

И.Н. Серегина

Дети-сироты с ЗПР: психологическое сопровождение



В статье автор рассматривает психологические особенности детей-сирот с ЗПР. Эмоциональные реакции ребёнка на стресс-факторы, характер которых определяет атмосфера учреждения, в котором он проживает. А также представляет модель психологической помощи ребёнку в состоянии аффекта и программу психокоррекции негативных эмоциональных состояний у детей-сирот с ЗПР дошкольного и младшего школьного возраста.

Психологическое сопровождение — это система профессиональной деятельности психолога, направленная на создание оптимальных условий для успешного обучения и развития ребёнка. Залогом успешности выступает модель сопровождения, то есть система, которая служит средством представления реального процесса улучшения, оптимизации и устранения дефектов.

Основа успешного поведения и обучения, а также эмоционального благополучия ребёнка закладывается в самом начале школьной жизни. Поступив в интернат, ребёнок оказывается в новой социальной ситуации развития. Процесс адаптации затрагивает различные сферы личности ребёнка. Легче адаптируются дети с высокой физической и психологической готовностью к школе, у детей, имеющих задержку психического развития, период адаптации затягивается.

Одним из важнейших проявлений развития ребёнка является усвоение им требований общества и развитие психологических качеств, необходимых для функционирования как общественно-го существа. Этот аспект развития описывается как процесс социализации. Социализация первоначально происходит во взаимодействии «мать — ребёнок», позже существенное значение приобретает отец, семья как целое, затем для ребёнка важными становятся другие взрослые и дети. У многих воспитанников сиротских учреждений уже с раннего возраста возникает нарушение в системе «мать — ребёнок», что сказывается на дальнейших трудностях в социализации. Для социализации детей-сирот с ЗПР важнейшее значение приобретает учреждение, в котором они живут. Отсутствие необходимых внешних условий приводит к формированию дезадаптивных форм поведения и искажению в развитии личности [3].

Задержка психического развития — это нарушение нормального темпа психического развития, когда отдельные психические функции (память, внимание, мышление, эмоционально-волевая сфера) отстают в своем развитии от принятых психологических

Серегина Ирина Николаевна — преподаватель психологии факультета непрерывного образования Камчатского государственного университета им. Витуса Беринга, медицинский психолог детской поликлиники г. Петропавловска-Камчатского.

Лауреат премии им. П. Т. Новограбленова, учреждённой Главой Петропавловска-Камчатского городского округа за достигнутые успехи в области образования (2008).

Сфера профессиональной деятельности и научных интересов: психологическая помощь детям и родителям, психологическое консультирование, психологическое сопровождение детей, страдающих хроническими соматическими заболеваниями и психосоматическими расстройствами; наблюдение детей, относящихся к группе «риска» по психосоматике и социальной дезадаптации; психологическая коррекция отклонений в развитии; психологическая профилактика синдрома дефицита внимания и гиперактивности в более раннем периоде развития ребенка; оптимизация развития адаптационных механизмов у детей.



норм для данного возраста. ЗПР как психолого-педагогический диагноз ставится только в дошкольном и младшем школьном возрасте, если к окончанию этого периода остаются признаки недоразвития психических функций, то речь идет уже о конституциональном инфантилизме или об умственной отсталости [2].

Наибольшие трудности и отклонения от нормального становления личности детей-сирот с ЗПР заключаются в эмоционально-волевой сфере; в нарушении социального взаимодействия, неуверенности в себе, снижении самоорганизованности, целеустремленности, недостаточном развитии самостоятельности («силы личности»), неадекватной самооценке, неуверенности в себе, неспособности выстроить нормальные взаимоотношения с окружающими, вплоть до полного отсутствия тенденции к сотрудничеству. Нарушения подобного рода проявляются чаще всего в повышенной тревожности, эмоциональной напряженности, психическом утомлении, эмоциональном стрессе, повышенной чувствительности к различного рода препятствиям, неготовности преодолевать трудности, снижении потребностей в достижениях и успехе, повышенной агрессивности, недоверчивости, вспыльчивости, несдержанности, чрезмерной импульсивной активности, эмоциональной холодности, уходе в себя, нарушении эмоциональных контактов с окружающими, нарастании пассивности, депрессии и т. д. Неполнота эмоциональной жизни вызывает у ребёнка в старшем возрасте различные психические расстройства и нарушения социальной адаптации: у одних это тенденция к понижению активности, ведущая к апатии и большому интересу к вещам, чем к людям; у других — гиперактивность с уходом в асоциальную и криминальную деятельность; у многих наблюдается тенденция вести себя вызывающе в обществе, пытаясь привлечь к себе внимание при неумении создавать прочные эмоциональные привязанности; проблемы нравственного развития [1].

Для младших школьников интерната в качестве ведущих выступают два симптомокомплекса — «тревога по отношению ко взрослым» и «враждебность по отношению ко взрослым». Два доминирующих симптомокомплекса, по существу, свидетельствуют о наличии: «тревожность» — о неудовлетворенности потребности в принятии со стороны взрослого, а «враждебность» — о неадекватности форм взаимодействия со взрослыми. Подобные факты трудностей в общении со взрослыми могут быть связаны с тем, что ребёнок в детском доме с раннего возраста, независимо от наличия ЗПР, сталкивается с большим количеством людей, в результате чего у него не формируются устойчивые эмоциональные связи, развивается эгоцентризм, незаинтересованность в социальных отношениях. У детей-сирот с ЗПР сильнее выражена нестойкость к фрустрирующим ситуациям. Незначительный повод может вызвать эмоциональное возбуждение и даже резкую аффективную реакцию, неадекватную ситуации. Такой ребёнок то проявляет доброжелательность по отношению к другим,

то вдруг становится злым и агрессивным. При этом агрессия направляется не на действие личности, а на саму личность. Эмоциональная лабильность проявляется в неустойчивости настроений и эмоций, быстрой их смене, лёгком возникновении эмоционального возбуждения или плача, иногда — немотивированных проявлениях аффекта [2]. В таких случаях часто проявляется профессиональная беспомощность, которую испытывают педагоги при столкновении с негативными проявлениями эмоционального развития детей, когда при множестве различных методик различных авторов нет единой тактики в данном направлении. Поэтому коррекция негативных эмоциональных проявлений — одна из главных проблем психологов, работающих в интернатных учреждениях.

Психологическое сопровождение детей-сирот с ЗПР в учреждениях интернатного типа должно носить комплексный характер (врач, психолог, педагог). Принципы построения деятельности психолога в значительной мере определяются формами психологической помощи, оказываемой детям и педагогам учреждения, которыми являются:

- 1) психодиагностика (первичная и повторная), включающая диагностику возрастного развития ребёнка;
- 2) индивидуальная и групповая (минигруппы) психокоррекционная работа с детьми.
- 3) консультирование педагогов учреждения.

В своей повседневной деятельности психолог опирается на постоянный тесный контакт с педагогами. Такое взаимодействие позволяет провести психодиагностику, тщательно проанализировать конкретную ситуацию, создать необходимые условия для коррекции нарушений у ребёнка, проведения комплексной психотерапии, профилактических мероприятий, как с ребёнком, так и непосредственно с педагогами.

Действия при сильном возбуждении ребёнка

Важнее всего при сильном возбуждении ребёнка психическое влияние на него окружающих взрослых. Всякий психолог (педагог), умеющий влиять на детей силой своей личности, справится с грозным проявлением аффекта. Ни в коем случае недопустимо при сильном возбуждении ребёнка применять наказание, так как во время резких эксцессов (бросание в людей чем попало, неистовые крики с плачем и без него и т. д.) ребёнок находится в полубессознательном и безответственном состоянии (в аффекте), то есть невменяем. Данное состояние не даёт возможности собой овладеть, поэтому следует оградить самого возбуждённого и окружающих от него. С длительным приступом возбуждения борются изоляцией (но без запираения на замок) с постельным режимом на несколько часов или дней. Но при этом недостатка в наблюдении не должно быть. Сделайте вид, что вы смотрите на него как на больного — поставьте градусник, пойте чаем с лечебными травками и т. п.

Детей-истериков в момент сильного возбуждения гораздо действеннее не замечать, игнорировать, но ни в коем случае не оставлять без надзора, так как некоторые из детей с болезненным стремлением обращать на себя внимание склонны к попыткам самоубийства. Наказывать их также небезопасно, потому что это может привести за собой значительные неприятные осложнения (например, появление у них психической немоты, параличей и т. п.).

Ко всем приемам необходимо добавить метод бесед. После того как ребёнок уже успокоился благодаря его изоляции и принятым лечебным процедурам, он становится более доступным для контакта с психологом (педагогом), у которого появляются новые возможности влияния на нервноболезного или психопатичного ребёнка. В этих условиях психологу (педагогу) путем простой и доброжелательной беседы легче и проще интимно подойти к ребёнку и глубже понять его поведение. Для проведения таких бесед, к сожалению, нельзя дать определенные рекомендации, здесь необходим опыт и такт со стороны психолога (педагога). Метод бесед достигает цели тогда, когда ребёнок начинает видеть в лице психолога (педагога) своего наиболее близкого друга и защитника во всех трудных вопросах жизни.

И в заключение необходимо отметить, что, прежде всего, надо действовать хорошим примером, разумно налаженным режимом; спокойным течением жизни учреждения. Необходимо постепенно закалывать воспитанников по отношению к физическим лишениям и неприятным психическим переживаниям. Не следует устранять и удалять все то, что может неблагоприятно влиять на их настроение и аффекты, чтобы благодаря этому систематически вырабатывать у них самообладание. Этому способствует строгий распорядок дня, дозированное участие в игре и спорте, все это будет вызывать усиление волевых импульсов, повышение настроения и психической стойкости.

Программа коррекции негативных эмоциональных состояний детей-сирот с ЗПР дошкольного и младшего школьного возраста

Цель программы — своевременная диагностика и коррекция агрессивности, конфликтности, раздражительности детей-сирот с ЗПР.

Задачи программы:

- 1) изучение степени агрессивности детей-сирот с ЗПР;
- 2) последовательное воздействие на психику детей через игротерапию, уменьшение агрессивности детей, обучение ребят умению социально приемлемым способом выражать негативные эмоции;
- 3) формирование у детей позитивного опыта эмоционального взаимодействия, развитие самопознания, обучение детей терпимости, толерантному отношению к окружающим.

Предмет психокоррекции: агрессивность, раздражительность, конфликтность.

Форма работы: групповая.

Курс программы: 10 занятий.

Время одного занятия: 25-35 минут.

Требуемое психологическое ожидание: стабилизация негативных эмоциональных проявлений, расширение положительного опыта в использовании продуктивных эмоциональных реакций.

Занятия проводятся в просторном зале. Положительный эффект игротерапевтического воздействия обеспечивается тем, что вся работа должна проходить на положительном эмоциональном настрое с максимальной психологической поддержкой со стороны психолога (Кожевникова Н.П.).

Концовка занятия должна быть спокойной и объединяющей. Поэтому можно предложить детям встать в круг и взять друг друга за руки.

Во время проведения занятий ведется дневник наблюдения за детьми.

№	Реакция на успех	Реакция на критику	Лидерство	Нервозность	Вспыльчивость, конфликтность	Драчливость
1						
2						
3						
4						
6						
7						

Дневник наблюдений за поведенческими проявлениями детей во время игротерапевтических сеансов



Занятие 1

Задачи: знакомство, налаживание контакта, активизация и сближение членов группы, снятие эмоционального напряжения.

1. Знакомство.

2. Игра «Снежный ком». Каждый участник, стоящий в кругу, перед тем как назвать свое имя, повторяет все имена, которые были названы перед ним. Что касается имени, оно может быть настоящим или вымышленным. Главное, что это имя на все групповые встречи.

3. «Игра с мячом». Тот, кто ловит мяч, называет свое имя.

4. «Зеркало». Выбирается водящий, остальные дети — зеркала. Водящий смотрится в зеркала, и они отражают все его движения. Психолог следит за правильностью отражения.

Занятие 2

Задачи: снятие эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального фона, сплочение группы, развитие умения подчиняться требованиям одного, снятие разочарований и обид.

1. Приветствие.

2. Игра «Паровозик». Дети строятся друг за другом, держась за плечи. Паровозик везет детей, преодолевая различные препятствия.

3. Игра «День рождения». Выбирается именинник. Все дети дарят ему подарки жестами, мимикой. Имениннику предлагается вспомнить, обижал ли он кого-то, и исправить это. Детям предлагается пофантазировать и придумать будущее имениннику.

4. Игра «Путаница». Выбирается считалкой водящий. Он выходит из комнаты. Остальные берутся за руки и образуют круг. Не разжимая рук, они начинают запутываться — кто как умеет. Когда образовалась путаница, водящий заходит в комнату и распутывает ее, та же не разжимая рук детей.

Занятие 3

Задачи: снятие эмоционального напряжения, выход агрессии.

1. Приветствие.

2. Игра «Крепость». Группа детей делится на две команды (по желанию самих ребят). Каждая команда строит из стульев крепость. Одна команда защищает крепость, другая команда штурмует. Основное оружие — надувные шары, мячи, мягкие игрушки. Обратит внимание на то, кто с кем хочет быть.

3. Игра «Щит и меч». Взрослый держит щит, дети бьют по нему мячами.

4. Упражнение «Цыплята». Ребята рвут лист бумаги на мелкие кусочки и «кормят им цыплят».

5. «Музыкальная пауза». Дети молча слушают музыку.

Занятие 4

Задачи: снятие эмоционального напряжения, коррекция эмоции злости, тренировка способностей взаимодействовать друг на друга, выход агрессии.

1. Приветствие.

2. «Баба Яга». Дети сидят лицом друг к другу. Взрослый просит показать, какие бывают выражение лица, поза, жесты у взрослых, когда они сердятся на детей. За что они на вас сердятся? (Дети показывают 2-3 сценки.) Как ругают вас старшие, когда вам очень страшно? Что вы делаете в ответ: деретесь, плачете, улыбаетесь, боитесь? (Разыгрываются 2-3 сценки.)

3. Игра «Шарики хлопают». Дети вместе с психологом прокалывают надувные шары, при этом психолог объясняет ребятам, что злость необходимо выбрасывать, но делать это нужно осторожно, чтобы не обидеть другого человека. «Лопнул шарик — нет злости!»

Занятие 5

Задачи: уменьшение импульсивности, возбудимости, агрессивности, обучение детей умению социально приемлемыми способами выражать негативные эмоции и тем самым снимать психическое напряжение.

1. Приветствие.

2. «Шкала гнева». Мешочек с бобами кидается детьми в нарисованную мишень со словами: «Я слегка разозлился, когда...», «Я очень рассердился, когда...», «Я очень сильно рассердился, когда...»

3. Игра «Где прячется злость?».

4. Игра «Ноги топают». Дети встают на заранее нарисованные на картонках ступни и сильно топают ногами, изображая злость. Стопы при этом становятся горячими, значит, выходит злость через ступни.

5. Игра «В магазине зеркал». Выбирается ведущий из числа детей, который изображает злость, обиду, удивление, радость. Дети покупают или не покупают данную эмоцию. Покупая, показывают такое же выражение лица.

Занятие 6

Задачи: снятие эмоционального напряжения, уменьшение импульсивности, агрессивности, конфликтности, привитие новых форм поведения, умения встать на место другого, умения сочувствовать.

1. Приветствие.

2. Игра с мячом. Дети по очереди кидают мяч со словами: «Я хочу стать добрым», «Я хочу стать ласковым», «Я хочу стать воспитанным»...

3. Игра «Паровозик».

4. Ролевая игра «Помоги козлику». Дети становятся режиссерами и по очереди распределяют роли. Остальные проигрывают сценки.

5. Комплекс «Музыкальная мозаика».

Занятие 7

Задачи: выплескивание агрессии, злости. Создание условий для удовлетворения потребности в признании, обучение положительным нормам поведения. Наблюдение за реакциями и анализ рисунков ребят.

1. Приветствие.

2. Рисование на тему «Как бы я поступил». Задаются ситуации, в которых дети, возможно, вели бы себя агрессивно. Ненавязчиво объясняется детям, «что такое хорошо и что такое плохо».

3. Этюд «Так будет справедливо». Отображение положительных черт характера. Дети, сидя за круглым столом, обсуждают различные ситуации.

4. Игра «Притвора». Дети делятся на пары, притворяются по очереди обиженными, второй ребенок должен суметь уговорить обиженного.

5. Отдых «Музыкальная пауза».

Занятие 8

Задачи: выбор наиболее приемлемого способа разрядки гнева и агрессивности, отреагирования негативных эмоций. Наблюдение за эмоциональными проявлениями детей.

1. Приветствие.

2. Сказка «Змея». Мораль сказки: нет ничего страшного в том, чтобы шипеть на нехорошего человека или врага, показывая, что вы можете постоять за себя, и знаете, как противостоять злу. Только вы должны быть осторожны и не должны пускать яд в кровь врага. Можно научиться противостоять злу, не причиняя зло в ответ.

3. Упражнение «Выставка». Дети, глубоко вдохнув 3-4 раза, закрывают глаза и представляют, что они попали на выставку, на которой выставлены фотографии людей, вызывающих злость, или тех, кто их обидел, поступил с ними несправедливо. Дети мысленно ходят по выставке, выбирают портрет любого из этих людей и, не сдерживая своих чувств, не стесняясь в выражениях, говорят и делают ему все, что хотят. Вдохнув 3-4 раза, открывают глаза. Затем они делятся с группой своими впечатлениями, что легко и что трудно было делать в этом упражнении. Что понравилось, что не понравилось? Какую ситуацию представили, чем отличались чувства в начале и конце упражнения?

4. Игровое упражнение «Уходи, злость, уходи!». Дети ложатся на ковер, со всей силы бьют ногами по полу и кричат: «Уходи, злость, уходи!»

5. «Музыкальная пауза». Дети расслабляются и отдыхают.

Занятие 9

Задачи: уменьшение агрессивности, конфликтности, обучение социально приемлемым формам поведения, умению обдумывать свои поступки и разумно управлять своими эмоциями.

1. Приветствие.

2. Ролевая игра. Разыгрывание конфликтных ситуаций.

3. Игра «Ругаемся хорошими словами».

4. Игра «Необычная кукла». Психолог показывает детям самодельную мягкую куклу со словами: «Когда вам хочется кого-то обидеть, вы можете взять куклу и побить, попинать ее, она не обидится, а потом пожалейте ее. Когда вы отдадите злость кукле, то потом не будете обижать детей и взрослых».

5. «Минутка шалости». Под музыку дети занимаются тем, чем хотят.

Занятие 10

Задачи: снятие общей агрессии, эмоциональной напряженности. Наблюдение за эмоциональными проявлениями детей.

1. Приветствие.

2. Игра «Злые-добрые кошки». Дети встают в круг, в центре которого лежит физкультурный обруч. Это «волшебный круг», в котором будут совершаться «превращения». Каждый ребенок по очереди заходит в «волшебный круг» и превращается в злую кошку. Он шипит, царапается. Выходить за круг нельзя. Дети, стоящие вокруг, хором кричат: «Сильнее, еще сильнее...» Затем обруч убирается, дети делятся на пары. По сигналу психолога каждая пара превращается в кошек. Категорическое правило: не дотрагиваться друг до друга! Если оно нарушается, игра останавливается, «кошки» меняются парами. На заключительном этапе игры психолог предлагает детям стать добрыми кошками, «кошки» ласкаются друг к другу.

3. Игра «Злость и доброта». Ребята вместе с психологом делают выводы, что лучше, доброта или злоба? Вместе поют песенку «Если добрый ты — это хорошо, а когда наоборот — плохо...». Совместно рисуют два плаката с изображением двух мордочек: злой в виде тучки и доброй в виде солнышка.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Дети-сироты: консультирование и диагностика развития / Под ред. Е.А. Стребелевой. — М.: Полиграфсервис, 2004. — 336 с.
2. Дубровина И.В., Рузская А.Г. Психическое развитие воспитанников детского дома. — М.: Просвещение. 2005. — 157 с.
3. Конева О.Б. Психология развития детей-сирот: социально-эмоциональные проблемы // Теоретическая, экспериментальная и практическая психология: сб. науч. тр. — Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2006. — Т. 5. — С. 301-316.