

Групповая коррекция нарушений поведения у детей разного возраста

Ю. А. Баркова;
Ж. М. Глозман,
доктор психологических наук

Теоретические основы групповой коррекции нарушений поведения у детей

В настоящее время очень многие родители приводят своих детей в психологические центры с жалобами не только на трудности в учебе, но и на проблемы эмоционального характера, нарушения поведения в семье и школе. В результате дети без выраженных когнитивных нарушений, без диагностированной отчетливой неврологической или психиатрической патологии вынуждены многократно менять школу или даже переходить на домашнее обучение. Основные проблемы, на которые жалуются родители, заключаются в неумении детей организовать и контролировать собственное поведение для эффективного взаимодействия с окружающими, т. е. в конечном счете в нарушениях общения, представляющих реальную опасность для здоровья личности и полноценного развития детей [2]. Так как подобные умения формируются у ребенка в социальной среде и являются продуктом общения со взрослыми и сверстниками, эффективная коррекция нарушений социального взаимодействия возможна только в группе. Развитие коммуникативных навыков и повышение самооценки оказываются важным фактором преодоления школьной дезадаптации [3].

Преимущество группы заключается в том, что группа представляет собой своеобразный островок мира, в котором ребенок с помощью педагога и других членов группы может проанализировать собственное поведение и опробовать его новые формы. Это достигается с помощью особой организации общения в группах, активного социального обучения, главной характеристикой которого является «соответствие самой процедуры обучения тем процессам и явлениям, которые создаются в ходе его реализации, т. е. отношения участников группы тренинга строятся в полном соответствии со всеми требованиями общения-диалога» [5, с. 145]. Следует отметить, что методы активного социального обучения или социально-психологического тренинга, одной из форм которого является групповая коррекция поведения детей, восходят еще к идеям интенсивного общения К. Роджерса [4], его принципу «здесь и теперь», т. е. к анализу непосредственно происходящего в данной группе, принципу партнерства и равенства участников группы (совместного восприятия и обсуждения общей увиденной ситуации или проблемы и максимального учета интересов всех участников), осознания и эмоционального переживания проблем каждого члена группы, умения ставить себя в позицию другого, прочесть ситуацию его глазами и т. д. Это значит, что в группе внимание сосредоточено на непосредственном опыте и вовлечении в него.

Группа — это идеальная обстановка для детей, нуждающихся в освоении навыков социальных контактов. Стремление детей к обществу других детей естественно, в подростковом возрасте межличностное общение становится ведущей деятельностью ребенка, но далеко не всегда коммуникативные умения оказываются достаточно сформированными к подростковому возрасту, не говоря уже о младшем школьном. Создавая детям условия для общения, можно помочь им понять и преодолеть препятствия, блокирующие этот естественный процесс.

Потенциальное преимущество условий группы — это возможность получения обратной связи и поддержки от других детей. Обратная связь позволяет членам группы контролировать и исправлять свое неадекватное поведение. Значимая обратная связь оказывает влияние на оценку индивидом своих установок и поведения, на формирование «Я-концепции», развернутого многогранного образа Я на уменьшение разрыва между «Я реальным» и «Я идеальным», что является первичной и базовой образующей компетентности в общении. Именно благодаря обратной связи улучшается принятие себя и других, разрешаются внутренние психологические проблемы [2, 5, 8, 11]. В целом повышается коммуникативная компетентность участников, каждый без использования прямых оценок узнает, что чувствует и думает по его поводу партнер в процессе общения, каким его видят другие и каково его влияние в межличностных отношениях. В процессе группового взаимодействия приходит осознание и принятие ценностей и потребностей других. В группе ребенок чувствует себя принятым и принимающим, пользующимся доверием и доверяющим, окруженным заботой и заботящимся, получающим помощь и помогающим. Реакции других на ребенка и его на других в группе могут облегчать разрешение межличностных конфликтов вне группы. В поддерживающей и контролируемой обстановке ребенок обучается новым умениям, экспериментирует с различными стилями отношений. Наблюдая происходящие в группе взаимодействия, участники могут идентифицировать себя с другими и использовать установившуюся эмоциональную связь при оценке собственных чувств и поведения. При этом у них развиваются умение фиксировать и делать предметом рассмотрения актуально переживаемые эмоции, навыки социальной перцепции, формируется «резонанс состояний: желание высказаться — желание выслушать; желание объяснить — желание понять» [4, с. 124].

Группы тренинга общения — это своего рода обучающая лаборатория, в которой группа стремится определить как можно больше возможностей выбора при встрече с жизненными трудностями и проблемами, найти новые стратегии и формы поведения.

Участники группы могут исследовать свои межличностные стили и экспериментировать с ними, устанавливая взаимоотношения с другими членами, которые дают обратную связь [13]. Опыт, приобретаемый в специально организованных группах, помогает решению проблем, возникающих при межличностном взаимодействии. Такие скрытые факторы, как социальное давление, манипулирование партнером, взаимовлияния, повседневно существующие в школе, в компании друзей, семье, осознаются, становятся очевидными в психокоррекционной группе и воздействуют на индивидуальные жизненные установки и изменения поведения. В результате аффективные переживания, происходящие в искусственно создаваемой обстановке, могут естественно переноситься во внешний мир, способствовать личностному росту ребенка и коррекции его поведения, воздействовать на его эмоционально-волевую сферу.

Критерии формирования коррекционных групп

Организация групповых занятий с детьми во многом определяется их возрастом, от которого, в частности, зависит и уровень общения ребенка, и, соответственно, характер нарушений поведения в случае недосформированности этого уровня.

Анализ жалоб обращавшихся в наш центр родителей позволяет сделать вывод, что нарушения поведения, по поводу которых чаще всего к нам обращаются, — это повышенная тревожность, агрессивность, гиперактивность и в очень редких случаях аутичность детей. Прослеживается некоторая взаимосвязь жалоб родителей и возраста детей. Но во всех случаях это такие формы поведения ребенка, которые не позволяют ему адекватно взаимодействовать с социумом.

Исходя из вышесказанного нами была выбрана такая форма групповой работы, как группа тренинга общения. Целью групп тренинга является рост личности через расширение сферы осознания себя и других, а также процессов, происходящих в группе. Группы тренинга используются как лаборатории для развития и отработки умений межличностного общения.

Для того чтобы этот процесс был наиболее эффективным, детские группы общения целесообразно формировать в зависимости от возраста ребят.

В нашем Научно-исследовательском центре психологической защиты семьи и детства мы проводили групповую коррекцию в трех группах детей численностью от 5 до 8 человек в каждой группе:

Группа детей от 6 до 9 лет. Данная группа включала детей с такими проблемами, как гиперактивность, тревожность, агрессивность. В группе были как мальчики, так и девочки. Группа была открытой. Занятия проводились еженедельно по 1 ч. 30 мин в течение учебного года.

Группа детей от 10 лет до 12 лет. В ней собрались тревожные и агрессивные дети (девочки и мальчики). Группа была открытой. Занятия проводились 2 раза в месяц по 3 часа в течение учебного года.

Группа детей от 12 до 15 лет. В этой группе собрались преимущественно тревожные дети. Группа была открытой, разнополой, но постоянными участниками чаще были девочки. Занятия проводились 2 раза в месяц по 3 ч. в течение учебного года.

Методы групповой коррекции

В работе использовались игровые методы, методы арттерапии, телесно-ориентированной терапии, психодраммы, а также ролевые игры.

Остановимся сначала на методах телесно-ориентированной терапии, так как их применение в групповой коррекции мало описано в литературе. Чем младше ребенок, тем больше степеней свободы и легкости имеет его тело. Изначально почти всю информацию об окружающем мире ребенок получает через телесные ощущения, поэтому на разных участках тела имеются зоны, «запоминающие» на всю жизнь положительные и отрицательные отпечатки общения с миром [10]. Не зря считается, что память тела самая крепкая. В результате переживаний и эмоциональных проблем образуются телесные зажимы, напряжения, а порой и психосоматические проявления [10].

Чем меньше мышечных зажимов и отрицательных отметин на теле человека, тем здоровее, свободнее и благополучнее он себя ощущает. Именно поэтому необходимо уделить большое внимание этому аспекту коррекции.

Таким образом, одной из задач, которые мы ставили перед собой, было снятие мышечных зажимов, обучение детей снятию мышечных зажимов и эмоционального напряжения, обучение их способам саморегуляции. Особенно хорошо для этого подходят игры, направленные на развитие сенситивности [9], например, игра «Рисунки на спине». Данная игра похожа на всеми любимый «Испорченный телефон», но только здесь загадываемое слово рисуется на спине. Дети сидят в кругу спиной друг к другу и рисуют то, что, как они поняли, нарисовали им на спине. Когда круг замыкается, становится понятным, отгадали они или нет. Желательно, чтобы каждый ребенок побывал в роли начинающего. Эту игру особенно

любят дети младшего возраста. Весьма эффективными оказались и танцевальные методы [3, 10]. Эти методы способствуют самовыражению, высвобождению эмоций, преодолению внутренних конфликтов, разрядке. Создание положительного образа собственного тела ведет к самопринятию. Групповые танцы и гимнастические упражнения создавали уникальную возможность для тренировки обратной связи (получение информации о том, как тебя воспринимают и принимают другие). Этому способствовало также обязательное групповое обсуждение каждого занятия в целом и всех его фрагментов.

Дети, посещавшие группу, имели тенденцию к неадекватному поведению (тревожные, агрессивные, гиперактивные дети), поэтому было необходимо уделить внимание отработке конкретных навыков общения в возможных ситуациях, а также обучению способам выражения своих чувств адекватным образом (особенно актуально это для агрессивных детей). Эффективно были использованы психодрамма и ролевые игры [1]. Серьезное внимание обращалось также на тренировку невербальных средств общения (жесты, мимика, пантомима и др.). Это способствовало развитию социальной перцепции.

Большое внимание также уделялось совершенствованию позитивных качеств взаимодействия в группе (эмпатия, доверие и др.), а также развитию таких дефицитарных регуляторных функций, как внимание, контроль поведения, двигательный контроль (особенно актуально это было для детей младшего возраста). Для этого очень подходят такие всем известные игры, как «Поводырь и слепой» [6], «Зеркало», а также более сложный вариант «Зеркала» — «Тень»: один играющий ходит по помещению, делает разные движения, а его партнер встает сзади, он — его тень и должен быстро повторять его движения. Дети любого возраста любят игру «Восковая палочка» [12]. Все участники группы становятся плотно друг к другу, чувствуя друг друга. В центр круга ставится один из участников. Тот, кто стоит в центре (восковая палочка), закрывает глаза и максимально расслабляется; его раскачивают остальные участники группы. Желательно, чтобы на месте «восковой палочки» побывал каждый ребенок в группе.

В групповой коррекции также большое внимание уделялось повышению самооценки детей. Очень полезными для этого были упражнения, в которых дети подчеркивали положительные стороны друг друга. В конце занятия, например, можно проводить «похвалки»: дети хвалят друг друга и отмечают то, что у каждого сегодня получилось хорошо. Также полезными были игры, в которых каждый может побыть в центре внимания. Например, методика «Сочини свой танец» [7]: ведущий встает в центр круга и под музыку выполняет танцевальные движения, остальные копируют его танец, и далее по кругу каждый становится в центр. Дети постарше любят импровизированные концерты, где один или несколько человек играют роль «звезды» или популярной группы.

Очень интересным является проведение в группе рисуночных техник. Этими упражнениями можно стимулировать творчество и осознание собственных чувств и эмоций (индивидуальное рисование). Многие упражнения очень полезны для анализа межличностных взаимоотношений и конфликтов (рисование с партнером). Можно также исследовать ролевые взаимоотношения в группе и влияние членов группы на индивидуальное творчество (групповое рисование).

Анализ результатов групповой коррекции

По результатам, полученным на занятиях в трех разновозрастных группах детей, можно сделать некоторые предварительные заключения, нуждающиеся в подтверждении на большей выборке детей.

Прежде всего, остановимся на возрастных различиях в групповой деятельности. Очень интересными нам показались различия в реакции детей разного возраста на фактор открытости/закрытости группы. В младшей группе дети не воспринимали болезненно появление

в группе нового члена, а иногда и вовсе не замечали этого. Возможно, причина заключается в том, что у младших детей еще не сформирован контекст общения.

В средней группе (10-12 лет) дети реагировали на это болезненно. Как правило, детям, приходившим вновь, было сложно войти в круг, другие дети их не принимали и не отталкивали, но держались обособленно. Если же случалась конфликтная ситуация, то новички оказывались одни. Но это сглаживалось в ситуации введения еще одного нового члена группы: стоило появиться следующему новичку, как «старый» новичок становился своим.

Что касается подростков, то им, наоборот, очень нравилось, что группа является открытой. Они радовались, когда появлялся новый человек. Возможно, объясняется это их большей направленностью на общение и лучшим развитием навыков общения.

Интересно также проанализировать феномен лидерства и его динамику в ходе групповой деятельности. В младшей группе было два претендента на роль лидера. Группа долго к ним присматривалась, поддерживала то одного, то другого. Так сложилось, что оба претендента были гиперактивными детьми, между ними постоянно возникали конфликты. После того как группа остановила свой выбор на одном из них, члены группы принялись воспитывать лидера. В итоге девочка-лидер стала менее агрессивной, более спокойной, она научилась слышать окружающих, ее движения сделались более плавными. Такие изменения у девочки наблюдались не только в группе: родители отмечали также улучшения в ее поведении.

В группе детей 10-12 лет лидер был выбран сразу же и больше не менялся. Эта группа была очень подвержена влиянию лидера. Если у лидера не было настроения на работу, то и группа не проявляла желания работать. Лидер вне группы был менее инициативным и никогда не являлся лидером. После же коррекции в группе родители мальчика отметили, что он стал центром внимания своих одноклассников, и ему стало намного проще вступать в контакты.

В старшей группе сложилась интересная ситуация, так как лидеры здесь менялись очень часто, и постоянного лидера не было. Но в конце цикла занятий любой из участников группы мог претендовать на лидерство, что является, на наш взгляд, положительным результатом. Дети стали активно демонстрировать свои желания и интересы, чего не делали в начале групповых занятий. Это свидетельствует о появлении ответственности, уверенности в себе, снижении тревожности. После коррекции при неудачах в выполнении заданий дети этой группы старались найти другой путь, а прежде они отчаивались и все бросали.

Эффективность групповой коррекции поведения

Для оценки эффективности проведенной групповой коррекционной работы кроме описанных выше наблюдений за детьми в ходе занятий, в середине и конце цикла коррекции с родителями проводились беседы. Им также предлагалось заполнить специально разработанные анкеты.

Все родители отмечали, что их дети стали более спокойными, у них уменьшились страхи, появились инициативность, терпение, старание. Родители также отмечали, что, после того как дети стали более адекватны и стабильны эмоционально, у них улучшилась успеваемость в школе, существенно уменьшились трудности взаимодействия с учителями и сверстниками. По мнению родителей, у детей исчезла агрессивность, уменьшились конфликты со взрослыми и сверстниками, дети сделались более ответственными, инициативными, внимательными к окружающим, более уверенными в себе.

Заключение

Проведенная работа доказывает эффективность групповой коррекции поведения у детей разного возраста. Психологическим механизмом эффективности коррекции являются действующие в группе механизмы группового взаимодействия. Группу необходимо воспринимать не как совокупность субъектов, а как отдельный уникальный организм, живущий по своим законам и имеющий своего лидера. С развитием компетентности в общении происходит переход от диффузного состояния каждой группы к интегративному, целостному образованию.

Важными условиями эффективности коррекции являются, во-первых, учет возрастных особенностей детей при выборе методик и основных ориентации групповой работы, во-вторых, сочетание когнитивного, эмоционального и телесного воздействий для всестороннего и полноценного преодоления проблем ребенка.

Можно вычленивать три компонента влияния групповой коррекционной работы с детьми: когнитивный (знания об общении, о себе и других), поведенческий (развитие коммуникативных навыков и решение своих проблем) и эмоциональный (самопринятие и толчок к саморазвитию).

В более общем смысле групповая коррекционная работа с детьми разного возраста создает условия для личностного роста членов группы, перестройки элементов их сознания и самосознания для освобождения от жесткой «Я-концепции», мешающей внутренним перестройкам в межличностных контактах, сближения «Я-концепции», т. е. представления ребенка о себе, с «Ты-концепцией» взаимодействующих с данным субъектом, формирования и углубления его рефлексивно-эмпатийной позиции, повышения культуры саморегуляции во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками.

Литература

1. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга // Психотехники: Учебное пособие. М., 1999.
2. Глозман Ж. М. Общение и здоровье личности. М., 2002.
3. Глозман Ж. М., Потанина А. Ю. Нарушения общения и школьная дезадаптация // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2001. № 3.
4. Карпова Н. Л. Основы личностно-направленной логопсихотерапии. М., 1997.
5. Ковалев Г. А., Петровская Л. А., Спиваковская А. С. Об одной из форм психологической помощи учителям и родителям в совершенствовании общения с детьми // Общение и развитие психики. М., 1986.
6. Колошина Т. Ю. Тренинг «Групповая психотерапия и психокоррекция». М., 2000.
7. Кряжева И. Л. Развитие эмоционального мира детей: Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль, 1997.
8. Купер П. Элементы групповой терапии: Введение в психоаналитическую практику / Пер. с нем. С. С. Панкова. СПб., 1998.
9. Лютова Е. К., Монина Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб., 2000.
10. Никитин В. Н. Энциклопедия тела: психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент. М., 2000.
11. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии: Пер. с англ. М., 2000.

12. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании / Под ред. С. В. Березина, К. С. Лисецкого. И. Б. Орешниковой. М., 2000.
13. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: Теория и практика: Пер. с англ. / Общ. ред. и вступ. ст. Л. А. Петровской. М.. 1990.
14. Rogers K. Client-oriented Therapy. Boston, 1951.