



## Конкурс «Новые технологии для “Новой школы”»

Л.А. Бушуева, О.Н. Кондакова

# Программа «Лети, лети, лепесток!»

*Программа-победитель VIII Всероссийского конкурса психолого-педагогических программ «Новые технологии для “Новой школы”» в номинации «Профилактические психолого-педагогические программы». Полный текст программы размещен в электронной версии журнала на CD-диске.*

*Авторы-составители: Л.А. Бушуева, О.Н. Кондакова.*

*В статье описана методика и инструментарий, необходимые психологу для оказания экстренной психологической помощи детям дошкольного возраста, находящимся в кризисном состоянии.*

*Ключевые слова: психотравма, стресс, насилие, психологическая помощь, психологическая поддержка.*

### Актуальность и перспективность

Проблема преодоления кризисных ситуаций в современном обществе получает все большую разработку в отечественной психологии. Научный интерес к ее изучению обусловлен крайней нестабильностью ситуации развития личности в современном обществе. Общественно-исторические потрясения, ломка привычных стереотипов жизнедеятельности, вызванная переоценкой ценностей, и возрастание потока агрессивно настроенной информации снижают способность личности к противостоянию негативным влияниям. В современном мире кризисы становятся скорее правилом, чем исключением.

Кризисные состояния — это особые, выходящие за рамки повседневной жизни состояния, бывающие в жизни каждого человека и возникающие как реакция на какие-либо внешние или внутренние причины и обстоятельства. К сожалению, жизнь ребенка наполнена не только радостями — в ней встречается и настоящее горе. Взрослые часто испытывают растерянность и замешательство, не зная, как и чем помочь ребенку, не имея представления о том, как вести себя. Особенно важно, чтобы взрослый сумел помочь ребенку в кризисной ситуации, смог поддержать его.

Кризис в психологии и психотерапии понимается как нечто, хотя и опасное, но содержащее в себе возможность развития. Принятие правильного решения может повернуть к лучшему развитие сложнейших ситуаций. Необходимо помнить о потенциале роста и развития, сокрытом в кризисе. Если мы не будем забывать об этом, мы сможем лучше помочь нашим клиентам — детям дошкольного возраста, находящимся в кризисном состоянии, собрать свои силы и исполь-

зовать их для изменения своего положения и личностного развития

Процесс проживания ребенком кризисной ситуации неоднороден, состояние ребенка постоянно изменяется.

1. Сначала происходит первичный рост психоэмоционального напряжения, ребенок ищет способ разрешения ситуации, находясь при этом в границах нормальной адаптации. Начало кризиса у ребенка сопровождается подъемом негативных эмоций, которые он «выплескивает» на окружающих. Чаще всего это вызывает у окружения негативную реакцию, приводит к ссорам, дракам, агрессивному поведению и т. д.

2. Если поиски выхода из ситуации оказываются безрезультатными, то происходит дальнейший рост напряжения, что усиливает негативные реакции: злость, гнев, агрессию и т. п.

3. В случае если степень напряжения такова, что требует от ребенка мобилизации всех его внешних и внутренних сил, то можно наблюдать первые признаки нарушения адаптации.

4. Если все оказывается тщетно, наступает стадия, характеризующаяся чувством беспомощности, безнадёжности и отчаяния, особым изменением поведения, что в конечном итоге может привести к интеллектуальной и эмоциональной дезорганизации личности ребенка, нарушению его развития, психосоматическим заболеваниям. Именно на последней фазе наиболее вероятны девиантные формы выхода из кризиса (например, физическая агрессия и аутоагрессия вплоть до суицида, даже у детей дошкольного возраста), апатия и прекращение сопротивления, психозы, тяжелые психосоматические заболевания и т. д.

Таким образом, симптомами переживания кризисной ситуации у детей являются:

- изменение аппетита и веса тела;
- потеря энергии;
- изменение продолжительности сна;
- изменение психомоторной активности;
- мысли о смерти;
- социальная замкнутость;
- несвойственная раньше агрессивность;
- соматические жалобы;
- ожидание наказания.

Реакции на одно и то же травматическое событие даже у детей одного возраста могут быть различными: один ребенок может быть подавленным и испуганным, другой начинает агрессивно себя вести, третий сосредотачивается на заботе о других. Во многом эти реакции определяются тем, как ребенок понимает, что произошло, и какие последствия это событие имеет для него лично; насколько он чувствует поддержку со стороны семьи; как относится к себе; какие у него имеются характерологические особенности и какие выработались формы реагирования на трудности.

Травматические события влияют на все сферы функционирования ребенка: на его представление о мире и о себе, на его эмоциональность и поведение.

Возрастные особенности мышления в значительной степени влияют на переживание детьми травматических событий. В силу возрастного эгоцентризма дети склонны приписывать происходящие вокруг них события себе или своему влиянию. Эта особенность детского мышления приводит к тому, что дети часто чувствуют себя виноватыми в ситуациях, которые от них не зависят и на которые они не могли влиять (насилие, смерть родителей, развод родителей и т. п.). Недостаточность социального опыта приводит к тому, что дети создают мифы, нереалистичные объяснения тому, что произошло, и своей роли в этих событиях. Это позволяет им вернуть себе ощущение предсказуемости и контроля над своей жизнью.

Помимо непосредственного обвинения себя в случившемся («не так был бы одет — не был бы изнасилован»; «не подумал бы про брата плохо — с ним бы ничего не произошло» и т. п.), дети могут решить, что все, что произошло, обусловлено тем, что они «плохие», «ущербные». Это дает детям возможность объяснить то, что несчастье случилось именно с ними, а не с другими. Таким способом дети стремятся сохранить представление о предсказуемости и справедливости устройства мира и... принимают вину на себя.

Помимо когнитивных нарушений, у детей, перенесших психологические травмы, могут возникать стойкие или преходящие эмоциональные расстройства. У детей возникают страх, зачастую преувеличенный, стыд, гнев, постоянно сниженное настроение, которые могут проявляться как в форме

непосредственной реакции на событие, так и в символической форме. Кроме того, может нарушаться способность к регуляции своих эмоций, что приводит к повышенной возбудимости, внезапной плаксивости, частым сменам настроения, неумению преодолеть плохое настроение и т. п.

Помимо появления конкретных страхов, у детей часто повышается уровень общей тревожности, обусловленной внезапным, неожиданным и непредсказуемым характером травматического события. Эта тревога является реакцией на ощущение общей небезопасности и уязвимости (например, ребенок, который не отпускает мать ни на минуту от себя, после того как на его глазах умер отец).

Злость или гнев могут возникать у ребенка как реакция на ощущение несправедливости, на то, что травматическое событие произошло именно с ним, несмотря на то, что он не делал ничего особенно плохого.

Поведение ребенка после травмы может значительно измениться. Наиболее характерные реакции — избегание, агрессивное поведение, саморазрушающее поведение, сексуализация поведения после сексуального насилия.

Родители, как правило, имеют в целом верное представление о состоянии ребенка, но стремятся преуменьшить его негативные аспекты (характерно для родителей детей дошкольного возраста), особенно в тех случаях, когда сами родители вовлечены в травматическую ситуацию или являются ее виновниками. Адекватное понимание и описание травматической ситуации характерно для родителей детей 7–10 лет. Родители детей старшего возраста хуже распознают последствия травмы и ее непосредственную связь с переживаниями и поведением ребенка. Тенденция преуменьшить или скрыть травматический опыт своего ребенка более ярко проявляется в дисгармоничных семьях.

Повышение психологической компетентности ребенка и родителей в отношении последствий травматического события и возникшей кризисной ситуации и путей ее преодоления — один из важных блоков работы в краткосрочном кризисном консультировании, как с точки зрения мотивирования детей и их родителей на посещение занятий, так и с точки зрения преодоления последствий самого кризиса...

### Кризис лишения (утрата)

Серьезной психологической травмой для ребенка является временная или безвозвратная утрата близкого человека. Это может быть длительное отсутствие, например, разлука в связи с госпитализацией ребенка, уход из семьи (развод) или смерть близкого человека, в первую очередь — родителей.

Переживания ребенка, соприкоснувшегося с утратой близкого человека, зависят от уровня его интеллектуального и личностного развития, опыта реаги-



рования на сходные ситуации в прошлом, культурных и религиозных традиций семьи, степени эмоциональной привязанности ребенка к «покинувшему» его человеку. Особенно тяжелые переживания наблюдаются у детей в связи со смертью родителей.

В случае смерти родителя или другого эмоционально близкого человека у детей, как и у взрослых, могут наблюдаться некоторые общие признаки переживания горя, которые соответствуют описанному Линдеманом синдрому острого горя. К общим симптомам горя относятся: соматические нарушения (нарушения дыхания, сна, потеря аппетита, физическая слабость); чувство вины; погруженность в образ умершего; чувство злости, враждебности по отношению к окружающим; утрата моделей поведения.

Переживание, работа горя как травматический процесс включает в себя несколько периодов:

- *первая (начальная) фаза горя* — шок и оцепенение (длится от нескольких секунд до нескольких недель);
- *вторая фаза* — страдания и дезорганизация (продолжается 6–7 недель);
- *третья фаза* — остаточные толчки и реорганизация (продолжается с 40 дня в течение года);
- *четвертая фаза* — завершение.

У детей переживания в связи с утратой близких зависят от характера представлений ребенка о смерти, в свою очередь, обусловленных особенностями возрастного и психического развития ребенка.

У дошкольников в большинстве случаев отсутствует представление о смерти как об универсальном явлении жизни и как об окончательном прекращении жизни. Важной особенностью мыслительной деятельности дошкольника является ее магический характер (смесь фантазий и фактов), в результате чего дошкольник интерпретирует события жизни как результат собственных желаний.

Психическая травматизация дошкольника в случае смерти эмоционально близкого ему человека связана, в первую очередь, с реакцией на разлуку, страхом быть оставленным, брошенным. У дошкольников в этом случае могут наблюдаться периодически интенсивно проявляющиеся чувства печали, грусти. Переживания ребенка обнаруживаются в его играх, снах, фантазиях и симптомах психосоматических расстройств.

У детей 5–9 лет, наряду с моментами магического мышления, наблюдаются явления персонификаций смерти. Смерть отождествляется со сказочным, фантастическим персонажем, наделенным некоторыми волшебными качествами: смерть — это покойник, который крадет детей, скелет, невидимое существо, которое прячется на кладбище, стремится быть незамеченным и обладает огромной силой.

Преобладающими чувствами у детей в этом случае являются чувство одиночества, утраты, эмоциональной пустоты, дистимия, проявляются инактив-

ность, потеря интереса к деятельности. У детей, переживших утрату, часто наблюдаются поведенческие реакции, обусловленные вспышками раздражения, агрессии.

Как для мальчиков, так и для девочек тяжелым травматическим переживанием является смерть прародителей — бабушек и дедушек, что связано с большой вовлеченностью прародителей в воспитательный процесс. Причем для мальчиков в большинстве случаев травматична смерть дедушек, а для девочек — утрата бабушек.

Одно из самых ближайших последствий потери для детей — нарушение их адаптации к повседневной жизни, их поведения. Д.Н. Исаев отмечает наиболее часто встречающиеся клинические проявления реакций дезадаптации (кризисных состояний) у детей, среди них: эмоциональная слабость; аффективная взрывчатость, повышенная возбудимость, гиперактивность; уныние, подавленность; тревожность, беспокойство; страхи; стремление к уединению; заторможенность; трудности контактов со сверстниками; агрессивность, аутоагрессивность; нарушение поведения; расстройства сна, головные боли; мутизм и другие речевые нарушения; невротические реакции. Критерий психологического неблагополучия ребенка, ослабления его способности к адаптации — изменения в поведении ребенка. Это могут быть непонятные, неожиданные слезы, агрессивность, полная распродоточенность внимания, он может плакать, отвергать любовь других; так ребенок прорабатывает стресс имеющимися у него психологическими средствами.

Протест ребенка против насильственного вмешательства в его судьбу может принимать как явные, так и скрытые формы. Иногда только годы спустя видны раны, нанесенные этими скрытыми переживаниями. Переживания ребенка изменяются в диапазоне от вялой депрессии, апатии до резкого негативизма и демонстрирования несогласия; они могут иметь косвенное, непрямое выражение: он может ничего не говорить, но ссориться с друзьями и т. д.

Последствия детской потери могут быть отдаленными и ближайшими. Исследования зарубежных авторов выявили, что перенесенная в детстве потеря влияет на развитие личности ребенка и может обуславливать различные патологии у взрослого человека. К ближайшим последствиям потери можно отнести чрезмерно сильную связь с оставшимся родителем (в случае потери родителя), нарушение адаптации в повседневной жизни: эмоциональную слабость, аффективную взрывчатость, гиперактивность, уныние, подавленность, тревожность, беспокойство, страхи, стремление к уединению, заторможенность, трудности контактов со сверстниками, расстройства сна, головные боли, нарушения речи. Эти ближайшие реакции необходимо выявить для предотвращения более серьезных последствий.

Не пережитая вовремя утрата ведет к развитию различных патологических реакций: высокому уров-



ню депрессии, неврозам, нарушению способности к адаптации и др.

#### **Помощь.**

Для предотвращения нежелательных последствий в судьбе и характере ребенка представляется очень важным отследить ближайшие реакции и при необходимости вовремя помочь. Психологическая помощь ребенку, переживающему утрату, должна по возможности оказываться как в семье, так и в детском саду. Очень важен для самочувствия ребенка психологический климат в семье. Прежде всего, необходимо, чтобы переживание разделялось всеми ее членами. В этот период не надо взваливать на ребенка много обязанностей, работы по дому, но не следует и изолировать ребенка от семейных забот.

Редко случаются такие утраты, которые затрагивают только ребенка, как правило, утрата переживается всей семьей. Нередко родители, поглощенные собственным переживанием, оставляют без внимания своих детей, недооценивая глубину их чувств и способность к сопереживанию. Поэтому для того, чтобы помочь ребенку, необходима работа не только с ним, но и его родителями. Часто случается так, что когда умирает один из родителей, оставшийся родитель не может найти в себе силы самостоятельно справиться с ситуацией и, тем более, помочь ребенку.

Между тем, успешная адаптация взрослых членов семьи является предпосылкой успешной адаптации ребенка. В семьях, переживших травмирующее событие, может наблюдаться повышенная конфликтность, раздражительность, склонность к уходу от ситуации, повышенная опека со стороны матери.

1. Ребенку, переживающему потерю, прежде всего, необходимо *обеспечение эмоционального и тактильного контакта*, нахождение новых способов удовлетворения фрустрированных в результате утраты потребностей, использование компенсаторных возможностей, обеспечивающих замещающую заботу. Нужно предоставить ребенку возможность коррекции чувственного опыта, создать тесные эмоциональные отношения с ним, основанные на принципе безусловного принятия, также полезно использовать *тактильные ощущения, рисование пальцами рук, лепку, невербальное общение*.

2. Важным моментом оказания помощи ребенку является способствование *отреагированию отрицательных переживаний* (с учетом принципа позитивного отношения к открытому выражению эмоций). Детей необходимо учить искусству *сублимации (выражению чувств в приемлемой форме)*, конструктивным способам *отреагирования с помощью символических средств* — в слове, рисунке, истории, в игре.

3. *Графическое отреагирование, обыгрывание* особенно важно для тех детей, которые не могут выразить и осознать свои конфликты из-за бедности своего аффективного словаря. Таким образом, применительно к детям дошкольного возраста целесооб-

разно использование соответствующих возрастным возможностям методов: *игротерапии, сказкотерапии, графического отреагирования*.

4. Важно помочь ребенку в *вербализации, осознании, принятии своих переживаний*, а также в осознании самого случившегося события. Так, только при наличии у ребенка адекватного, реалистического представления о происшедшей смерти возможно нормальное протекание реакции горя. Вербализация — важнейший инструмент осознания. Значение называния эмоций заключается в эмоциональном осознании ребенком себя (при условии адекватного отражения состояний ребенка). Осознание и принятие себя, своей индивидуальности есть не что иное, как осознание собственных эмоциональных реакций и состояний, указывающих на индивидуальное отношение к происходящему.

5. Чрезвычайно полезно для ребенка формирование новых форм эмоционального реагирования, *развитие способности к эмоциональному контакту* путем приобретения умения понимать эмоциональные состояния, адекватно их выражать и полноценно проживать. Осознание собственных эмоциональных реакций и состояний через их выражение не приходит к ребенку автоматически, а развивается во взаимодействии со взрослым, который может способствовать или препятствовать этому. Способам выражения собственных эмоциональных состояний необходимо обучаться. Чрезвычайно важным является называние, принятие и поддержка взрослым эмоциональных проявлений ребенка.

6. Памятуя о том, что не конкретная патогенная ситуация приводит к невротическому расстройству, а отношение данной личности к этой ситуации, целесообразно, прежде всего, изменить это отношение. Для психического здоровья необходима *сбалансированность эмоций*. Поэтому надо научить детей не бояться отрицательных переживаний, дать им возможность понять, что гнев, огорчение, ревность и т. д. — это нормальные чувства, ни плохие, ни хорошие; их испытывают все люди.

7. Наконец, при осуществлении помощи детям, переживающим утрату, необходимо обеспечить индивидуальные пути и средства помощи в зависимости от вида потери и особенностей переживания; *коррекцию неблагоприятных последствий* (чувство вины и др.), в некоторых случаях — специальный комплекс мероприятий для облегчения адаптации ребенка. Исследования показывают, что при оказании своевременной и адекватной возрастным особенностям помощи ребенку неблагоприятные последствия потери можно предупредить, обеспечив ему возможность отреагирования, вербализации, осознания и принятия его негативных переживаний; а также удовлетворение фрустрированных потребностей через замещающую заботу.

Проблемы, разрешаемые в процессе консультирования, индивидуальны. Количество встреч можно



заранее установить только тогда, когда речь идет о решении конкретной проблемы, а в большинстве случаев консультирование продолжается до тех пор, пока ребенок нуждается в таком «сопровождении».

### Кризис разлуки

С кризисами разлуки дети сталкиваются в случаях развода родителей и создания родителями новых семей. Это время эмоциональной и физической разлуки одного из супругов с детьми. Субъективный дистресс и эмоциональные нарушения могут проявляться у детей в этой фазе как более или менее выраженное расстройство адаптации.

Развод для ребенка — это трагедия, связанная с разрушением привычного образа жизни, им трудно это понять и принять. Зачастую поведение ребенка приводит к нарушению его социального функционирования. В это время ребенок, как никогда, нуждается в любви и поддержке, заботе, разумном и честном объяснении происходящего. В случае если такой поддержки нет, ребенок остается одиноким, испытывает чувство собственной вины за происходящий развод, питает надежду на возможное возвращение прежнего статуса семьи, может переживать депрессию в связи с невозможностью что-либо изменить своими силами.

При этом, как правило, дети недостаточно времени проводят с одним из родителей (обычно с отцом), а родители не «сотрудничают» между собой. Проблемы, возникающие в этом периоде, могут усугубляться особым нестабильным состоянием самих родителей, которые не могут быть достаточной опорой для ребенка. Находясь в поиске нового партнера либо переживая одиночество, родитель зачастую эмоционально отдаляется от ребенка.

В ситуации разлуки у ребенка ухудшается здоровье, появляется агрессивность, апатия, разрушаются социальные контакты.

Признаки проявления кризисного состояния в ситуации разлуки: слезливость, тревога, раздражительность, потребность в особом внимании, утомляемость, отказ от общения, конфликты с друзьями, побеги из дома, негативизм, ухудшение здоровья, апатия, нарушение поведения (в том числе, аффективное поведение).

### Помощь психолога.

1. Внимательное отношение к ребенку, эмоциональная отзывчивость, гибкость, терпение.

2. Надо разъяснить ребенку, что причина развода лежит только во взаимоотношениях родителей, а не в его поведении. Каким бы ни было поведение ребенка, даже если оно очень плохое, причиной для развода оно не является.

3. Неоднократно нужно повторять ребенку, что он останется любимым как мамой, так и папой и будет проводить много времени как с одним, так и с другим родителем.

4. Нужно найти и показать положительные стороны или какие-либо преимущества отдельного проживания.

5. Разговор с ребенком должен быть серьезным, исчерпывающим. Не отказывайтесь отвечать на вопросы ребенка, если они у него возникают.

### Помощь родителей.

1. Внимательное отношение к ребенку, эмоциональная отзывчивость, гибкость, терпение.

2. Главное условие — сообщить ребенку о разводе тогда, когда решение принято окончательно.

3. При решающем разговоре с ребенком должны присутствовать оба родителя.

4. Даже если родители поглощены своими проблемами, необходимо уделять ребенку много времени, внимания, не отрываться от ребенка (не ломать сразу стереотипы жизни ребенка).

5. Нужно не обращать внимания, а принимать как временное явление капризность, плохое поведение ребенка.

6. Никогда нельзя при ребенке выяснять отношения, переходить на личности, втягивать его в конфликт, использовать ребенка как свидетеля, сторонника, защитника одного из родителей.

7. Стоит внести что-то привлекательное или новое в жизнь ребенка (котенок, театр и т. п.) — постараться получать вместе новые позитивные ощущения.

### Травматические кризисы

Травматические кризисы возникают в результате внезапного кратковременного или длительного воздействия событий, выходящих за рамки нормального человеческого опыта, к которым человек, как правило, не является готовым.

Выделяют травмы:

- причиненные каким-либо стихийным или природным бедствием;
- причиненные людьми (все виды насилия, жестокое обращение, сексуальное злоупотребление, война, теракты).

По продолжительности травмирующего действия выделяют краткосрочные и длительные или повторяющиеся травмирующие ситуации.

### Кризисы насилия.

В 2009 году профессор Рут Гильберт с коллегами опубликовали обширный обзор исследований, посвященных жестокому обращению с детьми в развитых странах Северной Америки, Европы, в Австралии и Новой Зеландии; также в этот документ вошли данные по странам постсоветского пространства.

Жестокому обращению было дано следующее определение: «Любое действие или бездействие родителя или опекуна, повлекшее за собой нанесение вреда, создание условий для нанесения или угрозы

нанесения вреда ребенку (обычно понимается — лицу, не достигшему восемнадцатилетнего возраста), даже если целью действия или бездействия не являлось нанесение вреда». Выяснилось, что 80% таких действий совершается родителями и опекунами, за исключением сексуального насилия — оно более характерно для родственников и знакомых.

Отсутствие любви и понимания в семьях препятствует развитию у детей эмоциональной отзывчивости и контроля, взамен наполняя их злостью и обидой, которые выливаются в насилие и преступления. Чувство одиночества, депрессия, расстройства пищевого поведения, алкоголизм, наркомания — ко всем этим и многим другим проблемам приводит халатное отношение родителей.

Кризис насилия — разновидность травматического кризиса, причиненного людьми:

- физическое жестокое обращение;
- сексуальное насилие;
- пренебрежение нуждами ребенка;
- психологическое насилие.

*Физическое жестокое обращение* — любое неслучайное нанесение телесного повреждения ребенку.

*Сексуальное насилие над детьми* — использование ребенка другим лицом для получения собственного сексуального удовлетворения.

*Пренебрежение нуждами ребенка* — хроническая неспособность родителя или лица, осуществляющего уход, обеспечить основные потребности ребенка в пище, одежде, жилье, медицинском уходе, образовании, защите и присмотре.

*Психологическое насилие* может быть двух видов:

1) *психологическое пренебрежение* — последовательная неспособность родителя или лица, осуществляющего уход, обеспечить ребенку необходимую поддержку, внимание, психологическую защиту, отсутствие привязанности к ребенку;

2) *психологическое жестокое обращение* — хронические действия, совершаемые взрослыми с целью издевательства над ребенком, его унижения, оскорбления, высмеивания.

К этой форме насилия относятся:

- открытое неприятие и постоянная критика ребенка;
- оскорбление ребенка и унижение его достоинства;
- угрозы в адрес ребенка, проявляющиеся в словесной форме без физического насилия;
- преднамеренная физическая или социальная изоляция ребенка;
- предъявление к нему чрезмерных требований, не соответствующих возрасту или возможностям;
- ложь и невыполнение взрослыми обещаний;
- однократное грубое психическое воздействие, вызвавшее у ребенка психическую травму.

#### **Помощь.**

Основная цель работы психолога с жертвами насилия заключается в уменьшении и ликвидации последствий травматических переживаний.

В процессе консультирования таких детей чрезвычайно важно для психолога установить контакт с ребенком, причем акцент следует сделать на *постоянной демонстрации заботы о ребенке*. Скорее всего, ребенок будет постоянно проверять, адекватными и неадекватными способами, насколько психолог действительно о нем заботится (Зиновьева, Михайлова, 2003).

Задачи, стоящие перед психологом:

- способствовать уменьшению у ребенка чувств стыда, вины, бессилия;
- помочь в укреплении чувства собственной значимости;
- сформировать новые поведенческие паттерны;
- способствовать дифференцированному взаимодействию с окружающими людьми;
- способствовать развитию самоопределения ребенка, восприятия собственного Я, в том числе и физического образа Я.

Ситуация насилия над ребенком должна быть, по возможности, точнее идентифицирована в ходе беседы путем прояснения следующих обстоятельств:

- получена ли травма случайно, по халатности старших, или причинена намеренно;
- что по этому поводу думает и чувствует ребенок;
- понимает ли ребенок, что случилось;
- насколько опасной является нанесенная травма;
- каков конкретный контекст причинения повреждений;
- каковы немедленные и долговременные последствия насилия;
- каковы были намерения агрессора;
- является ли данный случай насилия допустимым для конкретной культурной среды;
- что означает этот факт насилия для ребенка и его родителей в настоящее время и в перспективе.

Целесообразно помнить, что ребенка не следует перегружать вопросами или суггестировать.

После прояснения психолог помогает разработать план понятных, конкретных и посильных действий по выходу из проблемной ситуации, стараясь максимально точно определить, есть ли у ребенка возможность его реализовать. Вмешиваться в существующую систему воспитания стоит только, если жизни ребенка начинает угрожать непосредственная опасность.

В остальных случаях психологу не следует брать на себя обязанности родителей, но необходимо работать вместе с семьей.

Обобщая все вышеописанные особенности работы с детьми, пережившими травматический опыт, необходимо отметить, что причины, вызывающие психическую травму, различны.



Часто то, что кажется незначительным для родителей, может серьезно травмировать ребенка и вызывать серьезные проблемы дезадаптации. В случае игнорирования факта психической травматизации ребенок может серьезно пострадать.

Однако, бывает и так, что в жизни происходят события, которые травмируют всю семью в целом. Например, в ситуации физического и эмоционального насилия, потери близких, а также событий, которые угрожают жизни и др. В таких случаях у родителей, которые сами испытывают травматический опыт, просто нет сил и возможности оказывать помощь ни себе, ни детям. Обычной реакцией в этот период является игнорирование факта произошедшего. В семье избегают говорить о том, что произошло, и каждый остается один на один со случившимся горем, в то время как своевременное обращение к специалистам (психологам, психотерапевтам) может помочь избежать психоэмоциональных проблем в будущем, приобрести умение восстанавливаться после стрессовых ситуаций и улучшить качество жизни не только ребенка, но и всей семьи в целом.

Именно на это и направлена Программа экстренного психологического консультирования детей дошкольного возраста «Лети, лети, лепесток!».

Описание используемых методик и технологий представлено в полной версии статьи в электронной версии журнала (см. CD-диск).

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. — М.: Академия, 1996.
2. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. — Брест, 1992.
3. Аверин В.А. Психология детей дошкольного возраста. — СПб, 1994.
4. Актуальные проблемы суицидологии: Труды Московского НИИ психиатрии МЗ РСФСР. — Т. 92. — М., 1981
5. Амбрумова А.Г., Постовалова Л.И. Мотивы самоубийств // Социологические исследования. — 1987. — №6. — С. 52–60.
6. Амбрумова А.Г., Жезлова Л.Я. Методические рекомендации по профилактике суицидальных действий в детском и подростковом возрасте. — М., 1978.
7. Амбрумова А.Г., Бородин С.В., Михлин А.С. Предупреждение самоубийств. — М., 1980.
8. Асмолов А.Г. Психология личности. — М., 1990.
9. Бархерит Г.Я., Кахнович Я.В. Подходы к преодолению осложненного поведения подростков // Адукацыя і выхаванне. — 2001. — №3. — С. 19–26.
10. Беличева С.А. Основы превентивной психологии. — М., 1993.
11. Белановский С.А. Методика и техника фокусированного интервью. — М.: Наука, 1993.
12. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. — М., 1997.
13. Битянова М.Р. Работа психолога в старшей школе. — М., 1998.
14. Бурменская Г.В. и др. Возрастно-психологическое консультирование. — М., 1990.
15. Вебер В. Важные шаги к помогающему диалогу. Программа тренинга, основанная на практическом опыте. — СПб, 1998.
16. Волкова А.Н. Психолого-педагогическая поддержка детей суицидентов // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. — 1998. — №2. — С. 36–43.
17. Виды психологического консультирования [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.bestreferat.ru/referat-107852.html>
18. Гишинский Я.И., Юнацкевич Я.И. Социологические и психологические основы суицидологии. — СПб, 1999.
19. Давыдов А.А., Садовская И.А. Самоубийства, пол и «золотое сечение» // Социологические исследования. — 1991. — №5. — С. 99–102.
20. Захаров А.И. Отклонения в поведении ребенка. — М., 1993.
21. Змановская Е.В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения: Учебное пособие. — М., 2003.
22. Короленко Ц.П., Донских Т.А. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире. — Новосибирск: Наука, 1990.
23. Кристенсон Т. Модель решения проблемы // Вестник РАТЭПП. — 1993. — №1–2.
24. Крон Т. Помощь находящемуся в кризисном состоянии // Вестник РАТЭПП. — 1995. — №1.
25. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. — М., 1987.
26. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. — М.: Эксмо, 2005.
27. Материалы Международной конференции психологических служб и Телефонных Доверия 17–20 февраля 1994 г. / Сост. и ред. Д.Г. Трунова и В.Ю. Меновщикова. — Пермь, 1995.
28. Моховиков А.Н. Телефонное консультирование. — М.: Смысл, 1999.
29. Научные и организационные проблемы в суицидологии. — М., 1983.
30. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: Учебное пособие для студентов. — М., 2003.
31. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. — М., 2003.
32. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. — М., 2001.
33. Попова О.С. Психологическое сопровождение педагогического процесса. — Мн., 2003.
34. Практикум по психологическому консультированию. — М.: Академия, 1996.
35. Психологические упражнения [Электронный ресурс]. — URL: [http://bookap.info/vozrast/malkina\\_pyh\\_vozrastnye\\_krizisy/gl289.shtml](http://bookap.info/vozrast/malkina_pyh_vozrastnye_krizisy/gl289.shtml)
36. Психолого-педагогическое консультирование и сопровождение развития ребенка / Под ред. Л.М. Шипицыной. — М., 2003.



37. Рабочая книга школьного психолога / Под. ред. И.В. Дубровиной. — М.: Просвещение, 1991.
38. Руководство по телефонному консультированию. — Портленд: Metro Crisis Line, 1996.
39. Скворцов А.В. Логика телефонной беседы // Вестник РАТЭПП. — 1995. — №2.
40. Снайдер Р. Практическая психология для подростков. — М., 1995.
41. Суицидология: Прошлое и настоящее: Сборник статей / Сост. А.Н. Моховиков. — М., 2001.
42. Трегубов Л., Вагин Ю. Эстетика самоубийства. — М., 1993.
43. Хухлаева О.В. Как сохранить психологическое здоровье подростков: пособие для школы. — М., 2003.
44. Хэмбли Г. Телефонная помощь. Руководство для тех, кто желает помогать по телефону. — Одесса, 1993.

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 1

#### ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СКАЗКИ

##### **Сказка про решительного бурундучка Борьку**

В лесу жил маленький бурундучок по имени Борька, но его товарищи по играм — другие бурундучки и белочки — уже даже и не помнили, что его так зовут. Все бурундуки, и большие, и маленькие, звали Борьку — трусишка.

А все потому, что однажды Борька, когда был еще совсем маленький, испугался упавшей с елки шишки, потом испугался, когда сам угодил в ручей, и еще испугался, когда другой бурундучок выпрыгнул из-за куста. Так и закрепилась за Борькой слава трусишки.

Со временем Борька и сам стал верить, что он всего боится. Треснет ветка, застрекочет сорока, завоюет ветер, а Борька уже со всех лап бежит к маме.

Очень расстраивалась по этому поводу Борькина мама. Пробовала она его храбрости научить: и к дальнему ручью посылала, и в норе одного оставляла, и к белкам на самую высокую ель в гости отправляла. Ничего не помогает.

Вскоре не стало у Борьки совсем друзей. Не хотяя с трусишкой дружить ни бурундуки, ни белочки. Стал Борька сам по лесу гулять.

Однажды не спеша брел Борька вдоль лесной опушки, а над ним резвились белочки с бурундучками. В догонялки играли, с ветки на ветку прыгали.

Вдруг видит Борька, крадется по другой стороне лесной опушки под деревьями лиса и смотрит внимательно на играющих зверушек, ждет, когда кто-нибудь оступится и упадет к ней в лапы. А Борьку она совсем не видит, по сторонам не смотрит.

Испугался Борька лисы, забрался побыстрее на дерево и собрался уже удирать к своей норе, как услышал громкий писк. Обернулся Борька посмотреть, кто

же так пищит, и увидел, что это его соседка — маленькая белочка. Упала она на землю, а лиса прижала ее лапой и уже пасть открыла, чтобы ухватить ее за шиворот и тащить к себе в нору.

Жалко стало Борьке соседку, хорошая она, не дразнит его никогда. Глянул он по сторонам: кто же поможет белочке? А никого уже и нет! Все разбежалась и спрятались кто куда.

Собрал Борька всю свою смелость, быстрее побегал к дереву, под которым сидела лиса. Кубарем слетел он с ветки и упал лисе прямо на голову. От неожиданности лиса подпрыгнула, разжала лапы, выпустила белочку и стала озираться по сторонам: кто же это ее ударил? А Борька уже на самой верхушке дерева сидит, за ветку спрятался. Да и маленькая белочка не растерялась, успела вскочить на дерево.

С тех пор прослыл Борька смелейшим бурундуком во всем лесу. Все с ним дружили и очень любили его.

##### **Сказка о слоненке-драчуне**

В джунглях жил маленький слоненок. Никто не дружил с ним, потому что все его боялись. Он очень много дрался и был такой сильный, что малыши убежали, как только видели его.

Слоненка это не радовало. Играть одному было скучно, но слоненок думал: «Все меня обижают, мне надо себя защитить, если я перестану драться, то другие у меня все заберут».

Однажды слоненок гулял и добрел до полянки. Там вместе весело играли зверята. Они посмотрели на слоненка, и мартышка сказала:

— Вот слоненок. Он, наверно, очень сильный. Хорошо, если он поможет нам построить башню.

— Нет. Не поможет, — проворчал маленький шакал, — у него вон какие кулаки. Он драться хочет.

И зверушки разбежались кто куда.

— Куда вы? — позвал их слоненок. — Я с вами дружить хочу.

— Мы боимся тебя! — ответили зверушки. — У тебя очень большие кулачищи.

Слоненок посмотрел на свои лапы и испугался. Действительно, они были сжаты в огромные кулаки. Слоненку стало обидно, и он захотел убежать, но, разжав кулаки, он сказал:

— Я хочу с вами играть. Я не буду драться.

С тех пор слоненок никогда не сжимал кулаки, даже когда ему было страшно или ему казалось, что другие хотят его обидеть.

*Полный текст программы представлен  
в электронной версии журнала на CD-диске.*