоцентризма, повышенной зависимости, снижает волевою и социальную активность ребенка, затрудняет формирование предпосылок к созданию комплексной системы социально-психологической адаптации семей, имеющих ребенка с отклонениями в развитии. Проблема консультирования, а также создания комплексной информационно-прогностической системы многоаспектной оценки функциональных особенностей и потребностей семьи, один из членов которой — инвалид, рассматривается М.М.Семаго (1992а, б). В таких семьях возникают различного рода нарушения социально-психологической адаптации.

Степень дезадаптации семьи рассматривается автором как переменная, зависящая не только от «генетического груза», понимаемого как интегральная оценка медико-социальных последствий данного заболевания и времени, в течение которого эти последствия развиваются, но и от ценностных ориентации родителей, от их отношения к настоящему заболеванию и субъективно оцениваемым последствиям.

Работа с детьми с отклонениями в развитии заключается в большей степени в дефектологической помощи по коррекции нарушений познавательной деятельности и учебных навыков ребенка.

2.3. Работа с родителями, оказавшимися в трудной жизненной ситуации

Консультирование родителей

Большим пластом работы консультанта в консультационной службе помощи семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, является грамотное консультирование родителей по той проблеме, с которой они обратились. Родители являются важными субъектами консультирования. Выход из трудной ситуации зависит именно от них.

Для этого родители должны прежде всего найти ресурсы в самих себе: раскрыть важные личностные особенности, обрести уверенность в себе, успокоиться и т.д. Родители находят необходимые ресурсы вовне и внутри себя с помощью консультанта. Внешними ресурсами могут выступить книги, видеоматериалы, общение со специалистом, новые взаимоотношения с супругом/супругой и др. членами семьи, участие в тренинговых группах для родителей. Все это помогает родителям открыть внутренние резервы и стратегии совладания с той ситуацией, в которой они оказались, и помочь ребенку справиться с ее последствиями. Причем это касается абсолютно всех ситуаций, хотя большая часть из них, казалось бы, затрагивает только ребенка. Если ситуация коснулась ребенка, значит она коснулась и родителей.

Очень часто, к сожалению, мы встречаемся с родителями, которые, сознательно или нет, выключаются из процесса реабилитации. Им кажется, что достаточно привести ребенка к специалисту и начать с ним психокоррекцию или психотерапию. Для понимания родителями всей многогранности проблемы, с которой они обращаются, необходимости участия в терапии всей семьи и требуется наше правильное информирование их о проблеме, разъяснение, эмоциональная поддержка, а при необходимости - семейная психотерапия. Действительно, в ряде случаев роль консультанта состоит в убеждении родителей в необходимости семейной психотерапии.

Для специалистов очевидным является тот факт, что если после большой проделанной работы ребенок возвращается в те же условия, систему воспитания и взаимодействия в семье, то он утрачивает приобретенные на занятиях навыки. Если же

мы хотим, чтобы психокоррекционные и психотерапевтические мероприятия были эффективны, мы должны постараться подключить родителей.

Таким образом, **деятельность консультационной службы** должна включать помощь родителю в преодолении трудных жизненных ситуаций.

Консультационная помощь родителю в зависимости от запроса может оказываться специалистами разного профиля: врачами, психологами, дефектологами, психотерапевтами. Однако зачастую запрос родителя формулируется таким образом, что на первый план для него выступают совсем не те проблемы.

Пример.

На консультации у психолога мальчик 7 лет, ученик первого класса. Запрос матерью формулируется как непослушание ребенка.

При диагностике налицо обнаруживаются проблемы адаптации ребенка к школе.

Проблема отставания ребенка в интеллектуальном развитии также очень часто вуалируется, например задержкой речи. В данном случае работать нужно не над развитием речи ребенка, а над развитием его интеллекта. В соответствии с этим специалист, помощь которого требуется ребенку в первую очередь – дефектолог, а не логопед.

Таким образом, консультационная **помощь родителю может заключаться в виде:**

- Разъяснения причин ситуации и определения маршрута сопровождения ребенка специалистами. В консультационной службе существует преемственность между специалистами. Каждый специалист-консультант, если родители обратились к нему за помощью, может определить проблему и то, в чьей компетенции находятся пути ее решения. Часто встречаются ситуации, когда ребенка сопровождают несколько специалистов. Например, с проблемой заикания ребенка работают: невролог, психолог и логопед и т.д.

Пример.

Родители обратились к неврологу с проблемой энуреза у ребенка. Невролог, обследовав ребенка, обнаружил и отставание его в интеллектуальном развитии.

В таком случае над разрешением проблемы работают два специалиста: невролог – медицинская помощь и дефектолог – педагогическая помощь. Комплексность и преемственность в работе с семьями в трудной жизненной ситуации позволяет увеличить эффективность работы и ее субъективную значимость для родителя.

- Консультационная помощь родителю несет в себе информационный характер: знакомит его с вопросами соблюдения прав ребенка; в зависимости от проблемы, консультант освещает родителю вопросы возрастных особенностей ребенка, понятие нормы развития.

Консультирование родителей – это не одна и не две встречи, а несколько консультаций. В процессе консультирования хорошо предложить родителю литературу, которую он может прочитать дома. Это могут быть книги, содержащие советы по воспитанию или книги по той проблеме, с которой непосредственно обратились родители и книги на самопознание.

Практика показывает, что эффективно использовать памятки для родителей, которые в домашних условиях будут напоминать ему об основных акцентах взаимодействия с ребенком, освещенных в ходе консультирования. Памятки для родителей, разработанные специалистами ГОУ ЯО «Центра помощи детям», будут предложены ниже.

А для начала обозначим важные **акценты консультирования** (Дрейкурс) [4].

1. Имейте готовый план действий для каждой консультативной встречи.

Консультанту необходимо знать, чего он хочет достичь в рамках консультации, какая информация ему для этого нужна, почему она нужна и как он планирует ее получить от клиента. Во время сессии консультант может, конечно, отклоняться от плана, но начинать он должен с конкретным планом.

2. Каждый вопрос должен задаваться с какой-то целью.

3. Используйте открытые вопросы.

При помощи вопросов консультант уже в течение одного интервью получает информацию, необходимую для понимания причин возникшей проблемы. Поэтому важно, чтобы консультант ставил вопросы в такой форме, чтобы это способствовало получению дополнительной информации. Любой вопрос, на который можно ответить «да» или «нет», является закрытым вопросом

4. Проводите различие между логическим и психологическим объяснениями.

Клиент может дать прекрасное логическое объяснение проблемы.

Например:

«Я был такой уставший и поэтому не мог себя контролировать».

«Ребенку так надоели уроки этого учителя, и он не смог их выполнить».

«Его отец так строг с ним».

«С самого рождения он был нервным ребенком».

Хотя эти объяснения выглядят логичными и могут быть приняты многими консультантами, на самом деле они не помогают понять психологическую причину проблемы.

5. « Искать «золотые жилы».

Золотые жилы - это слова или фразы, имеющие широкий смысл, в которых проявляются глубинные установки или сильные чувства, оказывающие влияние на поведение клиента. Тональность речи клиента также может служить указателем значимости его высказываний.

6. Исследуйте структуру семьи.

7. Используйте прием «Типичный день».

Во время первого интервью попросите клиента описать его типичный день. Это поможет сфокусировать беседу и быстрее раскрыть конкретные истоки проблемы.

8. Избегайте борьбы за влияние с клиентом.

Зачастую в борьбу за влияние с клиентом оказываются втянутыми те консультанты, у которых есть стремление оказаться во всем правыми. Консультант должен легко признаваться клиенту, что он бессилён заставить клиента что-либо сделать и что он хочет принять решение, которое примет сам клиент. Если же клиент на протяжении некоторого периода времени активно сопротивляется всем попыткам помочь ему, то консультанту следует без обиняков и колебаний объяснить клиенту, что, возможно, он не подходит ему как консультант и ему будет более полезен кто-то другой.

9. При необходимости прервите клиента.

Желательно прерывать клиента, который пускается в болтовню, не относящуюся к затронутому вопросу. Мы не согласны с теми, кто полагает, что будет неуважительно или даже вредно прерывать клиента. Неуважительность будет зависеть от способа, которым консультант прервет клиента, а не от самого прерывания как такового. Если же консультант обязан понять проблему после первого же интервью, то прерывание клиента может оказаться абсолютно необходимым. Однако важно, чтобы консультант прервал клиента тактично и в нужный момент.

10. Указывайте на суть.

Помогайте клиенту понять способ организации его собственного поведения, указывая на самые принципиальные моменты его проблемной ситуации. Эта одна из основных целей консультирования.

11. Давайте конкретные рекомендации.

Будьте конкретны, давая советы и рекомендации. Разъясняйте их до мельчайших деталей, требуя от родителей повторения ваших рекомендаций, чтобы проверить точность их восприятия и понимания.

12. За один раз давайте ограниченное число рекомендаций.

Прорабатывайте один или два вопроса, которые причиняют на данный момент времени наибольшее беспокойство. Консультанту следует заботиться о том, чтобы родители были уверены, что они смогут успешно применить данные им рекомендации. Успех, достигнутый в работе с одной или двумя проблемами, придаст родителям уверенности, и они будут готовы к дополнительным изменениям в будущем. Если за один раз будет дано слишком много рекомендаций, то родители могут не справиться, не выполнить их все и утратить уверенность в своих силах.

13. Предложите использовать семейный совет.

Познакомьте семью с важностью такого коллективного органа, как семейный совет, и научите, как можно использовать его для более эффективного решения проблем. Для внесения такого предложения крайне важен выбор момента. Обычно лучше подождать, пока не будет достигнут некоторый прогресс, а уровень враждебности членов семьи не понизится. В противном случае, семейный совет может послужить еще одной ареной для продолжения борьбы за власть.

14. Предложите семье присоединиться к группе обучения родителей.

Объясните, что там они смогут получить много полезной информации от других родителей, имеющих сходные проблемы.

Это еще одна сторона деятельности консультационной службы – поддерживающие группы для родителей. Встречи на группе могут быть посвящены какой-то теме или быть направлены на релаксацию, самопознание родителей, обретение уверенности в себе.

Многие консультанты предлагают также родителям различные материалы для чтения и обучения.

15. Укрепляйте семью в ее уверенности в себе.

Каждый сеанс консультирования должен включать ряд установок, направленных на поддержку уверенности семьи в своих силах. Кроме того, консультанту следует научить членов семьи тому, как надо взаимно приободрять и поддерживать друг друга.

16. Планируйте следующую консультацию.

Лучше всего это делать в конце сеанса. Подготовьте краткий план. Спросите клиентов, каковы их предложения.

И еще несколько важных моментов в консультировании.

- Говорите не о действиях клиента, а о его чувствах.
- Не пытайтесь решить проблему за клиента и избавить его от боли.
- Если проблема или боль обозначены, то они уже отделены от человека. Ему (ей) уже легче с ними справиться.

- Старайтесь не оценивать действия клиента. Очень часто консультантам кажется, что они хорошо понимают, что происходит с клиентами. Для нас все становится ясно, и хочется донести это наше видение до клиента. Причем делаем мы это, обычно, в такой форме: «Ну, это невозможно». Или «Как хорошо, что Вы это сделали!» То есть мы оцениваем действия или чувства клиента. Что происходит в этом случае? Консультант тем самым ставит «штамп» на чувствах или действиях клиентов. В результате он может ограничить возможности клиента к изменению («штамп»-то уже поставлен!). Кроме того, оценив, консультант берет ответственность за названное чувство или действие клиента на себя, выступает в роли вершителя его судьбы — тогда как для нас важно создать условия, при которых человек сам берет на себя ответственность за свою жизнь, чувства и поступки.

- Говорите о том, что происходит сейчас. Здесь и теперь.

Даже обсуждая с клиентом события его прошлой жизни, обязательно связывайте их с тем, что чувствует клиент сейчас. Говорите только о том, что происходит здесь и теперь или о том, что произошло в ближайшие 2-3 недели. В противном случае ваш разговор может быть уходом от реальной проблемы или переживания.

- Определите, какие действия могут улучшить положение, если не полностью исправить его.

- Спросите, что помогало раньше в аналогичной ситуации.

- Определите неверный паттерн поведения и возможность смены его на работающий.

- Выработайте последовательность действий.

- Переформулируйте проблему таким образом, чтобы она была реалистичной и предложите пути решения. Проблему необходимо переформулировать когда: клиент может не учитывать всех ее аспектов; проблема слишком велика и ее необходимо разделить на более мелкие; к актуальным проблемам примешиваются прошлые.

- Определите, какие способы решения проблемы уже были использованы.

- Спросите, какие способы работали, были эффективны ранее.

В практике работы с родителями можно использовать методику свободного описания ими своей проблемы «История жизни с проблемным ребенком» [18]. Это письменная форма изложения проблемы семьи в интерпретации кого-либо из родителей больного ребенка, чаще матери. **Методика «История жизни с проблемным ребенком»** — вспомогательный диагностический инструментарий, с помощью которого удастся уточнить основную проблему, волнующую конкретного родителя и характер его субъективных переживаний по этому поводу.

На наш взгляд, методика также позволяет самому родителю точнее определить свои чувства, ощущения и несет функцию принятия и понимания своих чувств.

Если родители принимают ребенка, то его дефект заставляет их приспособляться к нему, помогая адаптироваться к окружающей жизни.

Отношения, которые устанавливает родитель с больным ребенком, осуществляются чаще всего в виде воспитательного процесса. Поэтому выбор родителем модели воспитания определяет форму его контакта с ребенком. Там, где возникает страх или неприятие недуга ребенка, вырастает отчуждение. В итоге все модели родительского воспитания могут быть условно разделены на две группы: помощь ребенку (контакт, сотрудничество) или отказ от взаимодействия с ним (отвержение).

В связи с этим особое фрустрирующее влияние на родителей оказывают различные формы нарушения коммуникативных характеристик и поведения их детей, проявляющиеся в бессмысленном упрямстве, немотивированной грубости, злобности и агрессивности, в наличии постоянного желания быть в центре внимания, ярко выраженном эгоизме.

В результате рождения ребенка с отклонениями в развитии отношения внутри семьи, а также контакты с социумом искажаются. Семья в силу возникающих многочисленных трудностей становится малообщительной и избирательной в контактах. Она сужает круг своих знакомых и даже родственников по причине характерных особенностей состояния и развития больного ребенка

В.В. Ткачева в своей программе занятий с матерями детей с отклонениями в развитии приводит очень важный **монолог для женщин** [19], который оказывает матерям большую поддержку.

Вопрос первый: Может ли быть счастлива женщина, которая произвела на свет неполноценного ребенка, то есть та, у которой родился ребенок - инвалид?

- Какая я несчастная, — думала хотя бы один раз в жизни каждая из таких женщин.

- Почему это случилось со мной? За что страдаю я и страдает мой ребенок? Эти « почему?» и « за что?» Сколько их! Очень трудные вопросы. На них никто не ответит. На них нет ответа...

Итак, ответа нет. Но что же дальше? Как же жить с этой червоточиной в душе, в сердце, в сознании?

- Как дальше строить свою жизнь? На чем?

История человечества показывает, что в мире нет ничего более прекрасного и более человеческого, чем материнская, родительская любовь. И боль, и страдание меньше любви. Они часть ее, так как, страдая и болея за свое чадо, каждая мать познает в этом процессе себя: насколько она любит его, и насколько любима им.

Значит, скажете Вы, счастье в любви. Но... И тут возникает следующий вопрос.

Вопрос второй: но как любить его ...такого? Как увидит теплоту моих глаз и услышит нежность моего голоса он, лишенный радости?

Вопрос третий: как могла я, молодая (а может быть, и не очень молодая), но сильная, здоровая и красивая, полная сил и энергии родить **ТАКОГО?**

- Как? Как Я могла?

На этот вопрос также нет ответа.

Подобные мысли глубоко ранят сердце каждой матери больного ребенка.

- Что спасает от таких мыслей?

На этот вопрос также трудно дать ответ.

- Кто и что может снять страдание?

- Кто может из больного, изувеченного сделать здорового?

Но ведь нужно как-то жить, жить с ним, с этим ребенком, которого родила.

- Так неужели все время страдать?

Страдать из-за него? Или все-таки ИЗ-ЗА СЕБЯ? Из-за своего собственного неприятия его такого, как он есть?

Неужели ОН не приносит радости?

Или МНЕ нужна только та радость, которая принимается и разрешается всеми?

Конечно, если так думать, то на вопрос о том, может ли приносить радость матери неполноценный ребенок, нужно дать только отрицательный ответ.

Но вся удивительность нашего мира в том и заключается, что и ТАКОЙ ребенок может приносить радость.

Да, да, именно такой и может.

Эта радость заключается в том, что он просто есть, в том, что он существует.

Каждая из таких матерей может сказать себе: «Он мой ребенок. У меня нет другого такого. И никакой другой ребенок не может занять его место».

Наверное, радость испытывается тогда, когда чувствуют материнство.

Наверное, это труднее, чем в обычной ситуации, но все равно это радость.

Радость первого взгляда, первого звука и первого движения. Жизнь с таким ребенком не такая, как с другими. Но это не только может быть радостью. Это больше. Это может быть счастьем!

Он любим. Иногда это чувство может быть более ощутимым или проявляться в меньшей степени. В минуты особой боли и отчаяния могут приходить мысли о том, что все возникающие проблемы только в нем. Но потом приходит прозрение, и иногда это случается почти мгновенно:

БЕЗ НЕГО НЕ БЫЛО БЫ И МЕНЯ. ВЕДЬ, ОН — МОЙ РЕБЕНОК И ВСЕГДА БУДЕТ ОСТАВАТЬСЯ МОИМ, даже если ему будет за двадцать.

ОН НАУЧИЛ МЕНЯ ОСОБОЙ ЛЮБВИ, ЛЮБВИ САМООТВЕРЖЕННОЙ, СКВОЗЬ СЛЕЗЫ И НЕПРЕОДОЛИМЫЕ ПРЕГРАДЫ. ОН НАУЧИЛ РАДОВАТЬСЯ ЕГО МАЛЕНЬКИМ УСПЕХАМ И МОИМ ГЛУБОКИМ ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЯМ. ОН СДЕЛАЛ МЕНЯ ДРУГОЙ.

Какой? — спросите Вы.

Наверное, любящей, дарующей свое тепло, СЧАСТЛИВОЙ.

Нет, не страдания принес он в мою душу. Он принес ЛЮБОВЬ! ЛЮБОВЬ! ЛЮБОВЬ!

Хорошо использовать в работе с матерями техники релаксации с направленной визуализацией. Вот одна из них.

«Море»

Вздохнули глубоко... Налетела буря. Шквал ветра разрывает Ваш маленький парус. Сильнейший шторм низвергает Вас в пучину моря. Волны бушуют. Они рвут на части Ваш маленький плот. Нет сил держаться. Вот новая волна вновь поднимает Вас, подбрасывает вверх как игрушку... и затем бросает вниз... в самую бездну. Вам кажется, что приходит конец. Но вдруг Вы вспоминаете о белом парусе. Ваш белый парус! Он, как лучик солнца, вселяет в Вас надежду. В Вас просыпаются новые силы, и Вы боретесь со стихией, с этим чудовищным морем и ...побеждаете.

Море покоряется Вам. Оно становится ласковым и нежным. Темные, хмурые волны превращаются в томные, полные неги и ласки прозрачно-голубые. Вам становится легко. **ВЫ ПОЛНЫ СИЛ И НАДЕЖД. ВЫ МОЛОДЫ И ЭНЕРГИЧНЫ. ВЫ УВЕРЕНЫ В СЕБЕ.** Над Вами высокое голубое небо, яркое солнце и Ваш белый парус. Ваш корабль смело летит над волнами. **ВЫ НЕПОБЕДИМЫ!**

Вздохнули глубоко... Открывайте глаза.

Зарядка позитивного мышления «ИМЕННО СЕГОДНЯ» [19].

Каждое утро проговаривайте этот текст. Стимулируйте себя к действию. Не забывайте говорить себе ободряющие слова. Думайте о мужестве и счастье, о силе и покое.

1. Именно сегодня у меня будет спокойный день, и я буду счастлива. Счастье — внутренне состояние каждого человека. Счастье не зависит от внешних обстоятельств. Мое счастье заключено внутри меня. Каждый человек счастлив настолько, насколько он хочет быть счастливым.

2. Именно сегодня я включусь в ту жизнь, которая окружает меня и не буду пытаться приспособить ее к своим желаниям. Я приму моего ребенка, мою семью, мою работу и обстоятельства моей жизни такими, какие они есть и постараюсь полностью им соответствовать.

3. Именно сегодня я позабочусь о своем здоровье. Я сделаю зарядку, буду ухаживать за своим телом, избегать вредных для здоровья привычек и мыслей.

4. Именно сегодня я уделю внимание своему общему развитию. Я займусь полезным делом. Я не буду лениться и заставлю работать свой ум.

5. Именно сегодня я продолжу свое нравственное самоусовершенствование. Я буду полезной и нужной своему ребенку, семье, себе самой.

6. Именно сегодня я буду доброжелательна ко всем. Я буду выглядеть как можно лучше, буду любезной и щедрой на похвалы. Я не буду придираться к людям и пытаться их исправить.

7. Именно сегодня я буду жить проблемами только нынешнего дня. Я не буду стремиться решить сразу проблему здоровья моего ребенка.

8. Именно сегодня я намечу программу своих дел, которые я хочу осуществить. Эта программа избавит меня от спешки и нерешительности даже в том случае, если я не смогу ее точно выполнить.

9. Именно сегодня я проведу полчаса в покое и одиночестве, полностью расслабляясь.

10. Именно сегодня я не буду бояться жизни и собственного счастья. Я буду любить и верить в то, что те, кого люблю, любят и верят мне.

Если Вы хотите выработать у себя умонастроение, которое, принесет Вам покой и счастье, выполняйте следующие правила:

- Думайте и ведите себя жизнерадостно, и Вы почувствуете себя жизнерадостной.
- Не думайте о тех людях, которые Вам неприятны. Не вспоминайте те события, которые Вам неприятны.
- Единственный способ обрести счастье — это не ждать благодарности, а творить добро ради собственной радости.
- Ведите счет своим удачам, а не своим неприятностям.
- Не подражайте другим. Найдите себя и будьте собой.

Памятки для родителей

По результатам диагностики мы проводим для родителей консультации и даем им соответствующие проблеме рекомендации. В ходе консультативных встреч с родителями мы даем им большое количество информации, которую не все готовы осознать и сразу же применить. Практика показывает, что очень эффективными оказываются памятки для родителей, которые могут послужить им дома опорой для претворения в жизнь нового стиля поведения и взаимодействия с ребенком.

Профессионалы-консультанты ГОУ ЯО «Центра помощи детям» разработали памятки для родителей по тем ситуациям, которые по результатам нашего исследования расцениваются ими как трудные.

Если Ваш ребенок с отклонениями в развитии

Памятка разработана врачом-психиатром, неврологом Автуховой О.А.

Одна из частых ситуаций, с которыми приходится встречаться на приеме – это известие о том, что ребенок болен, у него серьезное психическое расстройство (аутизм, умственная отсталость, детский церебральный паралич). Родители испытывают отчаяние, чувство вины, боль.

- Прежде всего необходимо принять тот факт, что у ребенка есть проблема, болезнь. Для этого потребуется много времени.
- Необходимо помнить о том, что Вы нужны ребенку, а он – вам. Любите и радуйтесь ему.
- Старайтесь не заглядывать далеко в будущее, воспринимайте ребенка таким, какой он сейчас.
- Не сравнивайте своего ребенка с «нормальными» сверстниками, двигайтесь вперед.
- Принимайте любую помощь: от друзей, семьи, социальных служб, медиков.
- Свяжитесь с другими родителями, испытывающими те же проблемы (через педиатра, знакомых).
- Не забывайте о себе: отдыхайте и набирайтесь сил, и тогда Вы сможете больше дать ребенку.
- Умейте сказать «нет», если не справляетесь с назначениями врача, не успеваете пройти все консультации.
- Не чувствуйте себя виноватыми от того, что в чем-то отказываете ребенку.
- Никогда не сомневайтесь в своих родительских способностях, полагайтесь на интуицию. Никто не знает ребенка лучше вас.
- Не забывайте о братьях и сестрах ребенка.
- Не забывайте о том, что у ребенка есть мать и отец. Отец может играть в жизни такую же важную роль, как и мать. Прислушивайтесь и помогайте друг другу. Необходимо, чтобы вы могли пообщаться наедине, без ребенка.
- Вовлекайте в жизнь своей семьи бабушек и дедушек, ведь это источник любви, доверия и заботы.
- Не скрывайте своих переживаний от друзей.
- Не бойтесь реакции посторонних.

- Не стремитесь кому-то что-то доказывать.
- Взгляды посторонних не всегда выражают недовольство, это может быть любопытство, сочувствие и желание помочь.
- Не стремитесь установить точный диагноз. Помощь, которая должна оказываться ребенку определяется не диагнозом, а возможностями ребенка.
- Занимайтесь с ребенком, когда он бодр и энергичен, не устал, не голоден, когда у вас есть время.
- Выключите все источники звука и шума.
- Начиная занятия, очистите помещение от ненужных игрушек и предметов. Закончив игру, не оставляйте игрушки перед глазами ребенка.
- Если ребенок легко отвлекается, необходимо произвести перемены в домашней обстановке: убрать на время занятий все отвлекающее внимание ребенка.
- Лучше заниматься с ребенком за столом. Важно хорошее освещение во время занятий. Важно, чтобы было освещено ваше лицо.
- Во время занятий всегда садитесь напротив, чтобы ребенок видел ваши глаза, лицо, копировал ваши действия.
- Разбивайте задачу на маленькие шаги, начинайте с легкого.
- Используйте методики «прямой и обратной последовательности» (ребенок завершает действие или начинает).
- Предлагайте ребенку такие задания, которые он может выполнить.
- Используйте интересы ребенка. Для обучения приходится искать, чем его заинтересовать.
- Необходимо хвалить и поощрять ребенка, используйте вознаграждения.
- Необходимо разнообразие и постоянная смена игрушек, раз в месяц необходимо заменять игрушки.
- Давайте ребенку больше времени для ответа, чем вам кажется достаточным, повторяйте то или иное слово или действие.
- Используйте мультисенсорный подход, т.е. задействуйте все органы чувств ребенка.
- Имейте в виду, что реальный предмет воспринимается легче, чем картинка в книжке.

- Обобщайте приобретенные навыки (ребенок должен продемонстрировать свои умения не только со своими игрушками, но и с незнакомыми предметами в незнакомой обстановке).
- Не застревайте на одном навыке.
- Постоянство и предсказуемость. Избегайте резких перемен в обстановке. Постарайтесь создать для ребенка расписание и четкие правила поведения.
- Будьте последовательны в своих реакциях на дурное поведение ребенка.
- Чувствуйте своего ребенка, повторяйте его действия, уважайте его желания, старайтесь смотреть на мир его глазами.
- Ребенок должен понимать, что его занятия – важное дело, которое необходимо закончить. Если ребенок отказывается от задания, сделайте это за него.

Если Ваш ребенок берет чужое

Памятка разработана педагогом-психологом Чирковой Е.А.

Если Вы оказались в такой ситуации и хотели бы узнать, как бороться с данной проблемой, то для начала необходимо понять, почему он или она начал (а) воровать.

- Многие подростки начинают воровать, так как уверены, что их никто не любит и они никому не нужны. В этой ситуации подросток обычно думает, что «нет ничего страшного, если я причиню боль другим людям, ведь все равно остальным до меня нет никакого дела». Так они компенсируют боль, которую чувствуют. Этот феномен называют «круговоротом мести».

- Ребенок, испытывающий дискомфорт, неуверенность, чувство тревоги, безошибочно «бьет» по наиболее значимой семейной ценности, чтобы «достучаться» до родителей, обратить их внимание на то, что ему плохо.

- Любить ребенка недостаточно, Вы должны быть уверены в том, что ваш ребенок знает, что он любим и является желанным в семье. Вы должны найти способ показать, что он - важная часть вашей жизни и жизни всей семьи.

- В случае, если Ваш ребенок крадет, вам необходимо отделить поступок от того, кто совершил этот поступок. В процессе исправления проблемы нужно показать ребенку, как сильно Вы его любите

- Еще одна распространенная причина воровства детей – их мнение, что воровство - единственный способ получить желаемое. Некоторые родители не хотят

«рано портить» своих подростков и не предоставляют детям никаких прав на владение. Конечно, это не означает, что Вы должны давать детям все, что они попросят.

Профилактика воровства у детей включает три очень важных момента.

Во-первых, в семье деньги могут находиться в открытом, всем доступном месте. Это должна быть сумма, адекватная семейному бюджету (100 рублей и выше). Любой член семьи может, по поручению старших, купить хлеб или молоко, взять деньги на проезд. Сам факт доступности денег подчеркивает доверие старших членов семьи по отношению к младшим и развенчивает некую «магическую» и «всемогущественную» роль денег. Тогда наблюдается явление, обратное принципу: «Запретный плод всегда сладок».

Во-вторых, у ребенка могут быть карманные деньги. Лучше, если это будет организовано уже в младшем школьном возрасте. Один раз в неделю необходимо давать ребенку заранее определенную сумму денег. Сумма зависит от бюджета семьи. В некоторых семьях это могут быть и 10 рублей, в некоторых больше. Сумма должна быть адекватна возрасту ребенка и соответственно его потребностям в этом возрасте.

Почему это так необходимо: у ребенка могут быть потребности, которые родители не предусмотрели. Ребенок может купить себе что-то в школьном буфете. Он может купить себе ручку, журнал. Он учится распоряжаться деньгами.

Наконец, третий и очень важный момент. Не «вешайте» сразу на ребенка ярлыки: «воровство», «вор». Как правило, это первая реакция родителей, если ребенок взял чужое, взял деньги. Покажите, что Вы очень огорчены. Покажите, что ребенок совершил то, что не может остаться незамеченным. Сделайте так, чтобы ребенок понял: это не он испорченный, это не в нем что-нибудь не так, **ОН ХОРОШИЙ**, но поступил **НЕ ХОРОШО!**

- Одна распространенная, но в то же время трудная ситуация, с которой сталкиваются родители, когда дети крадут друг у друга. Вы можете сразу принять меры и дать каждому ребенку свою шкатулку с собственным замком. Конечно же, Вы захотите узнать, что явилось причиной того, что дети воруют у друг друга. Вполне вероятно на это их побудила ревность или зависть. Спросите детей, не кажется ли им, что Вы более благосклонны к одному из них. Внимательно послушайте их мнение и не игнорируйте их чувства. Если они действительно думают, что Вы более благосклонны к брату или сестре, не игнорируйте этот факт, даже если они глубоко ошибаются. Важно поговорить с ними откровенно, придерживаясь положительного тона.

Если Ваш ребенок левша

Памятка разработана педагогом-психологом Чирковой Е.А.

Если Ваш ребенок левша, радоваться или печалиться? Конечно, правшам легче жить: открывать консервы, пользоваться ножницами и даже играть на скрипке. И все-таки если ребенок левша...

- Самый частый из вопросов, которым задаются родители левшей — переучивать ребенка или нет.

Непонятно, почему нужно отдавать предпочтение именно правой руке? Только на том основании, что правой больше? Но если кому-то удобнее пользоваться левой рукой, общество ведь от этого никоим образом не страдает.

Часто бывает, что левшество является способом преодоления мозгом ребенка последствий какой-либо родовой травмы, и ребенок становится «вынужденным левшой». Также зачастую леворукость носит наследственный, «семейный» характер. В этих случаях переучивать ребенка не стоит. Его мозг уже имеет сложившийся стиль работы, отличный от «среднестатистического». Насильственное переучивание, а дети инстинктивно очень сильно сопротивляются ему, может сломать отлаженные механизмы и привести к нарушениям.

- Необходимо напомнить, что история знает множество знаменитых талантливых левшей: Николай Лесков (писатель); Владимир Даль (писатель, лексикограф, этнограф); Иван Павлов (физиолог); Сергей Рахманинов (композитор, пианист, дирижер); Василий Кандинский (живописец и график); Гарри Каспаров (шахматист); Пол Маккартни (музыкант), Брюс Уиллис (актер), Джулия Робертс (актриса), Альберт Эйнштейн (ученый), Наполеон Бонапарт (император), Майя Плисецкая (балерина), Леонардо да Винчи (художник, ученый), Бетховен (композитор), Моцарт (композитор), Микеланджело (художник, скульптор), Чарли Чаплин (актер), Мэрилин Монро (актриса), Льюис Кэрролл (писатель), Билл Гейтс (миллиардер), Юлий Цезарь (император).

- Ведущая рука ребенка не определяет его интеллектуальных и творческих способностей.

- Учитывая повышенную эмоциональность и крайнюю впечатлительность ребенка - левши, старайтесь быть очень чутким и доброжелательным с ним.

- Не пытайтесь сломить упрямство, выходки упрянца постарайтесь завуалировать какой-нибудь игрой.

- Если бабушка, соседка или воспитательница в детском саду, ссылаясь на собственный богатый опыт, настаивают на переучивании ребенка, тем не менее рекомендуем ребенку выполнять действия так, как ему удобнее.

- Давайте ребенку игрушки, ложку попеременно в обе руки, развивая и правую, и левую руки.

- Примите как должное особенность ребенка и не пытайтесь превратить его в "правшу", объясняя всем и ему, что "леворуких" людей очень много, и это тоже разновидность нормы. На Земле более 500 миллионов левшей. В Москве левшей 3,5%, в Центральной России — 7%, на Таймыре — 34%.

- Желательно не обучать ребенка до начала посещения школы чтению, письму, иностранным языкам, т.е. тому, где его поджидают неудачи, снижающие самооценку малыша.

- Родителям маленького левши необходимо каждый раз убеждаться, что ученик-левша действительно усвоил новый материал (или нашел собственный способ его усвоения). Предложите ему дополнительные зрительные или другие опоры для запоминания ("у тебя часы на левой руке" или "у буквы "б" хвостик торчит вверх, как у белочки, а у буквы "д" – вниз, как у дятла").

- Взрослые могут помочь ребенку-левше справиться с трудностями при помощи комплекса специальных упражнений, игр и занятий, разработанных детскими нейропсихологами. Эти игры-упражнения направлены на освоение содружественной работы рук и ног, разворачивание деятельности во времени и пространстве, развитие точности и меткости, закрепление представлений о правом и левом и многое другое.

- Для того чтобы научить ребенка-левшу пользоваться ложкой, иголкой, ножницами, кисточкой, завязывать шнурки, застегивать пуговицы и т.д. возьмите его руки в свои и несколько раз вместе с ним повторите нужное движение. Ваша задача – буквально заставить тело ребенка запомнить ту или иную операцию, взаиморасположение в каждом случае пальцев его рук, ног, туловища, головы.

- Дайте левше время, чтобы включиться в работу, не торопите его, если он не может делать сразу несколько дел.

- Старайтесь чаще делать малышу сюрпризы.

- Не предъявляйте завышенные требования к нему и не противопоставляйте его другим, «обычным детям». Любите его таким, какой он есть.

- Для леворукого ребенка следует создать определенные условия не только дома, но и в школе. Обязательно следует выделить такому ребенку место с левой стороны за столом, партой, чтобы он не сталкивался с правым локтем соседа.

- Дома же, организуя место для занятий, выполнения уроков, необходимо сделать так, чтобы свет из окна или настольной лампы падал с правой стороны.

- Письменный стол левши по расположению всех предметов - это зеркальное отражение стола правши.

- Рекомендуется повернуть тетрадь или лист бумаги так, чтобы верхний правый угол лежал с наклоном вправо, а верхний левый угол располагался напротив груди.

- Компьютер для левшей. Конечно, проще всего приобрести специальную мышку и клавиатуру с "левым" расположением клавиш. Но такие клавиатуры очень трудно найти. В Россию они привозятся только последних моделей и стоят, естественно, не дешево. Поэтому на самой обыкновенной двух- или трехкнопочной мышке достаточно изменить функции клавиш. Клавиатуру самостоятельно изменить практически невозможно. Единственное, что вы можете сделать для ускорения работы - это перенести некоторые функциональные клавиши и цифры под правую руку.

Что касается других товаров для левшей (ножницы, открывалки и т.д.), то их можно посмотреть и заказать на интернет-ресурсе <http://levo.labms.ru>.

Также существуют интернет-сообщества:

<http://www.levshei.net> сайт про левшей и для левшей

<http://clubs.ya.ru> клуб для левшей

- В заключение хочется сказать: все, что создано природой, - не случайно. Не стоит расстраиваться, если ваш ребенок родился левшой, тем более стараться его переделать. Неординарность всегда интересна.

Если у Вашего ребенка посттравматическое стрессовое расстройство

Памятка разработана врачом-психиатром, психотерапевтом, кандидатом психологических наук Беловой Л.И.

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) в детском возрасте может развиваться вслед за травмирующими событиями, выходящими за рамки нормального человеческого опыта такими, как несчастные случаи, природные катастрофы, военные действия; а также за рамки обычного опыта ребенка.

Многие события, которые кажутся взрослым людям обыденными, незначительными, у ребенка могут вызывать состояния стресса, так как являются непонятными, устрашающими для него.

Например, длительная разлука с матерью в младенческом, раннем детском возрасте часто приводит к утрате ранее приобретенных навыков, нарушению сна, отказу от еды, постоянной плаксивости, высокой тревожности, состоянию депрессии у ребенка, которая скрывается за нарушениями сна, приема пищи, утрате ранее приобретенных функций.

Для оказания своевременной помощи родители должны знать особенности проявления ПТСР у детей в разные возрастные периоды. Однако расстройство имеет ряд особенностей, которые проявляются одинаково у всех детей старше трех лет.

Поведение, эмоциональные реакции, которые наблюдаются у ребенка, подростка перенесшего или ставшего свидетелем травматического события, проявляется в следующем:

1. Первая реакция ребенка на событие включает сильный страх, беспомощность, ужас. У маленьких детей реакция может выражаться в виде дезорганизованного, возбужденного поведения.
2. Повторяющиеся мучительные сны, связанные с событием. У маленьких детей могут отмечаться пугающие сновидения без сохранения воспоминаний об устрашающем сюжете сна.
3. Устойчивое повторное переживание события, например, мучительные воспоминания о событии, включая образы или мысли. У маленьких детей - повторяющаяся игра, в которой проявлены аспекты травмы.
4. Устойчивое избегание ситуаций, связанных с травмой, например, стремление избежать мыслей, действий, людей, которые пробуждают воспоминания о травме. У маленьких детей - категорический отказ наблюдения или участия в деятельности, даже отдаленно напоминающей стрессовую ситуацию.
5. Устойчивое проявление повышенной раздражительности, плаксивости, вспышки гнева. У маленьких детей - усиление страхов, которые раньше были незначительными, избыточная реакция испуга.
6. Заметно пониженный интерес к участию в повседневной деятельности и в мероприятиях, доставляющих удовольствие (общение с друзьями, покупка новых игрушек, вещей).

7. У школьников отмечается снижение успеваемости, трудности с сосредоточением внимания.

Проявления эмоциональных и поведенческих нарушений у детей после воздействия психотравмирующих событий зависят от возраста.

Маленькие дети (до трех лет) могут утрачивать ранее приобретенные навыки, становятся плаксивыми, раздражительными, приобретают негативные привычки (например, сосут пальцы), страдают проблемами со сном и питанием.

Дети старше трех лет воспроизводят травматическое событие в игровой форме. Причем подобное проявление характерно только для детей. Игровые действия ребенка имеют стереотипный (повторяющийся) характер, не приносят облегчения, не способны снять сопровождающую игру тревогу.

Действия родителей в данной ситуации:

1. Такую игру необходимо остановить. Ребенка по возможности нужно переключить на другой вид деятельности. Игрушки, напоминающие о стрессовом событии, необходимо убрать. Или можно продолжить игру вместе с ребенком и постараться придать сюжету игры позитивный финал.
2. Ребенка необходимо сразу показать врачу - психотерапевту.
3. Необходимо обратиться за помощью к психологу в детском саду или поликлинике.
4. Избегать напоминания ребенку о травматическом событии в разговоре или деятельности.
5. Избегать первое время после травмы мест, где произошло травматическое событие.
6. С ребенком обращаться спокойно и ровно, независимо от поведения, не упрекать и не наказывать его.
7. Соблюдать режим дня.
8. Исключить просмотр «мультиков» и фильмов устрашающего содержания.
9. Ограничить просмотр телевизора.

У детей младшего школьного возраста от 7 лет до 11 лет, перенесших травматическое событие, преобладают такие эмоциональные нарушения, как тревога и страх. Дети жалуются на головные боли и проблемы со зрением и слухом, невнимательны в школе, отстраняются от сверстников или конфликтуют с ними. Страдают нарушениями сна и аппетита. Подобно маленьким детям, они могут проигрывать в деталях травматические события.

Действия родителей в данной ситуации:

1. Такую игру необходимо остановить. Ребенка по возможности нужно переключить на другой вид деятельности. Игрушки, напоминающие о стрессовом событии, необходимо убрать. Или можно продолжить игру вместе с ребенком и постараться придать сюжету игры позитивный финал.
2. Ребенка необходимо сразу показать врачу - психотерапевту.
3. Необходимо обратиться за помощью к психологу в детском саду или поликлинике.
4. Избегать напоминания ребенку о травматическом событии в разговоре или деятельности.
5. Избегать первое время после травмы мест, где произошло травматическое событие.
6. С ребенком обращаться спокойно и ровно, независимо от поведения, не упрекать и не наказывать его.
7. Соблюдать режим дня.
8. Исключить просмотр мультиков и фильмов устрашающего содержания.
9. Ограничить просмотр телевизора.

Дети подросткового возраста, перенесшие травматическое событие, могут испытывать различные недомогания, плохо успевают в школе, могут быть склонны к нарушениям поведения, становятся замкнутыми, теряют сон и аппетит, склонны к депрессивным состояниям, суицидальным мыслям. В отличие от маленьких детей, не проигрывают травматические события.

Действия родителей в такой ситуации:

1. Ребенка необходимо сразу показать врачу - психотерапевту.
2. Обратится за помощью к психологу в школе или поликлинике.
3. Избегать напоминания ребенку о травматическом событии в разговоре или деятельности.
4. Избегать первое время после травмы мест, где она произошла.
5. С ребенком обращаться спокойно, последовательно, независимо от его поведения, не упрекать и не наказывать.
6. Соблюдать режим дня.
7. Исключить просмотр негативных телепередач и фильмов.
8. Ограничить просмотр телевизора.

!Уважаемые родители, чем больше времени вы будете проводить вместе со своими детьми, тем меньше будет вероятность их попадания в психотравмирующие, стрессовые ситуации.

Если у Вас в семье гиперактивный ребенок

Памятка разработана педагогом-психологом, кандидатом психологических наук Кочкиной Л.В.

Если у Вас в семье гиперактивный ребенок, необходимо создать условия, помогающие работать с его невнимательностью, истощаемостью, перепадами настроения и повышенной двигательной активностью.

- Помните, что поведение ребенка – это следствие функционирования его мозга, незрелости структур мозга, а не его баловство.
- Пройдите консультацию нейропсихолога, невролога.
- Соблюдайте режим дня.
- Чередуйте время занятий и отдыха.
- Избегайте больших скоплений людей, шумных многолюдных праздников, т.е. мероприятий, которые могут перевозбудить ребенка.
- Введите для ребенка перед сном ритуал засыпания. Например, принять ванну, почитать сказку, послушать спокойную музыку.
- Исключите длительный просмотр телевизора, длительную игру на компьютере.
- Занятия должны проходить в одном месте в квартире и желательно проводиться в одно и то же время.
- Делайте перерывы во время занятий.
- Старайтесь, чтобы ребенок завершил задание.
- Учитывайте, что ребенок продуктивнее занимается в начале дня, чем в конце.
- Не сравнивайте ребенка с другими детьми - только с самим собой. Например, «Смотри, сегодня у тебя получилось лучше, чем вчера...»
- Поручайте ребенку какие-то дела, домашние обязанности – это учит его ответственности и планированию своих действий.
- Старайтесь не давать жестких запретов. Говорите не про то, что нельзя, а что можно и объясняйте или показывайте, как лучше это сделать.

- Не старайтесь всегда предотвратить последствия невнимательности, забывчивости ребенка. Например, ребенок забыл записать в дневник уроки, пусть он сам предпримет какие-то действия – позвонит однокласснику. Если ребенок привыкнет, что Вы всегда контролируете его, он не научится самостоятельности и ответственности.
- Во время занятий вокруг должно быть как можно меньше отвлекающих факторов.
- Больше поощряйте, хвалите ребенка не только за явные успехи (у гиперактивного ребенка их не всегда бывает много), но и за те усилия, которые он приложил.
- Повесьте дома памятки, напоминания того, что ребенок будет делать.
- Вместе с ребенком планируйте выходные дни, праздники.
- Будьте последовательны в своих действиях (Если чего-то требуете, то требуйте этого всегда).
- Заручитесь в воспитании помощью других членов семьи.
- Гиперактивные дети – это чаще всего мальчики и им особенно необходимо отцовское участие и поддержка. Организуйте совместные с отцом выходы ребенка, когда они могут пообщаться вдвоем.
- Проговорите с бабушками, дедушками, что воспитание гиперактивного ребенка обязательно должно быть слаженным у всех членов семьи, строиться в унисон друг другу. Это прежде всего необходимо ребенку: хаос и неопределенность вовне способствует усилению хаоса внутри.
- Со стороны взрослых ребенок должен видеть пример ответственного поведения, контроля своих эмоций.
- По возможности говорите кратко и ясно, избегая бурных эмоций.
- Ищите таланты и способности в ребенке, чтобы он мог найти сферу для самовыражения.
- Запишите ребенка в спортивную секцию, чтобы он мог направить свою двигательную активность в позитивное русло и сбрасывал там эмоциональное напряжение. Однако это должны быть не травматические секции: плавание, некоторые восточные единоборства.

- Не стремитесь, чтобы ребенок показывал высокие спортивные достижения, ведь у гиперактивного ребенка, как правило, недостаточно развита воля. Пусть он посещает секцию как кружок, для себя.
- При поступлении гиперактивного ребенка в школу обратите внимание на выбор адекватной его возможностям программы и учителя, терпимого к темпераменту ребенка и не медлительного.
- Высказывайте ребенку принятие и понимание его.
- Выработайте свою схему поощрений и наказаний. Больше поощряйте ребенка. Начните с материальных поощрений: игрушка, мультфильм и т.п. Постепенно уменьшайте размер поощрения и переходите к тому, когда только мамина похвала и радость будет для ребенка поощрением и стимулом продолжать правильную линию поведения.
- Поощряйте то поведение и поступки, которые Вы бы хотели чаще видеть в ребенке.
- Не требуйте от ребенка сверх его возможностей: давайте посильные задания и поручения, учитывайте возраст ребенка.
- Поощряйте в ребенке проявления сопереживания, помощи другому человеку.
- Для отработки навыков эффективного общения с гиперактивным ребенком посещайте занятия психолога в родительской группе.

! Помните, что очень многое в будущем гиперактивного ребенка зависит от родительской линии поведения и Вашего взаимодействия с ним. Множество гиперактивных детей, вырастая, становятся очень успешными, так как они быстры, смелы по своей природе и обладают высокой скоростью мыслительных процессов.

Не пытайтесь полностью переделать ребенка, научите его и научитесь сами с этим жить, пустить особенности ребенка в позитивное русло!

Если в Вашей семье появился приемный ребенок

Памятка разработана педагогом-психологом Семеновой А.А.

- 1) Появление нового члена в семье внесет определенные изменения во все сферы Вашей жизни.
- 2) Нужно быть готовым к тому, что не все члены вашей семьи, друзья, сотрудники с пониманием отнесутся к вашему решению взять приемного ребенка; возможно, Ваши отношения с кем-то из них нарушатся.

3) Процесс адаптации ребенка в новой семье зависит от многих факторов, в частности, от возраста ребенка, и может длиться от нескольких месяцев до двух лет.

4) Необходимо сразу разъяснить ребенку семейные правила относительно личного и общего пространства: показать ребенку, что ему делать в различных ситуациях.

4) Привязанность к родителям в замещающей семье возникает постепенно. У старших детей это происходит дольше. Запаситесь терпением, ребенок не сразу ответит на Вашу теплоту, выкажет эмоциональную привязанность. Первое время он будет просто ярче проявлять беспокойство при Вашем отсутствии.

5) Во избежание разделения привязанностей, в первые три-шесть месяцев откажитесь от дополнительных или замещающих лиц (няни, бабушки), которые бы заботились о ребенке.

6) Проводите вместе с ребенком как можно больше времени. Вовлекайте его в совместные дела. Слушайте ребенка, разговаривайте с ним, постарайтесь бурно не реагировать на нецензурные слова или факты его биографии.

7) Важно не перегружать ребенка эмоциональными впечатлениями. Когда Вы поймете, что в вашем доме ребенок чувствует себя уже достаточно уверенно, дозированно и постепенно знакомьте его с новыми родственниками и вашими друзьями.

8) Резкое изменение привычного распорядка, отрыв от привычной обстановки, расширение круга контактов может спровоцировать беспокойство, расстройство сна, аппетита, появление неадекватных реакций на ваши действия и слова. Проявите выдержку и терпение, помните, что это временные реакции на стресс. Демонстрируйте ребенку свое принимающее поведение.

9) Нужно быть готовыми к тому, что в жизнь вашей семьи могут вмешаться биологические родители или родственники приемного ребенка.

10) Заранее продумайте ответы на вопросы ребенка о его прошлом и о причинах его появления в вашей семье. Такие вопросы со стороны ребенка не говорят о том, что ему у Вас плохо или о том, что Вы ему не нравитесь. По мере возможностей приемные родители должны отвечать на вопросы ребенка честно и прямо, понятным для него языком. Этим Вы снижаете уровень тревоги ребенка и поддерживаете его.

11) Ребенок может «прийти в семью» со многими привычками и предпочтениями, не соответствующими общепринятым социальным нормам, которые будут раздражать Вас и окружающих. Потребуется время, Ваша доброжелательность и настойчивость, чтобы ребенок изменился.

12) Достаточно часто дети, жившие в неблагополучных семьях, имеют соматические заболевания, перешедшие в хроническую форму и требующие лечения.

13) Обычно дети, находившиеся в неблагоприятных условиях или в детских учреждениях, отстают от своих «домашних» сверстников в навыках социальной жизни, эрудиции, умении понимать и чувствовать других. Необходим большой запас времени, сил и терпения, чтобы восполнить эти пробелы.

14) Ребенку-школьнику необходим контроль над учебной работой в школе и помощь, если он испытывает трудности в усвоении программы или у него снижена мотивация к учению.

15) Родителям, усыновившим ребенка, потребуется великое терпение, умение сдерживать свои эмоции. Необходимо понимать, что ребенок представляет собой продукт среды и обстоятельств. Он стал таким не по своей воле, а по вине окружающих его взрослых, отнявших у него возможность иметь нормальное детство.

Как найти общий язык с ребенком – подростком

Памятка разработана врачом-психиатром, психотерапевтом Мочаловой И.В.

Восемь «волшебных» слов, которые связывают родителей и детей-подростков и делают их отношения более близкими и позитивными: умение ПРОЩАТЬ, ДОВЕРЯТЬ, БЛАГОДАРИТЬ, ЦЕНИТЬ, ИЗВИНЯТЬСЯ, УВАЖАТЬ, быть СМЕЛЫМ.

И восьмое слово – ЗАВТРА: в отношениях могут быть трудные моменты, но они пройдут.

Пять советов, как показать ребенку свою поддержку.

- Демонстрируйте свою заинтересованность в том, чтобы помочь, не пытайтесь при этом руководить.
- Чтобы сохранить спокойствие и помочь ребенку, отделяйте свои чувства от чувств своего ребенка.
- Поделитесь с ним историей о похожей ситуации в Вашей жизни.
- Спросите ребенка, хочет ли он получить Ваш совет.
- Поддерживайте в Вашем ребенке уверенность в себе.

Что делать в том случае, если Вы задаете вопросы, а в ответ слышите плохие новости.

- Демонстрируйте ребенку, что Вы сможете справиться со всем, о чем он Вам расскажет.
- Действуйте вместо того, чтобы реагировать!

- Вместе работайте над поиском решения.
- Похвалите ребенка за усилия, которые он продемонстрировал, когда пришел к Вам поговорить.

Как разрешать конфликт с подростком.

- Говорите спокойно и твердо.
- Не злитесь. Когда сердитесь, возьмите «тайм-аут».
- Делайте паузы в разговоре, чтобы дать ребенку высказаться.
- Позвольте подростку выразить свой гнев, но пусть он делает это в своей комнате.
- Откажитесь от той модели поведения, которая неэффективна.
- Когда обсуждаете с подростком то, что нужно изменить, откажитесь от «Ты-высказываний» в диалоге с ним.
- Учите его поступать по-другому, не споря с ним.

Откройте для подростка – где «заканчивается» Вы и «начинается» он.

- Заставьте ребенка взять ответственность за свои мысли, чувства и за свое поведение.
- Выработайте у него навыки грамотного поведения в опасных ситуациях, чтобы он мог сам с ними справляться.
- Поощряйте его желание стать самостоятельным.
- Научите его отказывать, сказать «НЕТ», если он сталкивается с сильным давлением.
- Не воспринимайте поступок ребенка как направленный персонально на Вас.

Пять советов, как воспитывать у подростка моральную ответственность.

- Когда Вы даете обещание и выполняете обещанное, Ваш ребенок видит надежность и порядочность.
- Когда у Вас есть мужество поступать правильно, Ваш ребенок испытывает доверие и уважение к Вам.
- Когда Вы выражаете сочувствие тем, кому не очень повезло, Ваш ребенок видит эту заботу и учится сопереживанию.
- Когда Вы быстро прощаете, Ваш ребенок видит сочувствие и понимание.
- Подчиняясь законам и правилам, Вы формируете его гражданское сознание.

Как найти путь к сердцу Вашего подростка.

- Уважайте потребности Вашего ребенка в частной жизни и своем пространстве.
- Позвольте ему самовыражение в оформлении своей комнаты.
- Расскажите ребенку истории из своей подростковой жизни.

Если Ваш ребенок с проблемами в развитии и как развивать познавательную деятельность ребенка-дошкольника

Памятка разработана учителем-дефектологом Лебедевой А.Н.

Легкие нарушения развития в интеллектуальной и эмоционально-волевой сфере могут маскироваться возрастными особенностями дошкольника, однако с началом обучения в школе эти нарушения могут привести к затруднению адаптации ребенка к школе, ограничить возможности его обучения.

Чем раньше ребенок с проблемами в развитии начнет получать специальную помощь, тем эффективнее будет ее результат. Но не все дети, нуждающиеся в специальной помощи, охвачены вниманием психологов, логопедов детских садов. Не во всех дошкольных учреждениях работают данные специалисты. Многие дети вообще не посещают дошкольные учреждения по тем или иным причинам. Поэтому функцию по развитию своего ребенка могут взять на себя и родители.

Развитие познавательной деятельности ребенка должно строиться на следующих направлениях:

- сенсорное воспитание и развитие внимания;
- формирование мышления;
- формирование элементарных количественных представлений;
- ознакомление с окружающим;
- развитие речи;
- обучение грамоте;
- развитие общей и мелкой моторики и подготовка руки к письму.

СЕНСОРНОЕ ВОСПИТАНИЕ

Сенсорное воспитание является основным содержанием работы по коррекции когнитивной сферы ребенка. Сенсорное воспитание и развитие внимания служат основой для развития у детей поисковых способов ориентировки: методов проб и примеривания. Сенсорное воспитание является, с одной стороны, основой для формирования у ребенка всех психических процессов - внимания, памяти, сферы образов-представлений, мышления, речи и воображения; с другой стороны, оно

выступает фундаментальной предпосылкой для становления всех видов детской деятельности: предметной, игровой, продуктивной, трудовой.

Восприятие формы

Цель: научить ребенка различать геометрические фигуры по форме. Для этого ребенку надо освоить ряд практических действий, которые помогают ему воспринимать форму независимо от положения фигуры в пространстве, от цвета и величины.

Это такие практические действия, как

- наложение фигур,
- прикладывание,
- переворачивание,
- сопоставление элементов фигур,
- обведение пальцем контура,
- ощупывание,
- рисование.

После освоения практических действий ребенок может узнать любую фигуру, выполняя эти же действия в уме. За весь дошкольный период ребенок осваивает шесть основных форм: треугольник, круг, овал, квадрат, прямоугольник и трапеция. Помогите ему в этом!

С трех лет ребенок может отбирать фигуры по образцу, выполнять действие сопоставления с помощью таких операций, как группировка форм, прикладывание, наложение.

С четырех лет ребенок может обследовать предмет более подробно, не только общую форму, но и ее отличительные детали (углы, длину сторон), наклон фигуры, что помогает запоминать название форм.

С пяти лет ребенок может распознавать формы зрительно, узнавать их в любом положении и сочетании, размере. Действие сопоставления он выполняет уже зрительно, без ощупывания и манипулирования руками.

С шести лет ребенок сам начинает обследовать предметы, свободно вычленяет существенные детали любой знакомой формы, применяет свои умения к обследованию сложных форм, находит в них знакомые формы и их детали.

Поэтому при организации игр необходимо соблюдать последовательность, ориентируясь на возможности ребенка и уровень освоения им перцептивных операций.

Используйте следующие группы игр:

1. Учить ребенка находить по образцу предметы, которые имеют такую же форму, как: круг, треугольник, квадрат, прямоугольник, овал и другие.
2. Учить подбирать геометрические фигуры одинаковые с образцом по форме и цвету, форме и величине.
3. Формировать умение находить геометрические фигуры по их названию.

Восприятие величины

Цель: научить ребенка различать предметы по величине, длине, высоте, ширине, толщине.

Восприятие различных параметров величины осуществляется с помощью таких практических действий, как:

- наложение,
- прикладывание,
- ощупывание,
- измерение,
- группировка предметов по одинаковому признаку.

Каждый параметр величины (длина, ширина, высота и толщина) осваивается самостоятельно, но на основе предыдущего параметра.

При восприятии каждого параметра осуществляются действия, которые сначала выполняются с реальными предметами (например, большая кукла и маленькая и т.п.), затем с геометрическими фигурами, а затем осуществляются в уме с опорой на рисунок.

Поэтому для каждого параметра величины предлагаются по три типа игр:

- с предметами,
- с плоскими фигурами,
- с рисунками.

Для правильного определения величины у детей формируют такие представления:

- подбор одинаковых величин по образцу;
- различие между предметами по величине путем прикладывания и наложения, расположения по возрастающей и убывающей величине (ряды от маленького к большому и наоборот);
- закрепление названий за предметами разной величины: «самый большой», «большой», «маленький», «самый маленький», больше, меньше;

- использование простых мерок для измерения и сопоставления предметов;
- аналитическое сопоставление предметов с помощью зрения;
- сопоставление частей и деталей предмета по величине.

В играх по определению величины используются различные предметы, игрушки.

Восприятие цвета

Цель: научить ребенка различать предметы по цвету с помощью операции сравнения однородных и разных по цвету предметов.

Работа по развитию представлений о цвете проводится поэтапно.

На 1 этапе ребенка учат сличению цветов: «Найди такой же».

На 2 этапе ребенок выполняет задание по словесной инструкции: «Дай мне красный».

На 3 этапе он сам называет тот или иной цвет в ответ на вопрос: «Это какой цвет?».

В играх дети знакомятся с основными цветами и их оттенками в такой последовательности, которая соответствует возрастным особенностям детей.

- Сначала дети осваивают действия с предметами, которые помогают выделить цвет в предмете.
 - Потом осваивают понятие (слово) «цвет» на примере 2-3 наиболее контрастных основных цветов (красный, желтый, синий).
 - Затем учатся различать еще несколько цветов (оранжевый, зеленый, черный), приучаясь подбирать похожий цвет по образцу, не называя его.
- В более сложных заданиях с чередованием цвета добавляются белый и фиолетовый цвета.

! Вначале не нужно добиваться запоминания цвета, если ребенок не прошел 1 и 2 этап.

Голубой цвет ребенок начинает воспринимать с трех, четырех лет; с трех до пяти ребенок осваивает 7 цветов спектра (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый), а также белый и черный цвета.

Восприятие пространства

Цель: научить детей воспринимать такие характеристики пространства, как: далеко, близко, здесь, там, верх, низ, справа, слева, впереди, сзади, вокруг, в стороне.

Представление о данных параметрах пространства необходимо формировать через движения тела, конечностей, поворотов головы и глаз.

Обучающая задача заключается в том, чтобы пространственный образ был целостным и включал в себя как двигательные, так и зрительные параметры, соединенные с соответствующим словом, понятием.

Восприятие целостного предмета

Цель: научить ребенка узнавать предмет по его отдельным свойствам и частям.

Самая главная функция восприятия: восприятие целостного предмета или явления в совокупности всех их свойств.

Для этого ребенку надо освоить более сложные действия с предметами:

-конструирование предметов из составных элементов (конструкторы; картинки, разрезанные на несколько частей);

-узнавание предмета по нескольким элементам или его назначению (картинки с нарисованной частью предмета, животного, по которым ребенок должен узнать – кто это);

-обнаружение похожего и различного в предметах (например, чем похожи: лиса, волк, молоток топор и т.д.);

-словесное описание предметов (например, игра «Угадай кто» - ребенок описывает задуманное, а Вы угадываете);

-узнавание предметов по словесному описанию (та же игра, но поменяйтесь ролями с ребенком, загадки).

Игры, в которых вырабатываются эти умения, опираются на манипулирование свойствами и частями предметов сначала в практических действиях, а затем в словесной и умственной форме.

Развитие тактильно-двигательного восприятия включает формирование умения определять форму, величину, материал и другие свойства предмета на ощупь (без участия зрения).

ФОРМИРОВАНИЕ МЫШЛЕНИЯ

Мышление – это процесс познания человеком действительности с помощью мыслительных процессов: анализа, синтеза, суждений.

У ребенка постепенно развиваются три вида мышления:

-наглядно-действенное (познание с помощью манипулирования предметами – игрушками);

-наглядно-образное (познание с помощью представлений предметов, явлений);

-словесно-логическое (познание с помощью понятий, слов, рассуждений).

Наглядно-действенное мышление особенно интенсивно развивается у ребенка с трех, четырех лет. Он постигает свойства предметов, учится оперировать предметами, устанавливать отношения между ними и решать самые разные практические задачи.

На основании наглядно-действенного мышления формируется и более сложная форма мышления - наглядно-образное. Оно характеризуется тем, что ребенок уже может решать задачи на основе представлений, без применения практических действий. Это позволяет ребенку, например, использовать схематические изображения или считать в уме.

К шести, семи годам начинается более интенсивное формирование словесно-логического мышления, которое связано с использованием и преобразованием понятий.

На занятиях необходимо проводить различные игры, на которых развиваются у ребенка такие мыслительные процессы, как обобщение, сравнение, абстрагирование, классификация, установление причинно-следственных связей, способность рассуждать. Для того чтобы ребенок хорошо учился в школе, у него должно быть хорошее умственное развитие, которое является основой для успешного овладения школьными знаниями, умениями и навыками, а также для поддержания оптимального темпа интеллектуальной деятельности, чтобы ребенок успевал работать вместе с классом.

Основные требования к умениям детей:

К трем годам дети должны:

- подбирать подходящие предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу (например, корзинка и грибы, чашка и блюдце, ведро и лопатка и т.п.);
- сравнивать два предмета между собой, выявлять несоответствие между ними;
- находить среди четырех предметов тот, который не похож на остальные (например, три разных ведерка и матрешка, три разных яблочка и цветочек и т.п.);
- знать, кто из животных где живет;
- знать кто из животных что любит есть;
- знать, какие вещи нужны летом, а какие - зимой;
- составлять пирамидку с учетом величины колец;
- адекватно действовать с 3-4-х местной матрешкой (разбирать и собирать ее);
- составлять разрезные картинки из 2-3-х частей.

К четырем годам детей необходимо научить:

- объединять предметы в группы по определенным признакам, называть их обобщающим словом (животные, игрушки, фрукты, обувь мебель, посуда);

-подбирать подходящие предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу (например, шапка и шарф, иголка и нитки, чашка с блюдцем и т.п.);

-выделять предмет в группах, не подходящий к общим признакам: «Найди, что лишнее» (например, заяц, белка, ежик и грибок; яблоко, груша, виноград и карандаш и т.п.);

-выстраивать логический ряд из определенной группы фигур или предметов;

-сравнивать два предмета между собой, выявлять несоответствие между ними;

-находить недостающие детали у предметов (например, часы без стрелок, чайник без ручки, цветок без лепестков, и т.п.);

-находить несоответствия изображений на картинке окружающей действительности (например, цыпленок с заячьими ушами, яблоко на еловой ветке и т.п.);

-составлять пирамидку из 5-6 колец с учетом их величины;

-адекватно действовать с 5-местной матрешкой;

-составлять разрезные картинки из 3-4-х частей.

К пяти годам детей необходимо научить:

-выстраивать последовательность событий по серии сюжетных картинок и составлять связный рассказ («Разложи картинки по порядку, чтобы получился рассказ»);

-классифицировать предметы по определенным признакам (цвету, форме, величине, количеству);

-выделять предмет в группе, не подходящий к общим признакам;

-самостоятельно находить несоответствия в рисунках и объяснять их;

-сравнивать два предмета между собой, называть, чем они похожи и чем отличаются друг от друга;

-знать и называть детали одежды, части машины, дома, дерева, цветка;

-составлять с учетом величины пирамидку из 8 колец;

-адекватно действовать с 6-местной матрешкой;

-составлять разрезные картинки из 4-5 частей.

К шести годам дети должны:

-уметь выстраивать последовательность событий по серии сюжетных картинок и составлять связный рассказ;

-классифицировать предметы в группы по определенным признакам (цвет, форма, величина, назначение);

-подбирать подходящие предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу;

-находить предмет в группах, не подходящий к общим признакам;

-решать простые логические задачи;

-выстраивать логический ряд из фигур;

-сравнивать два предмета между собой, называть, чем они похожи и чем отличаются друг от друга;

-составлять разрезные картинки из 5-6 частей;

-составлять пирамидку из 10 колец с учетом их величины;

-адекватно действовать с 7-местной матрешкой.

К семи годам дети должны:

-уметь выстраивать последовательность событий по серии сюжетных картинок и составлять связный рассказ;

-объединять предметы в группы по определенным признакам;

-подбирать подходящие предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу;

-выделять в группах предмет, не подходящий к общим признакам, обосновывая в речевых высказываниях это исключение;

-переключаться с одного принципа классификации (например, по материалу) на другие (по свойствам, качествам, функциональному назначению) и обосновывать свои действия в речевых высказываниях;

-решать достаточно сложные логические задачи;

-выстраивать логический ряд из определенной группы фигур или предметов;

-сравнивать два предмета между собой, выявлять несоответствие между ними;

-соотносить текст с соответствующей картинкой;

-устанавливать связи между персонажами и объектами, изображенными на картинках;

-адекватно реагировать на юмористические ситуации и изображения, шутки, загадки, юмористические рассказы, понимать их скрытый смысл.

ФОРМИРОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ КОЛИЧЕСТВЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ

Познание ребенком количественной стороны действительности помогает ему более полно и точно воспринимать окружающий мир, ориентироваться в нем. Умения сравнивать группы предметов по количеству, считать, выполнять элементарные

арифметические действия необходимы ребенку уже в дошкольном возрасте при организации различных видов деятельности (игровой, изобразительной, элементарной трудовой) и являются немаловажным фактором социальной приспособленности и подготовки к обучению в школе.

Для успешного обучения математике в школе дети должны правильно понимать и выполнять требования учителя, иметь сформированные пространственные и количественные представления, владеть прямым и обратным счетом, счетом конкретных и отвлеченных предметов, знать цифры, числа и уметь соотносить их с количеством предметов, знать геометрические фигуры, уметь решать арифметические задачи.

Показатели развития:

К трем годам дети должны научиться:

- пользоваться понятиями «много», «один», правильно согласовывать их с существительными («один огурец, много яблок»);
- выделять 1, 2, 3 предмета из группы;
- соотносить количество 1, 2, 3 с количеством пальцев;
- находить 1, 2, 3 предмета в окружающей обстановке;
- использовать в речи слова «большой», «маленький», «больше», «меньше»;
- уметь сравнивать предметы, находить одинаковые по длине, использовать слова «длинный», «короткий»;
- уметь сравнивать предметы по высоте, использовать слова «высокий», «низкий»;
- уметь сравнивать предметы по толщине, использовать слова «толстый», «тонкий»;
- уметь определять равенство и неравенство предметов;
- узнавать и называть фигуры круг и квадрат, показывать похожие на них предметы.

К четырем годам дети должны:

- считать в пределах 5 (количественный счет);
- отвечать на вопрос «Сколько всего?»;
- сравнивать две группы предметов по количеству, используя практические способы сравнения (приложение и наложение) и счет, обозначая словами «больше, меньше, поровну»;

- выделять 3 предмета из группы по слову («Дай три палочки»);
- выполнять операции объединения и разъединения в пределах 3-х с открытым и закрытым результатом;
- сравнивать предметы разной длины, ширины, высоты, понимать соотношения между ними;
- узнавать и называть круг, квадрат, треугольник, прямоугольник;
- определять направление движения от себя (направо, налево, вперед, вверх, вниз);
- знать правую и левую руку.

К пяти годам дети должны научиться:

- считать в пределах 10 в прямом порядке и в пределах 5-ти в обратном порядке (5 4 3 2 1);
- определять количество предметов и предметных изображений на картинках при различном расположении в пределах 5;
- сравнивать две группы предметов по количеству на основе пересчета элементов каждого множества;
- решать задачи с открытым и закрытым результатами на наглядном материале в пределах 5, по представлению и отвлеченно в пределах 4-х;
- выражать словами местонахождение предмета по отношению к себе, к другим предметам («Где он?»);
- ориентироваться на листе бумаги;
- знать геометрические фигуры (круг, квадрат, овал, прямоугольник, треугольник, ромб);
- сравнивать предметы по величине, пользуясь понятиями: шире-уже, выше-ниже, длиннее-короче, толще-тоньше и т.д.

К шести годам дети должны:

- уметь считать в пределах 10 в прямом и обратном порядке;
- правильно пользоваться количественными и порядковыми числительными;
- сравнивать рядом стоящие числа в пределах 10, устанавливать, какое число больше другого;
- уравнивать неравное число предметов двумя способами;
- пересчитывать предметы и изображения предметов на картинках, имеющих различную величину, цвет, форму;
- решать задачи по представлению и отвлеченно в пределах 5-6;

- выражать словами местонахождение предмета по отношению к себе, к другим предметам;
- ориентироваться на листе бумаги;
- знать геометрические фигуры (круг, квадрат, овал, прямоугольник, треугольник, ромб);
- различать форму предметов;
- сравнивать до 6-8 предметов различной величины, размещая их в ряд в порядке возрастания длины, ширины, высоты и понимать соотношения между ними.

К семи годам дети должны:

- называть числа в прямом и обратном порядке до 20;
- соотносить цифру и число предметов в пределах 10;
- составлять и решать задачи в одно действие на сложение и вычитание;
- пользоваться арифметическими знаками действий;
- измерять длину предметов с помощью условной меры;
- сравнивать рядом стоящие числа в пределах 10, устанавливать, какое число больше другого;
- уравнивать неравное число предметов двумя способами;
- выражать словами местонахождение предмета по отношению к себе, к другим предметам;
- ориентироваться на листе бумаги;
- знать геометрические фигуры (круг, квадрат, овал, прямоугольник, треугольник, ромб, трапецию). Различать форму предметов;
- сравнивать до 10 предметов различной величины, размещая их в ряд в порядке возрастания длины, ширины, высоты и понимать соотношения между ними;
- определять время по часам.

ОЗНАКОМЛЕНИЕ С ОКРУЖАЮЩИМ

Ознакомление с окружающим обогащает чувственный опыт ребенка - учит его быть внимательным к тому, что его окружает: смотреть и видеть, слушать и слышать, ощупывать и осязать. Задания по ознакомлению с окружающим включают в себя ознакомление с явлениями социальной жизни; ознакомление с предметным миром, созданным человеком; ознакомление с явлениями живой и неживой природы.

Показатели развития:

К трем годам дети должны:

- различать и правильно называть части дома, автомашины, дерева, а так же части тела животных и человека;
- различать некоторые фрукты и овощи, показывать или называть отдельные предметы одежды, посуды и игрушки;
- узнавать реальных и изображенных на картинках знакомых животных и птиц;
- знать и называть шесть основных цветов: красный, желтый, синий, зеленый, белый, черный;
- различать части суток (день, ночь), знать чем они отличаются;
- знать название и назначение некоторых предметов (например, веник, ножницы, лопата, молоток, чайник, ведро и т.п.);
- пересказывать небольшие потешки, сказки, рассказы, узнавать сказочных героев;
- знать свои имя, фамилию, возраст (сколько лет), имена ближайших родственников.

К четырем годам дети должны:

- знать, как зовут родителей;
- уметь различать по картинкам части суток и времена года, знать, чем они отличаются;
- называть предметы обобщающими словами: овощи, фрукты, одежда, цветы, деревья, посуда, птицы, грибы, животные, ягоды или выделять их по обобщающему слову, названному взрослым;
- знать названия некоторых профессий (воспитатель, врач, летчик, пожарный, машинист);
- определять особенности деятельности детей и специфику их одежды в зависимости от времени года;
- знать и уметь находить в окружающей обстановке девять цветов: красный, зеленый, желтый, синий, оранжевый, коричневый, черный, голубой, розовый;
- знать и уметь рассказывать несколько сказок;
- знать некоторые правила дорожного движения: переходить улицу в специальных местах, переходить только на зеленый сигнал светофора;
- адекватно вести себя в знакомых ситуациях на прогулке, дома, в гостях.

К пяти годам дети должны:

- знать свое имя и фамилию, называть всех членов своей семьи, свой домашний адрес, название своего города;

- знать название основных профессий, объяснять, чем занимаются люди этих профессий;
- называть группы предметов обобщающим словом;
- знать основные правила дорожного движения;
- знать последовательность времен года, частей суток;
- различать окружающие предметы, знать их назначение, характеризовать материалы, из которых они изготовлены;
- различать и называть деревья, кустарники по коре, листьям, плодам;
- составлять небольшой рассказ о предмете, картинке, по теме, предложенной взрослым;
- уметь последовательно и выразительно пересказывать небольшие литературные произведения.

К шести годам дети должны:

- знать свое имя и фамилию, имя и отчество своих родителей, свой домашний адрес, название своего города, название столицы родины;
- знать название основных профессий, объяснять, чем занимаются люди этих профессий;
- называть группы предметов обобщающим словом;
- знать основные правила дорожного движения;
- знать последовательность времен года, частей суток;
- различать окружающие предметы, знать их назначение, характеризовать материалы, из которых они изготовлены;
- различать и называть деревья, кустарники по коре, листьям, плодам;
- знать несколько зимующих, перелетных птиц.

К семи годам дети должны:

- называть свое имя и фамилию, имя и отчество своих родителей, свой домашний адрес, название своего города, название столицы родины;
- знать название основных профессий, объяснять, чем занимаются люди этих профессий;
- называть группы предметов обобщающим словом;
- знать основные правила дорожного движения;
- знать последовательность времен года, частей суток, дней недели, название месяцев;
- отличать животных, птиц, насекомых;

- отличать садовые цветы от полевых, деревья от кустарников;
- знать и называть все явления природы, распознавать их по окраске, размерам;
- знать о сезонных изменениях в природе;
- различать окружающие предметы, знать их назначение, характеризовать материалы, из которых они изготовлены.

РАЗВИТИЕ РЕЧИ

Развитие речи тесно связано с общим психическим развитием ребенка. Базовыми предпосылками для развития речи являются коммуникативная направленность общения, интерес ребенка к окружающему миру, слуховое внимание и восприятие, развитый фонематический слух, согласованное взаимодействие нескольких ведущих анализаторов, готовность артикуляционного аппарата, развитие основных функций речи.

Каждый поступающий в школу ребенок прежде всего должен научиться читать и писать. Чтобы у ребенка не возникло трудностей в овладении письменной речью, он должен владеть определенными навыками и умениями:

-прежде всего ребенок должен правильно произносить звуки родного языка, уметь различать их на слух, определять присутствие и примерное место заданных звуков в слове;

-у детей должен быть достаточный словарный запас;

-должен быть сформирован грамматический строй речи (умение грамматически правильно оформлять предложения и образовывать от одних слов другие);

-дети должны хорошо владеть связной речью.

Показатели развития:

К трем годам дети должны:

- выполнять словесное поручение взрослого («Принеси красный кубик; желтый мячик, маленького зайчика»);
- знать название транспортных средств (машина, автобус), частей автомобиля (кабина, кузов, колеса, руль), растений (дерево, трава, цветы), фруктов (яблоко, груша, банан), овощей (морковь, помидор, огурец), домашних животных (кошка, собака, курица) и их детенышей;
- понимать и употреблять в речи глаголы, обозначающие действия (мыть, стирать, вытирать, гладить, лечить и т.д.);
- понимать и употреблять прилагательные, обозначающие величину, вкус, цвет; наречия (близко-далеко, низко-высоко, быстро-медленно, темно-светло и т.д.);

- уметь связно рассказывать об увиденном, нарисованном на картинке (2-4 предложения).

К четырем годам дети должны:

- правильно произносить все звуки родного языка;
- использовать в речи существительные, обозначающие профессии, с которыми его знакомили;
- составлять связный рассказ не менее чем из 3-4 предложений;
- понимать содержание картинок и рассказывать, что на них нарисовано;
- правильно называть существительные в единственном и множественном числе;
- понимать значение и правильно употреблять предлоги «под, на, перед, в, над»;
- пересказывать небольшие литературные тексты, правильно отвечать на вопросы по содержанию текста.

К пяти годам дети должны:

- правильно произносить все звуки, говорить не торопясь, выразительно;
- употреблять в речи простые и сложные предложения;
- пользоваться прямой и косвенной речью;
- поддерживать непринужденную беседу;
- составлять небольшой рассказ о предмете, картинке, по теме;
- понимать прочитанный текст, устанавливая явные причинно-следственные отношения, и отвечать на поставленные вопросы;
- понимать и передавать характер, особенности и повадки знакомых персонажей сказок, рассказов и мультфильмов;
- рассказывать наизусть выученные стихи, петь песенки.

К шести годам дети должны:

- правильно произносить все звуки, говорить не торопясь, выразительно;
- употреблять в речи простые и сложные предложения;
- пользоваться прямой и косвенной речью;
- поддерживать непринужденную беседу;
- выражать свои мысли, наблюдения и эмоциональные переживания в речевых высказываниях;
- употреблять в речи названия предметов и детенышей животных с использованием уменьшительно-ласкательных суффиксов;
- понимать и использовать в активной речи предлоги «в, на, под, за, перед, около, у, из, между»;

- использовать в речи глаголы настоящего и прошедшего времени;
- использовать в речи имена существительные и глаголы в единственном и множественном числах;
- отвечать на вопросы по содержанию знакомой сказки, перечислять ее основных персонажей;
- знать 2-3 считалки, потешки.

К семи годам дети должны:

- уметь сравнивать самостоятельно предметы между собой, называть несколько существенных признаков сходства и отличия;
- самостоятельно составлять связный рассказ не менее чем из 6-7 предложений;
- составлять рассказы из личного опыта;
- изменять слова, образуя новые;
- пересказывать небольшие рассказы;
- выразительно исполнять стихи, интонационно разнообразно передавать их в зависимости от содержания;
- правильно употреблять трудные формы знакомых слов;
- использовать в речи антонимы (слова с противоположным значением);
- отгадывать загадки, понимать образные выражения;
- поддерживать непринужденную беседу;
- составлять небольшой рассказ о предмете, картинке, по теме, предложенной взрослым.

ОБУЧЕНИЕ ГРАМОТЕ

Ребенок к семи годам должен:

- знать и уметь писать печатные буквы русского алфавита;
- определять количество слогов в словах;
- определять количество звуков в словах;
- определять место заданного звука в слове;
- анализировать звуковой состав слова;
- различать гласные и согласные звуки и буквы;
- различать твердые и мягкие согласные;
- составлять предложения из 2-4 слов, понимать, что слова в предложении произносятся в определенной последовательности.

РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ И ПОДГОТОВКА РУКИ К ПИСЬМУ

Развитие ручной моторики тесно связано с речевым, психологическим и личностным развитием ребенка. Общеизвестно, что развитие ручной моторики зависит как от физической зрелости коры головного мозга, так и от условий воспитания, которые либо стимулируют ее развитие, либо задерживают.

Чтобы ребенку овладеть орудийными действиями, необходимо научить его соотносить свои действия с конкретной практической задачей, научить захватывать предметы с учетом их свойств, в частности, величины.

Важно сформировать у детей различные типы хватания, сформировать умение оперировать каждой рукой, кистью руки, сформировать согласованность действий обеих рук, выделять каждый палец в отдельности.

Овладение различными типами хватания - захват в кулак, хватание щепотью, противопоставление большого пальца всем остальным, использование указательного захвата (двумя пальцами - большим и указательным) - позволяет расширить регистр орудийных действий ребенка.

Упражнения для развития общей моторики направлены на повышение функционального уровня систем организма (дыхательной, сердечно-сосудистой), на развитие таких двигательных качеств и способностей ребенка, как сила, ловкость, быстрота, координация, на развитие свойств психики (внимания, сообразительности, ориентировки в пространстве).

Важным показателем готовности ребенка к школьному обучению является развитие тонкой моторики. Умение производить точные движения кистью и пальцами рук имеет большое значение для овладения письмом.

При подготовке ребенка к школе важнее не учить его писать, а создавать условия для развития мелких мышц рук.

Существует много игр и упражнений по развитию моторики:

1. Лепка из глины и пластилина (из снега - зимой, летом из песка и камешков).
2. Рисование, раскрашивание картинок.
3. Изготовление поделок из бумаги (аппликации).
4. Изготовление поделок из природного материала.
5. Конструирование.
6. Застегивание и расстегивание пуговиц, кнопок, крючков.

7. Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на веревке.
8. Завинчивание и развинчивание крышек, банок, пузырьков.
9. Нанизывание бус и пуговиц.
10. Плетение косичек из ниток, венков из цветков.
11. Переборка круп (горох, гречка, рис).
12. «Показ стихотворения». Ребенок показывает руками все, о чем говорится в стихотворении. Во-первых, так веселее, а значит, слова и смысл запомнятся лучше. Во-вторых, такой маленький спектакль поможет ребенку лучше ориентироваться в пространстве и пользоваться руками.
13. «Теневого театр». Дети вместе со взрослыми выполняют различные фигурки из пальцев. Все эти упражнения приносят тройную пользу ребенку: во-первых, развивают его руки, готовят к овладению письмом; во-вторых, формируют у него художественный вкус, что полезно в любом возрасте и в-третьих, учеными доказано, что развитие рук связано с развитием речи и мышления ребенка.

Уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память и внимание, связная речь.

Показатели развития:

К трем годам дети должны:

- выполнять движения кистями и пальцами рук по подражанию и образцу;
- выделять отдельно каждый палец на своей руке по просьбе взрослого на основе подражания («поиграй на пианино»);
- показывать по просьбе взрослого указательный или большой пальцы;
- захватывать мелкие игрушки, предметы щепотью и опускать их в сосуд;
- проводить линии по пунктирам, не выходя за края дорожки;
- проводить прямые линии в разных направлениях;
- раскрашивать рисунки, не выходя за контуры.

К четырем годам дети должны:

- брать мелкие предметы указательным типом хватания;
- выполнять знакомые движения руками и пальцами по подражанию, образцу, слову;

- показывать по просьбе взрослого и называть указательный и большой пальцы, остальные показывать (мизинец, средний, безымянный);
- проводить пальцем и карандашом плавную непрерывную линию от начала до конца дорожки разной ширины;
- проводить линии по пунктирам, не выходя за края дорожки;
- проводить прямые линии в разных направлениях;
- штриховать или раскрашивать рисунки, не выходя за контуры;
- уметь копировать простейшие рисунки;
- уметь обводить рисунок по точкам и по линиям.

К пяти годам дети должны:

- застегивать и расстегивать пуговицы на своей одежде;
- показывать по просьбе взрослого и называть все пальцы на своих руках;
- выполнять игровые упражнения с пальцами с речевым сопровождением;
- уметь проводить прямые и волнистые линии, не отрывая карандаш от бумаги и не выходя за контуры;
- уметь обводить рисунок по точкам и по линиям;
- уметь аккуратно раскрашивать картинки, не выходя за контуры рисунка;
- уметь штриховать фигуры ровными прямыми линиями, не выходя за контуры;
- уметь копировать простейшие рисунки.

К шести годам дети должны:

- застегивать и расстегивать пуговицы;
- владеть навыками шнуровки;
- свободно владеть карандашом и кистью при разных приемах рисования;
- изображать в рисунке несколько предметов, объединяя их единым содержанием;
- штриховать или раскрашивать рисунки в разных направлениях, не выходя за контуры;
- обводить предметы по контуру карандашом плавным непрерывным движением;
- ориентироваться на листе бумаги, правильно располагая рисунок на листе;
- ориентироваться в тетради в клетку, обводить клетки, считать их, проводить горизонтальные и вертикальные линии;
- передавать в рисунке точную форму предмета, пропорции, расположение частей;
- уметь копировать простейшие рисунки;
- уметь обводить рисунок по точкам и по линиям.

К семи годам дети должны:

- свободно владеть карандашом и кистью при разных приемах рисования;
- изображать в рисунке несколько предметов, объединяя их единым содержанием;
- штриховать или раскрашивать рисунки, не выходя за контуры;
- ориентироваться в тетради в клетку или в линию;
- передавать в рисунке точную форму предмета, пропорции, расположение частей;
- уметь копировать простейшие рисунки, фразы;
- уметь обводить рисунок по точкам и по линиям.

В ходе проведения индивидуальных занятий у детей развиваются внимание, память, умение слушать, доводить начатое дело до конца, усидчивость, самостоятельность.

ВНИМАНИЕ

Показатели развития:

К трем годам дети должны:

- выполнять задание, не отвлекаясь около 3-4 минут;
- удерживать в поле зрения не менее 3-4 предметов;
- находить 2-3 отличия между предметами;
- выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;
- уметь находить одинаковые предметы, фигуры;
- уметь находить предметы, отличающиеся от других.

К четырем годам дети должны:

- выполнять задание, не отвлекаясь около 8-10 минут;
- удерживать в поле зрения не менее 4-5 предметов;
- находить 3-4 отличия между предметами;
- выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;
- уметь находить одинаковые предметы, фигуры.

К пяти годам дети должны:

- выполнять задание, не отвлекаясь в течение 10-12 минут;
- удерживать в поле зрения 6-7 предметов;
- находить 5-6 отличий между предметами;
- выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;
- уметь находить одинаковые предметы.

К шести годам дети должны:

- выполнять задание, не отвлекаясь в течение 15 минут;
- удерживать в поле зрения 8-10 предметов;
- находить 7-8 отличий между предметами;
- выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;
- уметь находить одинаковые предметы.

К семи годам дети должны:

- выполнять задание, не отвлекаясь около 20 минут;
- удерживать в поле зрения не менее 10 предметов;
- находить 10 отличий между предметами;
- выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;
- копировать в точности узор или движение;
- уметь находить одинаковые предметы.

ПАМЯТЬ

Показатели развития:

К трем годам дети должны:

- уметь запоминать не менее 3-4-х предложенных предметов или названных слов;
- повторять дословно предложения, состоящие из 2-3-х слов;
- рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки (по вопросам);
- запоминать расположение игрушек (2-3-4), называть по памяти, что где находилось.

К четырем годам дети должны:

- уметь запоминать не менее 4-5 предложенных предметов или названных слов;
- уметь рассказывать по памяти стихи, сказки, рассказы;
- повторять дословно предложения, состоящие из 3-4-х слов;
- рассказывать по памяти о событиях своей жизни и окружающей обстановке;
- рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки;
- запоминать расположение игрушек (3-4), называть по памяти, что где находилось.

К пяти годам дети должны:

- уметь запоминать не менее 6 предложенных предметов или названных слов;
- уметь запоминать стихотворения, потешки, загадки;
- пересказывать содержание небольшого произведения или сказки;

- помнить и рассказывать события, которые произошли накануне, а также яркие события жизни;
- запоминать и повторять небольшие фразы;
- уметь сравнивать два изображения по памяти.

К шести годам дети должны:

- уметь запоминать не менее 7-8 предложенных предметов или названных слов;
- уметь запоминать и рассказывать стихотворения, потешки, загадки;
- пересказывать близко к тексту рассказы или сказки;
- запоминать ряды цифр (от 4 до 6) зрительно и на слух;
- запоминать и повторять фразы, состоящие из 7-8 слов;
- рассказывать о событиях своей жизни, вспоминая все подробности;
- рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки.

К семи годам дети должны:

- уметь запоминать не менее 9-10 предложенных предметов или названных слов;
- уметь рассказывать по памяти стихи, сказки, рассказы;
- повторять дословно предложения, состоящие из 9-10 слов;
- повторять ряды цифр (от 5 до 7), запоминая их зрительно и на слух;
- подробно рассказывать по памяти о событиях своей жизни и окружающей обстановке;
- подробно рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки;
- запоминать расположение игрушек (8-10), называть по памяти, что где находилось.

! Если ребенок не посещает детский сад, то задача родителей – помочь ребенку еще до школы научиться ориентироваться в названных выше вопросах, подготовить его к восприятию школьной программы.

- Заниматься можно сразу по нескольким направлениям.
- Длительность занятий вначале не должна превышать 10-15 минут, но по желанию детей может быть и дольше.
- Нельзя допускать переутомления детей.
- Не надо торопить ребенка, необходимо давать достаточно времени для выполнения каждого задания.
- По окончании работы обязательно нужно похвалить ребенка.

Заключение

В методическом пособии рассмотрена проблема трудной жизненной ситуации для ребенка и для родителя, как она представляется и осмысливается клиентом (родителем) и специалистом, который работает с семьей. Трудная жизненная ситуация всегда субъективна и находит преломление в конкретной личности.

В первой главе мы обсудили, что объективная (правовой аспект) и субъективная картина ситуации (психологический аспект) не совпадают. Существует различие между кризисными ситуациями, которые всегда приводят к посттравматическому стрессовому расстройству, и трудными жизненными ситуациями, которые находят отражение в эмоциональном неблагополучии или социальном функционировании ребенка и родителя. Даже не попадая, к счастью, в кризисную ситуацию, человек оценивает некоторые ситуации в своей жизни как трудные. Особенно это касается ситуаций, связанных со здоровьем ребенка.

Родители обращаются к нам, специалистам-консультантам, за помощью, когда не могут справиться с проблемой самостоятельно. Мы имеем два субъекта консультирования – родитель и ребенок. Консультирование семьи проводится специалистами разного профиля: врачами-психиатрами, неврологом, психологами, психотерапевтами. Очень важной оказывается преемственность в работе специалистов и комплексная помощь. В связи с этим возникает необходимость консультационной службы помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Соответственно деятельность службы имеет два направления – помощь родителям и помощь ребенку. Технологии работы были описаны ранее во второй главе. Деятельность консультационной службы заключается в консультировании детей и родителей; поддерживающих группах для родителей, семейной психотерапии; психотерапевтической и психокоррекционной работе с детьми.

Литература

1. Алексеева Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. – СПб., 2007.
2. Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты. Психология горевания. – М., 2007. С.24-27, 106-117.
3. Вологодина Н.В. Сказкотерапия или как стать победителем. – Ростов – на – Дону, 2006.
4. Грюнвальд Бернис Б., Макаби Гарольд В. Консультирование семьи. – М., 2008.
5. Евтихов О.В., Трепашко Т.В. Грааль мудрости. Книга 2. – СПб., 2005.
6. Жестокое обращение с детьми / под ред. Т. Я. Сафроновой, Е. И. Цымбала. — М., 2001.
7. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. – СПб., 2005.
8. Копытин А.И. Основы арт-терапии. – СПб., 1999.
9. Кудзилов Д.Б. Практика психокоррекции методом сказкотерапии. – СПб., 2003.
10. Организация диагностической и психокоррекционной работы с детьми, оказавшимися в кризисных ситуациях. – Ростов – на – Дону, 2001.
11. Осипова А.А. Общая психокоррекция. – М., 2002.
12. Оценка психологического состояния и отклонений поведения у детей, пострадавших при межнациональных конфликтах. – М., 1997. С.5-21.
13. Помощь детям, пострадавшим от насилия в семье: правовые аспекты, тренинговые занятия, рекомендации. – Волгоград, 2008.
14. Родионов В.А., Ступницкая М.А., Ступницкая К.Р. Прививка от стресса. – Ярославль, 2006.
15. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб., 2004.
16. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения, коррекционные программы. – Ярославль, 2004г.
17. Тарасов В.К. Технология жизни: книга для героев. – М., 2001.
18. Ткачева В.В. Психологическое изучение семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии. – М., 2004.

19. Ткачева В.В. Психокоррекционная работа с матерями, воспитывающими детей с отклонениями в развитии. Практикум по формированию адекватных отношений. – М., 1999.
20. Фигдор Г. Беды развода и пути их преодоления. – М., 2006.
21. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. – М., 2004.
22. Фопель К. Как научит детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Практическое пособие для педагогов и школьных психологов. – М., 2003.
23. Шульга Т.И., Олиференко Л.Я. Психологические основы работы с детьми «группы риска» в учреждениях социальной помощи и поддержки. – М., 1997. С.10-15.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Считаете ли Вы, что находитесь в трудной жизненной ситуации (Ситуация, с которой Вы обратились, относится к «трудным» с Вашей точки зрения)?

ДА НЕТ

2. Кратко опишите Вашу ситуацию

3. Какова длительность ситуации (подчеркните нужное):

до 1 месяца до полугода 1год больше года

4. Оцените значимость ситуации для Вас в баллах (0 – минимальная выраженность, 5 – максимальная, подчеркните нужное)

0 1 2 3 4 5

5. Оцените значимость ситуации для ребенка

0 1 2 3 4 5

6. Какие переживания вызывает ситуация у Вас? (подчеркните все, что считаете нужным)

- физические: бессонница, головные боли, другое _____

- психологические: тревогу, страх, ощущение беспомощности, неуверенности, состояние напряженности, снижение настроения, другое _____

- социальные: изменился круг общения; отрицательная реакция окружающих, знакомых; ощущение неловкости и неудобства перед другими; распалась семья; потеря работы; другое _____

7. Какие переживания вызывает ситуация у ребенка?

- физические: нарушение сна, головные боли, другое _____

- психологические: тревогу, страх, ощущение беспомощности, неуверенность, состояние напряженности, снижение настроения, другое _____

- социальные: трудности общения; отрицательная реакция окружающих; ощущение неловкости перед другими; другое _____

8. Затрагивает ли ситуация всю семью или отдельных ее членов?

9. Каковы причины возникшей ситуации с Вашей точки зрения?

10. Считаете ли Вы возникшую ситуацию достаточно распространенной?

ДА НЕТ

АНКЕТА ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТА

Консультирование Индивидуальные занятия

Специалист (ФИО, должность) _____

оказывает консультативную помощь семье _____

Ребенок (ФИО, возраст) _____

Состав семьи:

Число обращений:

1. Находится ли семья в трудной жизненной ситуации?

ДА НЕТ

2. Кратко опишите ситуацию

3. Оцените объективную значимость ситуации в баллах (0 – минимальная выраженность, 5 – максимальная, отметьте нужное)

0 1 2 3 4 5

4. Оцените значимость ситуации для ребенка

0 1 2 3 4 5

5. Оцените значимость ситуации для родителя

0 1 2 3 4 5

6. Сфера нарушений общего развития ребенка (отметьте нужное):

-сомато-вегетативные нарушения;

-нарушения в когнитивной сфере;

-эмоциональные нарушения;

-нарушения поведения;

-личностные нарушения;

-нарушение социальных отношений;

-нарушение адаптации;

-нарушения детско-родительских взаимоотношений;

-нарушений не обнаружено.

7. Необходимые виды помощи семье (подчеркните нужное): информационная, консультативная, психологическая поддержка родителей, медицинская (лечение), дефектологическая, логопедическая, психологическая коррекция нарушений, психотерапевтическая, семейная психотерапия.

8. Считаете ли Вы ситуацию достаточно распространенной?